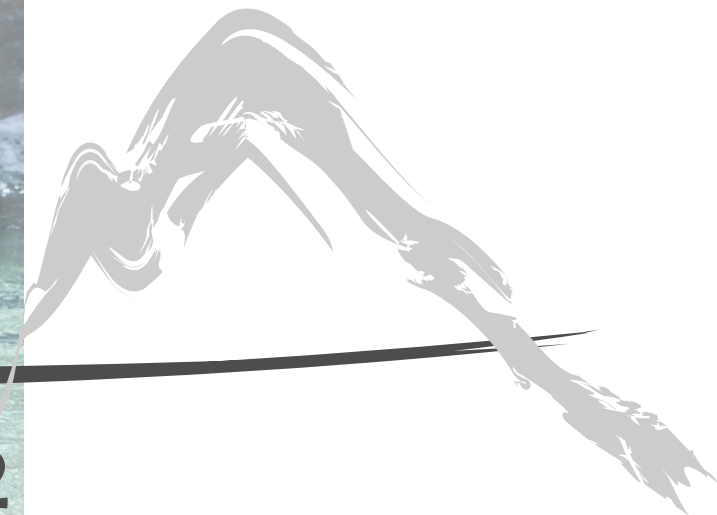


# ALTA VIA DEL



# VALMAIENCO

28.08. bis 03.09.2022



# So, 28.08. - Der Anfang



Am Splügenpass

Vier von unserer Wandertruppe - Antje, Gudrun, Elisabeth und ich - hatten sich gemeinsam im Auto auf den Weg nach Norditalien gemacht. Eine Zwischen-Übernachtung in Autobahn-Nähe machte die lange Fahrtzeit erträglicher. Außerdem begann der Urlaub so schon einen Tag früher.

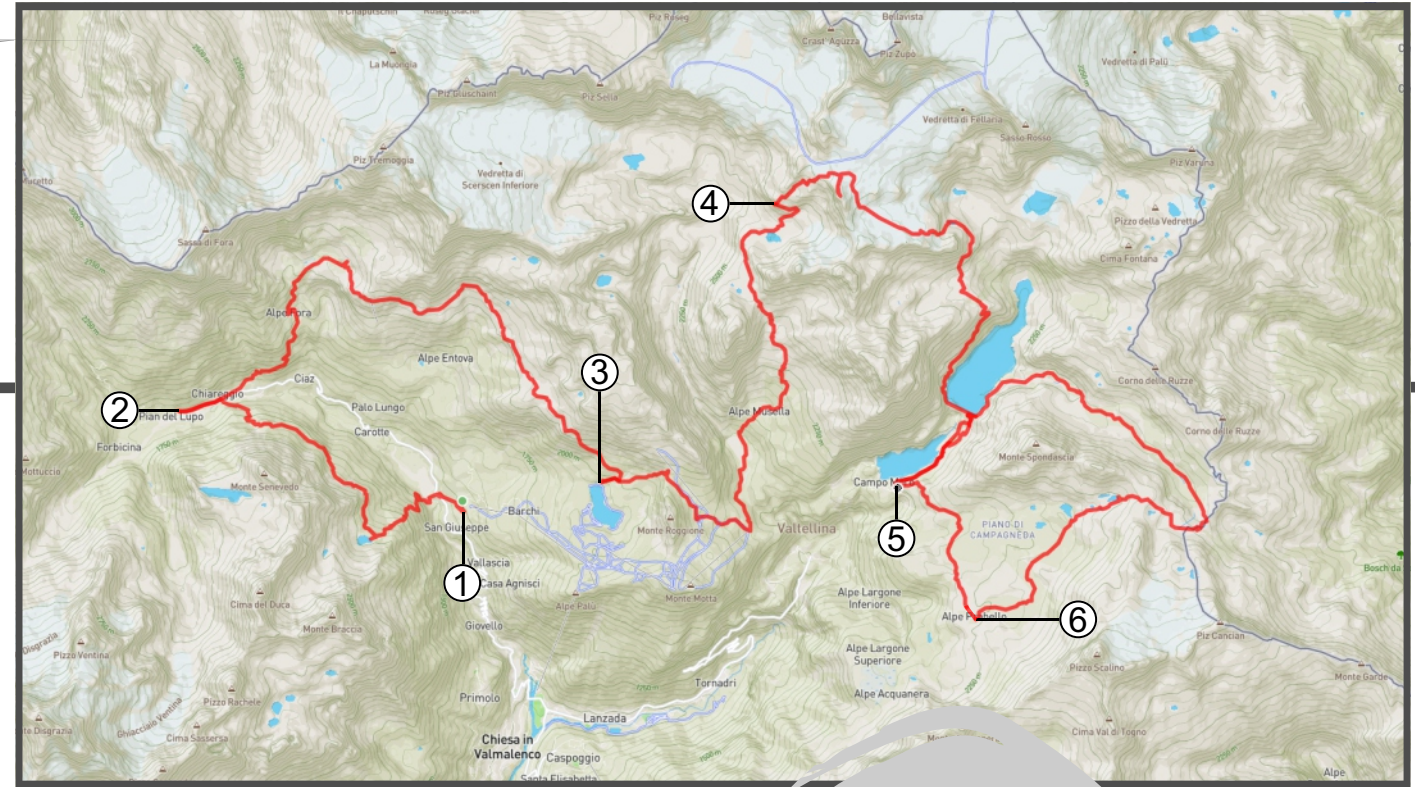
Die Strecke führte uns zum Bodensee, durch die Schweiz und schließlich über den Splügenpass nach Italien, wo wir die 50 steilen engen Kurven bis hinunter zum Comer See bewältigen mussten. In Sondrio schließlich gönnten wir uns einen Eisbecher zur Belohnung und sammelten Dagmar auf, die mit Flugzeug und Zug angereist war.

