

Die Strecke führt durch die alten **ländlichen Weiler von Montecrestese** und dem unberührten **Valle Isorno**. Im unteren Teil der Route ist eine Rundstrecke, auf der jeder Weiler beeindruckende Beispiele von Steinarchitektur, Fresken, Kirchen, Oratorien und Manufakte der Bauernkultur (Presse, Öfen, Waschhäuser, Wasserbrunnen) enthält. Der zweite Teil der Route führt durch das Valle Isorno, einer eingebetteten und unbewohnten Schlucht, die den Charme eines wilden und unzugänglichen Gebietes bewahrt hat. Sie ist nur über eine Sammelstraße erreichbar, die zu den Berghütten von Agarina führt. Mit **Gravel- oder Mountainbikes** kann man noch etwa 3,5 km bis zum **Laghetto della Merlata** fahren.

Der Start- (und Zielpunkt) ist der **Parkplatz an der Ausfahrt Montecrestese / Crevoladossola** der SS 33. Vom Parkplatz geht es auf der Straße nach links in Richtung Montecrestese, die nach einem langen geraden Abschnitt zum **Weiler Pontetto** führt. Kurz vor der Straßenbrücke über den Fluss Isorno beginnt links die Straße zum Weiler Chiesa di Montecrestese (Hauptort). Nun steigt die Straße gleichmäßig, aber nicht zu steil an und führt an den unteren Weilern vorbei. In **Roldo** lohnt sich ein Besuch des **lepontischen Tempels** mit seiner typischen architektonischen Struktur der Kultgebäude des 1. Jh. n. Chr. Dieses einzigartige Beispiel für heidnische religiöse Architektur in den Voralpen ist vermutlich einer Sonnengottheit gewidmet. Hinter dem Weiler Roldo führt eine lange gerade Strecke bis zum **Heiligtum Madonna di Viganale**, die 1657 anstelle der ersten Kapelle aus 1516 erreicht wurde. Die große Verehrung der Andachtskapelle ist auf ein sich am 11. Juni 1651 zugetragenem Wunder zurückzuführen, bei dem wiederholt ein Rinnsal Blut aus dem Bild des Cagnoli quoll. Nach diesem Wunder wurde der Bau des Heiligtums beschlossen.

Kurz vor dem Heiligtum geht es nach rechts in Richtung **Giosio-Naviledo**. Die Straße steigt weiter zwischen den schönen Weilern, Kastanienwäldern, Weinbergen und gemähten Wiesen an. Auf der Strecke passiert man die dazwischenliegenden Weiler: Cardone, Giosio, Prata, Oro und Naviledo.

Der Name **Oro** (Gold) ist in Ossola häufig. Er bezieht sich aber nicht auf das Edelmetall, sondern wird vom dialektalen „l'Ör“ ab, was „der Rand“ bedeutet und Orte an steilen Abhängen bezeichnet. Die Bauten des ältesten Teils dieses Weilers haben die Struktur und Konfiguration

