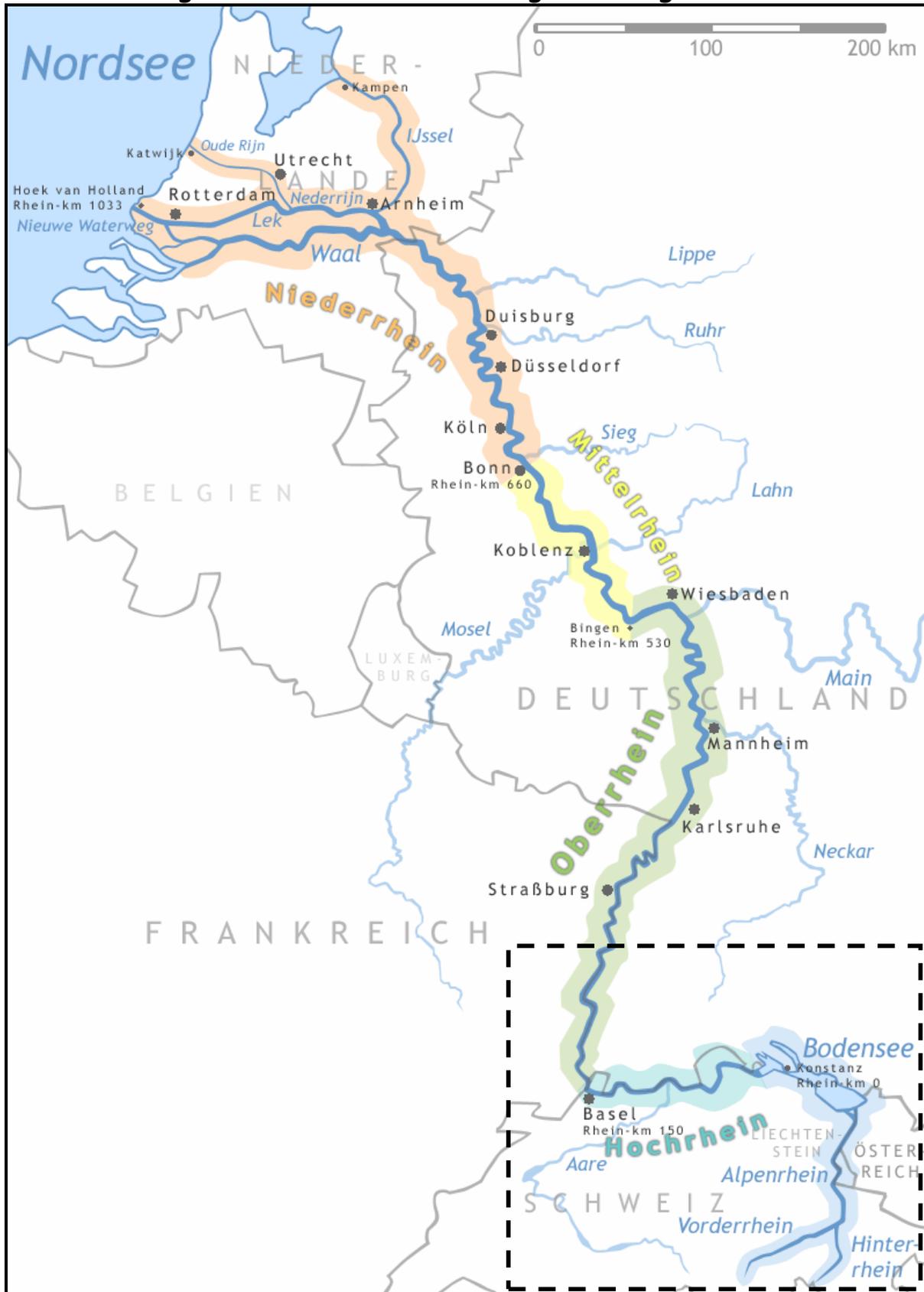


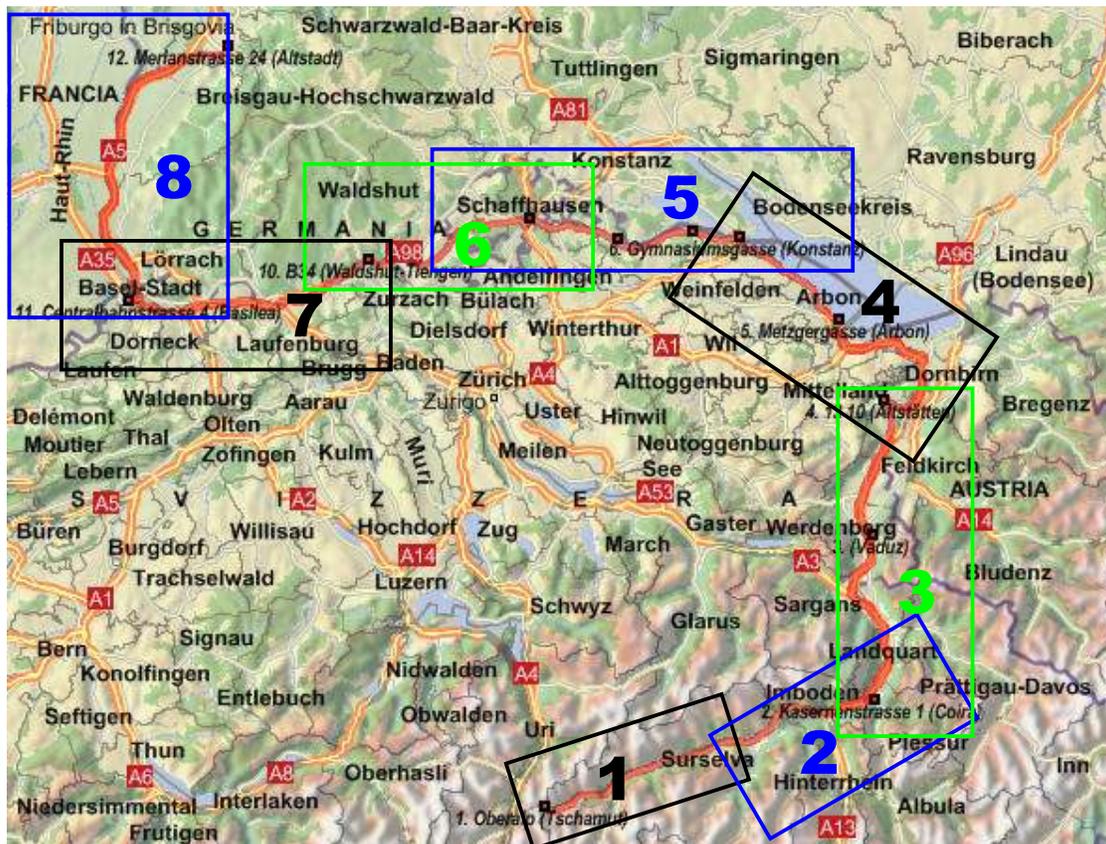
La ciclabile del Reno

Anno 2006

Dalle sorgenti in Svizzera a Freiburg im Breisgau in Germania



Programma generale



Giorno	Percorso
11-08-06	Partenza da Pordenone con pullman GT con destinazione l' <u>Oberalpenpass (CH)</u> , mt 2045, dove è prevista una breve escursione a piedi alla sorgente del Reno (3 ore totali, m 300 di salita). Ritornati al passo, si parte alla volta di <u>Disentis (CH)</u> . Pernottamento
12-08-06	Da Disentis si parte in direzione di <u>Coira (CH)</u> , centro medievale dove è previsto il pernottamento. La tappa è lunga circa 67 Km con circa 250 m di salita e 695 m di discesa. Nel percorso si faranno delle brevi soste nelle cittadine attraversate.
13-08-06	Da Coira si raggiungerà Bad Ragaz per la visita della Taminaschlucht, suggestive gole del fiume Tamina che alimenta le sottostanti stazioni termali. La salita alle gole è prevista in pullman o, per