Danach ging es noch einmal 45 Minuten bergauf nach San Giuseppe, wo wir den Rest unserer Wandergruppe trafen. Anja, Oliver und Petra kannten wir zum Teil schon. Moni, Frank, Christoph und Claudia lernten wir bei den verschiedensten Getränken im Sasso Nero sehr schnell kennen. Der Wichtigste war allerdings Bernhard, der uns in dieser Woche sicher über Stock und Stein führen sollte.

Beim Abendessen im angrenzenden Wirtshaus gab es noch Disko-Musik, die aber im Laufe des Abends etwas leiser wurde, so dass man irgendwann auch wieder seinen Tischnachbarn verstehen konnte. Das Essen gab einen guten Vorgeschmack auf die kommende Woche: Verhungern würden wir jedenfalls nicht.



Startpunkt Sasso Nero



## Gesamtbilanz:

<b>Distanz</b>	<b>60,70 km</b>
<b>Höhenmeter</b>	<b>4260 m ↑ - 3769 m ↓</b>
<b>min. Höhe</b>	<b>1411 m</b>
<b>max. Höhe</b>	<b>3181 m</b>
<b>Zeit:</b>	<b>31:22 Std.</b>

- 1 - Sasso Nero
- 2 - Hotel Gembro
- 3 - Rifugio Lago Palù
- 4 - Rifugio Marinelli Bombardieri
- 5 - Rifugio Zoia
- 6 - Rifugio Cristina

Mo, 29.08. - Nach Chiareggio

Distanz 7,94 km  
Höhenmeter 736 m ↑ - 629 m ↓  
min. Höhe 1411 m  
max. Höhe 1988 m  
Zeit: 4:57 Std.



1 - Brücke über das Flösschen Torrente Mallero



3 - Rast am See



5 - Hotel Gembro in Chiareggio

Nach dem Frühstück ging es zunächst die ersten 100 Höhenmeter die Straße hinunter. Dann bogen wir auf einen Waldweg ab, und nachdem wir ein malerisches Flösschen überquert hatten, ging es wieder 600 Höhenmeter bergauf durch den schattigen Wald zum Laghetto di Lagazuolo. Dort machten wir eine ausgedehnte Pause, bevor uns eine kurze Trittschulung rund um den See über die Steine führte, um schon einmal für den nächsten Tag zu üben.

Nachdem dies erfolgreich gemeistert war, stand der nächste Punkt auf der Abenteuerliste: der sogenannte Ho-Chi-Minh-Pfad. Versprochen wurden uns vor allem Brennnesseln, in der Realität mussten wir aber manchmal auch mit Brombeergestrüpp und nassem Gras vorliebnehmen - Machete wird empfohlen.

Am Ende ging es noch einmal steil den Hang hinunter nach Chiareggio zum Hotel Gembro, wo es als Belohnung echt italienisches Eis und kühle Getränke gab. Außerdem am Abend eine verschmuste Katze auf dem Fensterbrett.

Die Doppel-Zimmer mit eigenem Bad (und Fön!) waren ein ungewohnter Luxus auf Wandertour.



