

Via Alta Crio

Unire Lumino al Passo del Lucomagno non per la via più breve o facile, ma per quella più bella. È questa la Via Alta Crio, un trekking d'alta quota attraverso valli e vette remote e preservate che conduce in dieci giorni, cento chilometri, ventiduemila metri di dislivello, laddove in auto si arriverebbe in un'ora; toccando tredici vette di cui dieci oltre i tremila metri.

Una sfida da cogliere per tutti gli sportivi consapevoli che la meta è una scusa per mettersi in cammino. Un cammino assai variegato che regala l'adrenalina dei passaggi tecnici ad alta quota, valli selvagge di natura indomita intervallate da tratti più docili, grembi accoglienti ed essenziali che promuovono la contemplazione.

L'eterogeneità del percorso, che offre lunghe tappe tecnicamente impegnative intervallate da tappe più brevi e tecnicamente facili, unita alle molteplici possibilità di collegarsi al fondovalle, permette a chi lo desidera di ritagliarsi un trekking su misura.

Dalla cascina degli alpigiani destinata a spartano rifugio, alle moderne capanne custodite, fino al nuovo bivacco posto a 2'700 metri di quota, sulla Via Alta Crio anche pernottare diventa esperienza unica e indimenticabile.

Non resta dunque che mettersi in marcia su un itinerario che si snoda oltre i duemila metri di quota, spesso toccando e superando i tremila, tra scenari spettacolari e forme di vita silente, adatte all'ambiente estremo che abbiamo il privilegio di attraversare.



Adula (5)

Bellinzona e Valli Turisimo
Piazza Collegiata 12
6500 Bellinzona
T +41 (0)91 823 21 31
info@bellinzonaevalli.ch
www.bellinzonaevalli.ch

BELLINZONA E VALLI

Senda del Bò, Piz di Strega (2)



Piz di Strega (3)



Via Alta Crio

Von Lumino zum Lukmanierpass, aber nicht auf dem kürzesten oder einfachsten Weg, sondern auf dem schönsten – das ist die Via Alta Crio. Eine Höhenwanderung durch einsame Täler und über unberührte Berge, die in 10 Tagen mit 100 Kilometer und 22'000 Höhenmeter dorthin führt, wo man mit dem Auto in einer Stunde sein könnte. Unterwegs werden 13 Gipfel besucht, davon 10 Dreitausender.

Eine Herausforderung für all jene, die Wanderziele gerne zum Vorwand für sportliche Leistungen nehmen. Die abwechslungsreiche Strecke bietet den Adrenalinkick anspruchsvoller Passagen in grosser Höhe ebenso wie wilde Täler mit ungezähmter Natur und sanfte, gemütlich-schlichte Landschaften, die zur Kontemplation einladen.

Da sich entlang der Route die langen, technisch anspruchsvollen Etappen immer wieder mit kürzeren, leichteren Etappen abwechseln, und vielerorts vom Talboden aus eingestiegen werden kann, lässt sich das Trekking fast beliebig massschneiden.

Von der Alphütte, die zur spartanischen Unterkunft umgenutzt wurde, über moderne, bewartete Hütten bis zum neuen Biwak auf 2700 Meter: Auf der Via Alta Crio ist sogar die Übernachtung ein einzigartiges, unvergessliches Erlebnis.

Also los! Es erwartet uns eine Entdeckungsreise auf über 2000 Meter, manchmal sogar jenseits der Dreitausendergrenze, durch spektakuläre Landschaften und vorbei an stillen Lebensformen, die sich perfekt an diese extreme Umgebung angepasst haben – und die wir wandernd bestaunen können.

Cima Rossa (4)



Bivacco Piano della Parete (4)



Via Alta Crio

Lumino-Lucomagno

Via Alta Crio

Not the shortest or easiest route connecting Lumino to the Lukmanier Pass, but certainly the most beautiful one. This is the Via Alta Crio, a high-altitude trek through remote, well-preserved valleys and over peaks that takes ten days, covers one hundred kilometres, with an altitude difference of twenty-two thousand metres, which could be reached by car in just an hour; touching thirteen peaks, ten of which are over three thousand metres. A challenge to be taken on by all athletes who are well aware that the destination is an excuse to begin a journey. An extremely varied route offering an adrenaline rush during high-altitude technical passages, wild valleys of untamed nature interspersed with more manageable stretches, and welcoming and essential intervals that encourage contemplation.

