



ALLA SCOPERTA DEL “SENTIERO DEL RESPIRO”

IL “SENTIERO DEL RESPIRO”
APERTO AI VISITATORI

26
09
‘23

Castello di Andraz



Posizionato alle pendici del Col di Lana, il Sentiero del Respiro inizia dentro l'antico torrione medievale del Castello di Andraz. Costruito intorno all'anno 1000, il Castello è il simbolo del comune di Livinallongo del Col di Lana-Arabba (BL) e tra i più suggestivi monumenti di interesse storico-culturale dell'arco alpino.

Alla scoperta del “Sentiero del Respiro”⁹⁹

Il Sentiero del Respiro

Il Sentiero del Respiro è un percorso naturalistico-educazionale organizzato che si inerpica per 4 km nel bosco antistante, valorizzando i vecchi tracciati di terreni silvo-pastorali e militari.

Il cammino riporta le tipiche indicazioni dei sentieri di montagna, utili per poterli seguire con facilità. Inoltre, nei punti di interesse, sono posizionati dei cartelli informativi dotati di QR Code per raccontare curiosità sul Sentiero e sensibilizzare sui temi della salute e dell'ambiente.



Il rimboschimento



Il progetto ha anche dato vita a un'importante opera di rimboschimento di 10.000 nuovi abeti e cirmoli, resistenti al vento, che contribuiranno a riportare in vita parte del bosco colpito dalla tempesta Vaia, e a ridurre l'assorbimento delle emissioni di gas climalteranti, in linea con l'impegno di Chiesi a raggiungere Zero Emissioni di CO₂ entro il 2035.

Alla scoperta del “Sentiero del Respiro”⁹⁹

Percorso Kneipp freddo Valparola

Percorrendo un piccolo sentiero a soli due minuti dal ponte sul Rio Falzarego, si incontra un ruscello pianeggiante, con fondale di ciottoli, ideale per fare un'esperienza di crioterapia e godere delle proprietà benefiche dell'acqua fredda. All'entrata e all'uscita del percorso sono state allestite delle comode panchine per permettere ai visitatori di togliere (e rimettere) scarpe e calzini prima di immergere piedi e gambe nelle acque del ruscello. Una staccionata in legno costeggia il ruscello per facilitare il percorso dei visitatori.



Percorso fino alla Palestra di roccia



Dopo il percorso Kneipp freddo, percorrendo un sentiero in mezzo al bosco di circa 400m, si giunge alla Palestra di roccia. Qui è stato recuperato un camminamento realizzato dai soldati durante la Prima Guerra Mondiale, quando tutta l'area era occupata dalle retrovie (dormitori, ospedali da campo, depositi munizioni, cucine, mense, ecc.) dei soldati che andavano a combattere sul Col di Lana e sul Sass de Stria. Sedendosi sulle panchine lungo il sentiero, i visitatori possono immaginare di sentire ancora le voci dei soldati, la paura della morte e la speranza della fine della Guerra.

Sass de Beita, Palestra di roccia

La Palestra di roccia Sass de Beita è perfettamente inserita nel contesto ambientale e consente agli appassionati di arrampicata, ma anche ai familiari e ai visitatori meno esperti, di percorrere i piccoli sentieri e le passerelle sui ruscelli circostanti in modo sicuro e piacevole. Sul versante Nord è presente anche un'area boulder con piano di appoggio per i materassi sicuro e confortevole.



Alla scoperta del “Sentiero del Respiro”⁹⁹

Sass de le Dermene (Sasso degli zoccoli)



Lasciando la pista forestale, dopo pochi minuti lungo il vecchio tracciato della mulattiera silvo-pastorale, ci si imbatte in un sasso spiovente dove l'artista locale Gianni Da Tos ha realizzato un paio di zoccoli in legno di larice: è il “Sass da le Dermene” (Sasso degli zoccoli), così chiamato perché era il punto in cui i pastori si cambiavano i calzari: allineavano gli zoccoli di legno (calzatura abituale fino a quella quota) per indossare gli scarponi in cuoio con le soles chiodate, adatti a percorrere i tratti in alta quota. Il “Sasso” è citato in una storica canzone del Coro Fodòm, che i visitatori potranno ascoltare scansionando il QR Code collocato lungo il sentiero.

Dopo la passerella sul Rio Val Federe, il Sentiero del Respiro affronta una brevissima rampa per poi raggiungere un bivio. Prendendo la destra, si percorre un cammino pianeggiante fino al Col de l'Albièrch che, nell'etimo locale, significa Colle dell'ospitalità. Lungo il percorso, si costeggia una vecchia costruzione in legno, anticamente adibita a ricovero del pastore. Il sentiero attraversa un bosco di larice, abete rosso e cirmolo, oggetto di cure culturali (taglio di piante schiantate dalla neve), per arrivare infine al punto panoramico del Col de l'Albièrch. Qui sono state posizionate alcune panchine di larice per poter ammirare lo straordinario panorama: Monte Civetta, Monte Pore, Col Gallina, Tofana di Rozes e, più in basso, il Castello di Andraz da una prospettiva inedita.

■ Dopo la passerella sul Rio Val Federe, il Sentiero del Respiro affronta una brevissima rampa per poi raggiungere un bivio. Prendendo la sinistra, si percorre un sentiero in discesa che costeggia un antico e incontra due grossi massi in corrispondenza dei quali sono state posate delle panchine. Il secondo masso è stato scavato durante la Prima Guerra Mondiale per ricavarne un deposito munizioni. Il deposito è visitabile in sicurezza previo utilizzo di torcia elettrica.