**2 - Am Bivacco Alpini**



**4 - Wolken spiegeln sich im Laghetto di Lagazuolo**



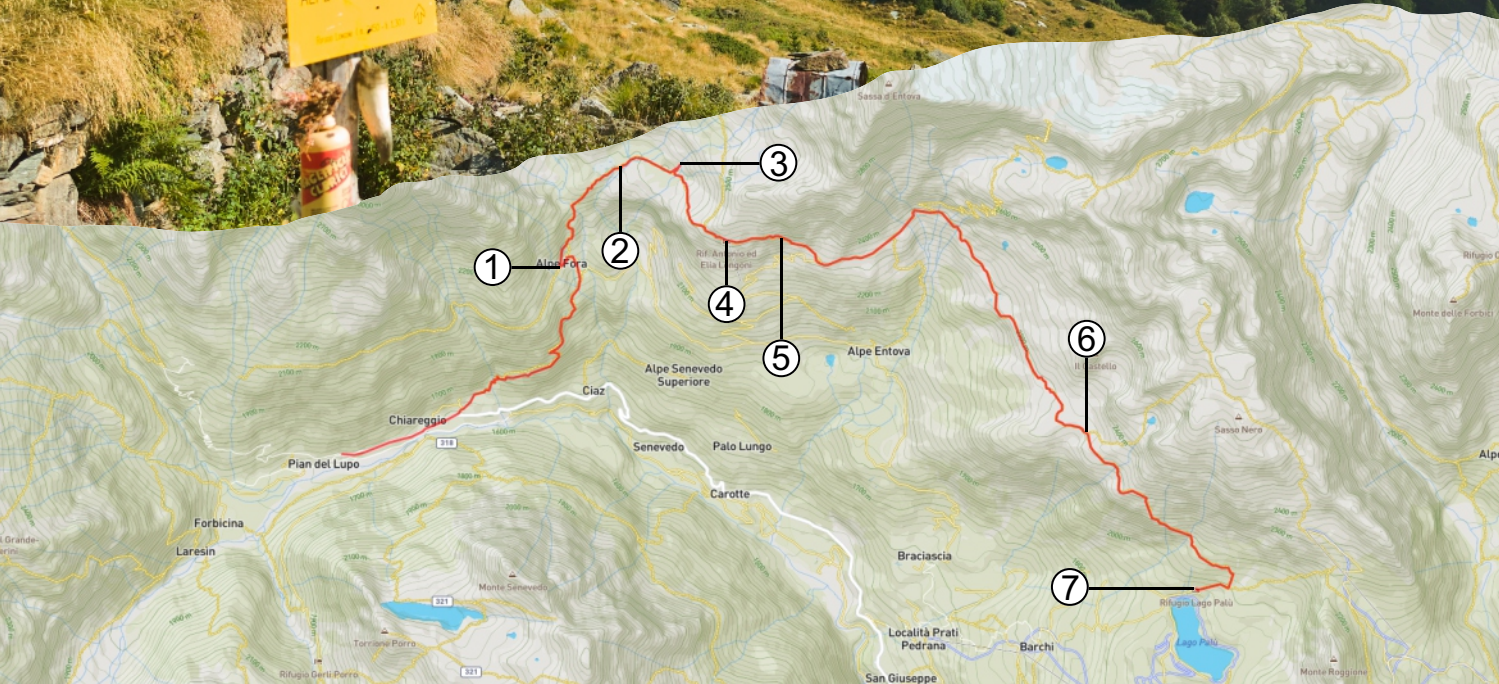
# Di, 30.08. - Wasserfall und Blockgelände



1 - An der Alpe Fora



2 - Auf dem Weg zum Rifugio Longoni



Das Frühstück fiel - typisch italienisch - vorrangig süß aus. Aber es gab immerhin etwas Käse und Wurst und einen super Kaffee-Automat.

Nach dieser Stärkung ging es bei sonnigem Wetter immer bergauf, zuerst durch Wald, dann über Wiesen. An der einsamen Alpe Fora wurde pausiert, bevor wir zur letzten Anstrengung vor dem Mittag aufbrachen. Noch vor den letzten Höhenmetern zum Rifugio Longoni erreichten wir eine kleine Hochebene, in der ein wirklich malerischer Wasserfall mit Badegelegenheit zum Verweilen einlud. Anja, Oliver und ich nutzten die Chance und gingen entweder ganz oder zumindest mit den Beinen ins Wasser.

Schließlich gab es eine Mittagspause mit leckerer Minestrone am Rifugio Longoni, wo wir die Wirtin vom Sasso Nero samt ihres Dackels wieder antrafen, der die Schwelle zur Küchentür pflichtbewusst behütete.

Danach ging es frisch gestärkt weiter zum Abstieg durch das angekündigte Blockgelände.

<b>Distanz</b>	<b>12,81 km</b>
<b>Höhenmeter</b>	<b>1051 m ↑ - 733 m ↓</b>
<b>min. Höhe</b>	<b>1586 m</b>
<b>max. Höhe</b>	<b>2427 m</b>
<b>Zeit:</b>	<b>7:01 Std.</b>

### 3 - Badestelle unter einem malerischen Wasserfall



#### 4 - Mittagspause



Nach dem Mittag wurde das Wetter schlechter. In der näheren und weiteren Umgebung waren Blitz und Donner zu beobachten. Über uns blieb es jedoch erstaunlicherweise größtenteils trocken. Unerschrocken machten wir uns an den Abstieg. Das Blockgelände, für das wir am Vortag geübt hatten, machte durchaus Spaß, verlangte aber volle Konzentration. Alles in allem ließ es sich aber besser bewältigen als der Ho-Chi-Minh-Pfad.

#### 6 - Fast geschafft



Es war zum großen Teil ein stetiges leichtes Auf und Ab über die Steine, ehe der Weg gegen Ende dann wirklich steiler bergab führte.

