

Eine Rundstrecke mit Abfahrt in Domodossola zur Entdeckung der ländlichen Weiler des unteren Valle Bognanco. Die Geschichte der menschlichen Besiedlung am Fuß der Berge erzählt das gemeinsame Abenteuer kleiner ländlicher Gemeinschaften, die ständig einen harten Kampf gegen die Widrigkeiten und die Rauheit des Gebirges austrug. Es ist eine faszinierende Geschichte, die nicht weit in der Vergangenheit zurückliegt, sondern auch das Gebiet gekonnt geprägt und Lebensmöglichkeiten in einer von steilen Bergen beherrschten Umgebung geschaffen hat.

Die Route beginnt am **internationalen Bahnhof von Domodossola**. Wer mit dem Auto anreist, sollte den großen Parkplatz „della Vigezzina“ in der Via Piave hinter dem Bahnhof nutzen.

Nach dem Bahnhof geht es geradeaus am **Corso Paolo Ferraris** bis zur zweiten Kreuzung, wo man nach links in die **Corso Fratelli Di Dio** abbiegt und den kleinen Platz der Gemeinde erreicht. Danach geht es geradeaus auf der **Via Garibaldi** weiter bis zum nächsten Platz, von dem mehrere Straßen abgehen. Nun geht es an der zweiten Straße nach links in die **Via Rosmini**, die dann zur **Via Matterella** wird und die **Tangenziale Dalla Chiesa** kreuzt. Die Auffahrt erfolgt an der rechten Seite entlang der Tangenziale. Nach zwei Kreisverkehren geht es weiter bis zur Kreuzung mit der **Via Giuseppe Di Vittorio**. Dann biegt man links ab und fährt bis zur Straßenbrücke über den Fluss Bogna. Nach der Überquerung der Brücke biegt man sofort von der Hauptstraße in die gepflasterte Straße ein, die durch das Zentrum von **Mocogna** führt und das kleine Oratorium erreicht. Ein wenig später erreicht man einen kleinen Platz mit einem Steinbrunnen. Hier beginnt der Maultierpfad nach Cisore und Monteossolano (Pfad D00 – Via Stockalper Val Bognanco). Die Auffahrt beginnt entlang der Karale. An der kleinen Kapelle fährt man links und nach ein paar Kehren erreicht man das Dorf **Cisore**, in der man die Fahrstraße kreuzt. Nun folgt man der Fahrstraße, die mit steilen Kehren ansteigt, bis man **Pregliasca** und schließlich **Monteossolano** erreicht. Nach dem Parkplatz führt ein letzter steiler Abschnitt zum Zentrum des Dorfes, das man durchqueren muss, um die schöne Kirche San Gottardo mit dem Aussichtspunkt über dem Tal zu erreichen. Von der Kirche schlägt man den Handweg (Pfad D00) zum malerischen **Oratorium von Dagliano** ein, das dem Heiligen Rocchus geweiht ist. Vom Maultierpfad geht es hinter dem Oratorium in einen steilen Pfad, der zu einer grob asphaltierten Straße wird und zum Dorf **Pianezza** führt, das nicht nur wegen einer typischen alten Weinpresse

