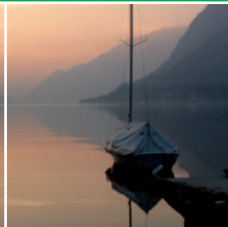
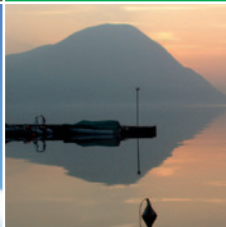




Un'esplosione di colori per un soggiorno ricco di sorprese

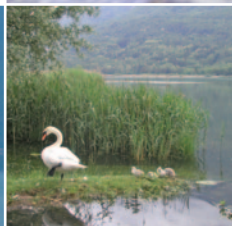


An explosion of colours for a stay full of surprises

# Valli del Lario e del Ceresio



 Ein Rausch von Farben und ein Aufenthalt voller Überraschungen



Une explosion de couleurs pour un séjour plein de surprises





## Un'esplosione di colori per un soggiorno ricco di sorprese

Il verde delle montagne e dei fitti boschi che declinano lungo le pendici si alterna magicamente con il blu dei due principali laghi, il Lario e il Ceresio, e con i raggi dorati di un sole che, generoso, accarezza questa meravigliosa porzione del territorio comasco. E' uno scorcio unico, impagabile, quello che accompagna il visitatore alla scoperta dell'Alto Lario e delle valli che si rincorrono sino al confine svizzero della vicina Lugano.

Paesaggi mozzafiato, il ricco patrimonio storico-artistico e naturalistico, un clima quasi mediterraneo che si alterna in pochi chilometri a quello di alta montagna, gastronomie tanto semplici quanto sorprendenti e l'avvicinarsi di caratteristici borghi adagiati sulla costa e di nuclei storici incastonati tra le valli, compongono un'offerta turistica dalle molteplici sfaccettature, facendo del territorio della *Comunità Montana Valli del Lario e del Ceresio* una meta di sicuro interesse per vacanze, soggiorni ed escursioni.

In un simbolico cammino tra le antiche vie a lago e gli incontaminati sentieri di montagna vi accompagneremo, qui, alla scoperta delle informazioni essenziali per conoscere e poter visitare questo spicchio di terra lariana, segnalandovi le eccellenze, le peculiarità e le principali attrattive locali. Insomma una gustosa anteprima per "progettare" comodamente la vostra vacanza, orientandovi a seconda dei vostri interessi: il lago o la montagna, lo sport o la villeggiatura, la cultura o la natura...

**...Continua a pag. 4**



## An explosion of colours for a stay full of surprises

The green mountain slopes with their thick woods are magically interspersed with the blue of the two major lakes, Lake Lario (Como) and Lake Ceresio (Lugano), while the sun's golden rays lavishly caress this beautiful portion of the Como area. It is a unique, priceless glimpse which accompanies visitors on their discovery of Alto Lario (the northern side of Lake Como) and the valleys which follow on one after another as far as the Swiss border of nearby Lugano.

Breathtaking landscapes, a rich historic, artistic and naturalistic heritage, an almost Mediterranean climate changing after but a few kilometres to that of the mountain peaks, simple, yet surprising cuisine, typical villages nestling on the hillside and historic towns set between the valleys, are all part of our multifaceted offer to tourists, to make the area of the *Comunità Montana Valli del Lario e del Ceresio* a sure destination of interest for holidays, short breaks and day trips.

We will accompany you here on a symbolic stroll along the ancient lake roads and uncontaminated mountain paths to discover the essential information you need to get to know and visit this slice of the land around Lake Lario. We will point out its merits, its unusual features and its main local attractions. In short, an appetising preview to comfortably "plan" your holiday, and get your bearings, depending on your interests: lake or mountains, sport or holiday resort, culture or nature...

**...Continued on page 10**

## Ein Rausch von Farben und ein Aufenthalt voller Überraschungen



**D**as Grün der Berge und der dichten Wälder, die sich an den Hängen erstrecken, wechselt sich magisch ab mit dem Blau der beiden wichtigsten Seen, dem Lario und dem Ceresio, und mit den goldenen Strahlen einer Sonne, die grosszügig diesen herrlichen Teil des um Como gelegenen Landes verwöhnt. Es ist ein einmaliges, unglaubliches Landschaftsbild, das den Besucher auf der Entdeckung des oberen Lario und der aufeinanderfolgenden Täler bis zur Schweizer Grenze bei der nahen Stadt Lugano begleitet.

Atemberaubende Landschaften, reich an Geschichte und Kunstschätzen sowie an Naturbestand, ein fast mediterranes Klima, das nach wenigen Kilometern in das der Gebirgswelt übergeht, eine einfache, jedoch überraschende Gastronomie und der Wechsel zwischen typischen Ansiedlungen entlang des Ufers und geschichtsträchtigen, von Tälern eingefassten Dörfern: all dieses bildet ein touristisches Angebot von zahlreichen Facettierungen, wobei das Gebiet der *Comunità Montana Valli del Lario e del Ceresio* ein Ziel von sicherem Interesse für Urlaub, Aufenthalt und Ausflüge darstellt.

Wir begleiten Sie hier auf einer symbolischen Wanderung entlang der alten Wege zum See und der unberührten Bergpfade bei der Entdeckung von Informationen, die wesentlich sind zum Kennenlernen und Besuchen dieses Stückchens Lario, und wir zeigen Ihnen Vorzüge, Eigenheiten und die wichtigsten lokalen Sehenswürdigkeiten. Eine angenehme Vorschau also, damit Sie bequem Ihren Urlaub "planen" und ihn je nach Ihren Interessen ausrichten können: See oder Gebirge, Sport oder Erholungsurlaub, Kultur oder Natur...

**...Fortsetzung auf Seite 20**

## Une explosion de couleurs pour un séjour plein de surprises



**L**e vert des montagnes et des bois touffus qui tapissent les versants, laisse magiquement sa place au bleu des deux principaux lacs, le Lario et le Ceresio, et à l'or des rayons du soleil qui caressent cette partie du territoire de Côme. Un paysage unique, remarquable, qui accompagne le visiteur à la découverte du Haut Lario et des vallées qui se succèdent jusqu'à la ville suisse de Lugano.

Les paysages à couper le souffle, le riche patrimoine historique, artistique et naturel, le climat presque méditerranéen qui se transforme en quelques kilomètres seulement en un climat de haute montagne, la gastronomie à la fois simple et surprenante, l'alternance de bourgs caractéristiques et les nombreux témoignages historiques nichés dans les vallées, font du territoire de la *Comunità Montana Valli del Lario e del Ceresio* une destination touristique de premier ordre pour les vacances, les séjours et les excursions.

Dans un parcours symbolique qui se déroule sur les anciennes routes du lac et les sentiers de montagne encore préservés, nous vous fournirons toutes les informations nécessaires pour connaître et visiter le Lario, en vous signalant les merveilles, les particularités et les principales activités locales. Bref, un avant-gout alléchant qui vous permettra de préparer tranquillement vos vacances selon vos centres d'intérêts: le lac ou la montagne, le sport ou les vacances, la culture ou la nature ...

**...Suite à la page 26**

# Un'offerta museale unica, tra arte, storia e

Il territorio tra Lario e Ceresio si caratterizza per una cultura stratificatasi nei secoli, che ha lasciato ampie testimonianze ancor oggi pienamente fruibili.

Reperti di epoca preistorica, tracce del dominio di Roma, chiese, castelli e fortificazioni, ville storiche, musei: tutta la sponda occidentale del Medio e Alto Lario, le valli e il territorio portolese sono un libro aperto da sfogliare.

Ogni singolo comune conserva resti e testimonianze di una storia plurisecolare che spesso riecheggia in eventi culturali e di folklore che animano piazze e contrade.

**Menaggio**, uno dei maggiori centri turistici del lago e borgo dalla storia antica, merita una visita approfondita per l'alto numero di piazze, palazzi e ville d'epoca, tra cui spicca **Villa Vigoni Mylius**, di proprietà della Repubblica Federale tedesca, affascinante casa-museo ottocentesca, dotata di uno splendido parco ricco di sculture ed essenze rare, che offre l'opportunità di un percorso tra natura, arte e letteratura. Perla del Centro Lario, Menaggio regala anche una romantica lunga passeggiata a lago, con giardini botanici e pergolati, alternati a piazze e vicoli del centro storico, che ne esaltano oltremodo la bellezza.



Menaggio, Villa Vigoni Mylius.

Affacciata invece sul Ceresio è **Valsolda**, un altro prezioso scrigno di arte, storia e cultura.

Qui, in frazione Oria, dimorò a lungo il celebre scrittore Antonio Fogazzaro, il quale ambientò su queste sponde il romanzo "Piccolo mondo antico". Attualmente la splendida **Villa Fogazzaro Roi** (oggi di proprietà del FAI), con le sue stanze ricche di oggetti e arredi che ricreano le atmosfere evocate dai romanzi del celebre scrittore è divenuta fulcro di alcuni percorsi letterari che si snodano tra le vie dei borghi Valsoldesi. Sempre a



Castello Valsolda, Museo Casa Pagani.



Gravedona ed Uniti, S. Maria del Tiglio.



Sarico, S. Miro.

Valsolda, in frazione Castello, si trova il **Museo Casa Pagani**, situato nella dimora del pittore seicentesco Paolo Pagani, in un suggestivo vicolo acciottolato. Il percorso museale inizia dall'osservazione delle figure modellate presenti sulla facciata e prosegue all'interno delle piccole sale dove sono raccolte tele di artisti valsoldesi operanti tra il XVI e il XIX secolo. Casa Pagani costituisce altresì il fulcro del Sistema Museale Territoriale Alpi Lepontine (S.Mu.T.A.L.), che coordina ben 9 musei del territorio.

