

## **West Coast**

852 Meter Anstieg und 2092 Meter Abfahrt. Dies ist die West Coast, die Route für Bike-Enthusiasten, die die Westflanke der Valposchiavo über 40 km durchquert. Vom Lago Bianco 2234 m.ü.M. zum Lago di Poschiavo 962 m.ü.M. Von See zu See, eine Tagestour auf dem Bike-Sattel der Schwierigkeit S2/S3, durch die Natur und die schönsten Teile des Tals.

Wir erreichen Ospizio Bernina mit dem Zug und begeben uns dann auf eine Fahrt durch alpine Landschaften entlang des Lago Bianco auf einem Steinweg, von dem wir den Cambrena-Gletscher sehen können. Aufgrund der grossen Höhe ist es nicht ungewöhnlich, auch im Sommer mit Schnee und Kälte konfrontiert zu werden.

An der südlichen Staumauer des Lago Bianco fahren wir hinab in Richtung Alp Grüm, einer bekannten Bahnstation mit Blick auf den Palü-Gletscher und den gleichnamigen Berg. Von hier aus beginnt ein sehr beliebter Single Trail durch den Wald, der uns hinab zur Hochebene von Cavaglia führt, einem beliebten Ausflugsziel für viele Touristen. Hier halten wir an, um den berühmten Gletschergarten zu besuchen.

Gleich nach Cavaglia beginnt eine Querung von 13 km, die voller Tücken und Schwierigkeiten ist. Anspruchsvolle Anstiege, die eure Beine auf die Probe stellen, und Abfahrten voller technischer Passagen mit Felsen und Wurzeln, die eure Fähigkeiten auf die Probe stellen.

Am Ende der Anstrengung befinden wir uns auf Selva, wo wir statt des üblichen schnellen Imbisses in einem Restaurant essen gehen, um die typischen Gerichte der Valposchiavo zu probieren. Nach dem Mittagessen geht es auf die letzte Etappe, eine 8 km lange Strecke, die uns hinauf in die Berge von Torn führt, von wo aus wir uns in die Abfahrt stürzen, die von den einheimischen Bikern Blue Vertigo 2 genannt wird, und der Name kommt nicht von ungefähr. Diese letzte atemberaubende Abfahrt auf kleinen Pfaden voller technischer Passagen führt uns zum Lago di Poschiavo, wo wir Zeit haben, uns zu verabschieden und den Talboden mit seinen Schönheiten zu geniessen.

---

### **Die Guides empfehlen**

- All-Mountain oder Enduro-Bike
- Guter Fitnesslevel
- Gute technische Kenntnisse

### **Jeder Teilnehmer ist verantwortlich für:**

- Den Witterungsverhältnisse angemessene Bekleidung
- Ein Bike in gutem Zustand, dass die Tour problemlos gefahren werden kann
- Mindestens einen Ersatzschlauch und das Werkzeug zum Schlauchwechselln
- Helmpflicht
- Erste-Hilfe-Material
- Ein aufgeladenes Handy