einen kurzen Besuch wert ist. Von Pianezza geht es über einen letzten steilen asphaltierten Abschnitt zur Kreuzung mit der Provinzstraße des Valle Bognanco. An der rechten Seite fährt man etwa 150 m hinauf, bis man die klar erkennbare **Steinbrücke** über den Fluss erreicht. Nach der Überquerung der Brücke und folgt man dem Maultierpfad, der einige steile Abschnitte aufweist und bis zur Ortschaft **San Marco** führt. Von hier verläuft die asphaltierte Straße auf halber Hanghöhe bis zur Kreuzung mit der Provinzstraße in der Ortschaft **Campeglio**, die etwa 300 m bis zur Abzweigung nach Bosco und Ploi bergauf führt. Nun beginnt eine harte Auffahrt mit Kehren und einigen sehr steilen Abschnitten. Die beiden Dörfer **Bosco** und **Ploi** sind wegen ihrer schönen Steinarchitektur und ihrer ruhigen Atmosphäre einen Besuch wert. 200 m vor Ploi führt ein Forstweg in Richtung Alpe Barca und Alpe Manzano. Diesen Weg muss man etwa 400 Meter folgen und an der zweiten Kehre auf einen Pfad abbiegen, der den aus Ploi kommenden Pfad kreuzt (der jedoch bei der Auffahrt nicht befahrbar ist). Nun geht es nach rechts und über den Hangweg zum ersten Tal, das zum Dorf **Crestapiana** mit ein paar Bauernhöfen führt, die auf einem Moränenhügel thronen. Danach geht der Weg bergab bis zu einer kleinen Holzbrücke über den **Rio Molezzano** und auf halber Hanghöhe mit einigen anspruchsvollen Abschnitten mit kurzen Portagen weiter. Nach einem weiteren kleinen Tal erreicht man die kleine Gruppe von Häusern der **Alpe Pontasca**, von wo ein Schotterweg hinunter ins Dorf **Bei** führt. Nachdem man den Ort durchquert hat, nimmt man die Fahrstraße, die zur Straße Domodossola – Alpe Lusentino hinunterführt, der man bis zu den Weilern **Tagliaroli** und **Sala** folgt, wo man links den Maultierpfad einschlägt, der ins Zentrum von **Vagna** mit der schönen Pfarrkirche San Brizio führt. Vom Dorfzentrum geht ein breiter Maultierpfad zur Ortschaft **Castanedo**, wo man die Via Giuseppe di Vittorio kreuzt, die bergauf zurückzulegen ist. Nun geht es auf dem bereits zurückgelegten Weg durch die Stadt zurück zum **Bahnhof Domodossola**.

TECHNISCHE ASPEKTE

Der Weg wechselt zwischen asphaltierten, teils sehr steilen Abschnitten, Pfaden und Maultierpfaden.

Es ist zu beachten, dass die Wege und Maultierpfade nicht ausschließlich für Fahrräder bestimmt sind, daher sollte man vor allem in Kurven oder an unübersichtlichen Stellen die Geschwindigkeit immer mäßigen. Dasselbe gilt beim Durchqueren der kleiner Dörfer und Almen.

GEFÄHRLICHE STELLEN

Der Abschnitt von Crestapiana zur Alpe Pontasca weist einige enge und etwas exponierte Abschnitte mit kleinen Felsen oder Stufen bei der Abfahrt auf, wegen denen das Fahrrad für ein paar Meter geschoben werden muss.

TECHNISCHE DATEN

Geografisches Gebiet: Verbano Cusio Ossola / Ossola / Valle Bognanco

Ausgangsort: Domodossola (Bahnhof 270 m)

Ankunftsort: Domodossola (Bahnhof 270 m)

Etappen: 1

Länge: 25 km

Gesamtaufahrt: zirka 1100 m

Gesamtabfahrt: zirka 1100 m

Schwierigkeitsgrad: BC (MITTEL)

Durchschnittliche Dauer: 2 Stunden 30 Minuten

Mindestseehöhe: 270 m ü.M. (Bahnhof Domodossola)

Erreichbare Seehöhe: 907 m ü.M. (Kehre ober Pioi)

Befahrbarkeit: Gut

Empfohlene Jahreszeit: April-November

Spezifische Beschilderung: Nein

Zielpersonen: Hobby-Mountainbiker

AUSSICHTSPUNKTE

Monteossolano, Pioi, Alpe Pontasca, Bei

GASTSTÄTTEN

Domodossola, Mocogna, Vagna

TOURISTENINFORMATIONSBÜRO

DOMODOSSOLA – Piazza Matteotti, Bahnhof – 28845 Domodossola (VB), Tel. +39 0324 248265, infopoint@visitossola.it

BOGNANCO TERME – Via Cavallini – 28842 Bognanco (VB), Tel. +39 0324 234127, info.prolocobognanco@gmail.com

FAHRRADSERVICE

Ciclomania Barale, **Verkauf-Werkstatt-Verleih**, Via Papa Giovanni XXIII 64 – 28845 DOMODOSSOLA (VB), Tel. +39 0324 241203, info@ciclomania.com , www.ciclomania.com

Il Ciclista di Calvetti Fabio & Brusco Stefano, **Verkauf-Werkstatt-Verleih**, Via Ferdinando Disegna 10 – 28845 DOMODOSSOLA (VB), Tel. +39 0324 227400, ilciclista.snc@tiscali.it, <http://www.ilciclista.com>, <http://www.ilciclista.com>

BikeMotion, **Verkauf-Werkstatt-Verleih**, Corso Colonnello Attilio Moneta 57 – 28845 DOMODOSSOLA (VB), Tel. +39 349 2562899 info@bikemotionshop.com, www.bikemotionshop.com

Cicli Niccioli, **Verkauf-Werkstatt-Verleih**, Via Luigi Cadorna 42 - 28845 Domodossola VB Tel. 0324 45533 / 366 304 9272 cicli.niccioli@libero.it

LADESTATIONEN

Es gibt keine Ladestationen, aber für den Höhenunterschied und die zurückzulegenden Kilometer sind keine zusätzlichen Ladungen erforderlich.

