**Itinerari tra i segni della storia e delle tradizioni della gente di montagna**

**A PASSO LENTO LUNGO I “CAMMINI” TRENTINI**

**Questi percorsi nel Trentino occidentale sono una proposta all’insegna di un turismo “lento”, vicino ai territori in quanto opportunità di sviluppo locale pienamente sostenibile. Occasione per ammirare la natura che si risveglia, paesaggi maestosi e i numerosi segni dell’uomo presenti lungo i questi cammini, ma anche per entrare a contatto con la quotidianità della gente di queste valli**

**Il Sentiero “S. Vili”**

Il Sentiero “*San Vili*”, ideato e inaugurato nel 1988 dalla S.A.T. (Società degli Alpinisti Tridentini), unisce Trento a Madonna di Campiglio, la Valle dell’Adige alle Dolomiti di Brenta, lungo percorsi a piedi, sentieri antichi e nuove ciclopedonali, per affermare l’idea che la “montagna” in quanto dimensione alternativa di vita, di esperienze, di libertà non inizia ai 1.500 metri, ma piuttosto si afferma appena fuori la realtà urbana. Il sentiero costeggia le Dolomiti di Brenta, alternando carrarecce tra i campi e strade forestali, sentieri su cenge panoramiche a passaggi attraverso antichi borghi, poco conosciuti e defilati rispetto ai grandi flussi turistici, ma dove si osserva ancora uno spaccato culturale importante. Sono circa 100 chilometri suddivisi logisticamente in sei tappe, ciascuna delle quali costituisce già di per sé un'escursione completa e soddisfacente. Ricalcano in gran parte l’antica via romana che la tradizione vuole sia stata percorsa nel 400 da Vigilio, vescovo di Trento e successivamente dalle sue spoglie dopo il martirio in Val Rendena. L'itinerario “basso” del “*San Vili*” parte dalla Cattedrale di San Vigilio a Trento e, attraversando i paesi del fondovalle, raggiunge Madonna di Campiglio, ma è percorribile anche in senso inverso. Esiste anche una variante “alta” dell'itinerario con dislivelli più impegnativi, adatta a camminatori ben allenati. [www.camminosanvili.it](http://www.camminosanvili.it)

**Il Cammino di San Romedio**

L'emozionante “*Cammino di San Romedio*”, da affrontare in 12 tappe lungo 180 chilometri con dislivello complessivo di 9.600 metri, è in grado di trasmettere ai pellegrini momenti di pace e raccoglimento. A causa dell’altitudine dei valichi alpini è possibile trovare neve fino a fine maggio e i rifugi sono attivi solo a partire da metà giugno. Per questi motivi, il periodo più adatto per il pellegrinaggio va da metà giugno a ottobre. Durante il cammino c’è la possibilità di conoscere la varietà e la bellezza dell’Euregio Tirolo-Alto Adige-Trentino. Il percorso conduce attraverso dolci valli e città storiche, dal Tirolo del Nord passando per l’Alto Adige e arrivando in Trentino.

**Il “Cammino Jacopeo d’Anaunia”**

Tra i cammini spirituali trentini, il “*Cammino Jacopeo d’Anaunia*” è uno dei più affascinanti, ben noto a tutti i pellegrini d’Italia. Si tratta di un percorso ad anello in Val di Non alla scoperta dei maggiori luoghi sacri della zona, sulle orme degli antichi sentieri di pellegrinaggio di fede in Trentino. Il "*Cammino Jacopeo d'Anaunia*" si sviluppa in sette tappe per una lunghezza complessiva di circa 170 km, con punto di arrivo e di partenza fissato nel cuore religioso della Val di Non: il paese di Sanzeno (è qui infatti che nel 397 d.C. furono martirizzati Sisinio, Martirio e Alessandro, i missionari fondatori del cristianesimo nelle valli del Noce). Il cammino è adatto a tutti, non ci sono tratti pericolosi ma è richiesto un po’ di allenamento; il percorso è interamente tracciato con una segnaletica che riporta la conchiglia stilizzata e la freccia gialla. Le tappe del cammino sono: 1. Sanzeno – Madonna di Senale - 2. Madonna di Senale – Marcena di Rumo - 3. Marcena di Rumo – (San Romedio) – Terzolas - 4. Terzolas – Cles - 5. Cles – Flavon - 6. Flavon – Vigo di Ton - 7. Vigo di Ton – San Romedio; ne esiste anche una versione breve è composta da tre tappe per un totale di 64 Km di sviluppo ad anello attorno al paese di Sanzeno.

**Sentiero del Dürer**

Il “*Sentiero del Dürer*” (Dürerweg), si snoda sui monti della Val di Cembra. Il celebre pittore originario di Norimberga, durante un suo viaggio verso Venezia, venne sorpreso da una piena improvvisa del fiume Adige mentre da Bolzano viaggiava alla volta di Trento. Così percorse il sentiero che da Egna (Bz) arriva fino alle piramidi di Segonzano in Val di Cembra e passando nei pressi di un castello tutt’ora esistente e ritratto dall’artista. L’itinerario si snoda lungo una ventina di chilometri e, una volta all'anno, viene organizzato un trekking guidato che unisce le bellezze naturali, culturali e enogastronomiche della Val di Cembra. (Tempo di percorrenza: 5,30 h - Partenza: Pochi di Salorno - Arrivo: Piramidi di terra di Segonzano - Grado di difficoltà: facile - Dislivello in salita: 400 m)

Altre informazioni [**qui**](https://www.visittrentino.info/it/articoli/natura-benessere/cammini-trentino)

(m.b.)

Trento, gennaio 2019