

# In bici tra vigneti e frutteti.

*Una vacanza attiva, pedalando in relax  
tra vigne e filari di mele,  
dalle facili scampagnate per tutta la famiglia  
agli itinerari più impegnativi.*

E c'è anche il tracciato della vecchia ferrovia  
che sale dolcemente sopra la valle.





**L**a destinazione turistica Castelfeder si presta più che mai per una vacanza attiva in bicicletta. È infatti un buon punto d'appoggio per escursioni in mountain bike, city bike, bici da corsa ed e-bike, adatte a tutti. Ognuno infatti, in base alle proprie esigenze, al proprio allenamento e ai propri gusti, può scegliere l'itinerario che fa per lui o per la sua famiglia. Per iniziare, un'escursione facile, senza un dislivello apprezzabile, breve (solo 17 km) e che richiede non più di un'ora e mezza in sella, è quella che conduce al Lago di Caldaro. Questo lago di montagna, balneabile, è il più caldo di tutto l'arco alpino e per raggiungerlo si passa attraverso incantevoli frutteti e vigneti. Si parte dalla Piazza Principale di Ora e seguendo le indicazioni si arriva fino al ponte sull'Adige, superato il quale si prosegue fino in riva al lago. Dopo aver fatto il periplo del bacino lacustre si percorre a ritroso l'itinerario fino ad Ora. Un po' più impegnativa per la lunghezza (sono 37,4 km) e il tempo richiesto (circa 2 ore e mezza) ma sempre con poco dislivello, è il giro completo del Monte di Mezzo, l'asperità di porfido posta in mezzo alla Valle dell'Adige che fa da confine

naturale tra l'Oltradige e la Bassa Atesina. Anche per questo itinerario si può partire dalla Piazza Principale di Ora, ma anche da Egna o da Salorno e, una volta raggiunto il ponte sull'Adige, come per l'itinerario precedente, ci si immette sulla pista ciclabile della Valle dell'Adige percorrendola verso nord in direzione Bolzano. Dopo essere arrivati ai piedi della montagna di Castel Firmiano, si svolta a sinistra lungo un tratto leggermente in salita, fino ad Appiano per poi dirigersi in direzione sud sulla via del ritorno, nella romantica Valle Lavason, pedalando su una strada di campagna. Infine, seguendo le indicazioni si rientra ad Ora.

### Il tracciato della vecchia ferrovia

Più difficile, per il dislivello che copre, 873 metri, e quindi più adatto a persone allenate (ma la mountain bike elettrica qui può venire in aiuto!) è il tracciato della vecchia ferrovia della Val di Fiemme. Proprio il fatto che questo itinerario si elevi gradualmente sopra la Bassa Atesina, senza strappi, visto che fino al 1963 qui passava il treno, ne garantisce l'eccezionale suo valore panoramico, che si incrementa mano a mano che si sale.

Si parte dal campo sportivo di Ora, e, attraversando il biotopo Castelfeder, si sale verso Pinzano e Montagna. Da qui si continua attraverso un tratto molto suggestivo che prevede il passaggio sopra il viadotto di Gleno e l'ingresso in alcune gallerie. Passati davanti al Castello d'Enna ci si indirizza verso i masi di Doladizza da cui poi, pedalando nel meraviglioso paesaggio montano del Parco Naturale Monte Corno, si giunge a Fontanefredde e quindi al culmine della salita sul Passo di San Lugano, a 1110 metri di altitudine, dopo 21 km e tre ore in sella.

### Per i più allenati

Fin qui vi abbiamo proposto 3 itinerari: uno facile, uno di media difficoltà, uno difficile. Ma per chi non si accontenta e desidera percorrere distanze maggiori altre sono le possibilità. Per esempio la pista ciclabile da Salorno a Bressanone (76 km), l'itinerario che porta fino a Torbole, sul Lago di Garda, attraverso Trento, Rovereto, Mori e il Passo di San Giovanni (92 km) o ancora la pista ciclabile da Salorno a Malles in Val Venosta, attraverso Bolzano e Merano, lungo l'Adige di 120 km.