von Burgen oder Schlössern. Einst waren sie von den adeligen Verwandten der Herren De Castello bewohnt, die viele Almen im Valle d'Isorno und Valle di Vigizzo besaßen. Wegen seiner ausgezeichneten sonnigen Lage ist **Naviledo** von ausgedehnten Weinbergen umgeben. Sein Name wird von „Novelle“ abgeleitet, was „Anlage neuer Weinberge“ bedeutet. Aus architektonischer Sicht gehört Naviledo zu den interessantesten Weilern von Montecrestese: Einige mittelalterliche Gebäude, wie charakteristische Steinhäuser der lokalen Architektur aus dem 13. und 14. Jh. sind nahezu intakt. Es gibt auch alte Häuser mit großen zur Sonne gerichteten Dachböden, die als „**astric**“ bezeichnet werden. Früher wurden große Mengen Trauben, Roggen und Mais zum Trocknen ausgelegt. Nach ein paar weiteren steilen Serpentinaen erreicht man eine Kreuzung, an der man rechts abbiegen muss. Nach einem letzten Anstieg erreicht man **Altoggio**, den höchsten und einst bevölkerungsreichsten Weiler von Montecrestese, der auf einer breiten und früher mit Roggen und Wiesen bebauten Terrasse liegt. Der Name bedeutet „erhöhtes Feld“ und weist auf die Natur des Gebiets hin, das in gefährlichen Zeiten als Versteck für Menschen und Vieh diente. Einige historische Gebäude im Dorf haben Fresken aus dem 15. Jahrhundert. Nach dem Besuch von Altoggio geht es zurück zur Dorfeinfahrt, wo die Sammelstraße nach Agarina und Coipo abgeht. Die Straße steigt zunächst sehr steil bis zur ersten Kehre an. Ab hier ist die Strecke für den normalen Verkehr gesperrt, jedoch ist Vorsicht geboten, weil dort Konsortialmitglieder und Berechtigte verkehren. Nach einer weiteren Kehre kommt man an einer Kreuzung an: Links geht es steil nach Coipo (5 km und 550 m Höhenunterschied) hinauf und fährt dann geradeaus in Richtung Agarina weiter. Die Straße verläuft auf halber Hanglage und dringt immer tiefer in das wilde Valle dell'Isorno ein. Der Bach fließt zunächst tief unten im Tal eingekeilt zwischen Felsen dahin. Nach mehreren engen Serpentinaen erreicht man eine Anhöhe, von wo es leicht abwärts in Richtung **Corte Sapa** geht, wo rechts ein kleiner künstlich angelegter See (Staumauer Cippata) sichtbar ist. Die Strecke verläuft dann weiter in der Nähe des Baches bis zur Ortschaft **Piedelpiaggio**. Hier beginnt eine Reihe steiler Serpentinaen, die an einem beeindruckenden, nun bewaldeten Schuttkegel (alter Erdrutsch) vorbeiführen. Am ersten Weiler von Agarina mit seinem Moor geht die Strecke zu weiteren Weilergruppen, die zusammen **Agarina** bilden. Hier endet die Asphaltstraße und ein breiter Schotterweg führt weiter zu einem privaten Kraftwerk. Ab hier eignet sich die Strecke nicht mehr für Straßenräder, ist aber mit Gravel- und Mountainbikes gut befahrbar. Die Straße führt an der Hangseite bergauf, überquert bei **Ponte Faugiol** den Rio Nocca und kommt nach einigen Serpentinaen am kleinen künstlichen See und an der **Staumauer Merlata** an, die den höchsten Punkt unserer Tour darstellt.

Für die Rückfahrt geht es über die gleiche Strecke bis Altoggio und dann weiter bis zur bereits bei der Hinfahrt gesehenen Kreuzung, nur dass dieses Mal der Weg nach rechts eingeschlagen werden muss. Die Straße führt abwärts nach **Nava** und schließlich zum Weiler **Chiesa**, der den Hauptort der Gemeinde darstellt.

Die romanische Kirche Santa Maria Assunta wurde Anfang des 12. Jahrhunderts vermutlich auf den Überresten einer früheren Kirche errichtet. Im 15. Jahrhundert wurde das Hauptschiff durch zwei Seitenschiffe erweitert, die mit Rundbögen auf acht Säulen aus lokalem Stein stützen. Im Laufe der Jahre wurden die Kapellen und Altäre vervielfacht, um allen Formen der Volksandacht Raum zu geben. Das Baptisterium wurde 1583 von Giacomo da Cardone mit Fresken bemalt. Im Innen sind „Das Jüngste Gericht“, „Die Kreuzigung“ und ein Selbstporträt des Malers zu sehen. Die Gewölbe der Kirche wurden zuerst 1655 von Luigi Reali aus Florenz mit Hilfe von Francesco Negri aus Mozio und später von C. Mellerio (Ende des 17. Jh.) und G. M. Borgnis im Jahr 1738 mit Fresken bemalt.

