

Turismo - Alto Adige, montagna smart: sul Renon si pedala e si cammina su oltre 300 chilometri di sentieri in quota

Bolzano - 11 giu 2026 (Prima Notizia 24) L'altopiano altoatesino offre un'estate ricca di attività all'aperto, collegamenti rapidi da Bolzano e itinerari per sportivi e famiglie.

L'altopiano del Renon imposta la propria programmazione turistica estiva valorizzando la combinazione tra la quota montana, la rapidità di collegamento con il fondovalle e la ricca offerta di attività all'aria aperta. La località si sviluppa a un'altitudine media di circa 1.200 metri ed è raggiungibile in appena dodici minuti di viaggio a bordo della funivia che parte direttamente dal centro di Bolzano. Questa eccezionale vicinanza geografica con il capoluogo rappresenta una vera e propria cifra storica per il territorio, configurandosi come il fattore chiave che ha dato origine alla cosiddetta "Sommerfrische". Si tratta della storica consuetudine dei cittadini bolzanini di trasferirsi in quota durante i mesi più caldi dell'anno per trovare refrigerio. Oggi quella stessa escursione termica e le caratteristiche morfologiche dell'area vengono sfruttate per coordinare un vasto distretto sportivo naturale, caratterizzato da boschi di larici, ampie praterie e pascoli alpini con dislivelli variabili, ideali per la corsa, il tennis, il fitness o il tiro con l'arco. La rete escursionistica mette in connessione più di 300 chilometri di sentieri perfettamente segnalati che si spingono fino alle vette più panoramiche, come il Corno del Renon. Tra gli itinerari più accessibili spicca il Sentiero Panoramico del Corno del Renon a Cima Lago Nero, situato a 2.069 metri di altitudine e raggiungibile tramite la cabinovia che parte dalla località di Pemmern. Il tracciato si sviluppa come un anello pianeggiante di circa 2,8 chilometri, completabile in 45 minuti di cammino e strutturato per accogliere anche i passeggini da trekking. Lungo questo cammino i visitatori incontrano installazioni culturali e didattiche come il tavolo rotondo e il Dolomitoskop, pensate per l'osservazione e l'interpretazione geologica delle vette dolomitiche circostanti. Al contrario, i camminatori più esperti e allenati possono misurarsi con la Cieloronda, un impegnativo itinerario di 16,5 chilometri che richiede tra le 5 e le 6 ore di percorrenza a fronte di un dislivello positivo di circa 980 metri. Questo percorso si snoda tra i pascoli d'alta quota, tocca il giardino roccioso del Corno di Sotto e incrocia una tradizionale distilleria di olio di pino mugo, unendo l'esercizio fisico alla scoperta delle risorse storiche alpine. Il Renon si propone come uno scenario ideale anche per gli appassionati di corsa e trail running, poiché il clima fresco e la varietà dei terreni permettono di strutturare allenamenti mirati alla resistenza e alla potenza sia su percorsi pianeggianti da jogging sia su pendenze severe. Parallelamente, il cicloturismo rappresenta una colonna portante della mobilità estiva. I collegamenti tra Soprabolzano e il Corno del Renon, così come i sentieri tra Monte di Mezzo, Bad Siess e Tann, offrono tracciati di media difficoltà tecnica tra boschi e malghe. Per chi predilige una pedalata più rilassante, i percorsi Collalbo-Riggermoos e Collalbo-Longomoso sono catalogati come itinerari

facili. La massiccia introduzione delle e-bike ha rivoluzionato la fruizione turistica dell'altopiano, agevolando gli spostamenti sulle lunghe distanze e i collegamenti tra le diverse frazioni. Il territorio supporta questa transizione con centri di noleggio dislocati a Soprabolzano e Stella, stazioni di ricarica rapida a Collalbo, alla baita Feltuner, ad Auna di Sotto e a Longostagno, oltre a prevedere tour accompagnati da guide locali ogni martedì e giovedì. Oltre alle discipline di fondo e di fatica, l'offerta estiva riserva ampi spazi al benessere e alla rigenerazione corporea slegata dalla pura prestazione agonistica. Nella zona boschiva tra Tann e Bad Siess, il Sentiero Kneipp sfrutta le sorgenti di acqua fredda d'alta quota per favorire la riattivazione della circolazione sanguigna degli atleti dopo una sessione di corsa o di ciclismo. Gli amanti dello sport indoor e delle strutture attrezzate possono invece fare riferimento alla Ritten Arena di Collalbo, un centro polifunzionale che ospita campi da tennis all'aperto, una piscina riscaldata dotata di trampolino e un'area fitness interna per l'allenamento funzionale. Le proposte dedicate all'equilibrio corporeo e alla concentrazione includono sessioni di yoga sui prati, camminate con la tecnica del nordic walking e la possibilità di effettuare escursioni di trekking in compagnia di lama e alpaca presso il maso Kaserhof, della linea di un altopiano concepito come uno spazio sportivo integrato e diffuso.

(Prima Notizia 24) Giovedì 11 Giugno 2026