

Un'offerta completa tra piste ciclabili, salite da campioni e sterrati **PEDALARE PER DIVERTIRSI, PEDALARE PER PASSIONE**

Centinaia di chilometri di piste ciclabili tra natura e paesaggi alla portata di tutti, ma anche percorsi impegnativi per sfide da mito. Il turismo in bici in Trentino può contare su servizi dedicati di prim'ordine. Con le mountain bike si pedala per migliaia di chilometri di emozionanti trail e sui percorsi di otto adrenalinici bike park

Undici piste ciclabili che collegano il territorio, dalle Dolomiti al Garda, avvicinando i meravigliosi ambienti naturali delle vallate più interne ai paesaggi coltivati della Valle dell'Adige. Ma anche 23 salite da mito, che permettono di "scalare" leggendari passi alpini, raggiungendo i luoghi dove è stata scritta la storia del ciclismo. E poi decine di chilometri di percorsi per *cross country*, *enduro* e otto bike park dove praticare il *downhill*. Tutto questo è il Trentino, territorio all'avanguardia per le due ruote in grado di offrire, come poche altre aree in Europa, percorsi di ogni tipo a ciclisti, cicloturisti e mountain bikers.

Grazie alla lungimiranza dell'amministrazione provinciale, che da 20 anni investe nel settore, oggi la rete di piste ciclabili si snoda attraverso le zone più importanti e paesaggisticamente più belle del Trentino. Una rete di più di **450 km** di percorsi asfaltati, riservati alle bici, percorre le valli. Spesso seguendo i principali corsi d'acqua conducendo i ciclisti a scoprire scorci e angoli inediti del territorio. Spina dorsale di questi 11 percorsi è la più lunga ciclabile del Trentino, che corre parallela all'asta dell'Adige. Le piste ciclabili, uniformi per copertura, dotate di specifica cartellonistica e tracce GPS scaricabili sul cellulare, sono nella maggior parte adatte anche alle famiglie e per chi ama solo la discesa sono presenti diversi servizi "**bici bus**" attivi nei mesi estivi tra località e vallate e servizi "**bici + treno**" sulla Ferrovia Trento - Malé e della Valsugana.

Completano un'offerta davvero family friendly i **20 bici grill**, distribuiti lungo i percorsi, prossimi alla rete stradale, che offrono ristoro, servizi igienici, oltre a noleggi di bici ed e-bike e strutture ricettive bike friendly, presenti nelle principali località turistiche.

Agli sportivi più allenati sono invece riservate le **23 Grandi Salite del Trentino in bicicletta** individuate in corrispondenza di altrettanti percorsi epici del ciclismo o legate a figure leggendarie di questo sport: tra loro, la Trento-Monte Bondone, celebrata a partire dalla tappa del Giro d'Italia del 1956 stravinta sotto le neviccate da Charly Gaul, la salita dei Campionissimi, dedicata alla terra dei Moser e di Gilberto Simoni in Val di Cembra, il mitico Menador, dalla Valsugana agli Altipiani Cimbri, e i numerosi passi dolomitici (Pordoi, Rolle), entrati nella storia del ciclismo in quanto passaggi obbligati delle tappe del Giro d'Italia. Sono dotate di una apposita segnaletica che fornisce ad ogni chilometro informazioni sulle caratteristiche del percorso.

La "Green Road dell'acqua"

Questo percorso, premiato nel 2021 come **migliore "Green Road"** italiana, unisce, in un unico itinerario ad anello, una serie di tratti di eccellenza delle vie ciclopedonali realizzate in circa 30 anni dalla Provincia Autonoma di Trento nei territori del basso Trentino. Questa via verde inizia al confine con la provincia di Bolzano, in località Cadino di Faedo, nel

comune di San Michele all'Adige e, dopo un percorso circolare che tocca 21 comuni, termina nel capoluogo Trento. Un itinerario da fare in più tappe, pedalando con il proprio ritmo e pernottando nel cuore di un borgo, in un agriturismo, in un campeggio. La **Green Road dell'acqua** ha una lunghezza di 143 km, di cui 138 km riservati a bici e pedoni e 4 km su strada a bassissimo scorrimento.