INTERESSENSPUNKTE

Entlang der Strecke

Domodossola: Sehenswert sind die Altstadt mit der schönen Piazza Mercato, die Stadtmuseen im Palazzo Silva und der Palazzo San Francesco, der mittelalterliche Turm, die Stiftskirche SS. Gervasio und Protasio.

Die Bergbauernzivilisation

Im unteren Abschnitt des Berggebiets des Val Bognanco hat sich in den letzten tausend Jahren die landwirtschaftliche Nutzung mit Terrassierungen entwickelt. Nach dem Siedlungsmodell von Dörfern wie Vagna, Monteossolano, Cisore, Bosco oder Pioi, sind die Gebäude in geschlossenen Agglomeraten gruppiert und linear an den steilen Berghängen angeordnet. Die an den Berg geklammerten Steingebäude sind von den terrassierten Feldern der ehemaligen Bergbauern umgeben. Diese Dörfer bewahren die Infrastrukturen der bäuerlichen Wirtschaft: Traubenpressen, mit denen ein säuerlicher Wein (der Prunent) hergestellt wird, Mühlen zum Mahlen von Roggen, Gerste und Kastanien, Öfen zum Backen des „Pansègla“ (des dunklen Brotes aus Roggen- und Weizenmehl), imposante Terrassen, die von der jahrhundertalte Arbeit zeugen, an den Hängen kleine Felder, die sogenannten „Toppie“ anzulegen (Pergolen aus Steinplatten mit Querbalken aus Kastanienholz, die das Wachstum der Reben fördern).

Die Presse von Monteossolano

Im Zentrum des Dorfes Monteossolano kann man eine große Traubenpresse für die Weinherstellung besichtigen. Diese großen Pressen sind wahre Meisterwerke der „ländlichen Ingenieurskunst“. In diesem Fall ist es eine der piemontesischen Hebelpressen. Sie standen in Hütten oder speziellen Räumen und bestanden aus einem großen Balken (arvul) aus Kastanien- oder Eichenholz, der manchmal bis zu 7 oder 10 m lang war und einem großen Stein hatte, der durch eine Schraube aus Walnuss-, Birnen- oder in einigen Fällen Eschenholz mit dem Balken verbunden war. Der Balken fungierte als Hebel, der durch Betätigen der Schraube in Bewegung gesetzt werden konnte und somit das Holz- oder Steinbett, auf dem die zu pressenden Trauben lagen, absenkte. Das Gewicht des großen Kastanienstamms und des großen Steins, der mit der Schraube verbunden war, konnte einen Druck von mehreren Tonnen erzeugen.

Die Presse von Monteossolano wurde von der Gemeinde am Beginn der 1980er Jahren außer Betrieb genommen. Die Presse kann seitdem immer besichtigt werden, da sie mit einem

speziellen Münzeinwurf ausgestattet wurde. Andere gut erhaltene Weinpressen stehen in Cisore und Pontasca. Für eine Besichtigung wendet man sich am besten an die Einheimischen.

Verhaltensregeln

1. Bleiben Sie auf den Wegen

Achten Sie auf den Weg und auf etwaige Zutrittsverbote. Respektieren Sie das Privateigentum.

2. Keine Spuren hinterlassen

Respektieren Sie das Territorium. Nasse und schlammige Wege sind anfälliger als trockene. Bleiben Sie auf bestehenden Wegen und schaffen Sie keine neuen. Nehmen Sie keine Abkürzungen, indem Sie Kurven schneiden. Nehmen Sie Ihren Abfall mit.

3. Vorsichtig fahren

Eine kurze Ablenkung kann Sie und andere gefährden. Halten Sie sich an Geschwindigkeitsgrenzen und fahren Sie immer so, dass Sie die Kontrolle über Ihr Fahrrad haben. Tragen Sie immer einen Helm.

