



Cosa vedere in Val Venosta. **Distese verdi incorniciate dalle Alpi**, intervallate da coltivazioni di mele e pascoli; e poi piccoli paesini e **borghi medievali** da scoprire; ed ancora laghetti da cui spuntano campanili avvolti da leggenda.

Un luogo fiabesco, dove relax e pace sono le parole d'ordine. La **Val Venosta** è tutto questo... e molto altro ancora. Patria delle mele, anche se sarebbe davvero riduttivo definirla solamente così. **La Val Venosta è una valle alpina dell'Alto Adige occidentale, una delle quattro principali dell'intera regione**, insieme alla valle dell'Adige, alla valle dell'Isarco e alla val Pusteria. Prima ancora di passare in rassegna i luoghi d'interesse e cosa fare, parliamo però di loro, **le protagoniste indiscusse della Val Venosta: le mele.**



Una mela al giorno

Red, Golden Delocious, Elstar, Topaz, Jonagold, Morgenduft, Pink Lady e molte altre varietà dai colori dell'oro al porpora, dolci o aspre, più o meno profumate, **le mele**, a prescindere dalla loro varietà, **sono un concentrato di vitamine (ne contengono ben 30!), oligoalimenti, potassio e sostanze minerali.**

Ecco spiegato il famoso detto: una mela al giorno toglie il medico di turno.

La Val Venosta, così come molte altre valli altoatesine, è **famosa per le coltivazioni di mele.**

I numeri dicono che il 10% di tutte le mele raccolte in Europa proviene proprio dall'Alto Adige e che la Germania dal sola consuma il 20% delle mele altoatesine esportate.

Insomma **la mela è uno dei prodotti altoatesini più apprezzati, non solo in Italia** ma anche all'estero.

Nonostante la grande produzione, resa possibile dal particolare clima alpino-mediterraneo dell'Alto Adige, con 300 giornate soleggiate e 2000 ore di luce, visitando la Val Venosta **non si ha l'impressione di un luogo sovra sfruttato.**

Osservando il paesaggio si notano certamente le distese di coltivazioni, così come saltano all'occhio le aziende che operano nel settore grazie alla mole di casse stivate all'esterno dei capannoni, ma nonostante questo, **il paesaggio mantiene ampi spazi liberi, dove la vista si perde all'orizzonte.**

Le premesse per visitare questa valle ci sono tutte, ma **entriamo nel dettaglio per scoprire quali mete davvero non sono da perdere.**



Val Venosta, cosa vedere: il Lago di Resia e il campanile sommerso

Il simbolo della **Val Venosta**, dopo le mele si intende, è sicuramente **il lago di Resia ed il suo campanile sommerso.**

Si tratta di un lago artificiale, creato a seguito della realizzazione di **una diga per la produzione dell'energia idroelettrica negli anni Cinquanta.**

La creazione della diga fece sì che due dei tre bacini naturali del **Passo Resia si unirono: il Lago di Resia** e di **Curon.**

In questo modo, **il piccolo borgo di Curon venne sommerso** e ciò che oggi emerge dalle acque del placido lago di Resia è

proprio il campanile della chiesa, il resto del villaggio è completamente sommerso.

Gli abitanti furono costretti ad abbandonare le loro case e proprietà nonostante le proteste e costruirono quindi la **nuova Curon Venosta**.

Oggi il lago di Resia, nonostante questa triste storia, offre un grandissimo senso di pace e quell'atmosfera fiabesca.

La leggenda narra che, durante le fredde giornate invernali quando il lago di Resia è ghiacciato ed il campanile e persino raggiungibile a piedi, **le sue campane si sentono suonare**.

Cosa c'è di strano e leggendario?

Le campane di questo campanile **sono state rimosse il 18 luglio 1959**, prima della creazione del bacino artificiale.