The diversity of the route, which offers long, technically demanding stages interspersed with shorter and technically easier stages, combined with the multiple possibilities of connecting to the valley floor, allows those who wish to carve out a tailor-made trek.

From the alpine farmstead intended as a spartan refuge, to the modern supervised huts, to the new bivouac located at 2,700 metres above sea level, even staying overnight on the Via Alta Crio becomes a unique and unforgettable experience.

All that remains now is to set off on an itinerary that winds its way over two thousand metres above sea level, often touching and exceeding three thousand metres, among spectacular scenery and quiet forms of life that have adapted to the extreme environment that we have the privilege of crossing.

Piano della Greina (8)



Val Scaradra (7)



Piz Cassimoi (6)



Sicurezza / Sicherheit / Safety



Difficoltà: Itinerario alpino impegnativo per escursionisti esperti. Tracciato realizzato per essere percorso da sud a nord.

Sono richiesti: Buona esperienza. Condizione fisica adeguata. Pianificazione dettagliata (vie di fuga, meteo, ...). Passo sicuro e assenza di vertigini.

Equipaggiamento: Buoni scarponi con abbigliamento adeguato. Materiale d'orientamento (carta, bussola, altimetro, ev. GPS). Ev. spezzone di corda.

Da non sottovalutare: Verificare lo stato delle corde fisse. Quota elevata. Cambiamenti meteorologici. Presenza di nevi a inizio stagione. Ripidi pendii erbosi. Lunghi tempi di percorrenza. Ricezione telefonica a volte assente. Vie di fuga impegnative.

Capanne e rifugi: Informarsi sulla presenza del custode. Prenotare per tempo (annullare in caso di impedimenti).

Schwierigkeit: Anspruchsvolle alpine Route für erfahrene Wanderer. Der Weg ist für eine Begehung von Süden nach Norden eingerichtet und markiert.

Anforderungen: Gute Erfahrung in alpinem Gelände, ausreichende körperliche Verfassung, detaillierte Planung (Fluchtwege, Wetter usw.), Trittsicherheit im weglosen Gelände und Schwindelfreiheit.

Ausrüstung: Gutes Schuhwerk, adäquate Bekleidung, Orientierungsmaterial (Karte, Kompass, Höhenmesser, evtl. GPS), evtl. Seilstück.

Nicht zu unterschätzen: Zustand der Fixseile überprüfen, grosse Höhe, plötzliche Wetterumschwünge, Schneefelder im Frühsommer, steile Grashänge, lange Etappen, zeitweise kein Mobiltelefon-Empfang, anspruchsvolle Fluchtwege.

Hütten: Sich erkundigen, ob die Hütte bewartet ist. Rechtzeitig reservieren (und bei Verhinderung absagen).

Difficulty: Challenging alpine route for expert hikers. Route designed to be hiked from south to north.

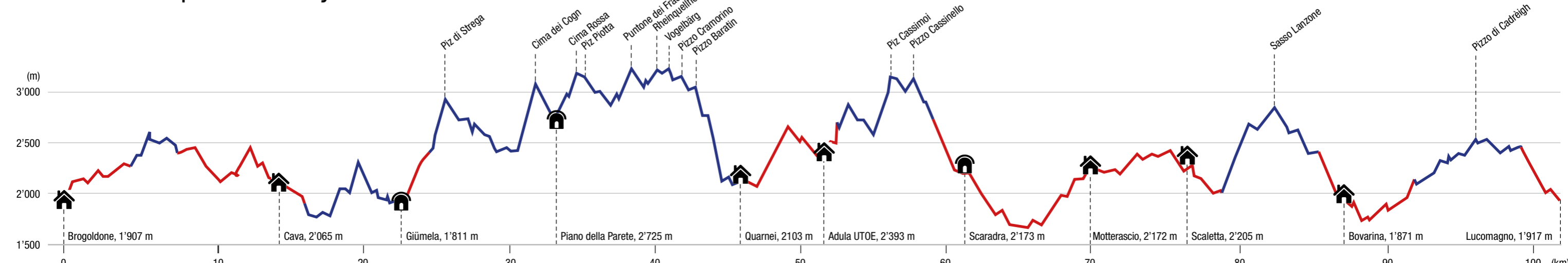
Requirements: Good level of experience. Appropriate physical condition. Detailed planning (escape routes, weather, etc). Good balance and sure-footedness.

