

BIKE

percorsi per tutti i gusti



Foto Elena Marini Silvestri

VAL DI NON, TERRA DELLE DUE RUOTE

Le sue strade sono banco d'allenamento di professionisti di oggi e di ieri e ogni anno sono teatro di importanti gare ciclistiche a livello internazionale



Tutti sanno che la Val di Non è una delle mete ideali per chi ama lo sport e la vita all'aria aperta. Pochi sanno che la Val di Non è anche una terra di grande storia del ciclismo. È qui infatti che sono nati e hanno mosso le loro prime pedalate molti dei campioni che oggi e ieri hanno riempito le cronache sportive. Ed è sempre qui che ogni anno si svolgono alcuni degli appuntamenti più considerevoli del calendario ciclistico nazionale come il Trofeo Melinda e il Giro del Trentino Donne, importanti banchi di prova per i grandi nomi del ciclismo nazionale ed internazionale.

DOLOMITI DI BRENTA BIKE

Un alpencross ad anello di 171 km e 7.700 m di dislivello nel cuore delle Dolomiti di Brenta Patrimonio UNESCO... Il tour per i veri bikers!



L'ambizioso "Dolomiti di Brenta Bike" propone un tour ad anello da percorrere in sella alla propria mountain bike in tappe di più giorni attorno alle maestose Dolomiti di Brenta Patrimonio UNESCO. Il tour offre al biker la possibilità di personalizzare liberamente le singole tappe in base alla distanza e al dislivello che si vogliono percorrere giornalmente. La possibilità di effettuare l'intero tour in un week end, il funzionale servizio di trasporto bagagli e i bike hotel lungo il percorso fanno del Dolomiti di Brenta Bike uno dei tour più gettonati nell'arco alpino. www.dolomitibrentabike.it



LE PISTE CICLO E RAMPI PEDONALI

25 Km di pista ciclabile e quasi duecento Km di tracciato sterrato: le due ruote sono protagoniste della tua vacanza in Val di Non

Foto Elena Marini Silvestri - Progetto: ing. Sergio Deromedis



Grazie all'anello ciclopedonale dell'Alta Val di Non, i quattro percorsi per mountain bike disegnati **sull'Altopiano della Predaia e la pista MTB "Rankipino"** costruita nel territorio delle Maddalene oggi in Val di Non c'è davvero l'imbarazzo della scelta per chi ama le due ruote. Potete scegliere tra comode bicicletate in famiglia o tra amici nei piacevoli panorami dei verdi prati della zona **"Pradiei"** oppure mettervi alla prova con percorsi tecnicamente un po' più impegnativi. Tutti i tracciati sono dotati di apposita segnaletica: grazie ad essa perdersi sarà praticamente impossibile. In più durante l'estate in Val di Non troverete molti servizi aggiuntivi: hotel con colazione rinforzata e menù bikers, servizio di noleggio e anche una specializzata scuola di mountain bike con corsi di avvicinamento e perfezionamento della tecnica di guida!



PISTA CICLOPEDONALE ALTA VAL DI NON p. 04
4 ANELLI PEDAIA MOUNTAIN BIKE p. 08
PISTA RAMPI PEDONALE RANKIPINO p. 12

Lunghezza dell'anello (con sfondo asfaltato):	25 km
Dislivello in salita:	450 m
Lunghezza totale includendo il prolungamento verso Don e Amblar (fondo sterrato di 7 Km su Vallavena e Val Rio Linor)	32 km

L'Alta Val di Non, grazie alla sua conformazione ad altopiano rappresenta una meta ideale per chi ama viaggiare sulle due ruote.

La pista ciclabile dell'Alta Val di Non è costituita da uno splendido anello della lunghezza di 25 km che si sviluppa su strade con sfondo asfaltato e collega tra loro i paesi di **Malgolo, Romeno, Salter, Cavareno, Sarnonico, Ronzone, Malosco e Fondo** per poi fare ritorno al paese di Romeno nel verde attraverso gli sconfinati prati della località "Pradiei" che in inverno fanno da cornice anche alla "Ciaspolada", famosissima corsa con le racchette da neve. Il tracciato è dotato di segnaletica ed è per lo più pianeggiante, escluso qualche lieve strappo in salita, per un totale di 450 metri di dislivello.

