

# Il Ponte Tibetano e i sentieri da vivere

Da Bellinzona, oltre il fiume Ticino, nasce una regione che annovera numerose testimonianze storico-architettoniche, ricca di itinerari escursionistici, anche impegnativi. Dal 2015 quest'area è caratterizzata dalla forte e

Questo sentiero consente quindi di percorrere a piedi l'itinerario che idealmente unisce il patrimonio UNESCO dei Castelli di Bellinzona al Lago Maggiore, deliziandosi – perché no – con qualche assaggio di prodotti locali e vini pregiati.



significativa presenza del nuovo Ponte Tibetano. Lungo 270 m e posto ad un'altezza di 130 m dal fondovalle, esso collega Curzùtt – unico e pittoresco nucleo dell'antico comune di Monte Carasso resistito nel tempo – alla suggestiva Via delle Vigne, cammino sensoriale che si affaccia sulle colline di Sementina e Gudo. Appena partiti da Curzùtt incontriamo S. Barnard, la cui omonima chiesetta è uno dei cinque monumenti d'importanza nazionale presenti nel Bellinzonese. Attraversato il Ponte Tibetano troviamo l'Oratorio di San Defendente che testimonia di analoghi insediamenti sull'altro versante della Valle di Sementina.

I collegamenti verticali portano invece sugli antichi alpeggi di Orino, Mognone e Albagno, con le loro capanne. Una menzione particolare merita poi Mornera, raggiungibile con la funivia. Situata a 1'400 m e grazie al clima ventilato e alla sua conformazione, è una base di partenza ideale per incantevoli camminate (alcune delle quali impegnative), all'interno di un paesaggio naturale, per esaltare la passione del volo con il parapendio e per arrampicate su gneiss in un ambiente del tutto particolare. A Monte Carasso troviamo infine l'Antico Convento delle Agostiniane e a Sementina i "Fortini della Fame".

# Die Tibetische Brücke und Wege zum Erleben

Westlich von Bellinzona, jenseits des Flusses Ticino, breitet sich eine Region aus, mit zahlreichen architektonischen Sehenswürdigkeiten und eine Vielfalt an Ausflugsmöglichkeiten. Seit 2015 gibt es in dem Gebiet eine spektakuläre, 270 Meter lange Hängebrücke. Sie schwebt auf einer Höhe von 130 Meter, über dem Tal zwischen Monte Carasso und Sementina. Durch einen Pfad, inmitten von Kastanienwäldern, verbindet die Brücke einen einzigartigen antiken Weiler, Curzùtt, mit der faszinierenden «Via delle Vigne», ein Weingebiet auf den Hügeln von Sementina und Gudo. In der Nähe von Curzùtt trifft man auf die romanische Kirche von San Barnard, eines der fünf historischen Gebäude der Region von nationaler Bedeutung, die vollständig mit Fresken der Seregneser Meister aus dem 15. Jahrhundert ausgemalt ist. Nach dem Überqueren der tibetischen Brücke, kommt man zum Oratorium von San Defendente, ein Zeugnis menschlicher Ansiedlungen auch auf dieser Seite des Tals. Idealerweise ist dieser Wanderweg eine Verbindung zwischen dem UNESCO Weltkulturerbe "Castelli di Bellinzona" und dem Lago Maggiore, und eine Einladung zur Entdeckung von gastronomischen Produkte und hochwertige Weine der Region. Die Aufstiege in die Höhe, führen hingegen auf die naturreichen

Weiden der alten Alpstrukturen von Orino, Mognone und Albagno, mit ihren Berghütten.



Eine besondere Erwähnung verdient Mornera, eine idyllische Bergstation auf 1'400 Meter gelegen, inmitten von Wäldern und Weiden. Mit der Seilbahn erreichbar, ist Mornera ein perfekter Ausgangsort für ausgedehnte (Tages-) Wanderungen, Gleitschirmfliegen und Klettertouren. In Monte Carasso sind schliesslich das ehemalige Augustinerinnenkonvent und in Sementina die Festungsanlagen, bekannt als "Fortini della Fame" zu betrachten.

