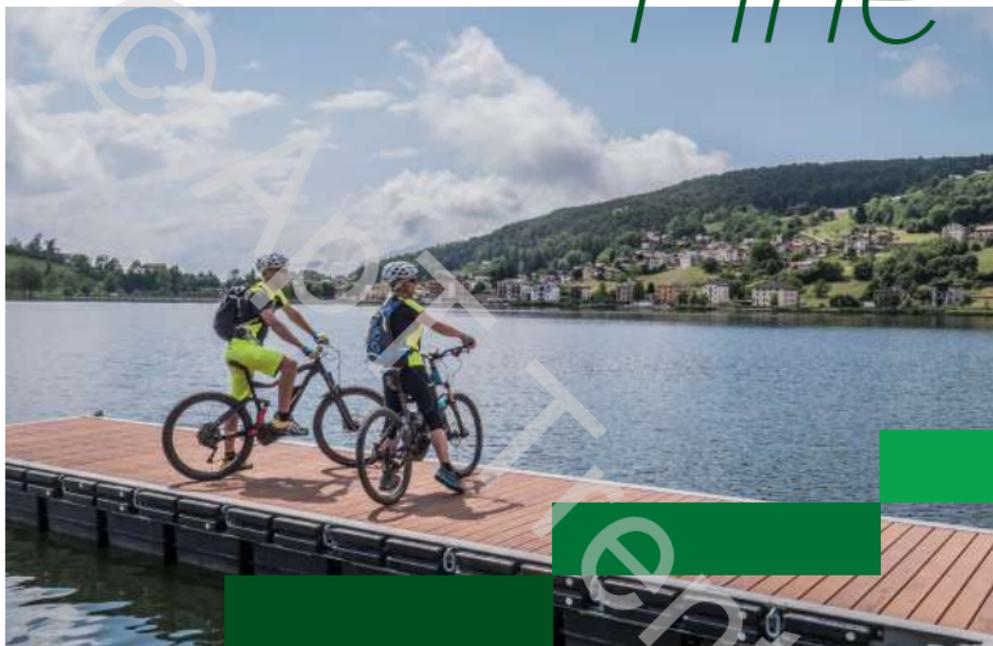


Trento

ALTOPIANO DI PINÉ

TRENTINO

Piné



T bike

Guida percorsi MTB

MTB-Routenführer

MTB route guide

-  **Tour 856 - Paesi di Baselga di Piné**  S1 **PAG. 6**
 ↳ 29 km ⌚ 3:30 h. ▲ 828 m ▼ 827 m 
-  **Tour 857 - Bellavista Ceramont**  S1 **PAG. 8**
 ↳ 22 km ⌚ 3:20 h. ▲ 590 m ▼ 590 m 
-  **Tour 858 - Costalta**  S1 **PAG. 10**
 ↳ 22,6 km ⌚ 4:00 h. ▲ 1.101 m ▼ 1.101 m 
-  **Tour 859 - Brada**  S2 **PAG. 12**
 ↳ 17,5 km ⌚ 3:30 h. ▲ 857 m ▼ 857 m 
-  **Tour 865 - Piramidi**  S1 **PAG. 14**
 ↳ 18 km ⌚ 3:00 h. ▲ 713 m ▼ 711 m 
-  **Tour 867 - Paesi di Bedollo**  S1 **PAG. 16**
 ↳ 18,7 km ⌚ 3:00 h. ▲ 585 m ▼ 564 m 
-  **Tour 868 - Cuore Lagorai**  S2 **PAG. 18**
 ↳ 39,2 km ⌚ 4:30 h. ▲ 1.504 m ▼ 1.497 m 
-  **Tour 869 - Cròs del Cùc**  S2 **PAG. 20**
 ↳ 14,3 km ⌚ 2:30 h. ▲ 570 m ▼ 570 m 
-  **Tour 864 - Malga Sas**  S1 **PAG. 22**
 ↳ 23,6 km ⌚ 3:45 h. ▲ 1.184 m ▼ 1.179 m 
-  **Tour 866 - Malga Venera**  S2 **PAG. 24**
 ↳ 13,5 km ⌚ 2:35 h. ▲ 634 m ▼ 634 m 



Scopri tutti gli itinerari
Discover all the itineraries
Entdecken Sie alle Reiserouten



Ricaricati con lo sport all'aria aperta in una straordinaria varietà di paesaggi

Fatti catturare dall'aria frizzante, dai prati verdi e dai laghi blu dell'Altopiano di Piné e parti per l'esplorazione del territorio in sella alla tua mountain bike. L'Altopiano di Piné è percorso da una ricca rete di vie sterrate e sentieri, oltre 200 km di itinerari che attraversano boschi e luoghi naturali suggestivi, ma anche salite e discese sorprendenti che ti permetteranno di sfidare le tue capacità e di divertirti con un pizzico di adrenalina.