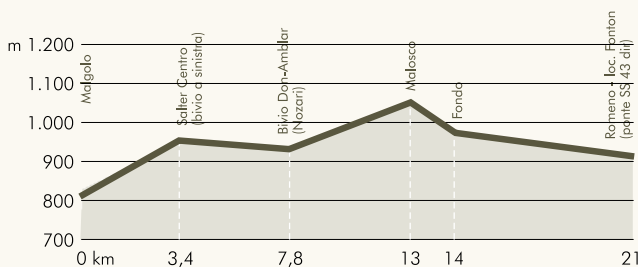
Il percorso è adatto alle famiglie ed ai bambini con età superiore ai 6 anni

TIPOLOGIA DI SEGNALETICA



Provenendo da sud la pista ciclabile ha inizio dal centro abitato di Malgolo (frazione di Romeno), qui si trova un comodo parcheggio di interscambio (12 posti auto) dove poter lasciare l'auto e proseguire in sella alla propria bicicletta.

Lungo la strada provinciale urbana a traffico promiscuo si raggiunge il primo tratto della nuova ciclabile che costeggia la strada statale 43DIR ripercorrendo il vecchio tracciato della ferrovia "Trento - Malè". Con una salita leggera e costante si raggiungono i prati a valle di Romeno ed il ponte in legno che sovrasta la strada statale e che funge da raccordo di congiunzione per l'anello della pista ciclabile. Proseguendo sulla destra si attraversa una zona all'ombra del bosco per sbucare nella piccola e soleggiata fra-



Parcheggi di interscambio:

**Malgolo, Romeno,
Cavareno, Sarnonico,
Ronzone, Fondo e Malosco.**

Fondo del percorso:

**asfaltato (25km) e
pavimentato (7 km)**

Bicigrill:

a Sarnonico in zona Pradiei.



Foto Elena Marini Silvestri - Progetto: ing. Sergio Deromedis

zione di Salter. La ciclabile attraversa il centro abitato e lungo strade urbane e interpoderali raggiunge il vicino paese di Romeno. Qui il tracciato porta alla caratteristica chiesa di S. Antonio che merita una sosta per ammirare il bellissimo ciclo di affreschi dedicati alla "Leggenda dell'Impiccato". La pista prosegue poi inoltrandosi tra i meleti e raggiungendo i campi all'ingresso di Cavareno. Da qui, grazie ad un prolungamento della ciclabile, è possibile arrivare fino ai centri di Amblar e Don da dove hanno inizio due ulteriori piccoli circuiti su strade sterrate, tecnicamente più impegnativi e sconsigliati per bici da corsa o citybike. Proseguendo invece lungo il tracciato ufficiale si attraversano una serie di prati fino a raggiungere il centro sportivo "Tennis Halle" di Cavareno e il centro storico del paese. Usciti

da Cavareno ci si trova nuovamente immersi nel verde e si attraversano i paesi di Sarnonico, Ronzone e Malosco. Da Malosco il tragitto scende per un breve tratto ripido e raggiunge il vicino paese di Fondo, famoso per il suo percorso nei canyon di roccia. Ora ha inizio uno dei tratti più caratteristici dell'itinerario, quello del paesaggio verdissimo della zona dei "Pradiei", una bellissima distesa incontaminata dove sorge anche il "Dolomiti Golf Club", uno dei più amati campi da golf del Trentino. La ciclabile prosegue ora tra i prati per lo più pianeggianti fino a fare ritorno a Romeno e al già ricordato ponte sulla statale che chiude l'intero anello. Una volta attraversato il ponte si prosegue in discesa fino al vicino centro di Malgolo dove si rientra al parcheggio d'interscambio.