Tutta la sponda occidentale dell'Alto Lago, unita sin dai primi secoli del Medioevo nella comunità delle Tre Pievi, ha goduto di autonomia fino alla fine del 1500. A testimonianza di questo florido passato, rimangono numerosi edifici civili e religiosi di straordinario fascino: **Santa Maria del Tiglio** e **Santa Maria delle Grazie** a Gravedona ed Uniti, **Santa Maria in Martinico** a Dongo, **San Vincenzo** a Gera Lario, **S. Miro** a Sorico...

Altro tratto caratteristico della zona sono le numerose ville storiche che impreziosiscono il paesaggio; alcune sono oggi dimore private, come ad esempio l'eclettica **Villa La Gaeta** (simile ad un castello medievale e rinascimentale insie-

me, arricchito con motivi liberty), altre sono divenute prestigiose sedi istituzionali: **Palazzo Manzi**, a Dongo, uno degli esempi più significativi dell'età napoleonica sul Lario, **Villa Camilla**, a Domaso, o l'imponente **Palazzo Gallio**, a Gravedona ed Uniti, edificato nel 1586 su un promontorio roccioso a picco sul lago, ingentilito da un giardino all'italiana disposto sui bastioni fortificati dell'antico castello. Venendo ai tempi più recenti, sui monti dell'Alto Lario è possibile

percorrere ampi tratti delle fortificazioni della **Linea Cadorna**, linea militare difensiva eretta ad inizio Novecento per proteggere le Prealpi lombarde da possibili attacchi stranieri; Dongo ospita invece alcuni dei luoghi nei quali si consumò la fine del Fascismo, come l'arresto del Duce e la fucilazione di alcuni gerarchi fascisti, episodi che hanno lasciato diverse tracce e reperti nella cittadina altolariana e che rivivono in un museo tematico all'interno di Palazzo Manzi.



Gravedona ed Uniti, Palazzo Gallio.



# Natura incontaminata e paesaggi da sogno:

**G**razie alla sua particolare conformazione, il territorio tra Lario e Ceresio offre la possibilità di passare in pochi chilometri da un ambiente di riviera ai tipici paesaggi delle Prealpi comasche.

I **giardini botanici** del Lario sono noti in tutto il mondo per il felice connubio di specie autoctone ed esotiche che ogni anno richiamano numerosi visitatori.

Nelle aree montuose si trovano invece ampie zone boschive che, alle quote più elevate, lasciano il posto a prati adatti al pascolo.

Dal punto di vista **faunistico** la varietà non è certo minore rispetto alla flora, sia per quanto riguarda le specie ittiche, sia per quanto riguarda gli uccelli delle aree lacustri, molte delle quali protette.



*Riserva Naturale Lago di Piano.*

Infatti, laghi e fiumi dell'Alto Lario sono spesso tappa intermedia per numerose specie migranti che attraversano le Alpi verso lidi più caldi. Le valli e le vette, invece, sono popolate da cinghiali, caprioli, volpi, lepri, cervi ed è abbastanza comune, alzando lo sguardo al cielo, scorgere il volo circolare di falchi e poiane.

Questa varietà è garantita dalla presenza di numerose **zone protette** ben distribuite su tutto il territorio.

Nell'ampia zona pianeggiante tra il fiume Adda e il Mera troviamo la

**Riserva Naturale Pian di Spagna e Lago di Mezzola**, protetta dalla Regione Lombardia per la sua fauna caratteristica e per la flora tipicamente lacustre, con zone umide di grandissimo pregio.

Sulle sponde del lago di Mezzola sorge il tempietto di **San Fedelino**, pregevole esempio di architettura romanica, raggiungibile a piedi o con piccole imbarcazioni.

Degna di nota è anche la **Valle Albano**, perla naturalistica delle montagne dell'Alto Lario, dove nel 2005 è stato istituito un Parco Locale di Interesse Sovracomunale.



*San Fedelino.*



*Riserva Naturale Pian di Spagna e Lago di Mezzola.*





*Riserva Naturale Foresta della Valsolda.*

Adagiata ai piedi del monte Galbigea nei territori dei comuni di Bene Lario e Carlazzo, si trova la **Riserva Naturale Lago di Piano** (sito di importanza comunitaria), ricca di habitat naturali e di paesaggi di incantevole bellezza, che si stagliano intorno ad uno specchio d'acqua che nei rigidi mesi invernali ghiaccia diventando una sconfinata pista di pattinaggio. Nell'oasi trovano rifugio numerose specie di uccelli, anfibi, rettili e mammiferi.

Il **centro visite della Riserva** fornisce tutte le informazioni necessarie per un'attenta escursione

nell'area protetta.

Nel comune di Grandola ed Uniti si estende il **Parco della Val Sanagra**, con boschi, praterie, alpeggi e specie faunistiche rare, ampiamente documentato nelle sale del **Museo Etnografico Naturalistico della Val Sanagra**, situato all'interno del palazzo comunale di Villa Camozzi, con sezioni dedicate alla flora, alla fauna e ai fossili del Parco, all'etnografia e l'esposizione micologica.

Un altro sito di notevole importanza è la **Riserva Naturale Foresta della Valsolda**, che presenta caratteristiche di elevata naturalità,

sia dal punto di vista faunistico sia per quanto riguarda la presenza di specie botaniche rare ed endemiche.

I **monti** offrono agli amanti dell'alta quota una natura incontaminata e confortevoli rifugi circondati da una catena di monti tra cui spiccano le cime del **Bregagno**, del **Pizzo di Gino**, del **Legnone**, delle **Grigne**, dei **Corni di Canzo** e delle più lontane vette alpine.

Percorrendo le dorsali e i valichi si possono ammirare spettacolari vedute sul Lago di Como, di Lugano e su altri laghi minori.



*Parco della Val Sanagra.*



*Museo Etnografico Naturalistico della Val Sanagra.*



*Veduta sul Monte Legnone e l'Alto Lario.*



# Sport per tutti: un'offerta unica

**C**he si tratti di lago, dei monti o delle valli, chi vuole praticare sport o attività fisica avrà la fortuna di trovare sul territorio tutto quello di cui ha bisogno per sentirsi in forma lasciandosi coinvolgere da una natura incontaminata e da un contesto paesaggistico unico al mondo.

Notoriamente, il Medio e l'Alto Lario sono mete perfette per la pratica degli **sport acquatici e velici**, richiamando appassionati da tutta Italia e soprattutto dall'estero, che, nei mesi estivi, si "sfidano" in numerose competizioni che punteggiano di vele colorate le acque del Lario.

Ma il successo degli sport velici è reso possibile soprattutto grazie alla "breva", la tradizionale brezza che spira da sud a nord e che costituisce il "carburante" ideale ed inesauribile per chi si vuole divertire con **windsurf, vela e kitesurf**. Ricerchiatissimi, questi sport sono praticati un po' ovunque anche grazie al fatto che in molti centri come Porlezza, Dongo, Gravedona ed Uniti, Domaso, Pianello del Lario, Crema, Gera Lario e Sorico, sia lo sportivo più esigente, che il neofita, potranno trovare l'attrezzatura necessaria e validi istruttori. Che dire poi degli **itinerari in canoa**? Il Ceresio e il Medio-Alto Lago



Regata velica nelle acque di Domaso.

sono un ambiente selvaggio e in parte ancora da scoprire: visitarlo in canoa è quindi un'esperienza al contempo rilassante e suggestiva. Il consiglio potrebbe essere quello di attraversare il fiume *Mera*, raggiungendo la Riserva Pian di Spagna e Lago di Mezzola, lungo un itinerario affascinante immerso in una natura che regala incantevoli atmosfere.

A chi non apprezza gli sport acquatici il territorio offre la disponibilità di praticare **golf, equitazione** e sport dell'aria quali **deltaplano, parapendio e voli** in biposto turistico con piloti abilitati.

Anche le montagne, al pari del lago, rappresentano un luogo ideale dove tenersi in forma e, nel contempo, rimanere a contatto con la natura.

Il territorio della *Comunità Montana*



Volo in parapendio sull'Alto Lario.

*Valli del Lario e del Ceresio* offre, infatti, agli appassionati di **trekking**, numerosi itinerari con diverse difficoltà di ascensione: sentieri di crinale, di mezzacosta o di fondovalle collegati fra loro da bretelle perpendicolari.

Possiamo citare, fra i più noti, il **Sentiero delle Quattro Valli**, la **Via dei Monti Lariani**, l'**Alta Via del Lario** e la **Via del Ferro**.

Per gli amanti di percorsi meno impegnativi, consigliamo l'**Antica Strada Regina**, via di impianto romano che percorre l'intera sponda occidentale del Lario per raggiungere i valichi alpini al confine coi Grigioni.

Ogni paese è un buon punto di partenza per brevi escursioni o per itinerari della durata di più giorni, appoggiandosi agli attrezzati rifugi che costellano i nostri monti. Anche i camminatori più esperti ed instancabili troveranno pane per i loro denti!

L'inverno consente invece di godersi le montagne in affascinanti



Sulla Ciclopedonale Menaggio-Porlezza.



**passaggiate con le ciaspole** o con "spericolate" discese di **scialpinismo**.

Infine, il **ciclismo**: le strade lariane rappresentano un paradiso per gli amanti del pedale e sono spesso parte integrante di importanti circuiti e gare. La varietà del territorio permette di avere a disposizione sia percorsi in montagna con dislivelli sino a 1900 m, sia tranquilli percorsi in pianura, immersi nel verde e lontani dal traffico. A misura di famiglia il

percorso della **Ciclopeditale Menaggio-Portezza**, un tracciato di 13 km ricavato sul sedime della ex-ferrovia che fino al 1939 ha attraversato la Val Menaggio trasportando numerosi turisti d'Oltralpe. Altrettanto suggestivo poiché a picco sul lago è il tracciato della **ciclovia Menaggio-Dongo** che la *Comunità Montana* sta realizzando recuperando i tratti di strada abbandonati in seguito alla realizzazione delle gallerie lungo la Statale.



