

Dreitausender für alle! Bergwandern in Livigno: Trekking 3.000

Die einzigartige Lage Livignos auf 1.816 Metern Seehöhe macht das abgeschiedene Hochtal in den Lombardischen Alpen zum perfekten Ausgangspunkt für eine Bergtour auf einen von zehn leicht erreichbaren Dreitausendern – perfekt für Wanderer aber auch ambitionierte Trailrunner, die zum ersten Mal diese magische Höhengrenze knacken wollen.

Für viele Bergwanderer markiert die 3.000 Meter-Marke die „Schallmauer“ dessen, was sie leisten können. Aber: Dreitausender ist nicht Dreitausender. Nicht für jeden Berg dieser Höhe sind Top-Kondition, Klettererfahrung oder das Queren eines Gletschers vonnöten. Das Hochtal Livigno in den Lombardischen Alpen nahe der Schweizer Grenze ist der perfekte Ausgangsort für ambitionierte Wanderer, die zum ersten Mal die dünne Luft der Dreitausender schnuppern wollen. „Livigno befindet sich auf 1.816 Metern und ist umgeben von beinahe 20 Gipfeln, die die 3.000 Meter-Marke übertreffen. Die relative geringe Höhendifferenz zwischen Ausgangspunkt im Tal und dem Gipfel macht Livigno zum idealen Ziel für 3.000er-Sammler,“ sagt Emanuele Tizzoni, leitender Bergführer in Livigno. Pickel, Steigeisen, Klettergurt und Seil dürfen dabei getrost zuhause bleiben – was diese Gipfel auch für sportliche Trailrunner attraktiv macht.

Wandern auf den Spuren von Schmugglern und Säumen

Einstmals waren es Landwirte, Hirten oder Schmuggler, die Livigno auf dem Weg in die Schweiz oder ins südliche Italien passierten. Auch die Säumer verkehrten hier: Sie waren für den Transport von wichtigen Handelswaren wie Salz, Wein oder edlen Stoffen zuständig und reisten mit einem Lasttier. Die Pfade und Wege, die sie seit der Gründungszeit Livignos vor rund 1.000 Jahren schufen, dienen heute den Wanderern. Eindrucksvolle 3.200 Kilometer Wanderwegenetz sind hier zusammengekommen – bestens ausgeschildert, markiert und mit Wegnummern versehen, um die eigene Auffindbarkeit im Notfall zu erleichtert.

Aussichtsterrasse Livigno-Alpen

Monte Vago, Monte Breva, Pizzo Filone – so heißt eine Auswahl der schönsten Dreitausender-Gipfelziele Livignos. Der Monte Vago (3.059 m), von den Einheimischen „Al Vach“ genannt, ist in rund zwei Stunden nach problemloser Kraxelei im Gipfelbereich erreicht und bietet eine wunderbare Aussicht auf die Berninagruppe in der Schweiz mit ihren vergletscherten Gipfeln Piz Bernina (der einzige Viertausender der Ostalpen) und dem berühmt berüchtigten Piz Palü. Rund drei Stunden dauert der Aufstieg zum 3.104 Meter hohen „Grenzberg“ Monte Breva (Piz la Stretta) zwischen Lombardei und Graubünden. Er belohnt die Wanderer mit einem fantastischen Rundumblick über Berninagruppe, die Ortlergruppe bis hin zum Nationalpark Stilfserjoch. Dem Pizzo Filone (3.133 m), einem markanten alleinstehenden Bergriesen in Form einer Pyramide, nähert man sich am besten über die Westseite. Ein markierter Wanderweg ohne nennenswerte Schwierigkeiten führt in rund zweieinhalb Stunden auf den Gipfel. Übrigens: Den „Gipfel-Trubel“, den man von manch anderem Aussichtsberg her kennt, sucht man hier vergebens. Stattdessen finden Wanderer weite Landschaften, eindrucksvolle Aus- und Tiefblicke und viel Ruhe.

Besonderer Tipp: Einkehr in den einzigartigen „Baitels“

Für eine gemütliche Rast bieten sich die kleinen „Baitels“ rund um Livigno an. Zwischen 2.000 und knapp 3.000 Meter Höhe verteilen sich die kleinen Schutzhütten für Selbstversorger auf beiden Seiten des Livignotals. Was früher Unterkünfte für Schäfer waren, sind heute einladende Miniatur-Behausungen, die im Sommer für Wanderer, Bergsteiger oder

Mountainbiker, im Winter für Skitourengeher oder Schneeschuhwanderer ständig geöffnet sind. Manche Baitels verfügen sogar über eine eigene Quelle, Grillplatz, Ofen samt Brennholz, Geschirr, Rotwein und fast immer über eine Flasche lokalen Taneda-Schnaps. Wer etwas Zeit mitbringt, kann sich hier eine ordentliche Portion Pasta kochen und die Seele baumeln lassen. Gepflegt werden die Baitels von einem ehrenamtlichen Verein aus Livigno.

Mit Bus und Bike ans Ziel kommen

Drei verschiedene Buslinien decken das ganze Obere Veltlin, bestehend aus Livigno und fünf weiteren Gemeinden, ab. Die Busse innerhalb Livignos sind gratis und bringen Wanderer bequem an ihren Tourenstart und wieder zurück. Gegen Voranmeldung dürfen auch Fahrräder transportiert werden.

Bike & Hike Tipp: Mit dem Mountainbike oder E-Bike lassen sich viele der Touren in und um Livigno verkürzen oder gleich vom Hotel aus starten. Verschiedene Shops und Stationen bieten den Verleih tageweise an, weitere Infos gibt es unter www.livigno.eu.

Über Livigno:

„Feel the Alps“ — der Leitspruch Livignos ist zugleich die Einladung an alle Aktivurlauber, die vielfältige Ganzjahresdestination in den italienischen Alpen umfassend zu erleben. Im Winter besticht der größte Wintersportort der Lombardei, der im Winter 2016/2017 mit dem zweiten Platz der „Best Ski Resorts“ ausgezeichnet wurde, mit seiner schneesicheren Saison von November bis Mai. Für Schneesportler aller Disziplinen und Levels stehen 115 Pistenkilometer zu allen Bergseiten in einer Höhe von 1.800 bis 2.900 Metern bereit. Im Tal dürfen sich Langläufer auf 30 Kilometer bestens präparierter Loipen und eine Biathlon Arena freuen. Freerider kommen dank Echtzeit-Informationen zu Wetter und Schnee eigens für die Hänge von Livigno besonders auf ihre Kosten. Im Sommer ist Livigno ein ideales Ziel für Urlauber, die beim Wandern, Klettern, Mountainbike und Höhenttraining eine ursprüngliche, hochalpine Bergwelt entdecken oder am See von Livigno beim Kajaken, Stand-up-Paddeln und Rudern Erfrischung genießen möchten. Im Ortskern werden mit den charakteristischen Häusern aus Holz und Stein alpine Traditionen spürbar. In einem restaurierten, originalen Haus aus dem 19. Jahrhundert liefert das „MUS – Museum von Livigno und Trepalle“ eindrucksvolle Einblicke in die Geschichte von Livigno. Für Entspannung, Sport und Spaß sorgt das 1.500 Quadratmeter große Wellness- und Fitnesszentrum „Aquagranda“. Eine bis heute gültige Bestimmung aus dem 17. Jahrhundert erlaubt zollfreies Einkaufen und macht Livigno zum Ziel für Liebhaber qualitativ hochwertiger Produkte. Weitere Informationen unter www.livigno.eu.