Hier kam dann tatsächlich noch der Regen, aber das Gelände war mittlerweile schirmtauglich, so dass wir die letzte Viertelstunde bis zum Rifugio Palù auch noch trocken zurücklegen konnten. In der Gaststube wurden wir schließlich von einem wärmenden Kaminfeuer empfangen.

#### 7 - Am Ziel



Nachdem der Regen durchgezogen war, gingen Anja und Dagmar tatsächlich noch einmal im Lago Palù schwimmen.

Die gemütlichen 6-Bett-Zimmer hatten alle ihre eigene Dusche, und das Essen war wieder einmal überaus reichlich und lecker.

Zum Abschluss des gelungenen Tages gab es dann noch Livemusik von Antje auf einer Gitarre, der eine Saite fehlte.

#### 5 - Im Blockgelände



# Mi, 31.08. - Zum Rifugio Marinelli

**Distanz** 11,01 km  
**Höhenmeter** 1315 m ↑ - 466 m ↓  
**min. Höhe** 1821 m  
**max. Höhe** 2813 m  
**Zeit:** 5:46 Std.

Zum Frühstück wurde den interessierten Teilnehmern heute sogar Rührei mit Schinken geboten, um das allgegenwärtige Weißbrot aufzuwerten. Ansonsten stand der Tag wieder im Zeichen eines drohenden Gewitters, aber zum zweiten Mal hatten wir Glück und blieben trocken bis auf ein paar unbedeutende Spritzer.

Zuerst ging es hinauf zum Bocchel del Torno, wieder ein Stückchen gerade, dann hinunter entlang der Skipiste bis ins Valle di Scerscen. Dieser Abschnitt war relativ anstrengend für die Kniegelenke. Dafür konnten wir ein schönes Gruppenbild mit einer fotogenen Schneekanone für uns verbuchen.

Dann folgte wieder der Aufstieg. Das Feld der Teilnehmer zog sich über die folgenden 800 Höhenmeter immer weiter auseinander. Vorbei an der Alpe Musella erreichten wir schließlich - schwitzend in der schwülen Hitze - das Rifugio Carate, wo ein einsamer Mitarbeiter nicht wirklich mit Besuch gerechnet hatte. Trotzdem versorgte uns Alessandro mit Pasta und heißem Tee. Ebenso mit Kaffee, Bier und kalten Getränken.

Frisch gestärkt wurde der restliche Weg in Angriff genommen: ein Stück mehr oder weniger gerade hin, zum Schluss noch einmal ein Anstieg von etwa 200 Höhenmetern. Wir befanden uns hier schon deutlich über der Waldgrenze, in steinigem Gebiet mit Ausblick auf einige Gletscher und den Piz Bernina.



1 - Torrente Scerscen



## 2 - Im Aufstieg



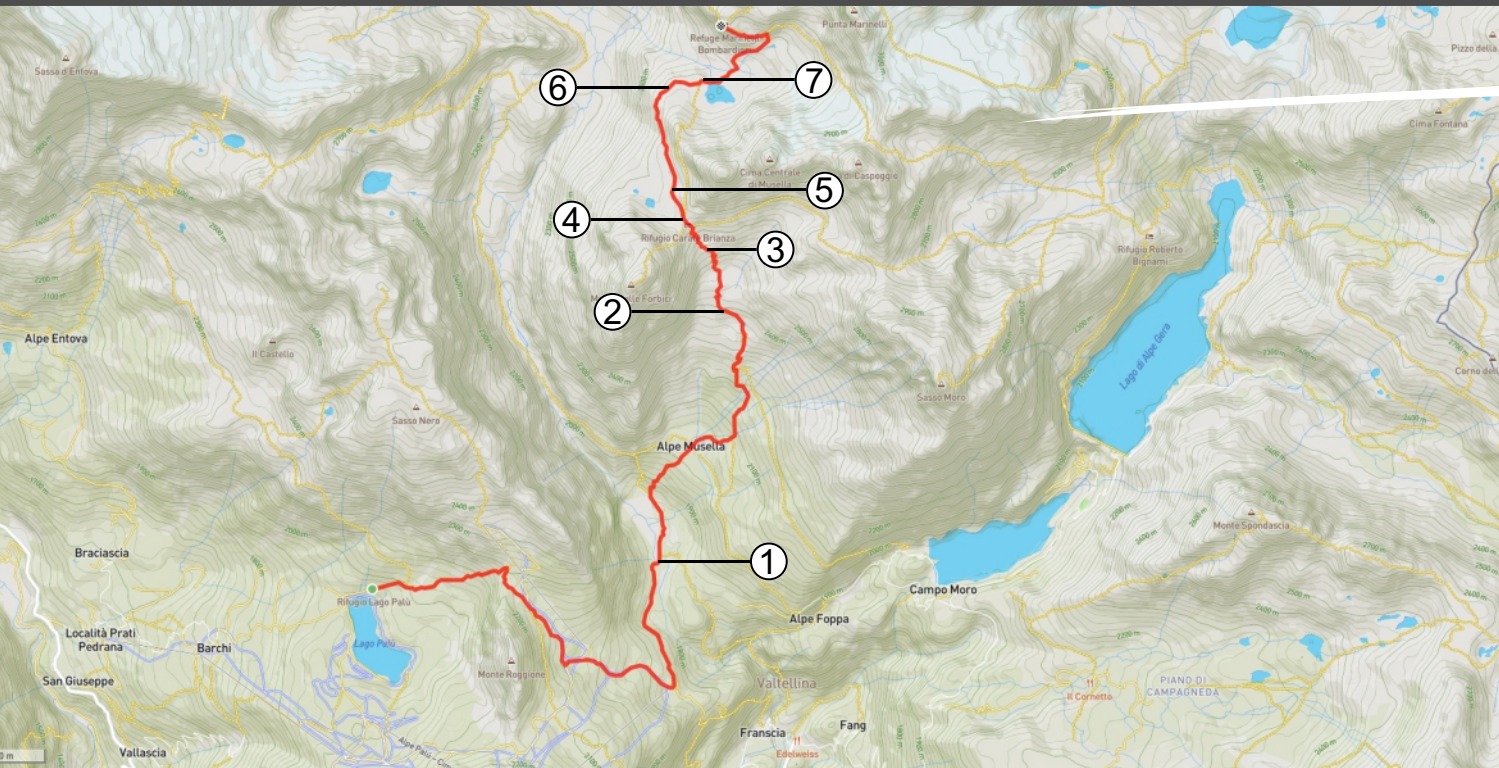
Anja nahm noch ein Bad im Lago di Musella. Und schließlich kamen wir alle am Rifugio Marinelli an, wo es wieder einen warmen Kamin gab, leider aber kein Wasser.

