

Via Sett

Da città alpina a città alpina

Passeggiata culturale
a tappe da Coira a Chiavenna
superando il Passo del Settimo



graubünden



eia

Parc Ela

Parc natiral.
Parco naturale.
Naturpark.

graubünden

Brentan

© BREGAGLIA Engadin Turismo



Via Sett

La Via Sett conduce da Coira attraverso la valle di Churwalden con Lenzerheide, Surses nel parco Ela e la Bregaglia fino a Chiavenna (IT). L'attenzione va posta alle tre aree linguistiche e culturali, nonché al paesaggio culturale diversificato – dagli alpeggi alle selve castanili.

Già in epoca romana il passo del Settimo era un valico alpino considerato tra i più importanti. Durante l'Alto Medioevo il passo rappresentava un'importante via commerciale portando ricchezza al vescovo di Coira. Commercianti, eserciti, re e imperatori, tutti hanno attraversato le Alpi superando il passo del Settimo. Favorevole erano la sua posizione, con un collegamento diretto tra nord e sud, e le sue condizioni topografiche. Ne ha beneficiato anche l'esercito romano, come dimostrano i proiettili in piombo per le fionde ritrovati in cima al passo.

Oggi la via attraverso il Settimo è uno dei percorsi escursionistici a lunga distanza più variati. C'è molto da scoprire, tra cui le antiche città di Coira e Chiavenna, la chiesa del monastero di Churwalden, i pini e le foreste di larici o la soleggiata valle di Surses, un tempo dimora di Giovanni Segantini, in Bregaglia a Stampa l'atelier di Giovanni Giacometti, a Promontogno si può visitare «Lan Müräia», delle massicce mura difensive dove una volta si riscuoteva il pedaggio. Spettacolari sono inoltre le fragorose cascate dell'Acquafraggia e le marmitte dei giganti nell'omonimo parco «Marmitte dei Giganti».

Un punto culminante culinario sono i caratteristici «Crotti di Chiavenna», dove nelle grotte naturali scavate nella roccia vengono conservati e offerti vino, formaggio e carne secca.



Parc Ela, AlpFlix
© Lorenz A. Fischer

Descrizione del percorso

1. Tappa: Coira – Passugg – Churwalden – Lenzerheide

La città vescovile di Coira è considerata la città più vecchia della Svizzera. La valle tedescofona di Churwalden è attraversata dalla gola selvaggia Rabiosa con le sue sorgenti minerali Passugg. L'albergo ancora oggi testimonia il periodo dei bagni termali di Passugg durante il periodo interbellico. Attrazioni culturali risalenti al periodo medievale sono le rovine del castello Strassberg a Malix, la chiesa del convento a Churwalden e la chiesa riformata di Parpan con il campanile separato. L'altitudine di Parpan rappresenta pure il passaggio alla lingua romancia della Lenzerheide.

Tempo di marcia 6 h / salita 1'100 m / discesa 210 m / distanza 20.5 km

2. Tappa: Lenzerheide – Lantsch / Lenz – Alvaschein – Tiefencastel

Lantsch/Lenz è anche il cancello d'ingresso al Parco Ela, il più grande parco naturale della Svizzera. Dopo l'alpeggio Tschividains si raggiunge la cappella di Son Cassian. L'edificio «La Tor», stazione doganale medievale, ci ricorda ancora oggi l'importanza di Lantsch/Lenz lungo la strada per il Settimo. Reperti preistorici sulla collina «Bot da Loz» e la chiesa Santa Maria con le croci tombali in ferro battuto sono ulteriori testimonianze culturali così come la chiesa carolingia San Peter a Mistail (Alvaschein). Nel punto di confluenza dei fiumi Giulia e Albula la via Sett conduce all'allora ponte doganale di Tiefencastel.