Sci alpinismo in Alto Lario.

## Il gusto si esalta in tavola

Il lago e la montagna sono le due anime che caratterizzano il territorio della *Comunità Montana Valli del Lario e del Ceresio*, anime molto diverse, che si riflettono anche sulla tradizione enogastronomica locale.

La cucina lacustre è tradizionalmente legata alle risorse ittiche del Lario, tra le quali spiccano: l'**agone**, il **persico**, il **lavarello** e l'**alborella**, mentre la cucina tipica delle valli e dei monti lariani è caratterizzata da portate in cui **polenta**, **formaggi**, **funghi porcini** e **selvaggina** sono gli assoluti protagonisti.

A chi ricerca sapori unici in piatti semplici e a chi ama sorprendersi di fronte a portate solo all'apparenza scontate, consigliamo di gustare un pranzo o una cena in uno dei romantici **ristoranti** sulla costa o nei pittoreschi **crotti**, dotati di cantine scavate nella roccia.

Grazie al sapiente abbinamento di sapori delicati e decisi, la gastronomia locale sa attrarre e deliziare anche i palati più esigenti, costituendo la fonte di un turismo ancora giovane per questa zona: il **turismo enogastronomico**. Tra i piatti più caratteristici c'è la **polenta col "missoltino"**, prelibatezza che ha abbondantemente oltrepassato i confini locali! Prendono il nome di missoltini gli agoni essiccati al sole e poi pressati col sale nelle "missolte", tradizionali contenitori in legno o latta. Altrettanto deliziosi sono il **riso o risotto con filetti di pesce persico**, il **pesce in carpione** (fritto e marinato in acqua e aceto aromatizzata con erbe locali), **lavarelli e trote al burro e salvia**, e **agoni in salsa verde**...

Le valli offrono, come il lago, una cucina tanto semplice quanto originale, in cui senza dubbio i **formaggi tipici** occupano una posizione preminente: i **formaggi d'alpe**, cotti in caldaie di rame e poi riposti a stagionare in grotte naturali o in cantine, il **latteria**, la **semuda DOP**, il **casera** grasso o semigrasso, i **caprini** freschi o stagionati e il caratteristico "**zincarin**", una sorta di ricotta insaporita con pepe nero. In un buon piatto di formaggi misti non possono mancare il **miele** (preferibilmente di castagno) e le **noci** che, insieme alle **castagne**, al **vino** e all'**olio**, completano il quadro delle eccellenze agroalimentari locali.

I **dolci** tipici rispecchiano il passato povero di questi territori: torte di pane o impasti di farina e acqua arricchiti con noci, uvette e fichi o, semplicemente, zuccherati, che nel dialetto lariano assumono i nomi di **miascia**, **paradè**, **mataloch** e **braschin**.

Davvero fitto di **sagre paesane** e **rassegne gastronomiche**, il calendario degli eventi estivi offre la possibilità di avvicinare il folclore locale, gustando al contempo le prelibatezze di una cucina semplice ma che conquista.





# A unique choice of art, history and nature m

The area between Lario and Ceresio is distinguished for its culture, which has stratified over the centuries, and has left abundant evidence which can still be enjoyed in full today.

Prehistoric remains, traces of dominion by Rome, churches, castles, fortifications, historic villas, museums; the entire western shore of central and northern Lario, the valleys and the area around Porlezza are an open book to leaf through.

Each individual municipality conserves remains and evidence of a centuries-old history which is often commemorated in cultural and folklore events, which live up to the town squares and districts.

The ancient historic town of **Menaggio**, one of the major tourist centres on the lake, is worth a closer look to appreciate its numerous squares, palaces and period villas, the most outstanding of which is **Villa Vigoni Mylius**.

This villa belongs to the German Federal Republic and is a fascinating, nineteenth century house and museum, with a splendid park full of numerous sculptures and rare plants, giving you the opportunity of a walk through nature, art and literature. The pearl of Central Lario, Menaggio, also treats you to a long, romantic, lakeside walk



Menaggio, Villa Vigoni Mylius.

through alternating botanical gardens and pergolas, and squares and narrow streets in the historic town centre which greatly enhance the town's beauty.

Overlooking Lake Ceresio is **Valsolda**, another precious casket of art, history and culture.

Here, in the hamlet of Oria, lived the famous author, Antonio Fogazzaro, who set his novel "Piccolo mondo antico" [Little Old World] on these shores. The splendid **Villa Fogazzaro Roi** (today the property of the FAI-the Italian National Trust), with its rooms overflowing with objects and furnishings recreating the atmosphere evoked by the novels of



Castello Valsolda, Museo Casa Pagani.



Gravedona ed Uniti, S. Maria del Tiglio.



Sorico, S. Miro.

the famous author, has now become the hub for some literary itineraries, which wind through the streets of the villages of Valsolda. Also in Valsolda, in a charming, cobbled, narrow street in the hamlet of Castello is the **Museum, Casa Pagani**, located in the home of the seventeenth century artist Paolo Pagani. The museum itinerary begins with the sculpted figures on the façade and then continues inside the tiny rooms which hold canvases of artists from Valsolda at work between the 16th and 19th century. Casa Pagani also acts as the fulcrum of the Territorial Museum System of the Lepontine Alps (S.Mu.T.A.L), and coordinates 9 museums in the area.

The entire western shore of the northern part of the lake was united from the first centuries of the Middle Ages into the Comune known as Tre Pievi and enjoyed full autonomy until the end of 1500. Numerous, extraordinarily fascinating, civil and religious buildings testify to this prosperous past: **Santa Maria del Tiglio** and **Santa Maria delle Grazie** in Gravedona ed Uniti, **Santa Maria in Martinico** in Dongo, **San Vincenzo** in Gera Lario, and **S. Miro** in Sorico...

Another feature of this area are the numerous historic villas which

embellish the landscape. Today, some are private homes, such as Villa La Gaeta, similar to a castle with an eclectic mix of Mediaeval and Renaissance features with additional liberty decorations, others have become prestigious headquarters for various organisations: **Palazzo Manzi** in Dongo, one of the most significant examples dating back to the Napoleonic period in Lario, **Villa Camilla** in Domaso, or the imposing **Palazzo Gallio** in Gravedona ed Uniti, built in 1586 on a rocky promontory rising sheer above the lake, mellowed by an Italian garden on the fortified ramparts of the ancient castle.

You can walk along large stretches of The **Cadorna Line** fortifications in northern Lario dating back to more recent historical events. This defensive military line was built at the beginning of the twentieth century to protect the Pre-Alps from possible enemy attacks. Dongo, on the other hand, holds some of the places where Fascism saw its final days, such as the arrest of Mussolini and the execution of some key Fascists, episodes which left various traces and archaeological finds in the town, which can be seen in a themed museum inside Palazzo Manzi.



Gravedona ed Uniti, Palazzo Gallio.



# Unspoilt nature and landscapes to dream of:

The special conformation of the area between Lario and Ceresio provides an opportunity to move in just a very few kilometres from a riviera environment to the typical Pre-Alpine landscape around Como.

The **botanical gardens** of Lake Lario are well-known throughout the world for the inspirational blend of autochthonous and exotic species which attract numerous visitors every year.

In the mountainous area, however, there are large wooded areas which give way to pastures higher up.

The **variety of fauna** compares equally with the flora, both for lake fish and birds, many of which are protected. In fact, the lakes and rivers of northern Lario are often a



*Riserva Naturale Lago di Piano.*

midway stopover for numerous migratory species crossing the Alps towards warmer shores. However, wild boar, roe deer, foxes, hares and red deer live on the peaks and in the valleys and it is quite common to raise your eyes to the sky and spot falcons and buzzards circling above.

The numerous, well-distributed, **protected areas** in the entire territory are able to guarantee the presence of such a wide variety of species.

The characteristic fauna and typical lacustrine flora of the **Nature**

**Reserve of Pian di Spagna and Lake Mezzola**, in the wide, flat and highly valued damp areas lying between the River Adda and the River Mera, are protected by the Region of Lombardy.

The little temple of **San Fedelino**, a wonderful example of Romanesque architecture, rises on the shores of the lake, where it can be reached on foot or by small boats. The area spanning from Menaggio to Porlezza is recognised for the numerous destinations of naturalistic and landscape interest.

Resting at the foot of Mount Galbi-



*San Fedelino.*



*Riserva Naturale Pian di Spagna e Lago di Mezzola.*



# the National Parks



ga in the territories of the municipalities of Bene Lario and Carlazzo is the **Nature Reserve of Lago di Piano**, a site of European community importance. Full of natural habitats, its enchantingly beautiful landscapes surround, and are reflected in the water, which freezes over in winter to become an endless skating rink.

The oasis provides sanctuary for numerous species of birds, amphibians, reptiles and mammals.

The **Reserve Visitor Centre** provides all the information needed to plan a trip around the protected



*Park of Val Sanagra.*



*Riserva Naturale Foresta della Valsolda.*

area.

The **Park of Val Sanagra**, with its woods, meadows and mountain pastures, extends through the municipality of Grandola ed Uniti. Its rare species of fauna are clearly documented in the rooms in the **Museum of Ethnography and Natural History of the Val Sanagra** housed in the town hall of Villa Camozzi. The museum not only contains sections on the Park's flora, fauna and fossils, but also others dedicated to its ethnography and to a mycological exhibition. Another site of considerable im-

portance is the **Nature Reserve of the Forest of Valsolda**, where fauna and rare and endemic botanical species can be found in their natural environments.

The **mountains** offer high altitude enthusiasts unspoilt nature and comfortable refuges surrounded by a mountain chain with the imposing summits of **Bregagno, Pizzo di Gino, Legnone, Grigne, Corni di Canzo** and the Alpine peaks in the distance.

The ridges and cols give spectacular views of Lake Como, Lake Lugano and other minor lakes.