Il **DoGa Alpine Cycling Route** è un progetto bike sviluppato dall'Apt Val di Sole insieme alle APT Madonna di Campiglio e Garda Dolomiti, in collaborazione con l'agenzia specializzata Helios. Questo nuovo itinerario cicloturistico parte da Malé in Val di Sole (raggiungibile tramite il collegamento ferroviario Trento-Malé-Mezzana) e, dopo 110 km su strade secondarie e forestali poco battute, attraverso quattro valli alpine, giunge fino al Lago di Garda. Una vera avventura ciclistica, tra natura, piacere ed ospitalità, lungo un percorso pensato sia per chi ricerca la prestazione sportiva, sia il gusto di pedalare. Bici consigliata? Gravel o Trekking. Informazioni: <https://www.doga-cycling.it/it/>

La Green Road delle Dolomiti

A fare da cornice alle **valli di Fiemme e Fassa** sono, onnipresenti, le pareti delle Dolomiti, del Latemar, del Catinaccio, del Sassolungo e del Sella. In questo paesaggio verticale si pedala senza grandi dislivelli lungo la "**Green road delle Dolomiti**" attraverso queste valli del Trentino orientale per oltre 50 km accompagnati dallo scorrere dell'acqua del torrente Avisio, "la Veisc" in ladino. Parte dal confine con la provincia di Bolzano, all'altezza di Passo San Lugano, coniugando mobilità sostenibile con arte, storia, cultura, turismo slow, ricettività e natura. Si pedala per lunghi tratti sul tracciato della ferrovia Ora – Predazzo con i ponti in ferro sul fiume Avisio e sul torrente Travignolo. Due sono i bicigrill che si incontrano lungo il tracciato: a Predazzo il bicigrill Avisio, e alla periferia di Moena. Chi percorre la ciclabile da Canazei verso Molina può utilizzare il servizio shuttle Fiemme Fassa Bike Express per il rientro.

Ulteriori informazioni a questo [link](#)

Con la mountain bike 8000 km da pedalare in libertà

Oltre che in sella alle bici da strada e alle e-bike il Trentino svela tutta la sua bellezza anche pedalando su una mountain bike. Si può scegliere tra **migliaia di chilometri** adatti a bikers di qualsiasi livello, mappati e segnalati, compresi i percorsi ideali per tutta la famiglia, ma non mancano emozionanti trail, adrenalinici bike park (**Fassa Bike Resort, San Martino Bike Arena, Colbricon Bike Park, Paganella Bike Park, Tonale Bike Park, Val di Sole Bike Land, Brenta Bike Park** e il **Bike Park Lavarone**). **Cross country, enduro, downhill**, qualsiasi sia la specialità, oggi la fruizione della montagna con le due ruote è divenuta un asset strategico nella proposta di vacanza attiva, ma proprio perché condivisa, deve necessariamente essere improntata al rispetto dei diversi utenti.

È proprio questa la filosofia che ispira la **Rete dei percorsi provinciali in mtb** sul territorio. A oggi conta **centinaia di percorsi**, tabellati e numerati, per uno sviluppo che supera gli **8000 chilometri**.

Ma altrettanta importanza riveste la completezza dell'offerta di **servizi** dedicati che il territorio mette a disposizione degli appassionati: dai noleggi, ai punti di assistenza, alle

possibilità di ricarica per e-bike, ai percorsi downhill serviti da impianti di risalita, alle strutture ricettive dedicate, alla presenza di guide Mtb e di shuttle bus per gli spostamenti o i rientri, senza dimenticare l'aspetto enogastronomico a completamento della "bike experience". Da questo punto di vista il Trentino offre **cinque destinazioni top** che possono soddisfare ampiamente i biker più esigenti.

GARDA TRENTINO BIKE

Una Bike area molto estesa, con 58 percorsi riconosciuti per oltre 1480 chilometri di itinerari adatti alle mountain bike, e-mountain bike e gravel, che si sviluppano in un contesto ambientale e climatico unico, e per questo fruibili per la maggior parte dell'anno. Dalle tranquille passeggiate fuoristrada adatte anche alle famiglie, alle escursioni con dislivelli importanti e passaggi impegnativi:

<https://www.gardatrentino.it/it/outdoor/bici/mountain-bike>

Una rete che viene tenuta efficiente e pulita grazie ai **Garda Rangers**, un gruppo di professionisti specializzati, che credono nel valore di un territorio bello e sicuro e permettere a tutti di camminare, pedalare, salire in sicurezza su percorsi sempre in ordine. E gli appassionati possono contare sulla rete "Outdoor Friendly" di alberghi specializzati, campeggi, agriturismo, b&b e appartamenti: 21 strutture con servizi pensati per i biker - www.gardatrentino.it/outdoorfriendly. Tra i numerosi eventi dedicati al mondo bike il Bike Festival, che ogni anno accoglie più di 45.000 visitatori, la Bike Transalp e la Tour Transalp, le due più grandi competizioni ciclistiche d'Europa.