Equipment: Good boots with appropriate clothing. Orientation materials (map, compass, altimeter, GPS if necessary). A length of rope if necessary.

Do not underestimate: Check the condition of the fixed ropes along the route. High altitude. Weather changes. There can be snowfields at the beginning of the season. Steep grassy slopes. Long hiking times. No telephone reception in some areas. Challenging escape routes.

Huts and shelters: Find out if supervisor is present. Book in advance (cancel if plans change).

Altimetria / Höhenprofil / Altimetry



regal CH: 1414 International: +41 333 333 333 SOS 112

1. Brogoldone 1'907 m - Cava 2'065 m

1'250 m 1'210 m 15 km 2'575 m 7 h
Dal balcone affacciato sul Bellinzonese la Via Alta Crio volta le spalle alla pianura per inoltrarsi nei territori discosti e selvaggi delle Valli di Cresciano e Osogna, e raggiungere la Capanna Cava.

Von der Terrasse hoch über Bellinzona kehrt die Via Alta Crio dem Talboden den Rücken, um in die einsame und wilde Landschaft der Täler von Cresciano und Osogna einzudringen und die Capanna Cava zu erreichen.

From the vantage point overlooking the Bellinzona region, the Via Alta Crio turns its back on the valley to venture into the remote and wild terrain of the Cresciano and Osogna Valleys to reach Capanna Cava.

2. Cava 2'065 m - Giümela 1'811 m

660 m 910 m 8 km 2'294 m 4 h
Un passaggio tra due vallate che sembra impossibile, ma proprio nel mezzo della parete, un'incredibile cengia nella roccia offre la possibilità di raggiungere il versante opposto.

Auf den ersten Blick sieht das Vorhaben unmöglich aus, doch ein unglaubliches Band mitten durch die Felswand verbindet die beiden Täler der heutigen Etappe.

A crossing between two valleys that seems impossible, but right in the middle of the wall, an incredible rock ledge makes it possible to reach the opposite side.

3. Giümela 1'811 m - Piano della Parete 2'725 m

1'990 m 1'120 m 10,7 km 3'062 m 7,30 h
L'aerea cresta porta al Piz di Strega, poi si scende in Val Mèdra che si attraversa lungo un incredibile ed esposto sentiero. La salita alla Cima dei Cogn (3'062 m) è assai ripida, ma da qui il bivacco è ormai vicino!

Ein luftiger Grat führt auf den Piz di Strega, dann steigen wir ins Val Mèdra hinab und queren es auf einem erstaunlichen, ausgesetzten Weg. Der Aufstieg zur Cima dei Cogn (3062 m) ist sehr steil, aber das Biwak nicht mehr weit!

The lofty crest leads to Piz di Strega, then descends into Val Mèdra crossing along an incredible and wide-open trail. The climb to Cima dei Cogn (3'062 m) is very steep, but at this point the bivouac is nearby!

4. Piano della Parete 2'725 m - Quarnei 2'103 m

1'250 m 2'000 m 12,7 km 3'217 m 8 h
Raggiunta la Cima Rossa (3'161 m) inizia la lunga e aerea cavalcata in cresta che tocca ben sette "tremila" e si conclude con la discesa alla Capanna Quarnei.

Auf der Cima Rossa (3161 m) beginnt eine lange, luftige Gratwanderung über nicht weniger als sieben Dreitausender, dann folgt der Abstieg zur Capanna Quarnei.

Upon reaching Cima Rossa (3,161 m), the long, high-altitude ridge crossing begins, touching no fewer than seven 'three-thousanders' and ends with a descent to Capanna Quarnei.