Das Wasserproblem wurde glücklicherweise im Laufe des Abends noch gelöst, allerdings gab es trotzdem keine warme Dusche. Aber wir waren ja von den bisherigen Unterkünften so sehr verwöhnt, dass wir das an diesem einen Tag gar nicht nötig hatten.

Abends brachte uns Claudia dann noch ein geselliges Kartenspiel bei, das für einige Erheiterung sorgte.

Insgesamt hatten wir an diesem Tag über 1300 Höhenmeter aufwärts zurückgelegt und konnten rechtschaffen stolz auf unsere Leistung sein.

## 3 - Kurz vor der Mittagspause



## 4 - Rifugio Carate im Nebel - oder Wolken?



6 - Über dem Valle di Scerscen



5 - Blick Richtung Piz Sella

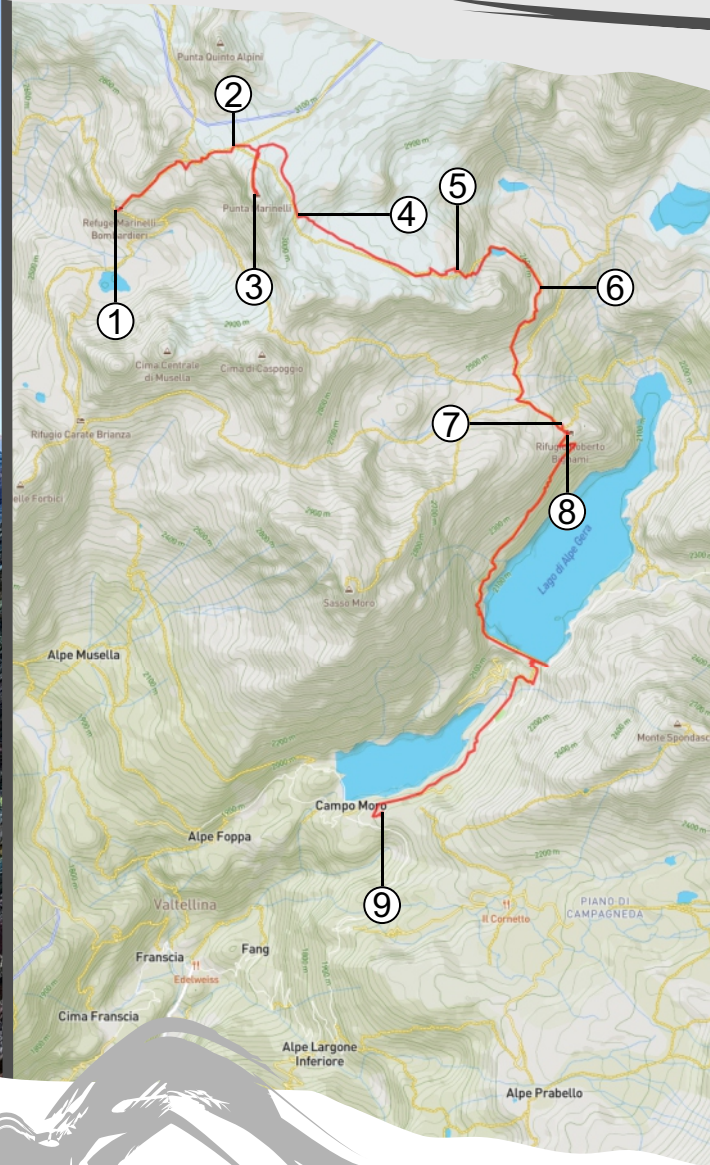


7 - Lago di Musella

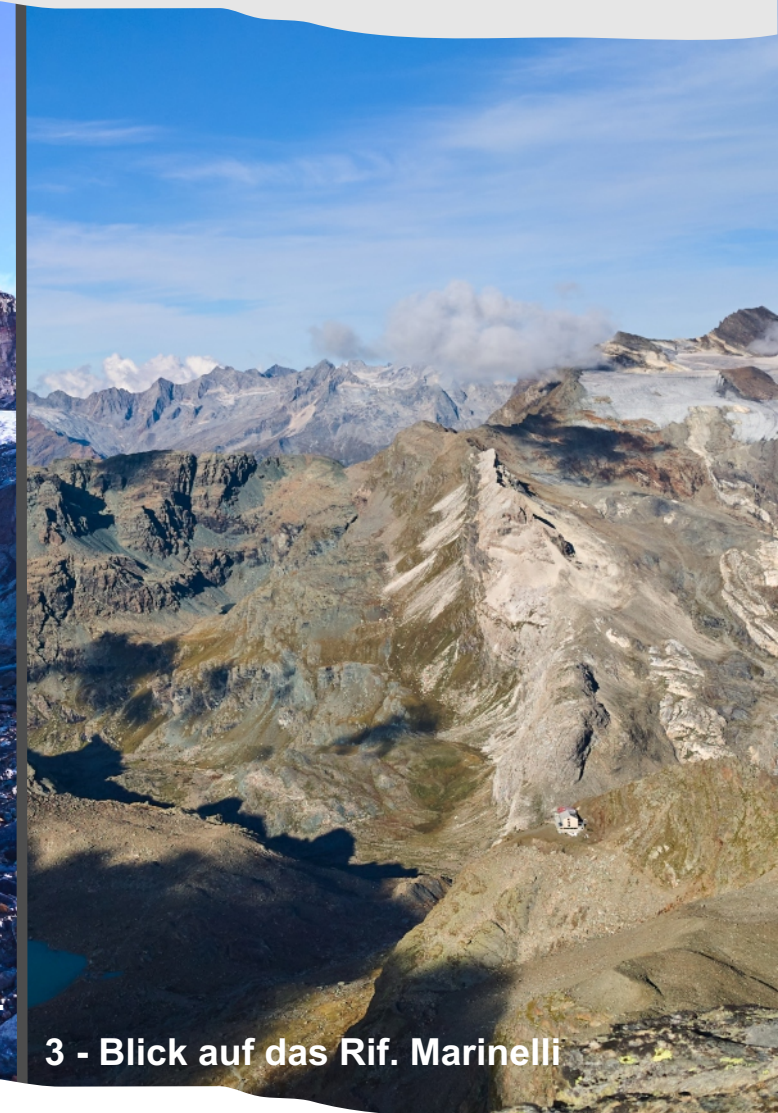
# Do, 01.09. - Punta Marinelli und Gletscher



1 - Piz Scerscen und Piz Bernina im Morgenlicht



2 - Doch keine Badestelle...



3 - Blick auf das Rif. Marinelli

Distanz 11,86 km  
Höhenmeter 433 m ↑ - 1225 m ↓  
min. Höhe 1991 m  
max. Höhe 3183 m  
Zeit: 6:59 Std.



Der Tag begann kurz nach 6:00 Uhr mit einer Katzenwäsche und anschließendem Sonnenaufgang um 6:40 Uhr bei fast wolkenlosem Himmel und ganzen 4°C Außentemperatur.

Auch der Piz Bernina präsentierte sich ohne die Wolken des letzten Abends, und das Rifugio Marco e Rosa war vor dem Gletscher rechts des Gipfels zu erkennen.

Das Frühstück bestand heute zur Gänze aus alten Weißbrotscheibchen und Marmelade. Glücklicherweise hatten fast alle noch irgendwelche Vorräte im Rucksack, die wegen der bombastischen Mittags- und Abendverpflegung der letzten Tage nicht verbraucht worden waren.

Gegen 7:30 Uhr brachen wir zur Punta Marinelli auf, während die Sonne langsam über die Berge stieg. Ein vereister See am Wegesrand wurde als Badestelle kurz inspiziert und wieder verworfen.

Langsam, aber sicher ging es höher, bis wir schließlich auf 3181m standen und den 360°-Rundblick genossen.

Anschließend zogen wir unsere Schnee-Spikes an und machten uns auf den Weg über den Gletscher abwärts.

### 3 - Rundblick von der Punta Marinelli



### 3 - Blick zum Piz Palü



### 4 - Schlammig und steil



Eingedenk der Tatsache, dass der Gletscher bald ganz verschwunden sein könnte, schossen wir viele Fotos.