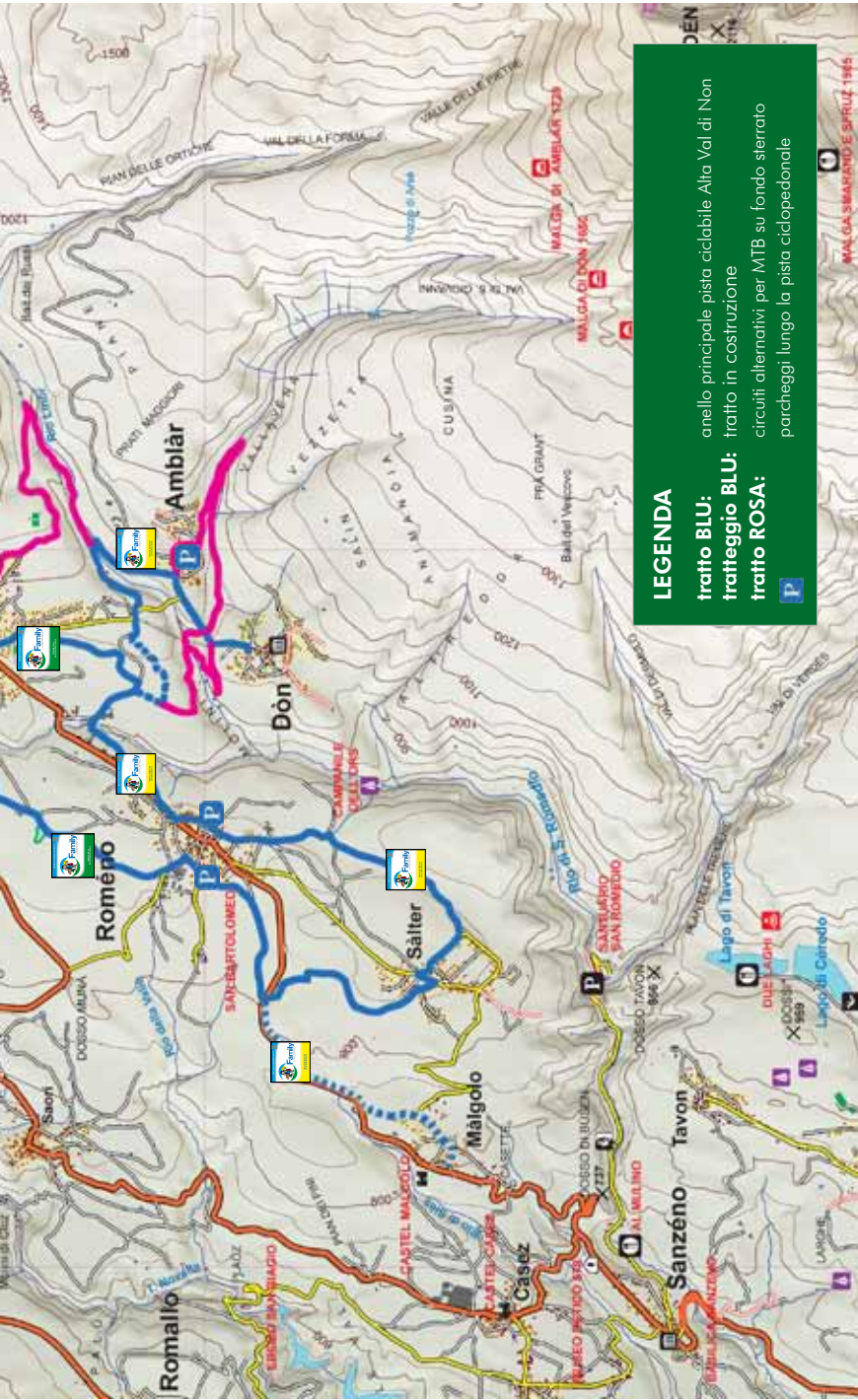


Provincia autonoma
di Trento



Foto Elena Marini Silvestri





LEGENDA

- tratto BLU:** anello principale pista ciclabile Alta Val di Non
- tratteggio BLU:** tratto in costruzione
- tratto ROSA:** circuiti alternativi per MTB su fondo sterrato



VAL GA S MARZANO E SIFRUIZ 1945

L'Altopiano della Predaia, soleggiato balcone che si estende tra prati e boschi dal Corno di Tres fino al Monte Roen, grazie alla sua conformazione dolce e lineare è uno dei teatri ideali per praticare le due ruote in Val di Non. Il Patto Territoriale della Predaia in collaborazione con il

Servizio Conservazione della Natura e Valorizzazione Ambientale della Provincia di Trento ha identificato sul proprio territorio 4 itinerari per mountain bike di lunghezza e difficoltà diversa. Tutti i percorsi sono dotati di apposita segnaletica di colore bianco-rosso

TIPOLOGIA DI SEGNALETICA



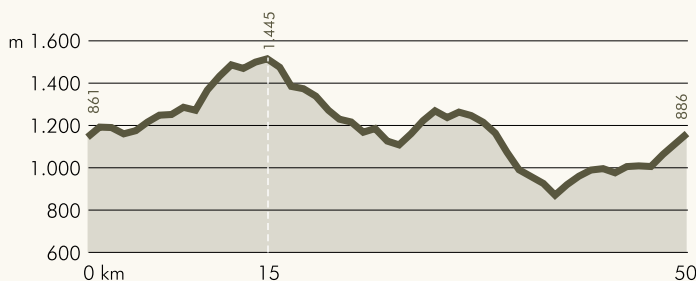
PERCORSO 1

Lunghezza dell'anello: **50 km**

Dislivello in salita: **1400 m**

Partendo da Palazzo Nero a Coredò si seguono le indicazioni per il percorso "Predaia MTB Numero 1" che inizialmente sale leggermente in località "Dossi" per raggiungere il parco giochi di Tavon e proseguire poi fino al bivio per il Santuario di San Romedio. Qui il tracciato si separa dai percorsi n. 3 e 4 e scende fino al ponte sul Rio Verdès. Imboccando la sterrata pianeggiante sulla sinistra si raggiunge in pochi minuti il famoso Santuario di San Romedio, uno dei simboli della Val di Non e uno degli eremi più caratteristici d'Europa con le sue cinque chiesette inerpicate sulla roccia. Dal