5. Quarnei 2'103 m - Adula UTOE 2'393 m

630 m 340 m 4,5 km 2'647 m 2,30 h
La tappa è breve ma intensa! Si percorrono i pendii dell'Adula (3'402 m la vetta più alta del Ticino), sino al Laghetto dei Cadabi, da dove lungo antiche morene si scende alla Capanna Adula UTOE.

Eine kurze, aber erlebnisreiche Etappe! Wir folgen den Flanken der Adula (mit 3402 Meter die höchste Erhebung des Tessins) bis zum Laghetto dei Cadabi und steigen über alte Moränen hinab zur Capanna Adula UTOE.

This stage is short but intense! Hike along the slopes of the Adula (the highest peak in Ticino at 3,402 m) to Laghetto dei Cadabi, from where the descent begins along ancient glacial deposit terrain to Capanna Adula UTOE.

6. Adula UTOE 2'393 m - Scaradra 2'173 m

1'360 m 1'580 m 10,3 km 3'128 m 7 h
Pietraie e ciclopici massi caratterizzano questa tappa. Si scalano le eleganti ed esposte creste sud dei pizzi Cassimoi (3'128 m) e Cassinello (3'102 m): arrampicate mai difficili ma suggestive e panoramiche.

Blockhalden und Felsbrocken prägen die Etappe. Wir erklimmen die eleganten, exponierten Südgrate des Pizzo Cassimoi (3'128 m) und Cassinello (3'102 m). Die Kletterei ist nie schwierig, aber beeindruckend und aussichtsreich.

Scree slopes and gigantic boulders characterise this stage. Climb the majestic and exposed southern ridges of Pizzo Cassimoi (3'128 m) and Pizzo Cassinello (3'102 m): climbing the rocks is not difficult, but it is breathtaking and picturesque.



7. Scaradra 2'173 m - Motterascio 2'172 m

700 m 700 m 7,8 km 2'192 m 3,30 h
Tra verdi pascoli, lariceti e il blu del lago Luzone attraversiamo un ambiente bucolico e rilassante, dove viene ancora praticata la pastorizia che regala prodotti genuini di prima qualità.

Zwischen grünen Weiden, Lärchenwäldern und dem Blau des Lago di Luzone durchqueren wir eine idyllische, erholsame Landschaft. Die hier betriebene Alpwirtschaft ist bekannt für ihre Qualitätsprodukte.

Amidst green pastures, larch woods and the blue of Lake Luzone, pass through a bucolic and relaxing environment where livestock is still reared, yielding high-quality genuine products.

8. Motterascio 2'172 m - Scaletta 2'205 m

350 m 320 m 7,5 km 2'371 m 2,30 h
Attraversiamo l'altopiano della Greina: vasti spazi racchiusi tra le vette custodiscono una grande varietà geologica e botanica. Laghetti, torbiere, torrenti sinuosi e curiose marmotte segnano il passo.

Wir durchqueren die Greinaebene, ein weites, von Gipfeln eingefasstes Hochtal mit grosser geologischer und botanischer Vielfalt. Kleine Seen, Moore, mäandrierende Bäche und neugierige Murmeltiere säumen den Weg.

Cross the Greina plateau of vast spaces enclosed by peaks which preserve important geological and botanical diversity. Small lakes, peat bogs, meandering streams and curious marmots highlight the trail.

9. Scaletta 2'205 m - Boverina 1'871 m

1'100 m 1'450 m 11,5 km 2'826 m 5,30 h
Al Sasso Lanzone ci troviamo in bilico fra due mondi. Lasciandoci alle spalle i ghiacciai e i loro resti ci incamminiamo verso il verde dei pascoli in cui è incastonato il Lago Retico, vera gemma delle Alpi.

Auf dem Sasso Lanzone balancieren wir zwischen zwei Welten. Wir lassen die Gletscher und deren Spuren hinter uns und wandern über grüne Weiden zum Lago Retico, einer wahren Perle der Alpen.

Sasso Lanzone is poised between two worlds. Leaving the glaciers and their rubble behind, set off towards the green pastures in which Lake Retico, a true gem of the Alps, is nestled.