Größtenteils handelte es sich um einfaches flaches Gelände. Eine Stelle hatte es jedoch in sich. An dieser steilen Passage holten wir uns sehr schlammige Füße, und ich war heilfroh, nicht auf dem Hintern zu landen. Der Schlamm hatte nach dem Antrocknen jedenfalls die Konsistenz von Beton und wollte die Schnürsenkel gar nicht mehr loslassen, trotz Waschversuchen in einer Pfütze.

## 5 - Gletschersee mit Eis



Danach ging es eine Weile durch gerölliges Gelände mit wenigen Wegweisern abwärts zu einem kleinen See, in dem wieder nicht gebadet wurde.

Auf dem Weg zur Mittagspause am Rifugio Bignami waren nicht nur grasende Kühe und sprudelnde Bäche zu sehen, sondern auch das schönste Dixi-Klo der Welt. Lediglich ein Fenster zum Bewundern der Aussicht fehlte. Dafür bot sich eine Katze zum Streicheln am Rifugio an. Der wurde es aber schon bald zu hektisch, und sie verschwand spurlos.

Nach den leckeren Gnocchi führte der Weg an zwei fast leeren Stauseen entlang abwärts zum luxuriösen Rifugio Zoia. Dort gab es sogar eine Sauna und einen dreibeinigen Hund namens Filo. Als wir gemütlich drinnen saßen, gingen noch Regen und Gewitter nieder.

Abends griff Antje wieder zur Gitarre. Diesmal war es eine OASE-Gitarre mit allen 6 Saiten. Von Bella Ciao über Country Roads bis hin zu irischen Volksliedern deckten wir fast die ganze Palette ab. Alles in allem war es ein sehr gelungener Tag.



