

Route N. 7

M.te Coglians-Rundfahrt
Laghetti • Mauthen
Birnbäum (in Lesachtal)
Volaiasee • Tolazzi-Hütte
Marinelli-Hütte • Laghetti

Diese Route führt, wie die vorhergehende, um die Hauptkette der Karnischen Alpen, ist länger und die Anzahl der mit dem Rad zu fahrenden Kilometer ist größer. Viele Kilometer sind auf Asphalt zu fahren. Im Gegensatz zu der vorhergehenden Route aber, muss das Rad nur auf einem kleinen Teil der Strecke getragen werden. Man muss auch für diese Route mit einem ganzen Tag rechnen. Anstrengung ist sicher, aber auch sehr viel Genugtuung!

- **Benötigte Zeit: ein ganzer Tag**
Unbedingt erforderlich: Karte "Tabacco" 1:25.000 Blatt 9
Karte "Freitag & Berndt" 1:50.000,
Lienzer Dolomiten/Lesachtal, Blatt 182

Man fährt am frühen Morgen von den Laghetti in Richtung Plöckenpass (Passo Monte Croce Carnico) - Mauthen ab. Man erreicht den österreichischen Ort, der asphaltierten Straße folgend (insgesamt 24 km), oder für die "Harten" auf der alten römischen Straße (**siehe Route N. 9**), immer daran denkend, dass man noch viel Energie braucht, um den Rest der Route bewältigen zu können. Man soll daher immer ruhig beginnen, ohne zu übertreiben, die Beine einige Kilometer lang richtig aufwärmen: je länger der Ausflug ist, umso mehr Kilometer müssen dem Aufwärmen gewidmet werden! In Mauthen angekommen (eine charakteristische





Kirche zu unserer linken), links abbiegen und der Hauptstraße folgen, bis wir den großen “Billa” - Supermarkt vor uns links sehen können. Wieder links an der Kreuzung zum Lesachtal (Hinweisschild Maria Luggau) abbiegen: “Das europäische Tal, wo der Mensch und die Natur am besten harmonieren”, wie in vielen österreichischen Reiseführern zu lesen ist. Eine wirklich eigentümliche Straße! Stark ansteigende Strecken wechseln mit kurzen und steilen Gefällen ab. Man gewinnt trotzdem an Höhe, obwohl es immer bergauf und bergab geht, was den Radfahrer ermüdet. Man fährt an vielen kleinen und ordentlichen Dörfern, meist Bauerndörfer, vorbei, die bestimmt Emotionen schenken werden.

Achtung bei den engen Kurven dieser diskret frequentierten Straße, die auch von LKW und Landwirtschaftsfahrzeugen benutzt wird.

Nach einem langen, neuerbauten Viadukt kommt man in das Dorf Birnbaum. Hier (Hinweisschild nach Nostra) fährt man links auf einer engen Straße bergab bis zum Flußbett, man überquert den Fluß, fährt nun bergauf bis zum Ort Nostra. Im Zentrum des kleinen Dorfes fährt man dem Hinweis auf dem Holzschild folgend, nicht mehr auf Asphalt, zum Wolyasee (Lago di Volaja).

Sofort nach dem Ortsende ist eine kleine Straße, die uns meist eben weiterfahrend auf einigen Kilometern in Richtung Berge führt. Wenn man an die Fahrverbotstafel kommt, ändert sich die Musik.

Die Steigung erhöht sich spürbar und die Fahrbahn wird oft zusammenhangsloser, sodass wir ab und zu wahrscheinlich absteigen müssen. Es geht ein langes Stück weiter mit großer Steigung bergauf, viele Kehren sind zu überwinden, die uns einen Moment Atem schöpfen lassen. Auf dieser Teilstrecke (m 1590 Seehöhe) gibt es links von uns einen wunderschönen Wasserfall zu sehen. Er ist ein guter Entschuldigungsgrund für eine kurze Rast.

Es geht weiter bergauf bis zu den hohen Weiden (m 1690) der oberen Wolayer Alm (m 1709); sie sind in einer “falschen” Ebene überquerbar, der Weg beginnt wieder sehr steil und konfus anzusteigen. Nach einer kurzen



Bergabstrecke und die folgende wunderschöne Mulde mit Weiden überwindend, führt unser Weg rechts weiter, steil hinauf auf den alten Schotterfeldern des Capolago - Berges. Es ist es wert, dass wir auf diesen herrlichen Weiden einen Moment stehen bleiben und die Berge des Wolaya (Mt. Capolago, Mt. Canale, Mt. Wolaya) betrachten und die Ruhe und Ausgeglichenheit dieses Ortes genießen, die auch den zerstreutesten Radfahrer ergreifen werden.