# Le Pont Tibétain et des sentiers de pure émotion

De Bellinzona, sur l'autre rive du Tessin, s'ouvre une contrée riche de témoignages historiques et architecturaux, qui offre un grand choix d'itinéraires de randonnée, certains exigeants. Depuis 2015, cette région est caractérisée par la présence, forte et significative, du nouveau Ponte Tibetano. D'une longueur de 270 m, suspendu à 130 m au-dessus du fond de la vallée, il relie Curzùtt – pittoresque hameau de l'ancienne commune de Monte Carasso, le seul qui ait résisté au temps – à la Via delle Vigne, sentier suggestif et "sensoriel" qui serpente sur les collines de Sementina et de

hameaux sur l'autre versant de la Vallée de Sementina. Ce sentier permet donc de parcourir à pied l'itinéraire qui relie idéalement le patrimoine de l'UNESCO des Châteaux de Bellinzona au Lac Majeur, en se régaland – pourquoi pas – de quelques dégustations de produits locaux et de vins de qualité. D'autres parcours, vers les sommets, conduisent aux cabanes des alpages de Orino, Mognone et Albagno. Signalons en particulier Mornera que l'on peut atteindre en téléphérique. Située à 1'400 m, avec son climat ventilé et sa conformation particulière, c'est une base de départ idéale pour de ravissantes balades au sein d'un paysage enchanteur, pour exalter la passion du vol en parapente et pour la grimpe sur le gneiss dans un milieu très particulier. En bas, à Monte Carasso, nous trouvons l'ancien Couvent des sœurs Augustines et à Sementina les "Fortini della fame".



Gudo. Juste après avoir quitté Curzùtt, nous rencontrons San Barnard dont la petite église, dédiée à ce saint, est l'un des cinq monuments d'importance nationale présents dans le Bellinzonese; puis, après avoir franchi le Ponte Tibetano, c'est l'Oratoire de San Defendente, qui témoigne de l'ancienne présence

# The Tibetan Bridge and surrounding hiking trails

Across the Ticino River from Bellinzona lies an area that includes numerous historical and architectural relics as well as many hiking trails, some of which are challenging. Since 2015 this area is characterized by the decidedly significant presence of the new Tibetan Bridge. At 270 meters (885 feet) long and 130 meters (426 feet) off the valley floor, it connects Curzùtt – the unique and picturesque nucleus of the ancient village of Monte Carasso that has withstood the test of time - to the evocative Via delle Vigne, a sensory walk overlooking the hills of Sementina and Gudo. Starting from Curzùtt, the trail passes the St. Barnard church, one of five monuments of national importance in the Bellinzona area, and then crosses the Tibetan Bridge to the St. Defendens Oratory, standing as testimony to similar ancient settlements on the other side of the Sementina Valley.

The trail then continues along an ideal route connecting the UNESCO World Heritage Castles of Bellinzona to Lake Maggiore, offering the possibility to delight in – why not? – a few tastings of local products and fine wines. The connecting uphill trails instead lead to the ancient alpine pastures of Orino, Mognone and Albagno, with their respective mountain huts. Reachable by cable car, Mornera deserves a special mention. Located 1'400 meters (4'600 feet) above sea level and thanks to its conformation and breezy climate, it is an ideal starting point for delightful walks in a natural landscape, to indulge in one's passion for flight with paragliding and is also a unique setting for rock-climbing on gneiss. And finally, in Monte Carasso, discover the ancient Augustinian Convent and in Sementina the "Hunger Forts".



## Ristori e alloggi

**Fattoria L'Amorosa**  
Via Moyer 11  
CH-6514 Sementina  
www.amorosa.ch  
info@amorosa.ch  
Tel. +41 (0)91 840 29 50

**Agr. Cantina Pian Marnino**  
Al Gaggioletto 2  
CH-6515 Gudo  
pianmarnino@bluewin.ch  
Tel. +41 (0)91 859 09 60

**Albergo-Ristorante Anita**  
Progero  
CH-6515 Gudo  
Tel. +41 (0)91 859 11 07

**Hotel-Ristorante Cereda**  
Via Locarno 10  
CH-6514 Sementina  
www.hotelerceda.ch  
info@hotelerceda.ch  
Tel. +41 (0)91 851 80 80

**Ostello-Ristorante Curzùtt**  
Nucleo Curzùtt  
CH-6513 Monte Carasso  
www.curzutt.ch  
info@curzutt.ch  
Tel. +41 (0)91 835 57 23

**Grotto Mornera**  
Mornera  
CH-6513 Monte Carasso  
www.mornera.ch  
mornera@gastrosos.ch  
Tel. +41 (0)91 825 84 38

**Osteria-Locanda Brack**  
Via delle Vigne  
CH-6515 Gudo  
www.osteriabrack.ch  
osteriabrack@bluewin.ch  
Tel. +41 (0)91 859 12 54

**Trattoria Er Pipa**  
El Stradun 23  
CH-6513 Monte Carasso  
www.erpipa.ch  
info@erpipa.ch  
Tel. +41 (0)91 826 45 03