7 - Gletscherblick

## 6 - Talblick Richtung Stausee und Rif. Bignami

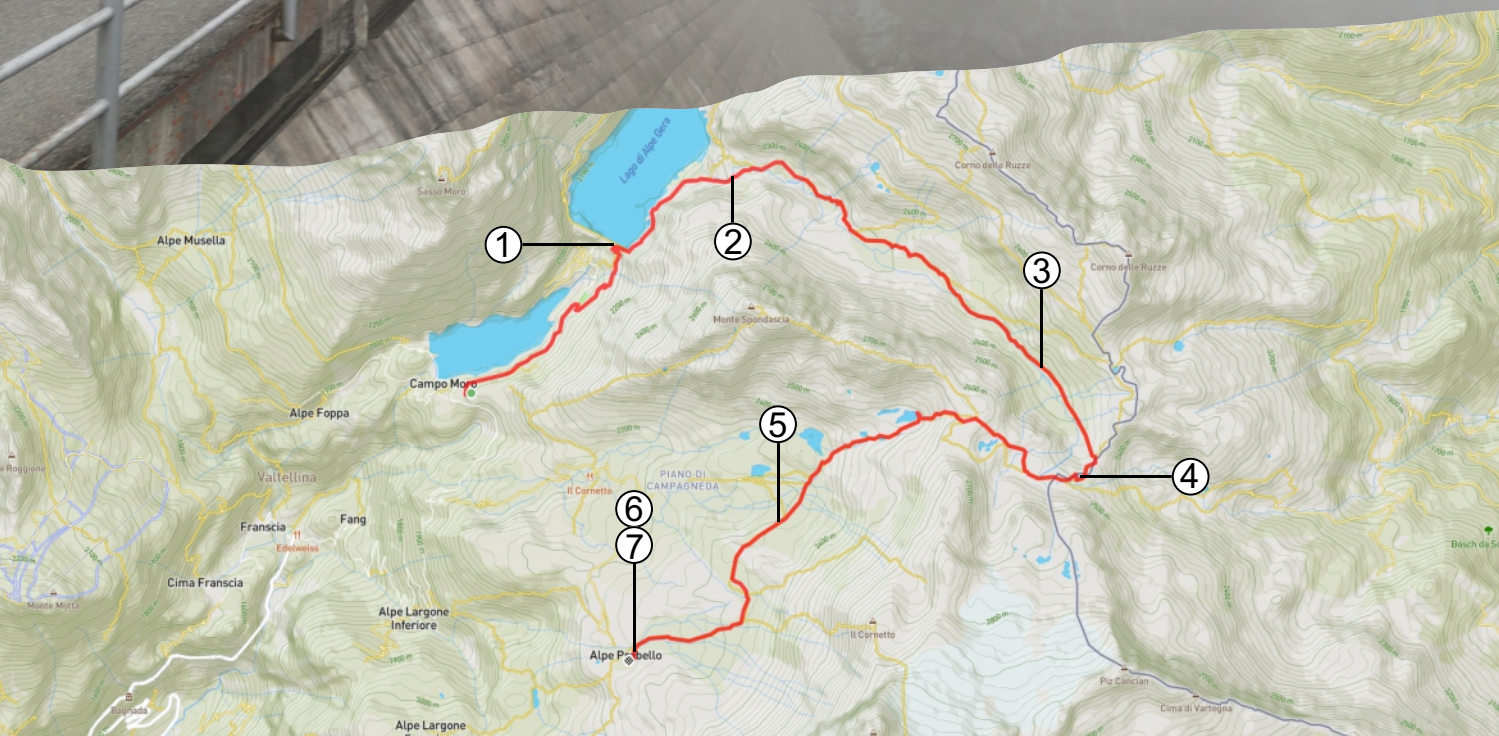


8 - Stauseeblick



9 - Am Ziel

## 1 - Staumauer im Nebel



## Fr 02.09. - Zum Baden in die Schweiz

<b>Distanz</b>	<b>13,51 km</b>
<b>Höhenmeter</b>	<b>696 m ↑ - 489 m ↓</b>
<b>min. Höhe</b>	<b>1994 m</b>
<b>max. Höhe</b>	<b>2636 m</b>
<b>Zeit:</b>	<b>5:22 Std.</b>

Danach wanderten wir zurück zur Staumauer, die sich heute im Nebel präsentierte. Oben auf der Mauer hielten wir uns rechts und gingen ein sehr reizvolles Seitental in Richtung Schweizer Grenze hinauf.

Anja nahm ein schnelles Bad im Bach, während wir zu einer kleinen Alm weitergingen, deren Ziegenkäserei leider gerade verlassen war.

Der Freitag begann mit dem üblichen italienischen Frühstück, plus leckerem Käse und Schinken.

Das Wetter war kühler, blieb aber immer noch trocken wie schon die letzten Tage. Wir konnten überflüssige Ausrüstung im Keller deponieren, da wir am nächsten Tag wieder hier vorbeikommen würden.

Danach lief es wie am Schnürchen. Anja und ich waren vorn und so ins Gespräch vertieft, dass wir gar nicht merkten, wieviel Vorsprung wir schon hatten. An dem Bach, dem wir talaufwärts folgten, reihte sich eine verführerische Badestelle an die nächste, welche wir allerdings links liegen ließen, denn es wurde noch eine „Badewanne“ auf Schweizer Gebiet in Aussicht gestellt.



## 2 - Torrente Valle Poschiavina

Oben hinter der Grenze gab es tatsächlich einen mystisch-nebligen Badesee, dann durchschritten wir einen hölzernen Torbogen auf 2636m Höhe, und schon ging es wieder abwärts.

Unterwegs wurde noch nach Marmorblöcken in transportabler Größe gesucht. Davon gab es aber recht wenige.

Der weitere Weg führte vorbei an mehreren Seen (Laghi di Campagneda) über eine sonnige Hochebene (Murmeltierparadies) zum malerisch gelegenen Rifugio Cristina.