Wir nehmen nun die letzten vier steinigen Kehren in Angriff, die uns den steilen, letzten Abschnitt überwinden lassen und wir erreichen dann das Birnbaumer Törl in der Nähe der Ed. Pichl Hütte (rifugio austriaco Ed. Pichl-Hütte) am Wolayer See (m 1.959). Diese wunderschöne Hütte bietet Verpflegung und Unterkunft an, wie auch die Lambertenghi/Romanin Hütte (Rifugio Lambertenghi/Romanin), die gleich hinter dem Wolayapass liegt. Auf beiden Hütten kann man nächtigen, wenn man die Route in zwei Tagen absolvieren will.

Nachdem man von der österreichischen Hütte aus die Lambertenghi/Romaninhütte über das rechte Seeufer erreicht hat (man blickt von der österreichischen Hütte Richtung Wolayapass), beginnt man bergab Richtung Tolazzi-Hütte (Rifugio Tolazzi) Collina zu gehen, zuerst mit dem Rad auf der Schulter; dann auf dem Maultierweg mit dem Rad (**siehe Route 6**).

Wie auf der vorher genannten Route, erreicht man zuerst bergab die Abzweigung mit dem Weg, der zur Marinelli-Hütte (Rifugio Marinelli) führt und danach, nach ungefähr einer Stunde Anstrengung, die Hütte selbst. Von der Hütte aus, wie wir schon wissen, entlang des Maultierpfades erreichen wir wieder die Laghetti von Timau.

Mein Rat ist jetzt folgender: Nach den Laghetti noch zirka zwei Kilometer weiter abwärts bis nach Timau fahren und dort im Restaurant "da Otto" von Diego und Antonietta Matiz einkehren und "das Menü vom müden Radfahrer" bestellen. Die Köstlichkeiten, die Frau Antonietta anzubieten weiß, werden uns sofort wieder lebendig machen.





● *Va Seabl kein da Heacha, oachn pis
afta Mauta ibarn olt'n beiglan van
Romans odar ibarn noian beig.*

*Zuachn par Gaman, tenkar hont, aufn
dranan in Lesachtal, noch aneitlan
dearflan (aufpasn ibarsbeig afta
kamions unt afta trators) chimpt is se
va Birnbaum, bo a beig is as af Nostra
viart.*

*Va sem heipt on a sghmols beigl as in
d'olba van Volaia viart. Afta sen saitn
trok auf holtn unt umanondar schaug
da pearga unt is tol.*

*Baitar virchn avn Rifugio Pichl
aufholtnsi sghlofn virn sen as da runda
belnt mochn in zba toga.*

*Va sem, ibara reachta saita van seab is
schtaigl suachn as avn Marinelli viart
nor oar pis af Seabl.*

*Bers niamar darmocht is peisar asar auf
holtat eipas eisn darvoar abeck gian.*

Itinerario n. 8

Castel Valdajer
M.te Paularo
Pramosio • Laghetti



Splendido percorso che ha in sé tutte le caratteristiche (lunghe salite ripide su asfalto e sterrato, discese trialistiche e divertenti tratti con la bicicletta sulla schiena ecc.) di altre escursioni di questa guida molto più impegnative. È una gita adatta anche a chi non è ancora abituato a questo tipo di giri in Mountain Bike.

● Tempo totale necessario senza soste	ore 3.30
Tempo totale in bicicletta	ore 2.30
Km totali in sella alla bici	28 circa
Indispensabile: carta Tabacco 1:25.000 foglio n. 9	

Si parte dai Laghetti di Timau lungo la strada principale in direzione Paluzza, dove si giunge dopo un paio di km di discesa, anche al 10% (località Moscardo). Si entra a Paluzza dal bivio alla nostra sinistra, situato immediatamente dopo la caserma dei carabinieri. Allo stop successivo si gira a destra, si affronta una breve rampa e si piega immediatamente a sinistra sempre in salita. Si giunge ad un incrocio dove si gira a sinistra in direzione Treppo Carnico. Si segue la strada asfaltata che fino al paese di Treppo mantiene una leggera salita. A Treppo Carnico si seguono le indicazioni per Ligosullo. A questo punto la strada comincia a salire con pendenza sempre più sostenuta, tanto da raggiungere punte anche del 14% negli





