

A Giorgio Giannini
e a quelli come lui
liberi di mente e di fatto



Il respiro del bosco

*Sul tuo sentiero nascosto
ciottoli levigati dal torrente
che passo dopo passo perdi
nella dolce fiumana di scrosci,
sul verde tappeto di essenze
il respiro del bosco ti assale
un germoglio, un battito d'ali,
quel fruscio sopito che cresce:*

Ora sogna.....

*Ecco la vetta,
la vallata si schiude al tuo sguardo
ogni petalo appaga il tuo sforzo,
nei tuoi occhi
un tramonto libero,
nel tuo viaggio
non sei più solo.*

Marco Stabile



Ringraziamenti

Per ringraziare tutte le persone che in qualche modo mi hanno aiutato nella stesura di questa pur semplice guida, non basterebbe un capitolo intero. Mi scuso pertanto per eventuali dimenticanze ed omissioni.

In primis, voglio ringraziare l'amica Bruna per tutto l'aiuto che mi ha dato.

Un "grazie" speciale a tutti i miei "paesani" ed in particolare alla famiglia Matiz (Diego, Cristiano, Arianna, Antonietta, Sergio, Velia, Ottaviano e Giacomo) che per me, negli anni in cui ho vissuto a Timau, sono stati una vera famiglia.

Devo sottolineare inoltre la disponibilità e la gentilezza di tutta la gente carnica, al di qua e al di là del confine, che si è sempre dimostrata prodiga nell'aiutarmi a risolvere tutti i piccoli e grandi problemi che inevitabilmente sorgono "strada facendo".

Un grazie di cuore a tutti, dunque, con la speranza che questa guida possa servire anche a portare un numero sempre maggiore di visitatori in queste splendide e immacolate montagne per la soddisfazione innanzitutto degli abitanti.





La ricca rete di sentieri e mulattiere che dal fondovalle si sviluppa in tutte le direzioni ha suggerito all'appassionato di mountain - bike, Claudio Stori, la realizzazione di questa guida. Esperienza, passione ed un'anima sensibile agli spettacoli esaltanti della montagna, hanno spinto e guidato l'autore nel renderci partecipi delle forti emozioni vissute.

Parola chiave dell'opera è il *cercare*: per coloro che già vivono in questi luoghi, cercare le sfumature, le recondite sensazioni, gli angoli dei paesaggi sfuggiti all'esplorazione, un *incantesimo* tra terra ed aria che tocchi l'anima, come solo la natura sa fare. Per quanti si avvicinano la prima volta a queste zone, cercare la bellezza, ora dolce, ora aspra della montagna.

Ogni itinerario proposto è dettagliatamente descritto in tutto il suo snodarsi e contiene suggerimenti e consigli mirati ad un'escursione sicura. Soste o deviazioni, suggerite dall'autore, permettono di godere del panorama di pittoresche valli, di monumenti naturali o storici, mentre si respira, a pieni polmoni, l'aria di montagna.

Ciascun capitolo, trascritto anche in lingua tedesca e completato da una sintesi in lingua timavese, risulta impreziosito dalle immagini dei luoghi citati e da quelle più suggestive della flora protetta.

Per i meno avventurosi, ogni percorso offre la possibilità di indimenticabili camminate immersi nel verde di una natura incontaminata, che travolge con la sua selvaggia bellezza. A coloro che decideranno di scoprire



le nostre montagne e la storia ad esse legata, l'invito a passeggiare lungo le vie di Timau, a visitare il Museo Storico, le sue chiese... e a lasciarsi viziare dai ristoratori locali con i piatti della tradizione.

Il Sindaco *Emidio Zanier*
L'Assessore alla Cultura *Velia Plözner*

Das reiche Netz an Pfaden und Saumpfaden, das vom Talboden ausgehend in alle Richtungen führt, hat den Mountain Bike begeisterten Claudio Stori dazu veranlasst, diesen Führer zu schaffen.

Erfahrung, Leidenschaft und eine einfühlsame Seele dem Schauspiel der Natur gegenüber haben den Autor erwogen (und dazu geführt), uns an den starken Gefühlen teilhaben zu lassen.