Der Nusskuchen war klasse, ebenso der Latte Macchiato.

Anja und drei weitere Mutige gingen in einem kleinen Moorsee baden. Andere machten ein Nickerchen. Ich schlenderte durch die kleine Ansammlung von Häuschen und kaufte wie etliche andere auch selbstgemachten Bergkäse im Hofladen. Zum Glück hatte ich am Morgen den Rucksack erleichtert, so dass jetzt mehr hineinpasste.

An der Kapelle stellten wir uns noch bei leichtem Regen unter und beobachteten die Hunde beim Treiben der Kuhherde über den improvisierten Fußballplatz.



3 - Talaufwärts



4 - Schweizer Badesee



5 - Im Murmeltierparadies



6 Rifugio Cristina hinter dem Fußballplatz





# Sa 03.09. - Zurück im Regen



1 - Die Wolken hängen tief



Christoph Bernhard Dagmar Oli  
Claudia Anja Petra  
Elisabeth  
Gudrun Moni Katja Frank Antje

Irgendwann musste es ja so kommen: Der Regen holte uns ein. Erst tröpfelte es nur leicht, dann immer mehr. Zum Glück waren wir heute nur etwas über eine Stunde unterwegs.

Dann kamen wir wieder im Rifugio Zoia an, wo wir noch einmal Cappuccino und hausgemachten Kuchen konsumieren durften. Die Rucksäcke wurden wieder mit den zurückgelassenen Dingen beladen, und schließlich kam das Taxi, das uns zurück zum Sasso Nero nach San Giuseppe brachte.

Nach einer nervenaufreibenden und magenunfreundlichen Fahrt über unzählige Serpentinaen waren wir am Ziel, und es hieß

Abschied nehmen. Wir brachten Dagmar noch ins Tal nach Sondrio, dann ging es zu viert wieder nordwärts mit dem Auto.

Diesmal fuhren wir über den Bernina-Pass. Der war etwas besser zu befahren und nicht ganz so kurvig wie der Splügenpass. Auf diesem Weg kamen wir noch an St. Moritz und Silvaplana mit ihren türkisfarbenen Seen vorbei.

Wieder zu Hause, denke ich sehr gerne an diese wunderschöne Woche zurück. Vielen Dank an alle Mitwanderer und vor allem an Bernhard!