4. Tiere nicht erschrecken

Tiere erschrecken leicht durch eine plötzliche Annäherung, eine plötzliche Bewegung oder ein lautes Geräusch. Geben Sie ihnen genügend Raum und Zeit, sich an Ihre Anwesenheit zu gewöhnen.

5. Vorrang gewähren

Diese Wege sind nicht ausschließlich für Radfahrer bestimmt, sondern werden auch von Wanderern genutzt. Deshalb sollten Sie vor allem bei der Abwärtsfahrt Ihr Tempo drosseln: Hinter einer Kurve könnte jemand bergaufwärts fahren. Signalisieren Sie anderen Fahrern oder Fußgängern durch einen freundlichen Gruß oder durch Klingeln an, dass Sie sie überholen möchten. Radfahrer müssen allen nicht-motorisierten Personen auf den Wegen Vorrang gewähren. Abwärtsfahrende müssen aufwärtsfahrenden Radfahrern den Vorrang geben. Achten Sie darauf, dass alle Überholmanöver auf sichere und höflichste Weise erfolgen.



VERGESSEN SIE NICHT:



RADFAHRER MÜSSEN ANDEREN IMMER VORRANG GEBEN

VERHALTENSREGELN FÜR BIKER

Seit den ersten Mountainbikes hat die N.O.R.B.A. (National Off Road Bicycle Association) einen Verhaltenskodex ausgearbeitet, der Offroad-Fahrten mit Rücksicht auf die Natur und die anderen Besucher der Berge und Wege regeln soll.

Der N.O.R.B.A.-Kodex wurde von vielen Vereinen, Organisationen, Verbänden und Schulen in ganz Italien übernommen. Er besteht aus einer Reihe von allgemeinen Hinweisen, die bei genauer Befolgung diese heute so beliebte Sport- und Ausflugart für alle angenehmer gestalten.

N.O.R.B.A.-Kodex

1. Geben Sie Wanderern immer Vorrang.
2. Reduzieren Sie das Tempo und überholen oder nähern Sie sich äußerst vorsichtig Fußgängern oder anderen Radfahrern. Signalisieren Sie immer rechtzeitig Ihre Annäherung. Sie sollten nicht schreien oder brüllen, sondern sich entschuldigen und höflich grüßen.
3. Halten Sie die Geschwindigkeit des Mountainbikes stets unter Kontrolle und fahren Sie mit äußerster Vorsicht in die Kurven, um plötzliche Hindernisse vermeiden zu können. Passen Sie das Tempo der Art des Geländes, der Art der Strecke und der Erfahrung an.
4. Bleiben Sie immer auf der markierten Strecke, um die Umweltbelastung (durch bleibende Schäden an der Vegetation und dadurch hervorgerufene Bodenerosion) zu minimieren.
5. Stören oder erschrecken Sie weder Haus- noch Wildtiere. Geben Sie ihnen Zeit, sich zu entfernen und den Weg zu verlassen.
6. Lassen Sie keinesfalls Abfälle zurück und nehmen Sie möglichst auch von anderen „unaufmerksamen“ Wanderern zurückgelassene Abfälle mit.
7. Respektieren Sie immer privates und öffentliches Eigentum und hinterlassen Sie Tore, Schranken oder Gitter so, wie Sie sie vorfinden. Fragen Sie sich immer und sofern möglich direkt die Eigentümer, ob Sie auf dem Grundstück durchfahren dürfen. „Betreten verboten“ bedeutet oft nur „Bitte fragen Sie um Erlaubnis, wenn Sie durchfahren möchten“.
8. Während der Radtour sollte man immer unabhängig sein. Das zu erreichende Ziel und die Fahrgeschwindigkeit müssen auf die psychophysische Leistungsbereitschaft und -fähigkeit des

Fahrers, die Ausrüstung, die Umgebung, das Terrain und vor allem auf die Wetterbedingungen abgestimmt werden.

9. Unternehmen Sie niemals, außer bei höherer Gewalt, allein eine Radtour. Fahren Sie nicht in abgelegenen Gegenden, die weit von den Hauptkommunikationswegen entfernt sind, und hinterlassen Sie immer klare Angaben über die zurückzulegende Strecke und die voraussichtliche Rückkehrzeit.

10. Minimieren Sie die Auswirkung auf die Natur: Nehmen Sie nur Bilder und Erinnerungen mit und hinterlassen Sie höchstens den kaum wahrnehmbaren Abdruck der Räder Ihres Fahrzeugs.