*Museo Etnografico Naturalistico della Val Sanagra.*



*View on Mount Legnone and Alto Lario.*



# Sport for everyone: a unique offer

Whether it's a lake, mountains or valleys, if you wish to take up a sport or physical activity, you will be lucky enough to find everything you need to feel fit. You will be drawn in by the unspoilt nature and by a landscape which is unique all the world over.

**Water sport** and **sailing** enthusiasts from all over Italy and especially from abroad come to the well-known, favourite destinations of Central and northern Lario. During the summer months, they "challenge" each other in the numerous competitions, which dot the waters of Lake Lario with brightly coloured sails.

However, the success of sailing is made possible above all by the "brevia", the traditional breeze which blows from south to north to give the ideal, unfailling "fuel" for those of you who want to enjoy **windsurfing**, **sailing** and **kitesurfing**. These extremely popular sports can be done almost everywhere, as many towns, such as Porlezza, Dongo, Gravedona ed Uniti, Domaso, Pianello del Lario, Crema, Gera Lario and Sorico, all have the necessary equipment and instructors for both advanced sportspersons and beginners. And what can we say about the



*Sailing regatta in the waters of Domaso.*

**itineraries for canoes?** Ceresio and central and northern Lario are wild environments with some parts yet to be discovered. To visit them by canoe is a relaxing, and at the same time exciting experience. We suggest crossing the River Mera as far as the Reserve of Pian di Spagnna and Lago di Mezzola, to follow an impressive itinerary immersed in the enchanting atmosphere provided by nature.

For those of you who are not interested in water sports, the area offers the chance to play **golf**, go **horseriding**, or take up air sports, such as **hang-gliding**, **paragliding** and **flights** in tourist two-seater planes with qualified pilots. On a par with the lake, the mountains are an ideal place not only for keeping fit, but also for remaining in contact with nature.



*Paragliding on Alto Lario.*

The territory of the *Comunità Montana Valli del Lario e del Ceresio* does actually offer **trekking** enthusiasts a large number of itineraries of varying difficulty: ridge-top paths, paths halfway up the slopes or deep in the valley, all interconnected with perpendicular access paths.

The most well-known of these paths are: **Sentiero delle Quattro Valli**, **Via dei Monti Lariani**, **Alta Via del Lario** and **Via del Ferro**.

For those who prefer less difficult paths, we recommend the **Antica Strada Regina**, originally a Roman road running along the entire western shore of Lake Lario as far as the Alpine passes on the border with the Swiss canton of Grigioni.

Each town makes a good starting point for either short excursions or itineraries lasting several days, with well-equipped refuges throughout the area to rely on. Even the most expert, untiring hikers will meet their match!



*On the cycleway Menaggio-Porlezza.*

Winter in the mountains offers fascinating **walks with snow shoes** or with “daredevil” downhill **alpine skiing**.

Last but not least we have **cycling**. Italian roads are a paradise for biking enthusiasts and are often part and parcel of major circuits and competitions. The varied terrain provides not only mountain routes with a difference in altitude of up to 1,900 m., but also gentle routes across the plain, immersed in nature and far from traffic. The

13 km, family-friendly **Menaggio-Portezza Cycleway** was built on the former railway track which, until 1939, crossed the Val Menaggio bringing numerous tourists from north of the Alps. Just as impressive is the route of the **Menaggio-Dongo cycleway** with its sheer drop to the lake, which the *Comunità Montana* is building by salvaging some stretches of abandoned road following the construction of tunnels along the main road.



Alpine skiing in Alto Lario.

## Cuisine to enhance the flavour

**T**he Lake and the mountains are the two souls of the territory of the *Comunità Montana Valli del Lario e del Ceresio*. Both are very different from one another and are reflected in the local traditions of food and wine.

Lacustrine cookery is traditionally linked to the fish resources of Lake Lario, particularly **Shad, Perch, Lavaret** and **Bleak**, whereas the typical cooking of the Larian valleys and mountains includes dishes where **polenta, cheeses, Porcini mushrooms** and **game** play the leading role.

If you are looking for unique flavours in simple food and enjoy being surprised by dishes which appear obvious at first sight, we suggest you try a lunch or dinner at one of the romantic **restaurants** overlooking the lake or at the picturesque “**crotti**”, cellars carved out of the rock.

Local cuisine is a careful blend of delicate and stronger flavours to attract and delight the most demanding palate. This type of tourism, that is to say the **tourism of food and wine**, is as yet in its infancy in this area.

One of the most typical dishes is **polenta with “missoltino”** (a typical lake fish), which is certainly well-known across the local boarders! Missoltino is the name given to shad, which has been dried in the sun and pressed with salt into the “**missolte**”, the traditional wooden or tin containers. Equally delicious is the **rice or risotto with perch fillets, fish “in carpione”** (fried and marinated in water and vinegar flavoured with local herbs), **laverets and trout with butter and sage**, and **shad in green sauce**...

The valleys offer simple and yet original dishes, as does the lake. The most important ingredients are, without doubt, the **local cheeses: alpine cheeses** cooked in copper cauldrons and then left to age in natural grottoes or in cellars, the **dairy cheese, Semuda PDO**, the **fatty or semi-fatty cheese**, fresh or ripened **goat's cheese** and the typical “**Zincarlin**”, a sort of ricotta seasoned with black pepper. A good plate of mixed cheeses must be accompanied by **honey** (preferably chestnut) and **walnuts**, which together with the **chestnuts, wine** and **oil** complete the picture of the masterpieces of local food products.





The local desserts mirror the past poverty of this area: cakes made of bread or dough with flour and water, enriched with walnuts, raisins and figs, or simply sugared, which in the Larian dialect are named **miascia, paradèl, mataloch** and **braschin**.

The events calendar is packed with **village festivals** and **gastronomic shows** which give tourists the opportunity not only to take a closer look at traditional folklore, but also to taste the delicacies of simple, captivating cooking.



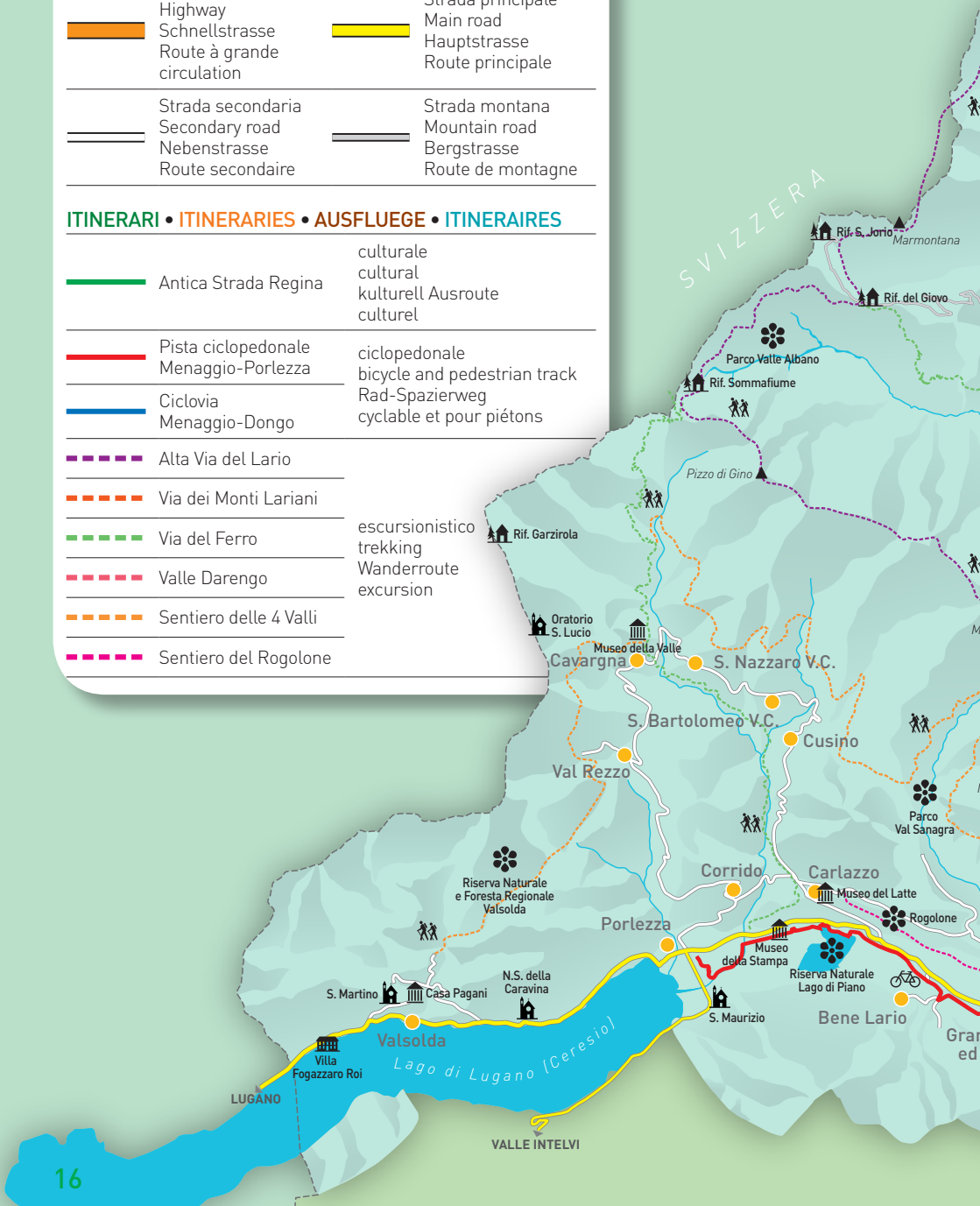
# Valli del Lario e del Ceresio

## STRADE • ROADS • STRASSEN • ROUTES

	Superstrada Highway Schnellstrasse Route à grande circulation		Strada principale Main road Hauptstrasse Route principale
	Strada secondaria Secondary road Nebenstrasse Route secondaire		Strada montana Mountain road Bergstrasse Route de montagne









## ITINERARI • ITINERARIES • AUSFLUEGE • ITINERAIRES

	Antica Strada Regina	culturale cultural kulturell Ausroute culturel
	Pista ciclopedonale Menaggio-Porlezza	ciclopedonale bicycle and pedestrian track
	Ciclovía Menaggio-Dongo	Rad-Spazierweg cyclable et pour piétons
	Alta Via del Lario	
	Via dei Monti Lariani	
	Via del Ferro	escursionistico trekking Wanderroute excursion
	Valle Darengo	
	Sentiero delle 4 Valli	
	Sentiero del Rogolone	







SIMBOLI • SYMBOLS • ZEICHEN • SYMBOLES			
	Chiesa Church Kirche Église		Riserva Naturale Nature Reserve Naturreservat Réserve naturelle
	Villa, palazzo Villa, palace Villa, Palast Villa, palais		Escursionismo Trekking Wandern Excursionnisme
	Museo Museum Museum Musée		Ciclismo, MTB Cycling, MTB Radsport, MTB Cyclisme
	Rifugio Refuge hut Schutzhütte Refuge		Sport nautici Nautical sports Wassersport Sports nautiques

# Valli del Lario e del Ceresio



## COME RAGGIUNGERCI

### In auto

**Da Milano:** Autostrada A9 Milano-Como, uscita Como Nord, SS 340 Regina dir. Menaggio, oppure Superstrada SS36 Milano-Colico lungo la sponda orientale, dir. Valchiavenna, SS340.