Santuario si ripercorre in senso inverso la sterrata e arrivati al ponte sul rio si prosegue dritti per risalire la lunga Val di Verdès, aggirarla e raggiungere sul versante opposto la tranquilla località "Sette Larici". Seguendo ancora le indicazioni "Predaia MTB Numero 1" si imbecca ora la strada in direzione Malga di Coredò in salita costante fino alla località "Val de Lama" per proseguire poi pianeggianti fino al panoramico Rifugio Predaia "Ai Todes Ci". Da qui inizia una ripida discesa cementata che porta velocemente fino al Rifugio Sores e all'adiacente Sores Park, un divertente parco avventura costruito sugli alberi adatto a tutta la famiglia. Seguendo sempre l'apposita segnaletica si procede in discesa fino alla località "Lovere" dove il percorso si sovrappone per un tratto all'itinerario



riconoscibile dalla presenza del logo "Predaia MTB". Ognuno dei 4 itinerari ha inizio dal centro del paese di Coredo e, sviluppandosi su strade dal fondo asfaltato, cementato e sterrato, è adatto per essere percorso con la mountain bike.



Provincia autonoma
di Trento

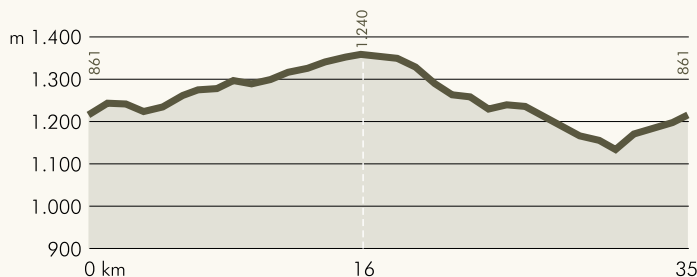
rio "Predaia MTB numero 3" e raggiunge in discesa l'abitato di Vervò. Qui il tracciato si separa e scende sul fondo di una valletta dove inizia la salita fino al bivio per la Malga di Vervò, raggiungibile dopo un dislivello di circa 50 metri. Si procede su falsopiano per poi imboccare una ripida discesa che offre vedute panoramiche su Castel Thun, l'altro simbolo culturale della valle, e porta all'ingresso dello stesso dove naturalmente è consigliabile sostare per una visita. Abbandonato il castello si scende ulteriormente fino al torrente Pongaiola dove ha inizio la risalita fino all'abitato di Vion. Da Vion il percorso 1 prosegue pianeggiante fino alla località "Tre Confini" dove si sovrappone nuovamente agli itinerari 2 e 3 imboccando sulla sinistra la salita finale che dopo aver affiancato

l'affascinante figura di Castel Bragher riporta nel paese di Coredo.

PERCORSO 2

Lunghezza dell'anello:	35 km
Dislivello in salita:	700 m

Partendo da Palazzo Nero a Coredo si seguono le indicazioni per il percorso "Predaia MTB Numero 2" che sale leggermente in località "Dossi" per raggiungere il parco giochi di Tavon e prosegue fino al bivio per il Santuario di San Romedio. Qui il tracciato si separa dai percorsi n. 3 e 4 e scende fino al ponte sul Rio Verdès. Imboccando la sterrata pianeggiante sulla sinistra si raggiunge in pochi minuti il famoso Santuario di San Romedio,



uno dei simboli della Val di Non e uno degli eremi più caratteristici d'Europa con le sue cinque chiesette inerpicate sulla roccia. Dal Santuario si ripercorre in senso inverso la sterrata e arrivati al ponte sul rio si prosegue dritti per risalire la lunga Val di Verdès, aggirarla e raggiungere sul versante opposto la tranquilla località "Sette Larici". Qui si imbecca per un breve tratto la strada asfaltata che conduce velocemente al "Predaia Park", un simpatico parco divertimenti adiacente alle piste da sci dedicato ai bambini, per poi svoltare a destra e scendere in località "Credai". Seguendo la segnaletica del percorso n. 2 si prosegue nel bosco pianeggiante per poi risalire il pendio e ricongiungersi alla strada asfaltata che riporta al Predaia Park e poi scende fino al Sores Park, un divertente parco avventura costruito sugli alberi adatto a tutta la famiglia. Seguendo sempre l'apposita segnaletica si procede in discesa fino alla località "Lovere" dove il percorso si sovrappone per un tratto all'itinerario "Predaia MTB Numero 3" e raggiunge in discesa l'abitato di Vervò. La discesa continua fino alla località