10. Boverina 1'871 m - Lucomagno 1'917 m

1'070 m 1'020 m 13,8 km 2'516 m 5,30 h
Cinque chilometri lungo un'affilata dorsale erbosa che conduce alle nere rocce del Passo di Gana Negra. Sullo sfondo si scorge il Lago di Santa Maria, punto finale della Via Alta Crio.

Fünf Kilometer entlang eines schmalen Grasrückens führen uns zu den schwarzen Felsen des Passo di Gana Negra. Bald zeigt sich weit unten der Lago di Santa Maria, Endpunkt der Via Alta Crio.

Five kilometres along a sharp grassy ridge leads to the black rocks of the Passo di Gana Negra. Lago di Santa Maria is in the distance, the end point of the Via Alta Crio.



Brogoldone 1'907 m
Home icon, Location pin icon, Bed icon 49, Signal strength icon 3/5
@ www.brogoldone.ch
Phone icon -



Cava 2'065 m
Home icon, Location pin icon, Bed icon 36, Signal strength icon 4/5
@ www.utoe-biasca.ch
Phone icon +41 91 870 14 44



Giümela 1'811 m
Home icon, Location pin icon, Bed icon 8, Signal strength icon 3/5
@ www.patriziatobiasca.ch
Phone icon -



Piano della Parete 2'725 m
Home icon, Location pin icon, Bed icon 10, Signal strength icon 3/5
@ www.satlucomagno.ch
Phone icon -



Quarnei 2'103 m
Home icon, Location pin icon, Bed icon 50, Signal strength icon 3/5
@ www.quarnei.ch
Phone icon +41 91 870 26 40



Scaradra 2'173 m
Home icon, Location pin icon, Bed icon 12, Signal strength icon 3/5
@ www.refugioscaradra.ch
Phone icon -



Lumino
Home icon, Location pin icon, Bed icon 52, Signal strength icon 4/5
@ www.satlucomagno.ch
Phone icon +41 91 872 26 28



Bovarina 1'871 m
Home icon, Location pin icon, Bed icon 42, Signal strength icon 5/5
@ www.capannabovarina.ch
Phone icon +41 91 872 15 29

	Dislivello in salita Höhenmeter im Aufstieg Difference in uphill elevation		Tempo di percorrenza Wanderzeit Hiking time		Presenza guardiano Anwesenheit Hüttenwart Hut supervisor		www.sbb.ch
	Dislivello in discesa Höhenmeter im Abstieg Difference in downhill elevation		Traccia alpina Alpinwanderweg Alpine hiking trail		Posti letto Anzahl Schlafplätze Beds		www.swisstransferclub.ch +41 79 413 68 68
	Lunghezza tappa Länge der Etappe Stage length		Sentiero di montagna Bergwanderweg Mountain hiking trail		Ricezione telefonica Telefonempfang Telephone reception		Olivone: Comune / Gemeinde / Municipality Lumino: Teleferica/Seilbahn/Ropeway
	Quota massima Maximale Höhe Maximum altitude		Capanna custodita Bewartete Hütte Supervised hut		Telefono capanna Hüttentelefon Hut telephone	www.viacrio.ch	
	Difficoltà del percorso Schwierigkeitsgrad Difficulty of the route		Rifugio non custodito Unbewartete Hütte Unsupervised hut		Sito internet Webseite Website		

Testi: Cindy Fogliani / Foto: Marco Volken / Stampa: Salvioni arti grafiche / 04.2024



Adula UTOE 2'393 m
Home icon, Location pin icon, Bed icon 53, Signal strength icon 4/5
@ www.adula-utoe.ch
Phone icon +41 91 872 16 75



Motterascio 2'172 m
Home icon, Location pin icon, Bed icon 72, Signal strength icon 1/5
@ www.capannamotterascio.casticino.ch
Phone icon +41 91 872 16 22



Scaletta 2'205 m
Home icon, Location pin icon, Bed icon 52, Signal strength icon 4/5
@ www.satlucomagno.ch
Phone icon +41 91 872 26 28