ultimi 2 km. Prima di giungere a Ligosullo in salita, ad un bivio (tabella Paularo 8 km) mantenere la destra e seguire le indicazioni per Castel Valdajer. Dopo un totale di 13 km percorsi, la strada spiana e giungiamo ad un bivio. Giriamo a sinistra per Castel Valdajer. Sul bivio (m 1020) è situato il ristoro “Al Camoscio”. Dopo circa 3,5 km di salita costante, giungiamo al Castello di Valdajer, (m 1340). Dopo una eventuale sosta per recuperare le energie e riempire la borraccia,

imbocchiamo la stradina asfaltata che prosegue a sinistra rispetto al castello e alla nostra direzione di marcia, in direzione rif. Valdajer-Lago Dimon. La stradina dopo 1 km esatto diventa una comoda mulattiera ghiaiosa di moderata pendenza. Stupendo adesso il panorama, che spazia su tutta la piana di Tolmezzo, con bellissime visioni sul Monte Sernio, la Creta Grauzaria, e sul paese di Treppo Carnico e le sue frazioni.

Dopo circa 19 km percorsi in totale, la mulattiera si incattivisce, il fondo diventa più accidentato ed anche la pendenza aumenta leggermente. A 22,2 km la mulattiera spiana. Alla nostra sinistra, in basso, incastonato nel verde circostante, il lago Dimon, (m 1852). La mulattiera continua, e dopo un ampio curvone verso sinistra contornando la conca del lago (alla nostra sinistra la malga-bivacco Casera Montelago) e un altro km circa di salita, spiana e termina in un pianoro a m 1950.

Davanti a noi, vicinissimo, il monte Paularo, meta principale di questa escursione. Lungo un sentiero segnato che con un paio di tornanti ne risale in modo molto ripido il fianco prativo, raggiungiamo la vetta a m 2043, quasi sempre in sella alla nostra bicicletta, portandola in spalla soltanto per pochi metri finali. Risaliti in sella, scenderemo i primi metri dalla vetta, e lungo il sentiero di salita affronteremo il primo tornante verso sinistra. Sul secondo tornante (verso destra) imboccheremo alla nostra sinistra il sentiero segnato n. 404 con il quale raggiungeremo la conca di Pramosio con la omonima unità agrituristica.

Attenzione il sentiero che abbiamo appena iniziato a percorrere con la nostra bicicletta è un classico sentiero di montagna che si sviluppa dapprima lungo il versante nord e quindi scende lungo il versante sud del monte Paularo.



Presenta dei tratti leggermente esposti sui paloni erbosi a nord e dei brevissimi tratti in salita troppo ripida. Lungo la discesa a sud, il sentiero è ripido, stretto e molto scavato, quasi trialistico. Pertanto il mio consiglio è di rimanere in sella soltanto nei brevi tratti dove si è veramente sicuri di non cadere e di non rischiare troppo. Se si adoperano pedali a sgancio rapido consiglio di cambiarsi scarpe, ottime quelle da corsa in montagna, che prima di partire avremo cura di riporre nello zaino, perché ci vorranno circa 50 minuti per compiere il tragitto tra la cima del monte Paularo e la casera Pramosio (m 1521), e molti dovremo passarli con la bici in spalla. Superato in discesa l'ultimo tratto di questo sentiero, a tratti molto scavato dall'acqua e circondato da ambo i lati dagli ontani, potremo risalire comodamente in sella e scendere alla casera.



Dopo una eventuale sosta ristoratrice (per chi “non ne avesse abbastanza” c'è la possibilità di salire lungo la ripidissima mulattiera fino allo stupendo Lago di Promosio), imboccheremo la mulattiera che scende al paese di Cleulis, evitando quella che scende alla cava proprio sotto la malga. Come già suggerito in altri itinerari su questa guida, anche questa mulattiera, sia per la pendenza che per il fondo non molto regolare va affrontata con attenzione.

La mulattiera ha termine sulla statale in località Laipacco - Cleulis. Girando a destra, dopo un paio di chilometri raggiungeremo nuovamente il paese di Timau e successivamente i Laghetti, punto di partenza per questo divertente itinerario.

● **Note dell'autore:**

1) *nell'estate 2000 il tracciato della mulattiera che scende da Pramosio a Cleulis è stato completamente modificato, limitandone notevolmente la pendenza.*

2) *Questo itinerario, viene proposto anche da Roberto Russi nella sua seconda guida per la casa editrice Ediciclo.*

Ho comunque voluto inserirlo in questa mia guida specifica per garantire una conoscenza minuziosa di questo settore montano, la sua esclusione, ne avrebbe probabilmente compromesso la completezza.