Das Schlüsselwort des Werkes ist das Suchen: Die, die schon in diesen Gebieten leben, auf der Suche nach Nuancen, verborgenen Gefühlen, den Eckchen der Landschaft, die man bei der Erforschung übersehen hat; Ein Zauber zwischen Himmel und Erde, der das Innere berührt, wie nur die Natur dazu im Stande ist. Für die, die sich das erste Mal diesen Gebieten nähern, bedeutet es die Suche nach der süßen und rauhen Schönheit der Berge.

Jede vorgeschlagene Route ist in ihrem Ganzen detailliert beschrieben und enthält Vorschläge und gezielte Ratschläge für eine sichere Exkursion. Rast und Umwege, die vom Autor vorgeschlagen werden, erlauben das Panorama der bilderhaften Täler und die Natur- und Geschichtsdenkmäler zu genießen, während man mit vollen Lungen die Bergluft einatmet.

Für die weniger Abenteuerlichen unter uns bieten diese Routen die Möglichkeit zu unvergesslichen Wanderungen durch das Grün einer unberührten Natur.

Für die, die sich für die Entdeckung unserer Berge und der damit verbundenen Geschichte entscheiden werden, gilt die Einladung, die Wege von Timau entlang zu spazieren, das geschichtliche Museum und die Kirchen zu besuchen und sich im Ort in den Gastlokalen mit den traditionellen Gerichten verwöhnen zu lassen.

Der Bürgermeister *Emidio Zanier*
Die Ausschussrätin für Kultur *Velia Plozner*



I “LAGHETTI” DI TIMAU



A pochi chilometri dal paese di Timau, in direzione passo di Monte Croce Carnico/Austria, nel comune di Paluzza, si trova uno degli impianti per lo sci nordico più belli della nostra regione.

Durante l'inverno, si può sciare per una decina di chilometri immersi in una stupenda foresta, dove quiete e serenità la fanno da padrone. Vi si trovano, oltre al bar ristorante, anche un noleggio sci, locali per la sciolinatura ed altri servizi, tra cui un ampio parcheggio.

I “Lagheti” sono ora (anno 2000-2001) al centro di tutta una serie di iniziative didattico-escursionistiche all'interno di quello che in futuro potrebbe diventare “il parco regionale del Monte Coglians”, e che sicuramente non mancheranno di interessare i lettori di questa guida. E' proprio da questo centro sportivo che ho voluto fare iniziare e finire tutti gli itinerari, sia per la comodità di parcheggio, sia per la possibilità di ristoro, ma soprattutto per far conoscere questa realtà anche a coloro che non praticano lo sci di fondo.

Non è mai troppo tardi, il “fondo” rappresenta un'ottima alternativa invernale alla nostra cara bicicletta, ed è proprio da questo “anello” che inizierei le nostre pedalate. Questo bellissimo circuito (10 km) corre totalmente immerso in una magnifica foresta e, con continui saliscendi, ci permette di avere un assaggio delle emozioni che queste montagne sapranno regalarci.

Può rappresentare un piccolo giro per i meno allenati, anche per prendere “confidenza” con le pendenze, o può essere considerato veramente un ottimo “riscaldamento” prima di iniziare uno degli itinerari più impegnativi di questa guida. Voglio inoltre ricordare che in luglio si svolge su questo circuito (2 giri completi) una delle più belle prove del circuito Carnia in MTB.

Dall'edificio adibito al noleggio sci si segue la pista forestale in direzione nord (si punta direttamente verso la Creta di Collina) mantenendo alla nostra sinistra il torrente Bût, che si oltrepassa subito dopo svoltando a sinistra e superando una caratteristica cunetta in pietra. Si scende brevemente verso valle e, seguendo le indicazioni dell'anello di fondo di colore nero, si svolta a destra sempre su una mulattiera e si affronta la prima salita. Dopo un breve successivo tratto in falsopiano si giunge allo “stavolo di Pierino” che si lascia sulla sinistra. Si prosegue in salita e superato uno degli “chalet” si abbandona la pista principale svoltando decisamente a sinistra, su prato.