I circuiti proposti sono di varia lunghezza e difficoltà, si sviluppano su tutto l'Altopiano, toccando anche importanti punti panoramici e luoghi di interesse culturale e naturalistico. Sono stati pensati e costruiti ad hoc per il pubblico dei bikers e per accompagnarti nella visita, con esperienza e passione. Che aspetti, sfoglia la nostra guida e goditi la vacanza!

Recharge yourself with outdoor sports in an extraordinary variety of landscapes

Be captured by the crisp air, green meadows and blue lakes of the Piné Plateau and set out to explore the area on your mountain bike.

The Piné Plateau is crisscrossed by a rich network of dirt roads and trails, more than 200 km of itineraries that pass through forests and evocative natural places, as well as surprising climbs and descents that will allow you to challenge your skills and have fun with a dash of adrenaline.

The proposed circuits are of varying lengths and difficulty and are developed throughout the Plateau, also touching on important scenic spots and places of cultural and natural interest. They are designed and built specifically for the biker audience and to accompany you on your visit, with experience and passion.

What are you waiting for, browse through our guidebook and enjoy your vacation!

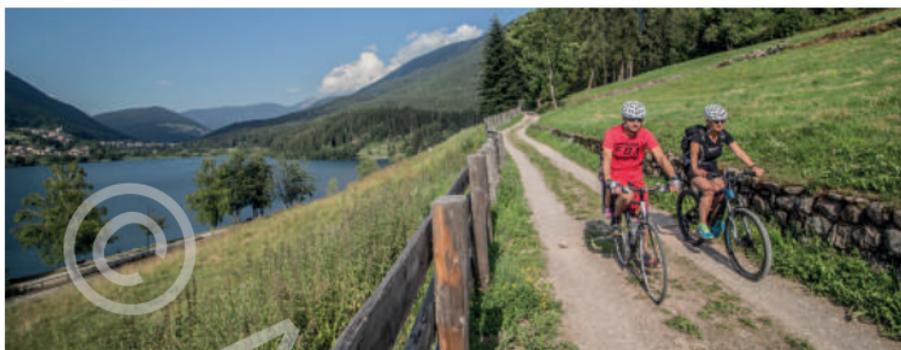
Tanken Sie neue Energie beim Outdoor-Sport in einer außergewöhnlichen Vielfalt von Landschaften

Lassen Sie sich von der frischen Luft, den grünen Wiesen und den blauen Seen des Piné-Plateaus einfangen und erkunden Sie die Gegend mit Ihrem Mountainbike.

Das Plateau de Piné ist von einem reichhaltigen Netz an unbefestigten Wegen und Pfaden durchzogen, die auf mehr als 200 Kilometern durch Wälder und stimmungsvolle Naturlandschaften führen und mit überraschenden Anstiegen und Abfahrten Ihr Können herausfordern und Ihnen eine Prise Adrenalin bescheren.

Die angebotenen Strecken sind von unterschiedlicher Länge und Schwierigkeit und führen durch das gesamte Plateau, wobei auch wichtige Aussichtspunkte und Orte von kulturellem und natürlichem Interesse berührt werden. Sie wurden speziell für Biker konzipiert und gebaut, um Sie mit Erfahrung und Leidenschaft bei Ihrem Besuch zu begleiten.

Worauf warten Sie noch, stöbern Sie in unserem Führer und genießen Sie Ihren Urlaub!



Lago di Serraia_ph. Andrea Monticelli

Percorso che si snoda tra i vari borghi del Comune di Baselga di Piné, interessante sia dal punto di vista culturale che naturalistico.

Percorso particolarmente interessante sia dal punto di vista culturale che naturalistico: antichi borghi, chiese, fontane storiche, zone a tutela naturale e molto altro da scoprire. Tra i primi punti di interesse toccati il Dosso panoramico di Miola, con una visuale privilegiata sul Lago di Serraia e le sue frazioni. Per i meno allenati il tour può concludersi continuando in direzione Stadio del Ghiaccio di Miola, oppure proseguire verso le frazioni di Tressilla, San Mauro e Montagnaga, dove si trovano il Santuario della Madonna di Piné e la Riserva Naturalistica del Laghestel. Nel tratto finale del tour si scoprono altre amenità. Da Montagnaga si risale verso la frazione del Grill, dove non lontano dal percorso si possono visitare i ruderi del Castello de la Mot, anche chiamato Castello di Belvedere per la suggestiva visuale sul Lago di Caldonazzo. Più avanti si incontrano le frazioni di Prada e Faida, dove risiede un mulino ad acqua del 1700, anch'esso visitabile previa richiesta.

CONSIGLIO DELL'AUTORE

Attenzione: si incontrano tratti ripidi sulla deviazione per prato della Comparsa e Monumento al Redentore e discesa per la "Rosta", antica mulattiera in ciottolato di collegamento dal cimitero di Baselga a Tressilla. Attenzione anche al tratto che da Fiore scende nuovamente verso Miola, poiché dissestato in alcuni punti.



Stadio del Ghiaccio - Miola di Piné

46.125623, 11.253773 · 983 m

↔ 29 km

⌚ 3:30 h.