i più sportivi, in bicicletta (4 Km, 180 m di salita). Dopo il pranzo, si proseguirà per Vaduz, piccola capitale del principato del Liechtenstein. Con un totale di 72 Km si arriverà ad <u>Altstätten (CH)</u> . Pernottamento.
14-08-06	Da Altstätten si punterà verso <u>Costanza (D)</u> , dove si giungerà con un percorso di circa 80 Km che costeggia la sponda meridionale del lago di Costanza. Clima permettendo, non mancherà l'occasione di un bel bagno nel lago.
15-08-06	Breve visita di Costanza nelle prime ore della mattinata, poi partenza in direzione di <u>Sciaffusa (CH)</u> , che si raggiunge pedalando per 50 Km. Sosta a Stein am Rhein nella suggestiva piazza del municipio.
16-08-06	Poco fuori Sciaffusa il Reno stupisce il mondo con le sue enormi cascate, a cui dedicheremo una buona parte della mattinata. Proseguiremo poi per <u>Waldshut (D)</u> per il pernottamento (Km 58).
17-08-06	Da Waldshut punteremo verso <u>Basilea (CH)</u> che raggiungeremo con un percorso di circa 80 Km.
18-08-06	Intera giornata dedicata alla visita di Basilea, guidata le prime due ore, libera la restante parte della giornata.
19-08-06	Si lascia definitivamente la Svizzera per entrare in Germania, che ci ospiterà per l'ultimo pernottamento a <u>Freiburg im Breisgau (D)</u> , dove giungeremo con un percorso di 62 Km.
20-08-06	Breve visita di Freiburg e rientro in Italia.

Prima tappa

Oberalp ÷ Disentis Mustér

11 agosto 2006



Partiti dal Friuli al mattino presto, raggiungeremo in tarda mattinata l'Oberalpenpass a 2040 m. Da qui parte un sentiero che in circa due ore porta alle sorgenti del Reno Anteriore a 2928 m.



Il Reno (più precisamente il Vorderrhein o Reno Anteriore) sgorga dal laghetto Lai da Toma a 2345 m nell'Alp Tuma e trova pace nel mare del nord nei pressi di Rotterdam in Olanda dopo una corsa di [1320 Km.](#)

Al ritorno dall'escursione (facoltativa), raggiungeremo l'albergo a Disentis, dove è previsto il pernottamento.