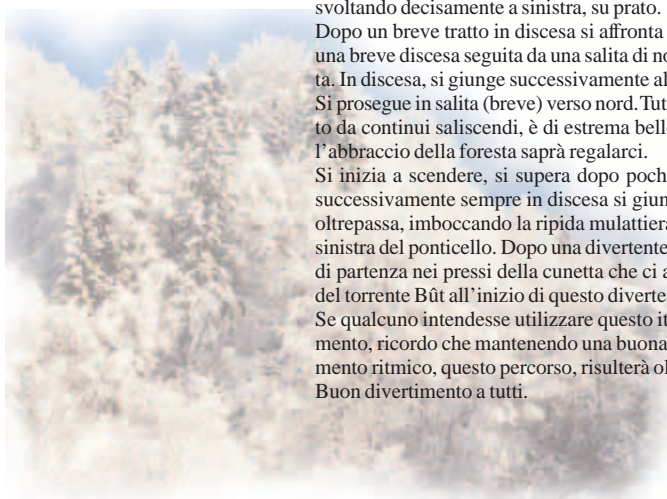
Dopo un breve tratto in discesa si affronta una ripida rampa ghiaiosa e quindi una breve discesa seguita da una salita di notevole pendenza, ma di breve durata. In discesa, si giunge successivamente al secondo “chalet”.

Si prosegue in salita (breve) verso nord. Tutto questo ultimo tratto, caratterizzato da continui saliscendi, è di estrema bellezza e forte sarà la suggestione che l'abbraccio della foresta saprà regalarci.

Si inizia a scendere, si supera dopo pochi metri un primo ponte in legno e, successivamente sempre in discesa si giunge ad un secondo ponte, che non si oltrepassa, imboccando la ripida mulattiera inerbata che sale decisamente alla sinistra del ponticello. Dopo una divertente discesa si raggiunge il nostro punto di partenza nei pressi della cunetta che ci aveva permesso di superare il corso del torrente Bût all'inizio di questo divertente percorso.

Se qualcuno intendesse utilizzare questo itinerario come una seduta di allenamento, ricordo che mantenendo una buona andatura, grazie anche al suo andamento ritmico, questo percorso, risulterà oltremodo allenante.

Buon divertimento a tutti.