Der kurz nach der romanischen Kirche S. Maria Assunta stehende Glockenturm wurde im 12. Jahrhundert als visueller und akustischer Anziehungspunkt für die gesamte Pfarrgemeinde an eine andere Stelle gesetzt. Er wurde auf einem rundlichen Felsrücken errichtet, der von der erosiven Wirkung des antiken Gletschers Ossola geformt wurde. Der 67 m hohe Glockenturm von Montecrestese ist der höchste im Ossola-Gebiet. Das Besondere an diesem Bauwerk ist, dass seine zum Himmel gerichtete Spitze zur äußeren Hülle des im 16. und 17. Jh. hinzugefügten romanischen Glockenturms gehört. Der alte Glockenturm wurde nicht zerstört, sondern blieb bis zur Höhe des alten Glockenturms in der neueren Struktur erhalten. Beim Aufstieg über die Innentreppe werden alle Abschnitte sichtbar. Er hat einen quadratischen Sockel mit etwa 4 m Seitenlänge und ist zirka 24 m hoch. Die Öffnungen nehmen von unten nach oben zu und jede Etage hat ihre eigenen Besonderheiten.

Nach dem Besuch der Kirche und des Glockenturms geht es auf der engen Straße zu den Weilern **Lomese** und Croppomarcio hinunter.

Lomese wurde zum ersten Mal in einem Dokument von 910 mit dem Namen „Longomiso“ erwähnt. Der heutige Name könnte von der germanischen Wurzel „met“ (=Wiese) abgeleitet worden sein und bedeutet „lange Wiese“. Dieser Weiler liegt nämlich am Rand eines hügeligen Gebiets mit Weinbergen und Wiesen in einem sonnigen und geschützten Talkessel. Zusammen mit Chezzo, Croppomarcio, Torriono und Seggio bildeten die Weiler Lomese eine einzige Domäne, die 910 vom Kaiser Berengario dem Vizegraven Gariardo zuerkannt wurde. In Lomese stehen einige Burgen oder Feste Häuser von Adeligen. Es wird empfohlen, einen kurzen Abstecher zum nahegelegenen Weiler Chezzo am Felsrand zu unternehmen, der das

breite Becken von Lomese im Nordwesten begrenzt. Der Name leitet sich vom langobardischen Begriff „chinzia“ ab, was Sumpf bedeutet.

Am Beginn des Wohngebiets von Lomese geht es bergab (Kehre) bis zum Dorf **Roledo**, das auf dem sonnigen Felsvorsprung über dem Toce liegt und nach Crevoladossola blickt. Der Ortsname mit den Varianten „Revoledo“ (1330), „Rovoledo“ (1346) und „Rogoledo“ leitet sich wahrscheinlich von „robur“ = Eiche ab und weist darauf hin, dass diese Baumart auch heute noch im Gebiet des Weilers weit verbreitet ist. Die Wohngebäude in Roledo gleichen den an den Fels geklammerten Bauten aus dem 13. und späteren Jahrhunderten in den anderen Weiler. Einige von ihnen erinnern an Festungen mit engen Gassen, die oft durch überdachte Durchgänge miteinander verbunden sind.

Von Roledo geht es über drei Sepertinen rasch ins Tal hinunter, wo die Strecke auf einer ebenen Straße durch die Wiesen weitergeht. Kurz nach dem Restaurant Gallo Nero kreuzt die Straße die Schnellstraßenauffahrt. Wenn man dort rechts abbiegt, erreicht man den Parkplatz, von dem die Tour gestartet ist.

TECHNISCHE ASPEKTE

Die Strecke ist zwar nicht besonders schwierig und kann mit einem herkömmlichen Fahrrad befahren werden, erfordert aber eine gute körperliche Fitness. Für eine leichtere Bewältigung steilerer Anstiege werden niedrigere Übersetzungen (52/26, 50/28) empfohlen.

GEFÄHRLICHE STELLEN

1. Die Tour durch die Weiler Montecrestese führt über eine **normale Straße**.
2. Die Straße von Altoggio nach Agarina ist eine für den normalen Verkehr gesperrte **Sammelstraße**, dennoch ist Vorsicht geboten, da sie von Fahrzeugen der Konsortialmitglieder befahren werden kann. Besondere **Vorsicht gilt auf den Abfahrten**, weil die Straße eng ist und stellenweise keine Absperrungen vorhanden sind.
3. **Von Agarina bis zum Staudamm Merlata** verläuft die Strecke über eine **Schotterstraße**, die nur für Gravel- oder MTB-Fahrräder geeignet ist.