**Alpe La Monda**  
CH-6500 Carasso  
Tel. +41 (0)91 825 36 80

**Capanne**  
www.capanneti.ch

## Cantine e punti vendita

**Cantina I Fracc**  
I Fracc 26a  
CH-6513 Monte Carasso  
www.cantinaifracc.ch  
info@ifracc.ch  
Tel. +41 (0)79 772 37 35

**Cantina La Segrisola**  
Via Malacarne 18, Progero  
CH-6515 Gudo  
haldemann.vini@bluewin.ch  
Tel. +41 (0)79 488 01 37

**Azienda Mondo**  
Al Mondo  
CH-6514 Sementina  
www.aziendamondo.ch  
azienda.mondo@bluewin.ch  
Tel. +41 (0)91 857 45 58

**Peter Gauch**  
Colli di Sementina  
CH-6514 Sementina  
gauchvino@gmail.com  
Tel. +41 (0)91 857 03 21

**Cantina Pizzorin**  
Via alla Senta 8a  
CH-6514 Sementina  
www.pizzorin.ch  
info@pizzorin.ch  
Tel. +41 (0)91 857 37 86

**Cantina Ramelli**  
Via Malacarne  
CH-6515 Gudo  
www.cantinaramelli.ch  
framelli61@bluewin.ch  
Tel. +41 (0)79 337 25 18

**Cantina Settemaggio**  
Pedmunt 15  
CH-6513 Monte Carasso  
www.settemaggio.ch  
info@settemaggio.ch  
Tel. +41 (0)91 825 69 01

**Tenuta Sasso Chierico**  
Via Cantonale  
CH-6515 Gudo  
www.sassochierico.ch  
tenuta@sassochierico.ch  
Tel. +41 (0)91 859 29 28

**Quintorno**  
El Stradun 35  
CH-6513 Monte Carasso  
www.quintorno.ch  
info@quintorno.ch  
Tel. +41 (0)91 825 90 30



Fotografie  
Alfonso Zirpoli, Aldo Verzaroli,  
Filippo Simonetti,  
Massimo Pacciorini-Job  
Testi  
Alessandro Pesce

Grafica  
KeyDesign SA, Cadenazzo  
Stampa  
Salvioni arti grafiche, Bellinzona

## Infopoint

Via al Convent 3  
CH-6513 Monte Carasso  
Tel. +41 (0)91 821 15 59  
Fax +41 (0)91 825 82 08

www.curzutt.ch  
www.progudo.ch

Riservazione della funivia obbligatoria:  
Obligatorische Reservierung der Seilbahn:  
Réservation du téléphérique obligatoire:  
Mandatory reservation of the cableway:  
www.mornera.ch / www.carasc.ch

## Con il contributo



**Bellinzonese e Alto Ticino Turismo**  
Palazzo Civico  
CH-6500 Bellinzona  
T +41 (0)91 825 21 31  
F +41 (0)91 821 41 20  
info@bellinzonese-altoticino.ch

**InfoPoint Bellinzona**  
Stazione FFS  
CH-6500 Bellinzona  
T +41 (0)91 825 21 31  
F +41 (0)91 821 41 20  
bellinzona@bellinzonese-altoticino.ch

**InfoPoint Valle di Blenio**  
Via Lavorceno 1  
CH-6718 Olivone  
T +41 (0)91 872 14 87  
F +41 (0)91 872 15 12  
blenio@bellinzonese-altoticino.ch

**InfoPoint Biasca e Riviera**  
Contrada Cavalier Pellanda 4  
CH-6710 Biasca  
T +41 (0)91 862 33 27  
F +41 (0)91 862 42 69  
biasca@bellinzonese-altoticino.ch

**InfoPoint Leventina**  
Via della Stazione 22  
CH-6780 Airolo  
T +41 (0)91 869 15 33  
F +41 (0)91 869 26 42  
leventina@bellinzonese-altoticino.ch



Auch in deutscher Sprache verfügbar.

**NOVITÀ LIBRARIA**  
"Carasc" Il ponte tibetano  
12 x 18 cm  
112 pagine – 90 foto a colori  
CHF 15.–  
Ordinazioni:  
Salvioni Edizioni  
T +41 (0)91 821 11 11  
www.salvioni.ch  
libri@salvioni.ch

Il libro che presenta il ponte tibetano con diverse foto, dettagli sulla costruzione e curiosità varie; oltre al ponte questo libro presenta anche la storia e la cultura dei monti sopra Sementina e Monte Carasso.