Tempo di marcia 3 h / salita 70 m / discesa 700 m / distanza 13 km

3. Tappa: Tiefencastel – Mon – Salouf – Riom – Savognin

Da Mon a Savognin la Via Sett continua sulla «Veia digl Pader» (Via del padre). 13 poesie romaniche (con traduzione in tedesco) di Padre Alexander Lozza vi accompagneranno. Il padre era pastore a Salouf e contemporaneamente un dotato poeta. Un punto d'interesse nel paesaggio della bassa Surses è il castello di Riom (13° secolo). Nel castello durante l'estate ha luogo il Festival di Teatro Origen, mentre durante l'inverno gli spettacoli di Origen si tengono nel fienile della Villa Carisch a Riom trasformato in teatro. Nel Café Carisch potete rivivere il periodo dei pasticceri che emigravano all'estero.

Tempo di marcia 4.5h / salita 720 m / discesa 400 m / distanza 12 km

4. Tappa: Savognin – Alp Flix – Bivio

Durante la passeggiata dall'Alpe Plaz all'altopiano alpino Alpe Flix, ricco di fauna e flora, si attraversa prima il Plang da Crousch, uno dei punti panoramici più belli della valle. L'Alp Flix ospita una delle torbiere più importanti d'Europa. Proseguendo verso l' Alp Natons attraverserete un bosco di larici e più a sud, sopra il lago di Marmorera, una pineta di cembri. Dall'Alpe Natons godrete di una splendida vista panoramica del Piz Platta (3'392 m.s.l.m.).

Tempo di marcia 7h / salita 1'100 m / discesa 560 m / distanza 21 km

5. Tappa: Bivio – Passo del Settimo – Casaccia – Vicosoprano

Durante questa tappa avrete le tracce del passato davanti ai vostri piedi. Non lontano dalla cima del passo sono state scoperte le fondamenta dell'allora ospizio San Pietro. Diversi edifici a Bivio e Casaccia testimoniano ancora oggi l'importante traffico attraverso il passo. A fine giornata giungerete sul versante sud del Settimo, in Bregaglia valle di lingua italiana.

Tempo di marcia 6h / salita 560m / discesa 1'260m / distanza 19 km

Suggerimento: Dal passo del Settimo salendo per ca. 300 metri si raggiunge il Passo Lunghin. Vi troverete sullo spartiacque da cui nascono 3 fiumi importanti: l'Inno sfocia nel Danubio (Mar Nero), l'Eva dal Sett nel Reno (Mare del Nord) e la Maira nel fiume Po (Mare Adriatico).

6. Tappa: Vicosoprano – Stampa – Piuro – Chiavenna

Sul sentiero storico che attraversa la Val Bregaglia – patria della famosa famiglia di artisti Giacometti – portete visitare a Vicosoprano il pretorio con la torre rotonda, il museo Ciäsa Granda a Stampa, il Palazzo Castelmur a Coltura, il percorso didattico «castagneto» a Castasegna, i testimoni dell'antica Piuro «area museo degli scavi» oppure il Palazzo Vertemate Franchi a Piuro. L'escursione culturale a più tappe Via Sett termina nella cittadina italiana di Chiavenna, una fiorente città alpina con un nucleo storico ricco di cultura e gastronomia.

Tempo di marcia 7h / salita 410m / discesa 1'150m / distanza 24.5 km



Val Bregaglia-Castasegna-Castagneto
© BREGAGLIA Engadin Turismo

Variante: Vicosoprano – Chiavenna in 2 giorni

6a Tappa: Vicosoprano – Stampa – Promontogno

Durante un giro per le viuzze di Vicosoprano potrete ammirare le belle case patriziali e il Pretorio. Oltre il ponte ad arco sul fiume Maira potete contemplare le case a schiera della ditta «ewz» progettate da Bruno Giacometti. Assaporate un salsiz o una pezza di Mascarplin. Il paese di Borgonovo offre innumerevoli vie fiorite e non dimenticatevi di visitare la chiesa del paese, San Giorgio, con le tombe della famiglia degli artisti Giacometti. A Stampa il museo Ciäsa Granda vi stupirà con la storia passata e presente della valle e a Coltura il Palazzo Castelmur vi sorprenderà con il suo stile neogotico-moresco. Oltre le massicce mura difensive medievali «Müraia» raggiungerete Promontogno con le sue vie strette e le sue case residenziali a più piani.