TECHNISCHE DATEN

Geografisches Gebiet:	Verbano Cusio-Ossola / Valle Isorno
Ausgangs- und Ankunftsort:	Parkplatz Lago Tana an der Ausfahrt Montecrestese/Crevoladossola der SS 33
Etappen:	1
Länge:	39,0 km
Höhendifferenz:	1146 m
Gesamtaufahrt:	zirka 1450 m
Gesamtabfahrt:	zirka 1450 m
Schwierigkeitsgrad:	MITTEL
Durchschnittliche Dauer:	4 Stunden 30 Minuten
Mindestseehöhe:	304 m ü.M.
Erreichbare Seehöhe:	1446 m ü.M. (Lago della Merlata)
Befahrbarkeit:	Ganze Strecke
Empfohlene Jahreszeit:	April-Oktober
Spezifische Beschilderung:	Nein
Zielpersonen:	Hobbybiker / Hobby-Mountainbiker / Radtouristen

GASTSTÄTTEN

Montecrestese, Weiler Pontetto, Weiler Piaggino, Weiler Roledo, Weiler Altoggio.

INTERESSENSPUNKTE

Entlang der Strecke

Weiler Pontetto: Alter Waschplatz, Museum des alten Brotofens

Weiler Roldo: Lepontischer Tempel (1. Jh. n. Chr.), Oratorium San Lorenzo al Pozzo

Weiler Cardone: Wohnhaus des Malers Giacomo da Cardone, alte Weinpresse, alte gemeinschaftliche Molkerei

Weiler Giosio: Oratorium B.V Annunciata, alter Brotofen, alte Weinpresse

Weiler Prata: Alter Waschplatz

Weiler Oro: Alter Waschplatz, alte Weinpresse, alter Brunnen

Weiler Naviledo: Oratorium S. Rocco, mittelalterliche Steingebäude (13.-14. Jh.), alter Brunnen, alter Brotofen

Weiler Altoggio: Alter Waschplatz, Oratorium San Giovanni Battista, alter Brunnen, Steinarchitektur

Weiler Nava: Alte Getreidemühle

Weiler Chiesa: Pfarrkirche Santa Maria Assunta, höchster Glockenturm der Provinz, Oratorium Santi Fabiano e Sebastiano, Fresken

Weiler Lomese: Häuser aus dem 17. Jahrhundert, Fresken, Brotofen, traditionelle Architektur

Weiler Roledo: Palazzo Azari (18. Jh.), Oratorium Sant'Antonio da Padova

In der Nähe

Naturschutzgebiet Lago Tana

ENEL-Wasserkraftwerk von Crevoladossola (Arch. Piero Portaluppi)

Pfarrkirche Crevoladossola Santi Pietro e Paolo

Verhaltensregeln

1. Bleiben Sie auf den Wegen

Achten Sie auf den Weg und auf etwaige Zutrittsverbote. Respektieren Sie das Privateigentum.

2. Keine Spuren hinterlassen

Respektieren Sie das Territorium. Nasse und schlammige Wege sind anfälliger als trockene. Bleiben Sie auf bestehenden Wegen und schaffen Sie keine neuen. Nehmen Sie keine Abkürzungen, indem Sie Kurven schneiden. Nehmen Sie Ihren Abfall mit.

3. Vorsichtig fahren

Eine kurze Ablenkung kann Sie und andere gefährden. Halten Sie sich an Geschwindigkeitsgrenzen und fahren Sie immer so, dass Sie die Kontrolle über Ihr Fahrrad haben. Tragen Sie immer einen Helm.

4. Tiere nicht erschrecken

Tiere erschrecken leicht durch eine plötzliche Annäherung, eine plötzliche Bewegung oder ein lautes Geräusch. Geben Sie ihnen genügend Raum und Zeit, sich an Ihre Anwesenheit zu gewöhnen.