**Da Sondrio:** SS38 fino al trivio di Fuentes, SS340.

**Da Lugano:** strada cantonale fino al confine di Gandria, SS 340.

### In treno

#### Ferrovie Statali

*Linea Milano-Chiasso*, stazione di Como S. Giovanni, poi autolinee Como-Colico;

*Linea Milano-Sondrio (Tirano)*, stazione di Varenna, poi traghetto o battello; oppure stazioni di Colico, poi autolinee.

#### Ferrovie Nord Milano

*Linea Milano-Como*, stazione di Como Lago, poi autolinee Como-Colico.

### In autobus

Autolinee Como-Colico e Lugano-Menaggio.

### Con battello o aliscafo

Da Como, Varenna, Bellagio, Colico.



## HOW TO ARRIVE

### By car

**From Milano:** A9 motorway Milan-Como exit Como Nord, then state road SS 340 Regina in direction Menaggio, or the free way SS36 Milan-Colico along the eastern shore of the lake in direction Valchiavenna, then state road SS 340.

**From Sondrio:** state road SS 38 until the junction at Fuentes, then SS 340.

**From Lugano:** cantonal road to the frontier of Gandria then state road SS 340.

### By train

#### Ferrovie Statali (State Railways)

*Line Milano-Chiasso*, station Como S. Giovanni, then public bus service route Como-Colico; *Line Milano-Sondrio (Tirano)*, station Varenna, then boat or hydrofoil; or alternatively station of Colico, then public bus service.

#### Ferrovie Nord Milano (North Milan Railway)

*Line Milan-Como Lago*, then public bus service route Como-Colico.

### By coach

Public bus service routes Como-Colico or Lugano-Menaggio.

### By boat or hydrofoil

From Como, Varenna, Bellagio, Colico.

## WIE SIE UNS ERREICHEN

### Per Auto

**Von Mailand aus:** Autobahn A9 Mailand-Como, Ausfahrt Como Nord, SS 340 Regina Richtung Menaggio, oder Superstrada SS 36 Mailand-Colico dem Ostufer entlang Richtung Valchiavenna, SS 340.

**Von Sondrio aus:** SS 38 bis Trivio di Fuentes, SS 340.

**Von Lugano aus:** Kantonalstrasse bis zur Grenze Gandria, SS 340.

### Mit dem Zug

#### Staatl. Eisenbahnen

*Linie Mailand-Chiasso*, Haltestelle in Como S. Giovanni, dann Buslinie Como-Colico; *Linie Mailand-Sondrio (Tirano)*, Haltestelle in Varenna, dann Schiff oder Tragflaechenboot; oder Haltestelle in Colico, ab hier Busverbindung.

#### Zuglinie Mailand Nord

Mailand-Como, Haltestelle Como Lago, dann Buslinie Como-Colico

### Mit dem Bus

Buslinie Como-Colico und Lugano-Menaggio.

### Per Schiff oder Tragflaechenboot

Ab Como, Varenna, Menaggio, Colico.

## COMMENT ARRIVER

### En voiture

**Par Milan:** Autoroute A9 Milano-Como. Sortie Como Nord, SS 340 Regina dir. Menaggio-Portezza.

**Par Sondrio:** SS 38 jusqu'au carrefour de Fuentes, SS36 dir. Valchiavenna, puis SS 340 dir. Menaggio.

**Par Lugano:** Route cantonale jusqu'à la frontière de Gandria, SS 340..

### En train

#### Ferrovie Statali

*ligne Milano-Chiasso*, gare de Como S.Giovanni, puis service de bus public Como-Colico; *ligne Milano-Sondrio (Tirano)*, gare de Varenna, puis ferry ou bateau; ou bien gare de Colico, puis service de bus public.

#### Ferrovie Nord Milano

ligne Milano-Como, gare de Como Lago, puis service de bus public Como-Colico.

### Par Bus

Service de bus public Como-Colico et Menaggio-Lugano.

### Par bateau ou hydrofoil

par Como, Varenna, Bellagio, Colico.





# Ein einzigartiges Besichtigungsangebot zw

**D**as Gebiet zwischen Lario und Ceresio ist gekennzeichnet durch eine über Jahrhunderte gehende geschichtete Kultur, die viele, noch heute nutzbare Zeugnisse hinterlassen hat. Funde aus prähistorischer Zeit, Spuren der Römischen Herrschaft, Kirchen, Schlösser und Burgen, historische Villen und Museen: die gesamte westliche Seite des mittleren und oberen Lario, die Täler und das Gebiet um Porlezza sind ein offenes zu durchblätternes Buch. Jede einzelne Gemeinde bewahrt Reste und Zeugnisse einer Jahrhunderte alten Geschichte, die sich oft in kulturellen und volkstümlichen Ereignissen, die Plätze und Ortsteile beleben, zeigt.

**Menaggio**, eines der größten Touristenzentren des Sees und Ort einer alten Geschichte, verdient eine genauere Betrachtung wegen seiner grossen Zahl von Plätzen, Palästen und antiken Villen, darunter **Villa Vignoni Mylius**, Eigentum der Bundesrepublik Deutschland. Sie ist ein faszinierendes Museumshaus aus dem neunzehnten Jahrhundert, umgeben von einem herrlichen Park, der reich an Skulpturen und seltenen Essenzen ist und die Gelegenheit zu einem Spaziergang zwischen Natur, Kunst und Literatur bietet. Als Perle im Zentrum des Lario, bietet Menaggio auch eine lange Romantikstraße für Spazier-



*Menaggio, Villa Vignoni Mylius.*

gänge am See, mit botanischen Gärten und Pergolas, unterbrochen von Plätzen und Gassen des alten Stadtkerns, was die Schönheit noch mehr hervorhebt.

Am Ceresio gelegen ist dagegen **Valsolda**, ein weiteres Schatzkästchen der Kunst, Geschichte und Kultur. Hier, im Ortsteil Oria, wohnte lange der berühmte Schriftsteller Antonio Fogazzaro, der an dieser Uferseite den Roman „Piccolo mondo antico“ angesiedelt hat. Heute ist die grandiose **Villa Fogazzaro Roi** (Eigentum des FAI) mit ihren reich mit Gegenständen und Möbeln ausgestatteten Räumen, welche die Atmosphäre aufleben lassen, die der berühmte Schriftsteller in seinen Romanen zum Leben er-



*Castello Valsolda, Museo Casa Pagani.*



Gravedona ed Uniti, S. Maria del Tiglio.



Sorico, S. Miro.

weckt hatte, zum Drehpunkt einiger literarischer Wege geworden, die zwischen den Strassen der Dörfer von Valsolda verlaufen. Im Ortsteil Castello, immer in Valsolda, befindet sich das **Museum Casa Pagani** im Hause des Malers Paolo Pagani aus dem siebzehnten Jahrhundert, das in einer eindrucksvollen Gasse mit Kopfsteinpflaster liegt. Der Museumsweg beginnt mit der Betrachtung der an der Fassade modellierten Figuren und geht weiter in das Innere der kleinen Räume, in denen Werke von valsoldanischen Künstlern gesammelt sind, die zwischen dem XVI und dem XIX Jahrhundert gewirkt haben. Casa Pagani bildet ebenfalls den Drehpunkt des Sistema Museale Territoriale Alpi Lepontine (S.Mu.T.A.L.) (Museumssystem des Gebietes der Lepontiner Alpen), das 9 Museen der Gegend verwaltet.

Das gesamte Westufer des Alto Lago, bereits seit den ersten Jahrhunderten des Mittelalters zur Gemeinschaft Tre Pievi vereint, konnte seine Autonomie bis zum Ende des sechzehnten Jahrhunderts bewahren. Als Zeugen dieser blühenden Vergangenheit bleiben zahlreiche zivile und religiöse Bauten von ausserordentlicher Faszination: **Santa Maria del Tiglio** und **Santa Maria delle Grazie** in Gravedona und Randgemeinden, **Santa Maria in Martinico** in Dongo, **San Vincenzo**

in Gera Lario, **S. Miro** in Sorico...

Ein weiteres typisches Merkmal der Gegend sind die zahlreichen historischen Villen, welche die Landschaft zieren; einige sind heute Privathäuser, wie z.B. die eklektische **Villa La Gaeta** (ähnlich einem Schloss aus dem Mittelalter und der Renaissance zusammen, angereichert mit Jugendstilmotiven), andere sind eindrucksvolle Sitze von Institutionen: **Palazzo Manzi** in Dongo, eines der bedeutendsten Beispiele aus napoleonischer Zeit, **Villa Camilla** in Domaso oder der gewaltige **Palazzo Gallio** in Gravedona und Randgemeinden, erbaut 1586 auf einem steil zum See abfallenden Felsvorsprung und verschönert durch einen italienischen Garten, der auf der befestigten Bastei des

alten Schlosses angelegt wurde.