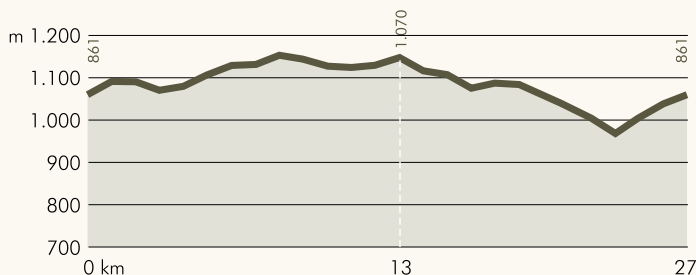
"3 Confini" dove seguendo l'apposita segnaletica si imbecca sulla destra la salita finale che dopo aver affiancato l'affascinante figura di Castel Bragher riporta nel paese di Coredò.

PERCORSO 3

Lunghezza dell'anello: **27 km**

Dislivello in salita: **725 m**

Partendo da Palazzo Nero a Coredò si seguono le indicazioni per il percorso "Predaia MTB Numero 3" che sale leggermente in località "Dossi" per raggiungere il parco giochi di Tavon e prosegue fino al bivio per il Santuario di San Romedio da dove si separano gli itinerari 1 e 2. Seguendo le indicazioni si prosegue pianeggiante fino alla segheria veneziana che sorge in località "Due Laghi", bell'esempio delle antiche segherie costruite in Trentino



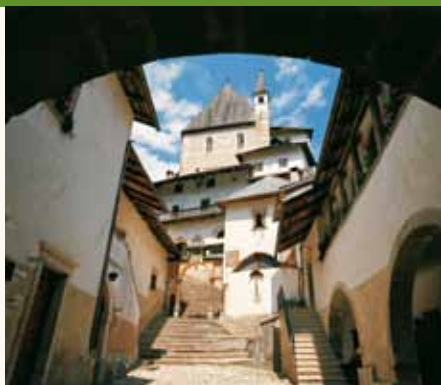
a partire dal XIII secolo. Da qui inizia una salita di circa 2 km che porta in località "Merlonga". Proseguendo lungo le indicazioni si percorre il pianeggiante "Sentiero Panoramico" che porta a due terrazze con punto veduta sui Due Laghi e sul Santuario di San Romedio. Un'ultima breve salita porta in cima al bosco per raggiungere poi in piano gli abitati di Smarano e Sfruz. Qui il percorso n. 3 si separa dal percorso n. 4 e procede in salita fino alla località "Lovere" dove si unisce ai percorsi n. 1 e 2 e raggiunge in discesa l'abitato di Vervò. La discesa continua fino alla località "3 Confini" dove seguendo l'apposita segnaletica si imbecca sulla destra la salita finale che dopo aver affiancato l'affascinante figura di Castel Bragher riporta nel paese di Coredò.