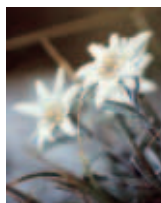


DIE "LAGHETTI" VON TIMAU

Wenige Kilometer vom Dorf Timau, in Richtung Plöckenpass - Österreich, in der Gemeinde Paluzza, befindet sich eine der schönsten Langlaufanlagen unserer Region. Im Winter kann man auf einer etwa zehn Kilometer langen Loipe durch einen herrlichen Wald laufen, wo Ruhe und Ausgeglichenheit herrschen. Hier gibt es außer einer Bar und einem Restaurant auch einen Schiverleih, Räume zum Wachsen der Schier und anderen Service, wie z. B. einen Parkplatz. Die "Laghetti" (kleine Seen) stehen jetzt (im Jahr 2000/2001) im Mittelpunkt einer Reihe von didaktischen- exkursionistischen Veranstaltungen. Sie liegen innerhalb der Zone, die in der Zukunft der "Regionalpark des Monte Coglians" werden könnte und die bestimmt für die Leser dieses Führers von Interesse sein könnten. Es ist gerade dieses Sportzentrum von dem ich ausgehen und mit dem ich die Routen abschließen wollte, sowohl wegen des Parkplatzes, als auch wegen der Stärkungsmöglichkeit, aber besonders um diese Realität auch jenen vorzustellen, die keinen Langlauf betreiben. Es ist nie zu spät, der Langlauf präsentiert im Winter eine optimale Alternative zu unserem lieben Fahrrad und gerade bei dieser "Langlaufrunde" möchte ich mit unserer Radlerei beginnen. Diese herrliche Runde (10 km) führt inmitten eines wunderbaren Waldes und mit stetem Auf und Ab gibt sie uns einen Vorgeschmack an Gefühlen, die uns diese Berge zu schenken wissen. Sie kann für weniger Trainierte eine kleine Tour darstellen, dient auch um "Vertrauen" zu den Steigungen zu gewinnen oder sie kann auch als optimales "Aufwärmen" vor den in diesem Bändchen beschriebenen Touren angesehen werden. Ich will auch daran erinnern, dass im Juli auf diesem Ring (2 x die ganze Länge) eines der schönsten Mountain Bike-Rennen der Carnia-Rundfahrt stattfindet. Vom Gebäude des Schiverlehs folgt man der Forstpiste in Richtung Norden. (Man zielt genau auf die Creta von Collina). Der Fluß But (torrente But) fließt links von uns und man überquert ihn, nachdem man links abgebogen ist und nachdem man eine typische Wasserabflußrinne überquert hat. Man fährt kurz gegen das Tal hinunter und den schwarzen Langlaufloipen-Hinweisen folgend, biegt man rechts auf einen Saumpfad ein und nimmt die erste Steigung in Angriff. Nach einer kurzen "falschen" Ebene (mit geringer Steigung) kommt man zu Pierinos Scheune - "Stavolo di Pierino", die man links lässt. Es geht bergauf weiter und nach einem "Chalet" (private Berghütte) verlässt man die Hauptpiste und biegt scharf links auf ein Feld ein. Nach einer kurzen Strecke bergab nimmt man eine steile, schottrige Rampe in Angriff und danach kommt eine kurze Abfahrt auf die eine andere sehr steile, aber kurze Bergauf - Strecke folgt. Bergab erreicht man dann das zweite Chalet. Weiter geht es mit einer kleinen Steigung Richtung Norden. Dieses ganze letzte Stück, von einem steten Auf und Ab gekennzeichnet, ist von extremer Schönheit. Der Eindruck, den uns die Umarmung des Waldes zu schenken weiß, wird stark sein. Nun beginnt man bergab zu fahren, man fährt über die erste Holzbrücke und dann immer abwärts erreicht man eine zweite Brücke, über die man nicht drüber fährt, sondern man schlägt den steilen begrast Maultierpfad scharf links von der Brücke ein. Nach einer lustigen Abfahrt erreicht man den Ausgangspunkt in der Nähe der Wasserabflußrinne, die uns die Flußüberquerung des But (torrente But) am Beginn dieser Spaß machenden Strecke erlaubt hat. Wenn jemand diese kleine Tour zum Training benutzen möchte, wird sich diese Strecke, wenn man ein flottes Tempo einhält, Dank ihres rhythmischen Verlaufs, äußerst gut dafür eignen.



PRESENTAZIONE



Questa guida nasce innanzi tutto con lo scopo di far conoscere e apprezzare ai più la montagna di questo settore alpino.

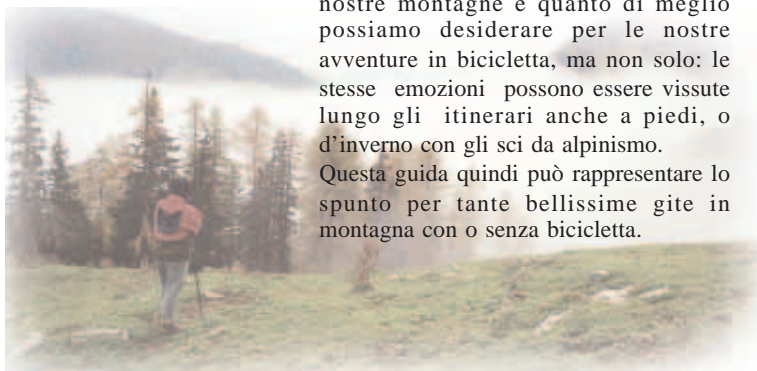
La rete di mulattiere e di sentieri costruiti durante il primo conflitto mondiale per servire la prima linea rappresenta oggi, per noi ciclisti, qualcosa di veramente unico: abbiamo la possibilità di salire in sella alla nostra bicicletta fin quasi sulla vetta delle montagne. Pertanto questi, a volte impegnativi, itinerari dovrebbero essere vissuti come delle gite, come delle avventure di uno o più giorni, senza quell'eccesso di agonismo che ultimamente pervade la Mountain Bike, come già la bici da strada. Senza voler polemizzare con gli agonisti purosangue, penso che se la Mountain Bike perderà ulteriormente quell'immagine di mezzo di trasporto robusto e affidabile, per veder privilegiato l'aspetto "corsaiolo", allora non ci saranno innovazioni tecniche che tengano: la bici da montagna tenderà a scomparire per rimanere sempre di più circoscritta in una nicchia di agonisti, per i quali il luogo in cui si gareggia non ha nessuna importanza, conta solo il tempo impiegato: le recenti, passate e future polemiche sul doping insegnano che il fine giustifica i mezzi, quindi...