Informazioni: www.gardatrentino.it

DOLOMITI PAGANELLA BIKE AREA

400 chilometri tra facili percorsi su strade sterrate e nel bosco (target Family ed XC) e percorsi in single track (Intermediate - Expert) in tutta l'area, con un focus particolare su trail / All mountain / enduro. Senza dimenticare le tre aree Bike Park, e tre Pump Track e Skill Area collocate a Molveno, Andalo e Fai della Paganella. A disposizione mappe, tracce gps, servizio BiciBus shuttle, noleggi, impianti di risalita, guide, corsi, bike hotel e bike chalet, e molto altro ancora. Servizi di qualità per i biker che hanno prodotto l'ingresso del Dolomiti Paganella Bike nel circuito **Gravity Card** (<https://www.gravity-card.com/>), che riunisce i 24 migliori bike park d'Europa e la Paganella è il primo e unico park italiano presente nel circuito. Informazioni: www.visitdolomitipaganella.it

VALDISOLEBIKELAND

Un'ampia e certificata rete di percorsi, servizi di qualità rendono unica l'esperienza del biker e del cicloturista nella Val di Sole Bike Land che, proprio nel 2021, ha conseguito un importante riconoscimento nel mondo su due ruote, entrando ufficialmente a far parte delle **18 UCI Bike Region** riconosciute a livello mondiale per la promozione del ciclismo in tutte le sue espressioni: dal mondo della MTB al gravity, al cicloturismo.

A cominciare dai 20 itinerari di diversa difficoltà per un'offerta complessiva di oltre 400 chilometri di tracciati a disposizione. E per gli amanti delle emozioni forti, 10 suggestivi

single track dove divertirsi in sicurezza e due bike park dove far scorrere l'adrenalina: il Bike Park Ponte di Legno - Tonale, primo Bike Park Family del Trentino, con tracciati downhill e freeride di tutti i livelli. Un secondo Bike Park si trova a Commezzadura con trail di diversa difficoltà. Tra questi il celebre percorso "Black Snake" teatro della World Cup, e una pista di Four Cross dove ci si può divertire tra gobbe, paraboliche e rock gardens. E per le famiglie non mancano Kids Bike Park (a Pellizzano e a Folgarida), Skill Park, Pump Track per far prendere confidenza con le 2 ruote ai più piccoli. A disposizione dei bikers anche i nuovi "Val di Sole Bike Hotel e Chalet" con una serie di servizi dedicati: deposito bici custodito, officina, bike wash, lavanderia, ristorazione, etc. Oggi questa offerta si arricchisce di una nuova disciplina bike, **l'Alpine Gravel**, specialità che sembra proprio nata per esser praticata in Val di Sole lungo i 6 itinerari dedicati: poco asfalto e tanta ghiaia o terreno alpino, il tutto tra i 650 e i 2200 m s.l.m., della lunghezza massima di circa 60 km e dislivelli attorno ai 1.600 m. Informazioni: www.valdisole.net

BIKE AREA VAL DI FASSA

Una mountain bike, un discreto allenamento fisico e tanta grinta: queste sono le tre condizioni fondamentali per percorrere il "Sellaronda Mountainbike", il miglior tour "offroad" delle Dolomiti. È un tour di una giornata e può essere percorso, con o senza guida, solo se muniti del Bikepass Sellaronda, per accedere agli impianti di risalita con i quali si "scalano" i passi Gardena, Campolongo, Pordoi e Sella. Le discese, piuttosto tecniche, avvengono per lo più su "single trail". Per gli appassionati del "gravity", invece, ci sono i tracciati del "Fassa Bike Resort" sul Belvedere di Canazei, e del Sellaronda Mtb Gravity con 20 km di discese e 2700 m di dislivello. In valle sono a disposizione anche 29 "Bike Hotel". Nell'estate 2020 la vallata dolomitica ha creato il club di prodotto "Val di Fassa BikeFriendly", che vede coinvolti una trentina di hotel, campeggi ed appartamenti con diversi servizi loro dedicati come info corner, kit per piccole riparazioni, bike wash e bike room video-sorvegliata con allarme. Informazioni: www.fassa.com

ALPE CIMBRA BIKE

Tra gli 800 e i 1900 m di quota, attraverso pascoli, foreste di abeti, valli e punti panoramici, tra dossi erbosi e cime spettacolari si sviluppano itinerari per la mtb adatti a tutte le discipline - all mountain, cross country, enduro - oltre al Bike Park a Lavarone e alla proposta di percorsi per le famiglie e di aree attrezzate per i bambini con i pump truck. L'Alpe Cimbra Bike è anche una proposta di servizi organizzati a misura di biker: 26 bike hotel e residence, 11 bike chalet, istruttori di mtb, noleggi ed eventi, il lago di Lavarone "bike friendly", diversi impianti aperti in estate per pedalare in quota.

Informazioni: www.alpecimbra.it

Ulteriori informazioni a questo [link](#)

(m.b.)