PERCORSO 4

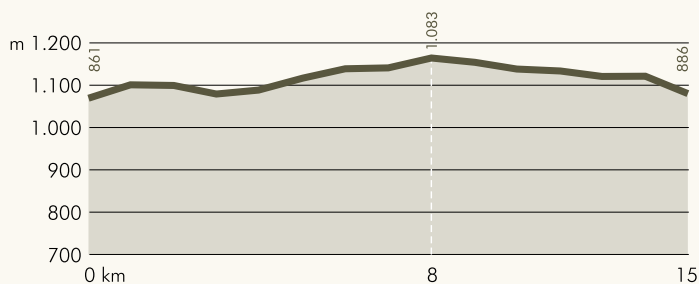
Lunghezza dell'anello: **15 km**

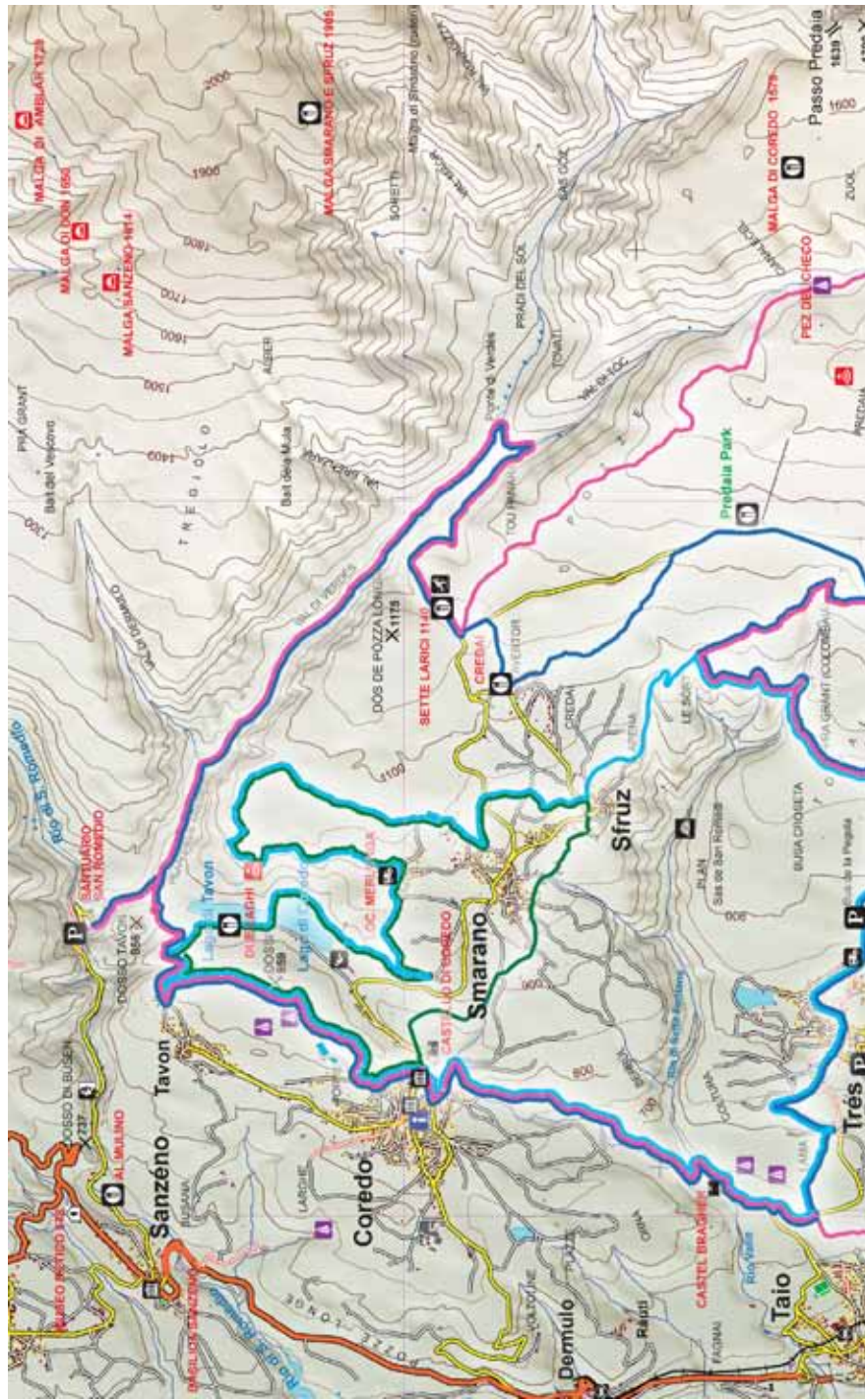
Dislivello in salita: **360 m**

Partendo da Palazzo Nero a Coredò si seguono le indicazioni per il percorso



Predaia MTB Numero 4 che sale leggermente in Loc. Dossi per raggiungere il parco giochi di Tavon e prosegue fino al bivio per il Santuario di San Romedio dove si separano gli itinerari 1 e 2. Seguendo le indicazioni del percorso n. 4 si prosegue pianeggiante fino alla segheria veneziana in Loc. Due Laghi dove inizia la salita di 2 km che porta a Loc. Merlonga. Da Merlonga si seguono le indicazioni Predaia MTB Numero 4 che coincidono con il pianeggiante "Sentiero Panoramico" e che porta a due terrazze con punto veduta sui Due Laghi e sul Santuario di San Romedio. Un'ultima breve salita porta in cima al bosco per raggiungere poi in piano gli abitati di Smarano e Sfruz. Qui il percorso n. 4 si separa dal percorso n. 3 e in discesa raggiunge il centro di Coredò.







LEGENDA

tratto ROSA: Percorso Predaia MTB numero 1

tratto BLU: Percorso Predaia MTB numero 2

tratto AZZURRO: Percorso Predaia MTB numero 3

tratto VERDE: Percorso Predaia MTB numero 4

Attenzione alla cartina poiché a tratti i 4 percorsi si sovrappongono

 parcheggi lungo la pista ciclopedonale

Lunghezza:	57 km
Dislivello in salita Passo Palade > Mostizzolo:	927 m
Dislivello in salita Mostizzolo > Passo Palade:	1845 m

TIPOLOGIA DI SEGNALETICA



Il territorio incorniciato dalla catena montuosa delle Maddalene chiude la Val di Non a nord. Si tratta di una delle zone più caratteristiche della valle, grazie ai suoi sconfinati pascoli e i piccoli centri contadini. La sua montagna è definita come la “più dolce” del Trentino per i suoi dislivelli mai troppo difficili.