5. Vorrang gewähren

Diese Wege sind nicht ausschließlich für Radfahrer bestimmt, sondern werden auch von Wanderern genutzt. Deshalb sollten Sie vor allem bei der Abwärtsfahrt Ihr Tempo drosseln: Hinter einer Kurve könnte jemand bergaufwärts fahren. Signalisieren Sie anderen Fahrern oder Fußgängern durch einen freundlichen Gruß oder durch Klingeln an, dass Sie sie überholen möchten. Radfahrer müssen allen nicht-motorisierten Personen auf den Wegen Vorrang gewähren. Abwärtsfahrende müssen aufwärtsfahrenden Radfahrern den Vorrang geben. Achten Sie darauf, dass alle Überholmanöver auf sichere und höflichste Weise erfolgen.



VERGESSEN SIE NICHT:

RADFAHRER MÜSSEN ANDEREN IMMER VORRANG GEBEN

VERHALTENSREGELN FÜR BIKER

Seit den ersten Mountainbikes hat die N.O.R.B.A. (National Off Road Bicycle Association) einen Verhaltenskodex ausgearbeitet, der Offroad-Fahrten mit Rücksicht auf die Natur und die anderen Besucher der Berge und Wege regeln soll.

Der N.O.R.B.A.-Kodex wurde von vielen Vereinen, Organisationen, Verbänden und Schulen in ganz Italien übernommen. Er besteht aus einer Reihe von allgemeinen Hinweisen, die bei genauer Befolgung diese heute so beliebte Sport- und Ausflugart für alle angenehmer gestalten.

N.O.R.B.A.-Kodex

1. Geben Sie Wanderern immer Vorrang.
2. Reduzieren Sie das Tempo und überholen oder nähern Sie sich äußerst vorsichtig Fußgängern oder anderen Radfahrern. Signalisieren Sie immer rechtzeitig Ihre Annäherung. Sie sollten nicht schreien oder brüllen, sondern sich entschuldigen und höflich grüßen.
3. Halten Sie die Geschwindigkeit des Mountainbikes stets unter Kontrolle und fahren Sie mit äußerster Vorsicht in die Kurven, um plötzliche Hindernisse vermeiden zu können. Passen Sie das Tempo der Art des Geländes, der Art der Strecke und der Erfahrung an.
4. Bleiben Sie immer auf der markierten Strecke, um die Umweltbelastung (durch bleibende Schäden an der Vegetation und dadurch hervorgerufene Bodenerosion) zu minimieren.
5. Stören oder erschrecken Sie weder Haus- noch Wildtiere. Geben Sie ihnen Zeit, sich zu entfernen und den Weg zu verlassen.
6. Lassen Sie keinesfalls Abfälle zurück und nehmen Sie möglichst auch von anderen „unaufmerksamen“ Wanderern zurückgelassene Abfälle mit.
7. Respektieren Sie immer privates und öffentliches Eigentum und hinterlassen Sie Tore, Schranken oder Gitter so, wie Sie sie vorfinden. Fragen Sie sich immer und sofern möglich direkt die Eigentümer, ob Sie auf dem Grundstück durchfahren dürfen. „Betreten verboten“ bedeutet oft nur „Bitte fragen Sie um Erlaubnis, wenn Sie durchfahren möchten“.
8. Während der Radtour sollte man immer unabhängig sein. Das zu erreichende Ziel und die Fahrgeschwindigkeit müssen auf die psychophysische Leistungsbereitschaft und -fähigkeit des Fahrers, die Ausrüstung, die Umgebung, das Terrain und vor allem auf die Wetterbedingungen abgestimmt werden.
9. Unternehmen Sie niemals, außer bei höherer Gewalt, allein eine Radtour. Fahren Sie nicht in abgelegenen Gegenden, die weit von den Hauptkommunikationswegen entfernt sind, und

hinterlassen Sie immer klare Angaben über die zurückzulegende Strecke und die voraussichtliche Rückkehrzeit.

10. Minimieren Sie die Auswirkung auf die Natur: Nehmen Sie nur Bilder und Erinnerungen mit und hinterlassen Sie höchstens den kaum wahrnehmbaren Abdruck der Räder Ihres Fahrzeugs.