Route N. 8

Castel Valdajer M.te Paularo Pramosio • Laghetti



Herrliche Strecke, die alle Charakteristiken in sich birgt (lange steile Steigungen auf Asphaltstraße und Schotterweg, Trial- und lustige Abfahrten, Streckenabschnitte mit dem Rad auf dem Rücken, u.s.w), welche die anderen viel schwierigeren Routen dieses Führers auch haben. Dieser Ausflug eignet sich auch für die, die noch nicht an solche Runden mit dem Mountain Bike gewohnt sind.

- **Benötigte Zeit ohne Rast: 3,30 Stunden**
Zeit, die mit dem Rad gefahren wird: 2,30 Stunden
Gesamtkilometer im Sattel: etwa 28
Unbedingt erforderlich: Karte "Tabacco" 1:25.000 Blatt 9

Man beginnt in Timau, fährt auf der Hauptstraße Richtung Paluzza, wo man nach einigen Kilometern bergab, auch 10% Gefälle (Lokalität Moscardo), ankommt. Man fährt an der Abzweigung gleich nach der "Caserma dei Carabinieri" auf unserer linken Seite nach Paluzza hinein. An der nächsten Stopptafel biegt man rechts ab, nimmt eine kurze Rampe in Angriff und fährt dann wieder links, immer aufwärts. Man kommt an eine Kreuzung, an der man links Richtung Treppo Carnico abbiegt. Man fährt immer der Asphaltstraße nach, die bis Treppo Carnico eine leichte Steigung aufweist. In Treppo Carnico folgt man dem Richtungsweiser nach Ligosullo. An diesem Punkt bekommt die Straße immer mehr Steigung; man erreicht Spitzen bis zu 14% Steigung auf den letzten zwei Kilometern. Bevor man Ligosullo bergauf erreicht, an einer Abzweigung (Schild Paularo 8 km) sich rechts halten und dem Hinweisschild zum Castel Valdajer folgen. Nach insgesamt 13





Fahrkilometern, wird die Straße ebener und wir kommen an eine Abzweigung. Wir biegen links zum Castel Valdajer ab. An der Abzweigung (m 1020) liegt das Restaurant "Al Camoscio". Nach ungefähr 3,5 km stetiger Bergauffahrt, erreichen wir Castel Valdajer auf m 1340 Seehöhe. Nach einer eventuellen Rast um Energie zu tanken und die Trinkflaschen aufzufüllen, nehmen wir die kleine Asphaltstraße, die links vom Castel Valdajer und unserer Fahrtrichtung liegt in Richtung Rifugio Valdajer - Lago Dimon (Valdajer Hütte, Dimon-See). Die Straße wird nach genau einem Kilometer zu einem bequemen Schotterweg mit nicht allzugroßer Steigung. Das Panorama ist jetzt hervorragend: Aussicht auf die Talebene von Tolmezzo, herrliche Sicht auf die Berge: "Mt. Sernio", "La Creta Grauzaria" und auf das Dorf Treppo Carnico mit seinen Weilern.

Nach ungefähr 19 km Gesamtstrecke wird der Maultierpfad schlechter. Die Fahrbahn wird holpriger und die Steigung größer. Am km 22,2 wird der Weg ebener. Links unten von uns liegt in das Grün eingebettet, der Dimon-See/Lago Dimon (m 1852). Der Maultierpfad führt weiter und nach einer breiten, großen Linkskurve, das Becken des Sees umrandend (links von uns liegt die Bivak-Alm Casera Montelago), geht er noch einen Kilometer bergauf. Dann ebnet sich der Weg und endet in einem Plateau auf 1950 m Seehöhe. Vor uns ganz in der Nähe erhebt sich der Berg Mt. Paularo, das Hauptziel dieser Exkursion. Entlang eines gekennzeichneten Pfades, der sich in Kehren steil an der Grasgrenze hinaufwindet, erreichen wir fast immer im Sattel unseres Rades, den Gipfel in m 2043 Seehöhe. Wir müssen das Rad nur auf den letzten Metern tragen. Danach schwingen wir uns wieder in den Sattel, fahren die ersten Meter vom Gipfel hinunter und den Pfad entlang, den wir bei der Auffahrt genommen haben. Dann nehmen wir die erste Kehre nach links in Angriff. An der zweiten Kehre nach rechts, biegen wir links auf den mit N. 404 gekennzeichneten Pfad, auf dem wir ins Promosio-Becken gelangen, ein. Dort befindet sich auch die gleichnamige agrotouristische Einheit.

Achtung, der Pfad auf dem wir uns befinden, ist ein klassischer Bergpfad, der sich zuerst an der Nordseite entlang und dann den Südhang des Bergs Mt. Paularo