Il Patto Territoriale delle Maddalene in collaborazione con il Servizio Conservazione della Natura e Valorizzazione Ambientale della Provincia di Trento ha disegnato all'interno di questo ampio territorio un percorso rampi pedonale che attraversa l'intera area delle Maddalene dal Passo della Palade a nord alla località Mostizzolo a sud da dove è possibile proseguire



collegandosi alla pista ciclabile della Val di Sole.

La pista è stata battezzata “RankiPino” e con una lunghezza totale di 57 km su fondo per lo più sterrato risulta adatta ad essere percorsa in mountain bike.

L'itinerario è accessibile a tutti e non presenta difficoltà tecniche. Sono presenti solo alcuni punti ripidi ma molto brevi. Di particolare interesse è il trat-



Foto Elena Marini Silvestri

Parcheggio di interscambio:

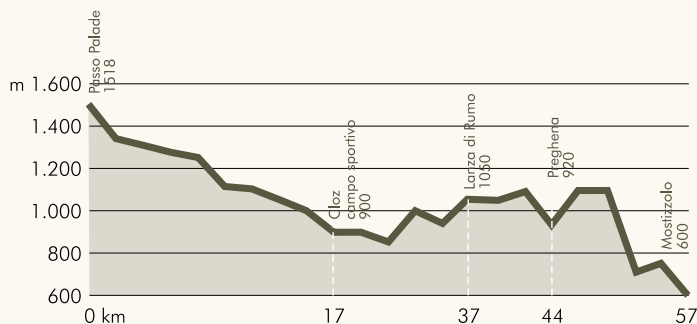
**Cloz, presso campo sportivo e
Loc. Frari a valle di Rumo**