Kommt man in die jüngere Vergangenheit, kann man auf den Bergen des oberen Lario weite Strecken der **Befestigungslinie Cadorna** zurücklegen, eine Verteidigungslinie aus dem Anfang des zwanzigsten Jahrhunderts zum Schutz der lombardischen Voralpen gegen mögliche feindliche Angriffe. Dongo dagegen weist einige Stätten auf, an denen das Ende des Faschismus erfolgte, wie die Verhaftung des Duce und die Erschiessung einiger faschistischer Grössen, Begebenheiten, die in dem oberlarianer Städtchen diverse Spuren und Beweisstücke hinterlassen haben, und die in einem Museum zum Thema im Palazzo Manzi wieder lebendig werden.



Gravedona ed Uniti, Palazzo Gallio.



# Unberührte Natur und traumhafte Landschaft

**D**ank ihrer besonderen Beschaffenheit bietet die Gegend zwischen Lario und Ceresio die Möglichkeit, in nur wenigen Kilometern von einer Uferlandschaft in die typischen Landschaften der Voralpen um Como überzugehen.

Die **botanischen Gärten** des Lario sind weltbekannt wegen ihrer glücklichen Vereinigung von bodenständigen und exotischen Arten, die jedes Jahr zahlreiche Besucher anziehen.

In den bergigen Gebieten findet man dagegen ausgedehnte Wälder, die in den höheren Bereichen Platz für weite Weideflächen lassen.

Im Hinblick auf die **Fauna** ist die Vielfalt bestimmt nicht geringer als die der Flora, sei es was die Fischarten betrifft, sei es in Bezug



*Riserva Naturale Lago di Piano.*

auf die Vögel im Seengebiet, von denen viele geschützt sind. Tatsächlich sind die Seen und Flüsse im oberen Lario häufig Zwischenstation für Zugvögel, welche die Alpen hin zu wärmeren Gefilden überqueren. Die Täler und Höhenzüge dagegen sind von Wildschweinen, Rehen, Füchsen, Hasen, Hirschen bevölkert und ziemlich oft kann man bei einem Blick zum Himmel den Flug von Falken und Bussarden beobachten.

Diese Vielfalt ist gegeben durch die vielen **Naturschutzgebiete**, die über die gesamte Gegend verteilt

sind.

In der ausgedehnten Ebene zwischen den Flüssen Adda und Mera finden wir die **Naturparks Pian di Spagna und Lago di Mezzola**, unter dem Schutz der Region Lombardei wegen ihrer typischen Fauna und der lakustrischen Flora mit vorzüglichen Feuchtgebieten.

Am Seeufer befindet sich das Kirchlein **San Fedelino**, wertvolles Beispiel der romanischen Architektur, zu erreichen zu Fuss oder mit kleinen Booten.

Das Gebiet zwischen Menaggio und Porlezza hebt sich hervor durch



*San Fedelino.*



*Riserva Naturale Pian di Spagna e Lago di Mezzola.*



# raften: Naturschutzgebiete



zahlreiche Ausflugsziele von naturalistischem und landschaftlichem Interesse.

Angeschmiegt am Fusse des Berges Galbige in der Umgebung der Gemeinden Bene Lario und Carlazzo findet man den **Naturpark Lago di Piano** (von grosser Wichtigkeit für die Gemeinden), reich an natürlicher Umwelt und mit Landschaften von bezaubernder Schönheit, die sich ringsum von einem Wasserspiegel abheben, der in den kalten Wintermonaten zufriert und zu einer unendlichen Schlittschuhbahn wird.



Parco della Val Sanagra.



Riserva Naturale Foresta della Valsolda.

In dieser Oase finden zahlreiche Arten von Vögeln, Amphibien, Echsen und Säugetiere Schutz.

Das **Besuchszentrum des Naturparks** liefert alle notwendigen Informationen für eine aufmerksame Besichtigung des geschützten Gebietes.

In der Gemeinde Grandola und Randgemeinden erstreckt sich der **Park des Val Sanagra** mit Wäldern, Wiesen, Almen und seltenen Tierarten, die in den Sälen des **Museo Etnografico Naturalistico des Val Sanagra**, das sich im Inneren des Rathauses in der Villa Camozzi befindet, umfangreich dokumentiert sind, und zwar in speziellen Abteilungen, gewidmet der Flora, der Fauna und den Fossilien des Parks, der Ethnographie und der mykologischen Ausstellung.

Ein weiteres Gebiet von grosser Bedeutung ist der unter Naturschutz stehende **Wald des Valsolda**, der höchst naturbelassene Eigenschaften zeigt, sei es im Hinblick auf die Fauna wie auch auf das Vorhandensein von seltenen botanischen und endemischen Arten.

Den Liebhabern höherer Lagen bieten die **Berge** eine unberührte Natur und bequeme Hütten, umgeben von einer Bergkette, aus der sich die Gipfel des **Bregagnone**, des **Pizzo di Gino**, des **Legnone**, der **Grigne**, der **Corni di Canzo** und die entfernter liegenden Alpengipfel hervorheben.

Geht man entlang der Rücken und Pässe, bieten sich fantastische Blicke auf den Comer See, den Luganer See und andere kleinere Seen.



Museo Etnografico Naturalistico della Val Sanagra.



Ansicht über Monte Legnone und Alto Lario.

# Sport für alle: Ein einzigartiges Angebot

**O**bes sich nun um Seen, Berge oder Täler handelt, wer Sport oder andere körperliche Aktivitäten treiben will hat das Glück, in dieser Gegend alles Notwendige zu finden, um sich in Form zu halten und das in unberührter Natur und einer weltweit einzigartigen Landschaft.

Bekannterweise sind das mittlere und obere Lario perfekte Ziele für **Wasser- und Segelsport**, die aus ganz Italien und vor allem aus dem Ausland viele Begeisterte anziehen, die in den Sommermonaten zahlreiche Regatten austragen und mit ihren bunten Segeln die Wasser des Lario beleben.

Der Erfolg des Segelsports ist vor allem durch den „Brezza“ ermöglicht, der hier übliche Wind, der von Süden nach Norden weht und den idealen und unerschöpflichen „Brennstoff“ für diejenigen bildet, die sich mit **Windsurf, Segeln** oder **Kitesurf** vergnügen wollen. Diese Sportarten werden überall betrieben, auch Dank dessen, dass in vielen Orten wie Porlezza, Dongo, Gravedona und Randgemeinden, Domaso, Pianello del Lario, Crema, Gera Lario und Sorico, sei es für den anspruchsvollen Sportler wie auch für den Neuling, alle notwendigen Ausrüstungen zu erhalten sind und gute Lehrer zur Verfügung stehen.



Segelregatta in den gewässern von Domaso.

Und die **Wasserwege für Kanufahrten**? Der Ceresio und der mittel-obere See sind eine wild belassene Umgebung und teilweise noch zu entdecken: eine Kanufahrt ist hier also eine Erfahrung und gleichzeitig erholsam und beeindruckend. Ein Rat wäre, den Fluss Mera zu überqueren und das Naturschutzgebiet Pian di Spagna und den Lago di Mezzola entlang einer eindrucksvollen Route zu erreichen, eingebettet in eine Natur von bezaubernder Atmosphäre.

Wer keinen Wassersport mag, dem bietet diese Gegend die Möglichkeit zum **Golfen, Reiten** und Flugsport, wie **Deltaplan, Gleitschirm** und **Flüge** im Zweisitzer mit fähigen Piloten.

Auch die Berge, wie schon der See, bilden die ideale Voraussetzung, sich in Form zu halten und gleich-



Gleitschirmfliegen auf der Alto Lario.

zeitig Kontakt mit der Natur zu haben.

Das Gebiet der *Comunità Montana Valli del Lario e del Ceresio* ermöglicht den **Trekking-Begeisterten** zahlreiche Pfade mit unterschiedlichen Schwierigkeitsgraden: Kammwege, mittlere Höhen oder Talsohlen, die untereinander durch senkrecht abfallende Wege verbunden sind. Dazu gehören: **Sentiero delle Quattro Valli, Via dei Monti Lariani, Alta Via del Lario** und **Via del Ferro**.

Für Liebhaber weniger schwieriger Strecken raten wir zur Antica Strada Regina, eine römische Strasse, die am gesamten westlichen Ufer des Lario verläuft, um die Alpenpässe zur Grenze zu Graubünden zu erreichen.

Jeder Ort ist ein guter Ausgangspunkt für kurze Ausflüge oder mehrtägige Touren mit Übernachtung in gut ausgestatteten Hütten, die in unseren Bergen vorhanden sind. Auch erfahrene und unermüdete Wanderer werden das Richtige finden!



Auf dem Radweg Menaggio-Portezza.



Der Winter dagegen erlaubt, die Berge in faszinierenden Spaziergängen oder mit „waghalsigen“ Abfahrten auf **Skirn** zu genießen. Nun zum **Radspport**: die Straßen des Lario sind ein Paradies für „Strampler“ und sind oft in wichtige Rennen einbezogen. Die Vielseitigkeit des Gebietes erlaubt Bergstrecken mit Höhenunterschieden bis 1900 m wie auch ruhige Strecken in der Ebene, im Grünen und entfernt vom Verkehr. Für Familien geeignet ist die Strecke der **Ciclodonale**

**Menaggio-Portezza** von 13 km, geschaffen auf dem Untergrund der früheren Eisenbahn, die bis 1939 das Val Menaggio durchfuhr und viele Touristen von jenseits der Alpen beförderte. Ebenfalls eindrucksvoll, weil steil über dem See, ist die Strecke des **Radfahrweges Menaggio-Dongo**, welche die *Comunità Montana* verwirklicht, indem sie infolge des Baus von Tunneln entlang der Staatsstrasse verlassene Strassenabschnitte wieder nutzbar macht.