Tempo di marcia 2.5 h / salita 60 m / discesa 300 m / distanza 7.5 km

6b Tappa: Promontogno – Bondo – Piuro – Chiavenna

Gironzolate per Bondo con le sue case signorili, i palazzi con i magnifici giardini. Passeggiate attraverso le strade storiche di Castasegna, villaggio di confine, con le case commerciali classiche, la Villa Garbald e il pavillon rosso. Coccolatevi con i prodotti cosmetici della ditta Soglio-Produkte e concedetevi un'ulteriore passeggiata sul sentiero didattico «il castagneto». Non perdetevi le cascate dell'Acqua Fraggia a Borgonuovo, il Palazzo Vertemate Franchi a Prosto e i famosi Biscotti di Prosto. Attraverso boschi ombrosi raggiungerete le marmitte dei giganti, prima di raggiungere la cittadina Chiavenna.

Tempo di marcia 4.5 h / salita 350 m / discesa 850 m / distanza 17 km

Informazioni & Prenotazione

Prenotate l'offerta Via Sett assecondando i vostri desideri e passeggiate individualmente senza bagagli. Nell'offerta sono compresi: il pernottamento, la colazione il trasporto bagagli nei diversi alberghi del percorso, la documentazione sull'escursione con consigli utili e diverse piantine della regione. La mezza pensione e il lunch possono essere adattati alle singole tappe.

www.viasett.ch

A vostra disposizione per qualsiasi chiarimento

Chur Tourismus

+41 81 252 18 18

info@churtourismus.ch

www.churtourismus.ch

Bregaglia Engadin Turismo

+41 81 822 15 55

info@bregaglia.ch

www.bregaglia.ch

Lenzerheide Marketing und Support AG

+41 81 385 57 00

info@lenzerheide.com

www.lenzerheide.com

Consorzio Turistico Valchiavenna

+39 343 374 85

consorzioturistico@valchiavenna.com

www.valchiavenna.com

Tourismus

Savognin Bivio Albula AG

+41 81 659 16 16

ferien@savognin.ch

www.savognin.ch

Infostelle Parc Ela

+41 81 659 16 18

info@parc-ela.ch

www.parc-ela.ch

Il tragitto

La Via Sett si svolge su sentieri alpini ed è segnalata come itinerario numero 64 di SchweizMobil. Il periodo indicato per lo svolgimento dell'escursione va da metà giugno a metà ottobre, tenendo conto delle condizioni meteorologiche. In alcuni tratti è indispensabile essere sicuri nella camminata. Si consiglia di equipaggiarsi con un'attrezzatura e indumenti adatti alle condizioni climatiche nonché ottime scarpe da montagna. L'assicurazione è a carico del partecipante.

Tempi di marcia

Si prega di notare che gli orari di percorrenza indicati sono orari guida non sono state calcolate le pause per il pranzo e le eventuali visite turistiche. In ogni caso vi consigliamo di dedicare tempo sufficiente alle singole tappe siccome c'è molto da scoprire, visitare e ammirare lungo il tragitto della Via Sett.

Valico di confine Svizzera – Italia

Per il passaggio doganale è necessario possedere la carta d'identità o un passaporto validi.

Cani

Chi desidera portare il proprio cane è pregato di annunciarlo al momento della prenotazione, siccome non tutti gli alberghi sono disposti ad ospitarli. Sui mezzi pubblici italiani i cani devono indossare la museruola.

Ritorno da Chiavenna a Coira

Il ritorno da Chiavenna a Coira non è compreso nell'offerta. È possibile ritornare con l'autopostale superando il passo del Giulia fino a Tiefencastel per poi continuare per Coira oppure con l'autopostale superando il passo dello Spluga.