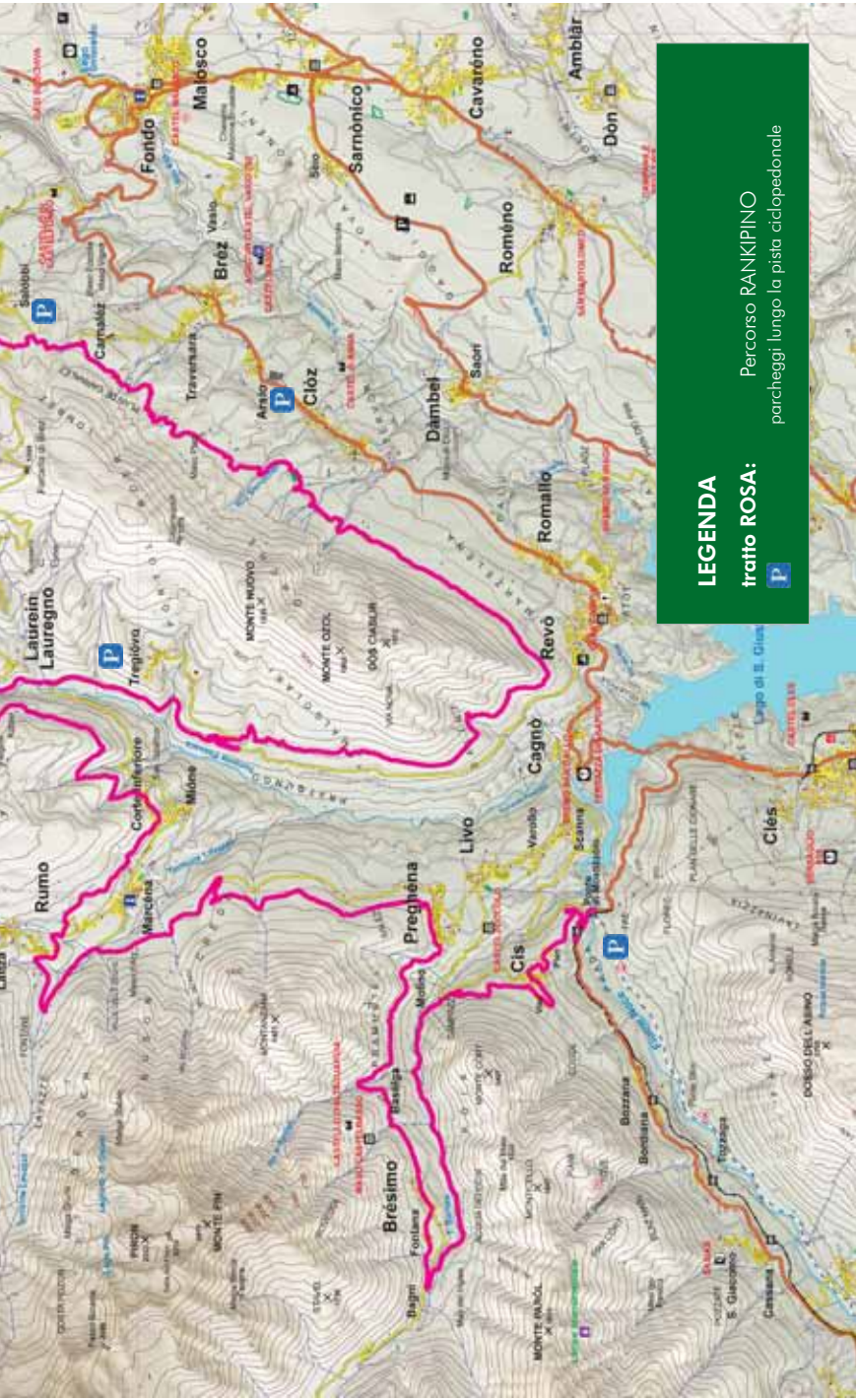
Dotato di apposita segnaletica



to compreso tra il paese di Cloz e la località "Frari" tra Revò e Rumo che risulta perfettamente pianeggiante poiché è stato ricavato da un vecchio canale irriguo. Proprio per la predisposizione di questo tratto a essere percorso da famiglie e appassionati al suo inizio e al suo termine, a monte del paese di Cloz e in località "Frari", sono stati creati due ampi parcheggi dove poter lasciare la propria auto e proseguire in sella alla mountain bike. Il percorso "RankiPino" attraversa cinque centri abitati compresi dell'area delle Maddalene: Cis, Bresimo, Pregonna, Rumo e Senale. Collegamenti con la pista in quota sono comunque disponibili e segnalati anche a partire da tutti i centri paese degli altri Comu-

ni presenti lungo il tratto Mostizzolo – Passo Palade.





LEGENDA

tratto ROSA:

parcchggi lungo la pista ciclopeditonale





SCUOLA

La scuola è aperta a tutti, senza limiti di età né preparazione fisica. Gli istruttori posseggono abilitazione di maestro di MTB e appartengono alla "Scuola di Ciclismo Fuoristrada Valli di Non e di Sole".

ATTREZZATURE

La Scuola dispone di:

- ▶ **60 MTB** di tutte le misure e di buon livello tecnico
- ▶ **2 furgoni** e un carrello per gli spostamenti e per il trasporto delle MTB.

CAMPO SCUOLA

Corsi base e avanzati per adulti e ragazzi per imparare l'utilizzo della MBT in totale sicurezza.

Tariffe: corso € 3,00 al giorno/noleggior MTB € 3,00 al giorno

CAVARENO PRESSO
TENNIS HALLE – VIA ROEN

COREDO PRESSO
SOLARIUM - LOC. PASSO PREDAIA

ESCURSIONI GUIDATE

Tante diverse proposte per chi vuole mettere in pratica le lezioni del campo scuola e per chi è alla ricerca di emozioni in sella alle due ruote: tranquille escursioni per godere a pieno delle bellezze dei pascoli e dei boschi; entusiasmanti discese al levar del sole per scoprire l'atmosfera del bosco al suo risveglio. E ancora: le bellezze del Parco Naturale Adamello Brenta attraverso le malghe del monte Peller e il fascino del Santuario di San Romedio.

Tariffa escursioni: € 7,00 comprensiva di eventuale noleggio MTB

SCUOLA CICLISMO FUORISTRADA VALLE DI NON E SOLE

bike@scuolabicivaldinonesole.com

www.scuolabicivaldinonesole.com

contatto facebook: www.facebook.com/valdinonbici



La bicicletta è un ottimo mezzo di trasporto e rappresenta un'attività sicuramente divertente e comoda! L'iniziativa TUTTINBICI ti dà la possibilità di spostarti facilmente da una località all'altra in sella ad una mountain bike o ad una city bike.

Avere a disposizione una bici per te e la tua famiglia è semplicissimo: basta recarsi presso uno dei punti sotto indicati dove un operatore ti consegnerà una bici che potrai utilizzare presentando un documento d'identità. Al termine dell'uso, dovrai restituire la bici alla medesima stazione di partenza.



Per info sui punti di consegna bici:
APT Val di Non tel. 0463 830133 info@visitvaldinon.it

**ALTRI SERVIZI DI NOLEGGIO BICI IN VAL DI NON
EMPORIO DEL CICLO**

Via Roma, 11 - 38013 Fondo (TN) - www.emporiodelciclo.it

BIKE



INFO

AZIENDA PER IL TURISMO VAL DI NON
Via Roma, 21 - 38013 FONDO (TN)
Tel. 0463.830133 - Fax 0463.830161
info@visitvaldinon.it