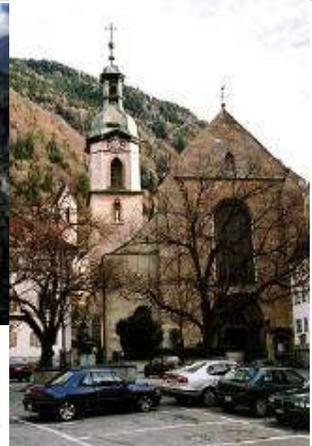
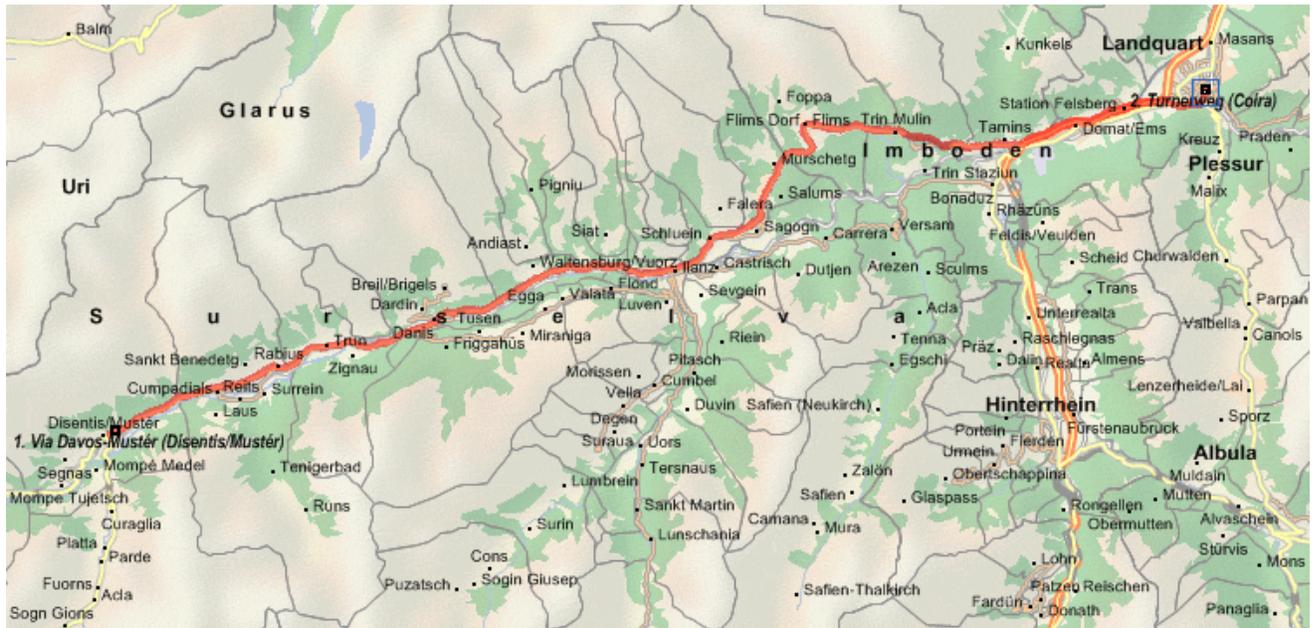
Centro di turismo estivo e sport invernali, Disentis Mustér deve il suo nome all'importante abbazia benedettina fondata nel VII sec. dal monaco Sigisberto che ancora oggi domina l'abitato.



Seconda tappa

Disentis Mustér ÷ Coira

12 agosto 2006



Si incomincia a pedalare sul serio. La tappa è di circa 67 Km, con un dislivello in salita (spezzato in più tratti) di 250 m e in discesa di 700 m.

Lungo la tappa incontreremo Trun, piccolo abitato famoso per essere il luogo di fondazione della Lega Grigia, coalizione popolare tra l'Abate di Disentis Mustér e i comuni delle valli del Reno Anteriore e Posteriore contro i locali nobili legati all'impero.

Più avanti di incontrerò Ilanz, storico centro della valle. Simbolo della città è l'Oberes Tor o Porta Suran, quanto resta delle fortificazioni di quella che fu una antica capitale della Lega Grigia.

Tutto il centro è costituito da case del XVII - XVIII sec., la più bella delle quali è la casa Gronda con ricche decorazioni barocche sulla facciata.

Tra Versam e Bonaduz, il Reno si infossa nel Rheinschlucht, ripida gola scavata nei secoli. In breve giungeremo a Coira, capoluogo dei Grigioni antica città sulla congiunzione tra il Reno e il Plessur. Il suo centro storico medievale si estende ai piedi della terrazza che accoglie la Cattedrale dell'Assunta ed il palazzo Vescovile.

La cattedrale St. Mariä Himmelfarth è una costruzione gotica sorta nel 1200 - 1300 ma rimaneggiata nei secoli successivi, il palazzo vescovile, che sorge a sinistra della cattedrale, è un palazzo barocco degli inizi del 1700.