Lago di Resia, Curon

Dalle sorgenti dell'Adige a Glorenza, cosa vedere in Val Venosta

Concedetevi una breve passeggiata, partendo proprio dal **Lago di Resia**, di circa 20 minuti attraversando il bosco: raggiungerete così la **sorgente del fiume Adige**.

L'Adige è lungo 410 km ed è **il secondo fiume d'Italia**. Dopo aver attraversato il Trentino-Alto Adige e il Veneto sfocia nel Mar Adriatico.

Da non perdere assolutamente è la **città medievale di Glorenza**. Inserita nella lista dei **borghi più belli d'Italia**, grazie alla sua **cinta muraria interamente conservata**, Glorenza è il

più piccolo comune dell'Alto Adige.

Si trova ad appena 10km dal confine Svizzero lungo la strada verso il **Passo del Forno.**

Un vero gioiello, in cui **il tempo sembra essersi fermato**, infatti poco è cambiato del XVI secolo ad oggi.



Glorenza

Cosa vedere in Val Venosta: l'Abbazia di Monte Maria e Castel Coira

Ad un'altitudine di 1340 metri, in frazione di Malles, poco sopra Burgusio, in posizione panoramica affacciata sulla vallata sottostante, sorge l'Abbazia di Monte Maria, Abtei Marienberg in tedesco.

Si tratta di un monastero benedettino al cui interno sono conservati **affreschi** che meritano sicuramente una visita: sono **una delle maggiori testimonianze di arte romanica in tutto l'arco alpino:**

Degne di nota anche **la cripta ed il museo.**

Venne fondata nel 12° secolo dai nobili von Tarasp e da 900 anni questo convento è il centro spirituale e culturale di tutta l'alta Val Venosta.

Una curiosità: si dice che questa abbazia abbia tante finestre quante i giorni dell'anno.

A voi il compito di contarle per accertarvene!



Abbazia di Monte Maria, foto di Silvia Guelpa

Tra i castelli più belli dell'Alto Adige troviamo sicuramente **Castel Coira**.

Questo un **castello medievale** si trova a **Sluderno**, in provincia di Bolzano, ed al suo interno **raccoglie la più grande armeria privata europea**.

E' possibile visitarlo grazie a **visite guidate** che vi condurranno alla scoperta, oltre che dell'armeria, della residenza rinascimentale ed il suo splendido loggiato, della cappella in stile romanico e della sala degli antenati.

Questo castello nacque 1259, ma **dal 1504 divenne proprietà privata dei Conti Trapp**.

Una curiosità: in Alto Adige ci sono ben 800 castelli e fortezze: la zona più ricca di queste storiche costruzioni è il comune di Appiano sulla Strada del Vino.



Castel Coira

Passeggiate nella natura e Forest Bathing

Immaginate di essere qui, in **Val Venosta**, adesso.

Cercate il posto che più vi piace e **sedetevi o sdraiatevi nel verde**.

Chiudete gli occhi e concedetevi una pausa; liberate la mente e ascoltate.

Sentire i rumori del bosco?

Udite gli uccellini cantare?

Sentite l'aria fresca che vi accarezza il viso? Il fruscio delle piante?

E il sole: lo sentite riscaldarvi la pelle? O Il freddo pungervi le guance?

Odorate i profumi della natura?

Inspirate profondamente ed espirate lentamente: inizia così il vostro viaggio nella natura e quello che viene chiamato **Forest Bathing**, letteralmente “**bagno nella foresta**”.

La **Val Venosta** è ricca di sentieri, anche molto facili, da poter percorrere accompagnati da guide locali o in autonomia nei quali abbandonare ogni pensiero e semplicemente vivere la natura.

di Silvia Guelpa



Val Venosta, foto di Silvia Guelpa

INFORMAZIONI:

<http://www.valvenosta.net>

ARTICOLI CORRELATI:

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/cultura-appuntamenti/5-motivi-per-visitare-la-val-venosta/>

<https://www.ilviaggiatore-magazine.it/luo>

[ghi-viaggi/belpiano-malga-san-valentino-
impianti/](#)