La nostra Mountain Bike, invece, è qualcosa di più. E' grazie a lei che tanti giovani hanno scoperto, o riscoprono, l'andar per monti ritemperando spirito e corpo, e contribuendo anche così a divulgarne la conoscenza.

Evitare che la montagna si spopoli, con tutte le conseguenze a valle che questo comporta, significa anche farla conoscere, e la Mountain Bike rappresenta senz'altro uno strumento eccezionale a tale scopo.

Come ho già detto, questo settore delle nostre montagne è quanto di meglio possiamo desiderare per le nostre avventure in bicicletta, ma non solo: le stesse emozioni possono essere vissute lungo gli itinerari anche a piedi, o d'inverno con gli sci da alpinismo.

Questa guida quindi può rappresentare lo spunto per tante bellissime gite in montagna con o senza bicicletta.



● *Nit bait abeck va Tischlbong, ibarn nojan beig aich chimptmar af Seabl. Va sem genant abeck ola da rainch af den puach sent, bartaniga sent hoarta, bartaniga sent laichtar, unt ma chonza o mochn asou vil zavuas abia mo bikikleta. Drina af Seabl, mon ans bilt, sent da rinkn bon in bintar meik raitn, a schia chamoutz biarzhaus, a groazimar bo va vichar unt va greisarach van baldar beart chreim chindar, zba haislan bomar in bokz drauf tuat afta schkis drina, afta Trotn, in schian mitn bolt, zba chamouta hais mit ols drina. Van aneütlan joar is a schia seabl boarn gamo as bosar gipt in bintar sghneab za mochn unt bo da laim sumar geant suna darbisch. Baitar drina, ibarn bolt aich bearnt tendas a nidar gaton unt va baitnsnt heartmar is gro lermach as da chindar mochn. Berda bilt raitn miek aich gian da nocht a, bal a schiana aus sicht is min noian liach Hervoara, zuachn pan biege, is a groasis plotz bo da masc losn, da bicikleta zomatuan unt richtnsi da groasa run van raitara mochn. Af Seabl pachimptmar a in guatn luf oar ziacht van Pal unt is vrischa bosar van Leck. Ver runda, darvoar as nocht chimpt, is za gian schaug in Mu van Earschtn Beltchria, as vil darzeilt van leim v tischlbongara a; da olta chircha; in groasn Heargot var no chircha; da Unchircha unt asou baitar.*

Tutte le indicazioni sul tempo necessario totale o parziale dei vari itinerari sono da ritenersi totalmente indicative. Devono essere considerate solo come un dato orientativo per determinare la direzione giusta, per imboccare un bivio esatto ecc...

In montagna le condizioni climatiche influenzano totalmente il tempo necessario a compiere il percorso, e come si sa sono molto mutevoli. Pertanto vi do un consiglio: partite la mattina presto, con giornate di tempo stabile e con l'animo sereno. Se non siete da soli ma la compagnia è bene assortita, allora probabilmente avete fatto un 13.

Tutte le indicazioni su dove fermarsi a mangiare lungo gli itinerari e sul nome dei vari locali, non sono da ritenersi un'operazione pubblicitaria. E' mia precisa volontà di far conoscere a quanta più gente possibile questi piccoli angoli di paradiso dove tanti amici tentano in tutti i modi di rimanere ancorati alla loro terra, vivendo del loro lavoro, senza svendere il loro modo di vivere al turista,

come è già accaduto da tempo in altre zone montane. Qui la gente carnica è in gran parte ancora se stessa nel bene e nel male, ma questo, in un mondo lobotomizzato come quello attuale può non essere gradito al turista frettoloso e consumista, abituato, perché paga, ad avere ai suoi piedi tutti i valligiani. I tempi però stanno purtroppo cambiando molto velocemente anche in queste stupende e isolate valli e la televisione la sera, come in città, sta sostituendo il "fogolar" e le chiacchiere. Muovetevi! E venite a conoscerci prima che tutto questo si trasformi in un'industria turistica come già altrove. Un augurio sincero, che poco a poco anche gli abitanti di Timau e dei piccoli paesi vicini incomincino a credere in un turismo diverso che possa rappresentare per i loro giovani fonte di lavoro e benessere. Un grazie di cuore infine a tutte quelle persone che mi hanno incoraggiato nella stesura di questo volumetto e che, soprattutto, mi hanno fatto sentire sempre un timavese al 100%

L'autore.