Terza tappa

Coira ÷ Altstätten

13 agosto 2006

Tappa di circa 75 Km, con sosta intermedia a Bad Ragaz per visitare le gole del Tamina (Taminaschlucht), suggestivo orrido all'estremità del quale, tra alte pareti, sgorgano le

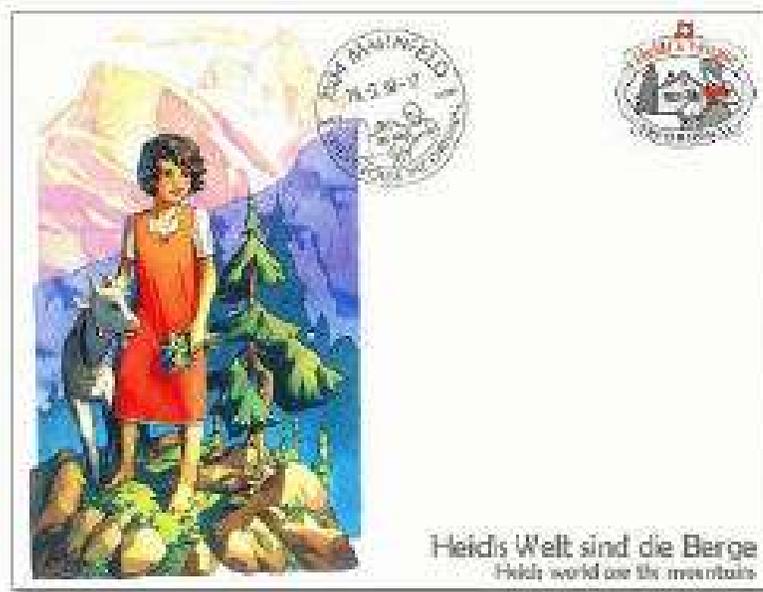
acque che alimentano gli stabilimenti termali di Bad Pfäfer e Bad Ragaz.

Nel XIII sec, quando iniziò lo sfruttamento delle caratteristiche salutistiche delle acque del Tamina, i pazienti venivano calati con una corda nell'orrido perchè potessero respirare l'acqua nebulizzata. Un cappuccio calato sul volto evitava che morissero dallo spavento vedendosi penzolare nell'impressionante vuoto della gola.

Nella parte opposta della valle si intravede la borgata di Maienfeld, il paese in cui la tradizione vuole che sia vissuta Heidi, la piccola eroina del romanzo di Johanna Spyri che ha fatto sognare milioni di bambini. Ovviamente il fenomeno è sfruttato a fini turistici con la vendita di souvenirs e cartoline.

Dopo la visita delle gole e la pausa pranzo, si ripartirà raggiungendo Vaduz, capitale del principato del Liechtenstein, uno degli stati indipendenti più piccoli d'Europa e con reddito pro capite tra i più alti al mondo, che visiteremo passando.

Altstätten, meta della giornata ove è prevista la cena ed il pernottamento, è un importante centro di commerci della regione, con antiche case ricche di sporti e portici.



Quarta tappa

Altstätten ÷ Konstanz

14 agosto 2006



La tappa è discretamente lunga, ma 80 Km in gruppo e con le soste per il bagno sono una cosa non solo fattibile ma piacevole.

Da Altstätten in breve si raggiunge la Bodenseeradweg, la ciclabile del lago di Costanza di cui il Reno è immissario ed emissario. Il Rheindelta, il delta d'acqua dolce più grande d'Europa, è una delle aree ornitologiche più famose dell'arco alpino e della stessa Europa centrale.

Raggiunta la riva meridionale del lago, la seguiremo verso ovest in direzione di Costanza, attraversando i bei paesi rivieraschi meta turistica tra le più conosciute dell'Europa continentale.

Arbon, ad esempio, in felice posizione panoramica su di una penisola, fondata nell'area del castrum romano di Arbor Felix.



Oppure Romanshorn che sorge sul delta del fiume Aach, alimentato dalla sorgente più grande d'Europa e che prende le sue acque dall'affossamento del Danubio. Questa cittadina, oltre ad essere un vero paradiso per la villeggiatura, possiede il più grande porto del lago di Costanza.

Arriveremo a Costanza nel pomeriggio, passando per il porto e nei pressi della famosa statua di Imperia e del famoso edificio del Concilio.