Skifahren in Alto Lario.

## Der Geschmack wird bei Tisch betont

**D**er See und das Gebirge sind zwei Seelen, die das Gebiet der *Comunità Montana Valli del Lario e del Ceresio* kennzeichnen, sehr unterschiedliche Seelen, die sich auch in der örtlichen Wein- und Esskultur wieder spiegeln.

Die Küche nahe des Sees ist traditionell an den Fischreichtum des Lario gebunden, darunter: **Maifisch, Flussbarsch, Felchen** und **Ukelei**, während die typische Küche in den Tälern und Bergen des Lario durch Gerichte mit **Polenta, Käsesorten, Pilze** und **Wild** gekennzeichnet ist. Wer den einzigartigen Genuss der einfachen Gerichte sucht und sich gern von nur scheinbar abgetanen Speisen

überraschen lässt, dem raten wir, ein Mittagssmal oder ein Abendessen in einem der romantischen **Restaurants** entlang dem Ufer oder in den pittoresken **Grotten** einzunehmen, die ihre Weinkeller in den Fels eingelassen haben. Dank der klugen Verbindung von delikaten und kräftigen Geschmacksrichtungen stellt die örtliche Gastronomie auch die verwöhntesten Gaumen zufrieden und bildet somit den Grundstein für einen noch jungen Tourismus in diesem Gebiet: den **Tourismus der Wein- und Esskultur**.

Zu den typischen Gerichten gehört **Polenta mit „missoltino“**, ein Gaumenschmaus, der weit über die örtlichen Grenzen hinausgeht! Missoltini haben ihren Namen von in der Sonne getrockneten Maifischen, gepresst mit Salz in „missolte“, den typischen Holz- oder Blechbehältern. Ebenso köstlich ist **Reis oder Risotto mit Flussbarschfilets, Fisch in einer Marinade** (gebraten und mariniert in Wasser und Essig und mit lokalen Kräutern aromatisiert), **Felchen und Forellen mit Butter und Salbei** und **Maifische in grüner Sosse...**

Die Täler bieten wie der See eine einfache, aber originelle Küche, in welcher zweifellos die **typischen Käsesorten** einen vorherrschenden Platz einnehmen: die **Alpenkäse**, gekocht in Kupferkesseln und dann in natürlichen Grotten oder Kellern gereift, der **Latteria**, der **Semuda DOP**, der fette oder halbfette **Casera**, die frischen oder gereiften Ziegenkäse und der typische „**Zincarin**“, eine Art mit schwarzem Pfeffer gewürzter Quark. Zu einem guten Teller gemischter Käsesorten dürfen **Honig** (vorzugsweise Kastanienhonig) und **Nüsse** nicht fehlen, die zusammen mit **Kastanien, Wein** und **Öl** das Bild der lokalen Vortrefflichkeiten vervollständigen.

Die typischen Kuchen spiegeln die ärmliche Vergangenheit dieser Gebiete wieder: Brottorten oder Teige aus Mehl und Wasser, und angereichert mit Nüssen, Rosinen und Feigen oder auch einfach gezuckert, die im Dialekt des Lario die Namen **miascia, paradèl, mataloch** und **braschin** tragen.

Der sommerliche Veranstaltungskalender schenkt den Touristen die Möglichkeit, sich der örtlichen Folklore zu nähern, mit vielen **Dorffesten** und **Gastronomieveranstaltungen**, bei denen gleichzeitig die Köstlichkeiten einer einfachen, überzeugenden Küche probiert werden können.





# Les musées: une choix unique parmi art,

Le territoire qui s'étend entre le Lario et le Ceresio est caractérisé par une culture qui s'est construite au fil des siècles et nous a laissé de nombreux témoignages qui constituent un patrimoine précieux.

Découvertes de l'époque préhistorique, traces de la domination romaine, églises, châteaux, fortifications, villas d'époque, musées... la rive occidentale du Moyen et du Haut Lario, ainsi que les vallées et le territoire de Porlezza, sont un livre ouvert qui ne demande qu'à être feuilleté.

Chaque commune conserve des restes et des témoignages d'une histoire millénaire que l'on retrouve souvent dans les événements culturels et folkloriques qui animent les rues et les places.

**Menaggio**, l'un des plus importants centres touristiques du lac et bourg depuis l'antiquité, mérite une visite approfondie pour ses nombreuses places, ses palais et ses villas d'époque, dont la plus importante est la **Villa Vigoni Mylius** qui appartient aujourd'hui à la République Fédérale Allemande. Cette Maison-musée fascinante du XIXe siècle est entourée d'un superbe parc agrémenté de sculptures et de plantes rares, offrant une promenade agréable entre la nature, l'art et la littérature. Joyau



Menaggio, Villa Vigoni Mylius.

du Lario, Menaggio vous permettra également de faire de longues balades romantiques sur le lac, dans les jardins botaniques, les places et les ruelles du centre.

**Valsolda**, un village situé sur la rive du lac Ceresio est lui aussi empreint d'art, d'histoire et de culture. C'est ici, dans la bourgade d'Oria, que vécut pendant de longues années le célèbre écrivain Antonio Fogazzaro, dont le roman "Piccolo Mondo Antico" se situe sur ces rives. Aujourd'hui, la splendide **Villa Fogazzaro Roi** (qui appartient maintenant au FAI), avec ses pièces riches d'objets et de meubles qui recréent l'atmos-



Castello Valsolda, Museo Casa Pagani.



Gravedona ed Uniti, S. Maria del Tiglio.



Sorico, S. Miro.

phère des romans du célèbre écrivain, est devenue une étape très importante des parcours littéraires qui traversent les rues des bourgs de Valsolda. A Castello di Valsolda, dans une ruelle pavée très pittoresque, se trouve la maison transformée en musée de Paolo Pagani, un peintre du XVIIIe siècle. La visite de ce musée commence par les figures modelées de la façade et se poursuit dans des petites pièces abritant les toiles des artistes de Valsolda ayant vécu entre les XVIe et XIXe siècles. La **Maison Pagani** est également le centre du Sistema Museale Territoriale Alpi Lepontine (S.Mu.T.A.L) qui coordonne 9 musées sur le territoire.

La rive occidentale du Haut Lac, qui fut unie au début du Moyen-âge à la communauté des Tre Pievi, est restée autonome jusqu'à la fin du XVIe siècle. De magnifiques édifices civils et religieux sont encore là pour témoigner de ce passé florissant: **Santa Maria del Tiglio** et **Santa Maria delle Grazie** à Gravedona ed Uniti, **Santa Maria in Martinico** à Dongo, **San Vincenzo** à Gera Lario, **S.Miro** à Sorico...

Les nombreuses villas d'époque qui agrémentent le paysage sont une autre caractéristique de cette zone; certaines sont aujourd'hui des demeures privées, comme par

exemple la **Villa La Gaeta** (qui ressemble à la fois à un château du Moyen-âge et de la Renaissance avec des motifs liberty), d'autres sont devenues de prestigieuses structures institutionnelles, comme le **Palazzo Manzi**, à Dongo, qui est l'un des exemples typiques de l'époque napoléonienne, la **Villa Camilla**, à Domaso, ou encore l'imposant **Palazzo Gallio** à Gravedona ed Uniti, qui fut construit en 1586 sur un promontoire rocheux surplombant le lac, agrémenté d'un jardin à l'italienne disposé sur les remparts fortifiés du vieux château.

Il est également possible de partir à la découverte d'une histoire plus récente sur les monts du Haut Lario en parcourant une portion de la **Ligne Cardorna**, une ligne défensive militaire construite au début du XXe siècle pour protéger les Préalpes des attaques ennemies; quant à la commune de Dongo, elle fut le théâtre de certains épisodes de la fin du fascisme, comme l'arrestation du Duce et l'exécution de quelques chefs, des épisodes qui ont laissé des traces dans cette petite ville du Haut Lario et qui revivent dans le musée thématique de Palazzo Manzi.



Gravedona ed Uniti, Palazzo Gallio.



# Nature préservée et paysages de rêve: les

Grâce à sa conformation particulière, le territoire situé entre le Lario et le Ceresio permet de passer en quelques kilomètres seulement, d'un paysage typique de rivière à celui des Préalpes de Côme.

Les **jardins botaniques** du Lario sont connus dans le monde entier pour abriter des espèces autochtones et exotiques, et ils attirent chaque année de nombreux visiteurs.

Les zones montagneuses sont en grande partie couvertes de surfaces boisées qui, à des altitudes plus élevées, laissent place à des pâturages.

Du point de vue de la **faune**, les variétés sont tout aussi nombreuses que celles de la flore, qu'il s'agisse de poissons ou d'oiseaux lacustres dont la plupart des espèces sont



*Riserva Naturale Lago di Piano.*

protégées. En effet, les lacs et les rivières du Haut Lario représentent souvent une halte migratoire pour les espèces d'oiseaux migrateurs qui traversent les Alpes afin de rejoindre des territoires plus chauds. Les vallées et les sommets sont en revanche peuplés de sangliers, de chevreuils, de renards, de lièvres, de cerfs et il n'est pas rare, en levant les yeux au ciel, d'apercevoir le vol circulaire de faucons et de buses.

La présence de **zones protégées** et bien réparties sur l'ensemble du territoire garantit ainsi la sauvegarde de ces espèces.

Dans la vaste zone plane située entre la rivière Adda et le Mera, nous avons la **Réserve Naturelle Pian di Spagna e Lago di Mezzola**, protégée par la Région Lombardie pour sa faune caractéristique et sa flore typiquement lacustre, avec des zones humides de grande valeur.