Nit bait abeck va Tischlbong, ibarn nojan beig aichn, chimpmar af Seabl. Va sem genant abeck ola da rain as den puach sent, bartaniga sent hoarta, bartaniga sent ichtar, unt ma chonza o mochn asou vil zavuas abia mitar cikleta. Drina af Seabl, mon ans bilt, sent da rinkn bomar bintar meik raitn, a schia chamoutz biarzhaus, a groasis mar bo va vichar unt va greisarach van baldar beart chreit in indar, zba haislan bomar in bokz drauf tuat afta schkis unt ina, afta Trotn, in schian mitn bolt, zba chamouta haislan it ols drina. Van aneitlan joar is a schia seabl boarn gamocht bosar gipt in bintar sghneab za mochn unt bo da lait in mar geant suna darbischn. Baitar drina, ibarn bolt aichn, arnt tendas a nidar gaton unt va baitnsnt heartmar is groasa rmach as da chindar mochn. Berda bilt raitn miek aichn an da nocht a, bal a schiana aus sicht is min noian liachtar. ervoara, zuachn pan biege, is a groasis plotz bo da maschin sn, da bicicklea zomatuan unt richtnsi da groasa runda n raitara mochn. Af Seabl pachimptmar a in guatn luft as ar ziacht van Pal unt is vrischa bosar van Leck. Verti a nda, darvoar as nocht chimppt, is za gian schaug in Museon Earschn Beltchria, as vil darzeilt van leim van schlbongara a; da olta chircha; in groasn Heargot var noian chircha; da Unchircha unt asou baitar.

PRÄSENTATION

Dieser Routen-Führer ist vor allem deshalb entstanden, damit sehr viele die Berge dieses Alpen Sektors kennen- und schätzen lernen. Das Netz der Saumpfade und der Pfade die während des ersten Weltkriegs errichtet wurden um die Front zu beliefern, präsentieren heute, für uns Radfahrer etwas wirklich Einzigartiges: wir haben die Möglichkeit, im Sattel unseres Fahrrades fast bis zu den Berggipfeln hoch zu radeln. Deswegen sollten diese Routen, die manchmal auch anspruchsvoll sind, als Ausflüge erlebt werden, als Abenteuer von einem oder mehreren Tagen, ohne den Exzess von Leistungssport, der neuerdings die Mountain Biker erfasst, wie es schon im Strassenradsport der Fall ist. Ohne über die reinen Leistungssportler polemisieren zu wollen, bin ich der Meinung, dass, wenn das Mountain Bike noch mehr das Image von einem robusten und vertrauenswürdigen Transportmittel verliert, und der "Rennaspekt" vorgezogen wird, wird es keine technischen Innovationen geben die halten: das Bergrad wird zum Verschwinden neigen und wird nur mehr für einige wenige Leistungssportler, für die es egal ist, wo sie fahren, da für sie nur die gefahrene Zeit zählt, übrigbleiben: die gegenwärtigen, vergangenen und zukünftigen Polemiken über das Doping lehren, dass das Ziel die Mittel heiligt, daher...

Unser Mountain Bike dagegen ist etwas mehr. Dank ihm haben viele Jugendliche entdeckt oder entdecken wieder, dass das Herumfahren in den Bergen Geist und Körper kräftigt und so auch zur Verbreitung dieses Bewusstseins beiträgt.

Die Flucht aus den Berggebieten mit allen seinen Konsequenzen für das Tal zu verhindern, heißt auch, diese bekannt zu machen und das Mountain Bike stellt ein exzellentes Instrument für diesen Zweck dar. Wie ich schon gesagt habe, ist dieser Sektor unserer Berge das Beste was wir uns für unsere Abenteuer mit dem

Fahrrad wünschen können, aber nicht nur das: die selben Gefühle können auf den gleichen Wegen beim Wandern - zu Fuß, oder im Winter beim Ski-Alpinismus erlebt werden.