I / D / F / E

**Bellinzonese e Alto Ticino**  
4 authentic living

# Il Ponte Tibetano e i sentieri da vivere

Curzùtt  
Mornera  
Via delle Vigne  
www.bellinzonese-altoticino.ch





## Sentieri

<b>Ponte Tibetano</b>		2	3:30	400	Facile <i>Leicht</i> Facile <i>Easy</i>	Monte Carasso, Sementina, San Defendent, Ponte Tibetano, Chiesa di San Bernard, Nucleo di Curzùtt, Chiesa SS. Trinità, Monte Carasso
<b>Monda</b>		1	2:30	800	Media <i>Mittel</i> Moyen <i>Medium</i>	Curzùtt, San Bernard, Pientina, Pié Moretti, Marn, Baltico, Alpe Monda, Mornera
<b>Mornera</b>		1	1:30	800	Facile <i>Leicht</i> Facile <i>Easy</i>	Stazione Mornera, Laghetto Pian di Nar, Laghetto Mornera, Stazione Mornera, Sentiero dell'Arte, Sentiero ciaspole e pedestre
<b>Albagnò</b>		1	4:00	400	Media <i>Mittel</i> Moyen <i>Medium</i>	Stazione Mornera, Pian di Nar, Capanna Albagnò, Alpe Cassengo, Mudada Vecchia, Alpe Monda, Mornera
			2:00	360	Media-Difficile <i>Mittel-Schwer</i> Moyen-Difficile <i>Medium-Difficult</i>	Capanna Albagnò, Gaggio
<b>Morisciolo</b>		3	4:00	1'500	Facile <i>Leicht</i> Facile <i>Easy</i>	Sementina, San Defendent, Alpe Mognone, Alpe Morisciolo
<b>Via delle Vigne</b>		3 / 4 / 5 / 6	2:40	450	Facile <i>Leicht</i> Facile <i>Easy</i>	Sementina, Pian Carlo, Redonda, Motto Martino, Malacarne/Progero, Cugnasco
<b>Alpe Orino</b>		3	4:30	1'350	Impegnativo <i>Fordern</i> Exigeant <i>Exigent</i>	Via Cantonale Sementina, Monti della Costa, Capanna Alpe Mognone, Capanna Orino
			3:20	1'350	Impegnativo <i>Fordern</i> Exigeant <i>Exigent</i>	Capanna Orino, Monti del Laghetto, Pian Palerm, Redonda, Piancalardo, Sementina

## Arte e Cultura

- 1 Antico Convento delle Agostiniane
- 2 Fortini della Fame
- 3 Chiesa Madonna della Valle
- 4 Chiesa SS. Trinità
- 5 Chiesa San Bernard
- 6 Zona archeologica Puncète
- 7 Nucleo Curzùtt
- 8 Chiesa San Defendent
- 9 Chiesa Sant'Antonio
- 10 Chiesa San Michele

## Escursioni e sport

- 11 Parapendio
- 12 Via Ferrata dei "Tre Signori" Sasso Torsasco  
*Verificare l'accessibilità*  
*Überprüfen Sie die Zugänglichkeit*  
*Vérifier l'accessibilité*  
*Check the accessibility*
- 13 Ponte Tibetano

## Svago e tempo libero

- 14 Parco giochi Curzùtt
- 15 Parco giochi Mornera
- 16 Laghetto Mornera
- 17 Laghetto Pian di Nar

## Tradizioni e gastronomia

- 18 Cantina i Fracc
- 19 Quintorno
- 20 Trattoria Er Pipa
- 21 Cantina Settemaggio
- 22 Hotel-Ristorante Cereda
- 23 Cantina Pizzorin
- 24 Ostello-Ristorante Curzùtt
- 25 Grotto Mornera
- 26 Azienda Mondò
- 27 Cantina Peter Gauch
- 28 Fattoria L'Amorosa
- 29 Agr. Cantina Pian Marnino
- 30 Tenuta Sasso Chierico
- 31 Albergo-Ristorante Anita
- 32 Cantina La Segrisola
- 33 Osteria-Locanda Brack
- 34 Cantina Ramelli

## Legenda

- Autopostale
- Cantina
- Capanna / Rifugio
- Difficoltà
- Dislivello m
- Durata h
- Funivia
- Infopoint
- Alloggio / Ostello
- Parco giochi
- Percorso
- Ponte Tibetano
- Posteggi
- Ristorante / Ristoro
- Volo parapendio
- Zona arrampicata
- Sentiero ufficiale di montagna