Legate da un'insolita comune origine storica, il

palazzo del Concilio divenne tale allorché si tenne il Concilio nel novembre del 1417 e nel corso del quale fu eletto papa Martino V. Durante il Concilio nella città accorsero oltre 70.000 persone da numerosi paesi europei, a cui si aggiunsero centinaia di prostitute certe che il lavoro non sarebbe mancato. Imperia è il monumento a quelle donne e, vestita di abiti succinti, tiene in mano le minuscole figure nude di re Sigismondo di Lussemburgo e Papa Martino V in segno di dominio del corpo sull'anima e sul potere.

Ovviamente le polemiche non mancarono quando Imperia fu inaugurata ma, evidentemente, il potere della Chiesa Cattolica non vale per tutti i paesi allo stesso modo. Ve la immaginate una cosa simile in Italia?

Cena e pernottamento in città.

Quinta tappa

Costanza ÷ Sciaffusa

15 agosto 2006



Tappa relativamente breve (50 Km) per consentire una veloce passeggiata in centro a Costanza.

Partiremo da Costanza nella tarda mattinata costeggiando l'Untersee, il braccio più meridionale del lago di Costanza formato dal Reno che, uscito dal lago, riprende il suo cammino verso nord. A nord, al centro del lago, si vede l'isola Mainau, residenza dei conti svedesi Bernadotte e nel cui castello trova posto il famoso giardino di piante rare ed esotiche.

Faremo una sosta a Stein am Rhein, bella cittadina del cantone Sciaffusa dove il Reno esce dall'Untersee. Il suo centro antico, in parte ancora circondato da mura trecentesche, conserva pregievoli architetture con facciate dipinte e finestre a sporto del sec XVI -

XVII.

Lasciato Stein am Rhein, nel corso dei 20 Km mancanti a Sciaffusa passeremo il confine tra la Germania e la Svizzera innumerevoli volte, tanto che alla fine non si sa in quale paese ci si trovi.



L'integrazione tra i due paesi, almeno in questa zona, è talmente elevata che nella corrispondenza verso gli abitanti del luogo è indifferente mettere il codice postale tedesco o svizzero.

Sciaffusa si preannuncia con la sagoma della fortezza Munot, costruita nella seconda metà del 1500 in difesa della città.

Città di stampo medievale, Sciaffusa è tra le città più suggestive della Svizzera, il cui centro storico è attraversato da strette vie lungo le quali si allineano edifici ornati da affreschi e da cui sporgono gli "erker", tipiche finestre a sporto con intagli e rilievi.

Sciaffusa è una bella cittadina di stampo medievale, dominata dalla alta mole della fortezza Munont del 1500.



Sesta tappa

Sciaffusa ÷ Waldshut

16 agosto 2006



La tappa di 61 Km non è particolarmente lunga, ma ci sono molte cose da vedere e, come al solito, il tempo è tiranno.

Dedicheremo una parte della mattinata alla visita di Sciaffusa, per poi partire alla volta delle vicine cascate del Reno, imponente spettacolo della natura intelligentemente sfruttato dagli svizzeri.

Le cascate sono formate dal Reno che precipita per 15-20 metri su un fronte di 150: dallo Schloss Laufen, castello rimaneggiato in epoche recenti, una scaletta conduce sin sotto la cascata, dove si sente in maniera impressionante la terra tremare sotto i piedi.



Nel mezzo del fiume resistono due roccioni che sono raggiungibili con i traghetti e scalabili su scalette.