Il est également possible de visiter sur les rives du lac le petit temple de **San Fedelino**, un exemple d'architecture romane de toute beauté, accessible à pieds ou en bateau. La zone située à cheval entre Melegnano et Porlezza se distingue pour ses nombreux sites d'intérêt



*San Fedelino.*



*Riserva Naturale Pian di Spagna e Lago di Mezzola.*





écologique et paysager.

Adossé aux pieds du mont Galbiga, dans les territoires des communes de Bene Lario et de Carlazzo, la **Réserve Naturelle Lago di Piano** (site d'une importance communautaire), abrite des habitats naturels et des paysages de toute beauté qui se profilent autour d'un plan d'eau immense qui gèle lors des hivers rigides et se transforme en une grande patinoire.

Plusieurs espèces d'oiseaux, d'amphibies, de reptiles et de mammifères trouvent refuge dans cette oasis.

Le **centre d'accueil de la Réserve**



Parco della Val Sanagra.



Riserva Naturale Foresta della Valsolda.

fournit toutes les informations nécessaires pour préparer au mieux une excursion dans la zone protégée.

Le **Parc de la Val Sanagra** s'étend dans la commune de Grandola ed Uniti avec des bois, des prairies, des alpages et des espèces animales rares. Il est amplement documenté dans les salles du **Musée d'Histoire Naturelle et d'Ethnographie de la Val Sanagra**, situé dans le palais communal de Villa Camozzi, avec des salles dédiées à la flore, à la faune et aux fossiles du parc, avec une section ethnographique et une exposition mycologique.

Un autre site tout aussi important est la **Réserve Naturelle de la**

**Forêt de la Valsolda** qui présente un degré de naturalité élevé, avec une faune importante et la présence d'espèces botaniques rares et endémiques.

Les **monts** offrent aux amoureux de la haute montagne une nature préservée et des refuges confortables, mais également une vue imprenable sur les cimes du **Bregagno**, du **Pizzo di Gino**, du **Legnone**, des Grigne, des **Corni di Canzo** et les sommets alpins les plus lointains.

Arrivés au sommet des chaînes de montagnes et des cols, les randonneurs seront récompensés par un panorama spectaculaire sur les Lacs de Côme, de Lugano et les autres Lacs Mineurs.



Museo Etnografico Naturalistico della Val Sanagra.



Vue sur le Mont Legnone et l'Alto Lario.



# Sport pour tous: une offre unique

Qu'il s'agisse du lac, des montagnes ou des vallées, tous ceux qui désirent pratiquer un sport ou une activité physique auront la chance de trouver sur le territoire tout ce dont ils ont besoin pour se sentir en forme, avec l'avantage de le faire dans une nature préservée et en admirant un paysage unique au monde.

Le Moyen et le Haut Lario sont des destinations idéales pour pratiquer la **voile** ou des **sports nautiques**, et elles attirent tous les passionnés arrivant de l'Italie et surtout de l'étranger qui, pendant l'été, se "dépient" dans de nombreuses compétitions.

Mais la voile doit surtout son succès à la «brevia», une brise qui souffle du sud au nord et constitue ainsi un "carburant" idéal et inépuisable pour tous ceux qui désirent se divertir avec le windsurf, la **voile** et le **kitesurf**. Ces sports, extrêmement recherchés, sont pratiqués dans presque toutes les communes, puisque des centres tels que Porlezza, Dongo, Gravedona ed Uniti, Domaso, Pianello del Lario, Crema, Gera Lario et Sorico, offrent au sportif le plus exigeant ou au néophyte tout l'équipement nécessaire et mettent à leur disposition des moniteurs qualifiés.

Que dire sur les **itinéraires en**



Régate dans les eaux de Domaso.

**canoë**? Le Ceresio et le Medio-Alto Lago sont des environnements sauvages et encore à découvrir: les visiter en canoë est donc une expérience à la fois relaxante et pittoresque. Notre conseil pourrait être de traverser la rivière Mera pour rejoindre la Réserve Pian di Spagna e Lago di Mezzola, en suivant un itinéraire de toute beauté plongé dans une nature grandiose. Mais ceux qui n'apprécient pas les sports nautiques peuvent jouer au **golf**, pratiquer l'**équitation** et des sports aériens, tels que le **delta-plane**, le **parapente** et des **vols** en biplace tourisme avec des pilotes qualifiés.

Au même titre que le lac, les montagnes représentent elles aussi le lieu idéal pour se maintenir en forme tout en restant en contact avec la nature.



Parapente sur l'Alto Lario.

Le territoire de la *Comunità Montana Valli del Lario e del Ceresio* offre en effet aux passionnés de **trekking** de nombreux itinéraires présentant plusieurs niveaux de difficultés: des sentiers de haute montagne, à mi-pente ou en fond de vallée reliés entre eux par des voies perpendiculaires.

Parmi les sentiers les plus connus, nous pouvons citer le **Sentiero delle Quattro Valli**, la **Via dei Monti Lariani**, l'**Alta Via del Lario** et la **Via del Ferro**.

Nous conseillons aux randonneurs qui préfèrent des parcours moins difficiles, l'**Antica Strada Regina**, une voie romaine qui longe la rive occidentale du Lario pour arriver aux cols alpins, à la frontière des Grigioni.

Chaque village est un bon point de départ pour de courtes excursions ou des itinéraires pouvant durer plusieurs jours, avec des étapes dans les refuges bien équipés de nos montagnes. Même les randonneurs les plus expérimentés trouveront leur bonheur!



Sur la piste cyclable Menaggio-Porlezza.

L'hiver offre en revanche la possibilité de découvrir la splendeur des montagnes en se promenant avec des **raquettes à neige** ou en pratiquant le **ski alpinisme**.

Enfin, le **cyclisme**: les routes du Lario sont le paradis des cyclistes et elles font souvent partie de circuits utilisés pour des courses importantes. Le territoire permet de disposer de parcours en montagne avec 1900 m de dénivelé, ou de parcours plus tranquilles dans la plaine, plongés dans la verdure

et loin de la circulation routière. Quant aux familles, elles peuvent se promener sur le parcours de la **piste cyclable Menaggio-Portezza**, une piste de 13 km construite à l'emplacement d'une ancienne voie ferrée qui a traversé jusqu'en 1939 la Val Menaggio pour transporter de nombreux touristes transalpins. Tout aussi pittoresque, puisqu'elle se trouve à pic sur le lac, la **piste cyclable Menaggio-Dongo** que la *Comunità Montana* est en train de réaliser en récu-



Ski alpinisme en Alto Lario.

pérant les segments de route qui furent délaissés après la réalisation de tunnels le long de la route nationale.

## Une exaltation de saveurs

Le Lac et la montagne sont deux éléments clés du territoire de la *Comunità Montana Valli del Lario e del Ceresio* et nous les retrouvons dans les plats de la gastronomie locale.

Par tradition, la cuisine lacustre est liée aux ressources du lac, comme par exemple l'**alose**, le **perche**, le **lavaret** et l'**ablette**, tandis que la cuisine typique des vallées et des monts du Lario est caractérisée par des plats où la **polenta**, les **fromages**, les **cèpes** et les **gibiers** sont rois. Nous suggérons à tous ceux qui recherchent des mets simples aux saveurs uniques ou qui aiment être surpris par des plats en apparence simples, de déjeuner ou de dîner dans l'un des **restaurants** romantiques qui se trouvent sur la côte ou dans de pittoresques **grottes** dotées de caves creusées dans la roche.

Grâce à un mariage savant de saveurs délicates et parfumées, la gastronomie locale attire les gourmets les plus exigeants et constitue un style de tourisme encore jeune dans cette zone: le **tourisme gastronomique**.

Parmi les plats les plus caractéristiques, nous avons la **polenta avec le "missoltino"**, un plat délicieux qui s'est déjà fait un nom au-delà des frontières locales! Il s'agit d'aloses séchées au soleil, puis pressées avec du sel dans des "missolte", des récipients en bois ou en fer blanc. Sans oublier d'autres plats tout aussi délicieux tels que le **riz** ou le **risotto aux filets de perche**, le **poisson "in carpione"** (frit et mariné dans de l'eau vinaigrée aromatisée d'herbes locales), les **lavarets** et les **truites au beurre et à la sauge**, les **aloses en sauce verte**...

Les vallées offrent, tout comme le lac, une cuisine simple mais originale, où les **fromages** occupent sans aucun doute une place de premier ordre: les **fromages des alpages**, cuits dans des chaudrons en cuivre puis vieillissés dans des grottes naturelles ou dans des caves, le **latteria**, la **semuda DOP**, le **casera** gras ou mi-gras, les **fromages de chèvre** frais ou affinés et le caractéristique **"zincarlin"**, une sorte de ricotta parfumée au poivre noir. Mais pour savourer de bons fromages, il faut les servir avec le **miel** (de châtaigner de préférence) et les **noix** qui, avec les **châtaignes**, le **vin** et l'**huile**, complètent le tableau des spécialités agroalimentaires locales.

Les gâteaux typiques de ces territoires sont le reflet d'un passé pauvre: des gâteaux de pain ou à base de farine et d'eau, agrémentés de noix, de raisins secs et de figures ou tout simplement sucrés qui, dans le dialecte du Lario, prennent le nom de **miascia**, **paradèl**, **mataloch** et **braschin**.

A ne pas manquer non plus les **fêtes paysannes** et les **rendez-vous gastronomiques** qui se déroulent pendant l'été et permettent aux touristes de connaître le folklore local tout en dégustant une cuisine simple mais qui ne pourra que les conquérir.





## Comunità Montana Valli del Lario e del Ceresio

Palazzo Gallio - Via Regina Levante  
22015 Gravedona ed Uniti (CO)  
tel. +39 0344 85218 - fax +39 0344 85237  
info@lagodicoelugano.com



*We're  
on line!*

[www.lagodicoelugano.com](http://www.lagodicoelugano.com)

*Official Website of Tourism  
on Como and Lugano Lakes*