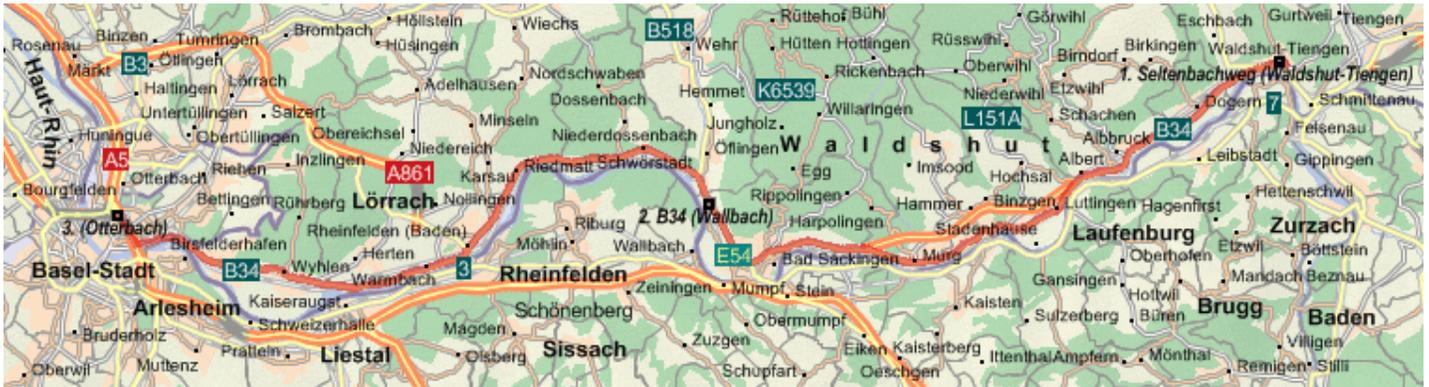
Dopo la visita delle cascate, si riparte seguendo il corso del fiume in direzione di Waldshut, paesino medievale tedesco sulla riva nord del Reno.

Cena e pernottamento in città.

Settima tappa

Waldshut ÷ Basilea

17 agosto 2006



Tappa di 80 Km che segue quasi sempre la riva destra orografica del fiume in territorio tedesco.

Pur non essendoci punti di particolare interesse, entrambe le rive del fiume sono costellate di piacevolissimi paesi più o meno grandi che invogliano a fermarsi. Senza un preciso programma, sceglieremo a seconda delle esigenze del gruppo quando fermarsi a riposare e quando pedalare.



Giungeremo a Basilea nel pomeriggio, giusto il tempo per passare dal centro storico e raggiungere l'albergo per la sistemazione.



Basilea deve la sua fortuna al Reno che la divide in due parti con la sua ampia ansa: Kleinbasel (Piccola Basilea) sulla riva destra e Grossbasel (Grande Basilea) sulla sinistra, dove si trova gran parte del centro pedonale e i maggiori monumenti. Cena e pernottamento in città.

18 agosto 2006

Visita di Basilea

L'intera mattinata sarà dedicata alla visita guidata della città, comodamente percorribile in lungo e in largo con una eccezionale rete di mezzi pubblici, che fanno onore alla tanto decantata precisione Svizzera.

Il pomeriggio visita libera della città e/o ai negozi del centro.

Ottava tappa

Basilea ÷ Freiburg im Breisgau

19 agosto 2006



Ultima tappa, circa 80 chilometri che ci portano definitivamente fuori dalla Svizzera. Correremo in territorio tedesco, a cavallo con il confine francese.

Si tratta di una tappa di trasferimento, abbastanza veloce, giusta per consentirci di partire con comodo da Basilea e di arrivare presto a Freiburg dove alloggeremo.

Freiburgo è la più bella e celebre città della Germania sud-occidentale, capoluogo della Brisgovia.

Adagiata ai margini della Foresta Nera e della pianura renana, è attraversata dal fiume Dreisum.

Spicca da lontano l'imponente torre alta 116 metri del Münster,

la cattedrale dedicata alla Vergine, uno dei più importanti edifici gotici della Germania.

Sede di una antica Università, è



notevole centro d'arte e d'industrie, grazie alla favorevole posizione in prossimità dei confini con Francia e Svizzera.

20 agosto 2006

Partiremo da Friburgo verso l'Italia alle ore 11.30, consentendo ai partecipanti di fare gli ultimi acquisti e le ultimi passi nel centro di questa splendida città.