▲ 828 m

▼ 827 m

Emozione ●●●●●●



Tecnica ●●●●●●



S1

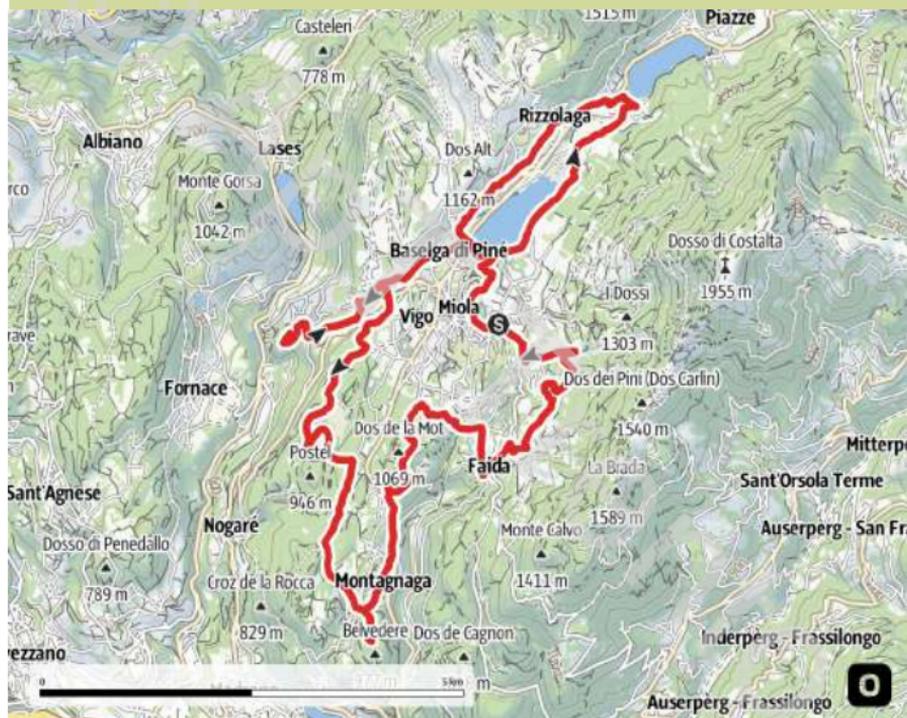
Paesaggio ●●●●●●



Impegno ●●●●●●



facile





Ceramonte_ph. Andrea Monticelli

Percorso di media difficoltà atletica, con un discreto dislivello, ma che ripaga con soste panoramiche mozzafiato.

Tour adatto sia per principianti che per esperti, con tratti piacevoli sia in termini di percorribilità che in termini di vedute e panorami e tratti un po' più tecnici e adrenalinici. Da non perdere una sosta panoramica alla Bellavista, con una veduta sui meravigliosi vigneti sostenuti dai muretti a secco della Valle di Cembra. Anche il laghetto delle Rane si fa ricordare: si trova come la Bellavista nella più ampia zona di Bedolpian, recentemente riqualificata dopo la tempesta Vaia che si è abbattuta sull'Altopiano nell'ottobre del 2018. Tra gli interventi, la sistemazione della strada sterrata, perfettamente battuta, che porta al laghetto delle Rane e un nuovo pontile in legno per godersi la natura circostante.

CONSIGLIO DELL'AUTORE

Con una deviazione a piedi lungo il sentiero SAT 406 dalla Chiesa di Piazza è possibile raggiungere la Cascata del Lupo. Possibile punto ristoro presso la Baita del Mett.



📍 Stadio del Ghiaccio - Miola di Piné

46.126214, 11.253809 · 981 m

↔ 22 km

🕒 3:20 h.

▲ 590 m

▼ 590 m

Emozione



Tecnica



S1

Paesaggio



Impegno



media





Dosso di Costalta_ph. Paolo Frassoni

Percorso emblematico per l'Altopiano di Piné, che porta con una salita di 1000 m di dislivello alla suggestiva e panoramica cima del Dosso di Costalta.

Il Dosso di Costalta (1955 m) rappresenta una meta imperdibile per i visitatori dell'Altopiano. La visuale dalla cima che sovrasta il Lago di Serraià è splendida: si possono ammirare le Dolomiti di Brenta in tutto il loro arcuato fianco orientale, e la catena del Lagorai. L'escursione comporta un notevole dislivello ma non una particolare difficoltà tecnica (ci sono solo pochi metri a spinta), in quanto buona parte della salita avviene su strada forestale (tranne solo nella parte finale che si trasforma in sentiero).

CONSIGLIO DELL'AUTORE

Il Bivacco La Casara che si incontra a 3/4 di percorso dispone di tavoli, panchine, una fonte d'acqua e punto fuoco, ideali per una meritata sosta. Con le temperature favorevoli è possibile salire in quota fino ai 1955 m del Dosso di Costalta anche in notturna.

Novità 2025



Baselga di Piné - Stadio del Ghiaccio Ice Rink Piné

46.125473, 11.253634 · 984 m

↔ 22,6 km

⌚ 4:00 h.

▲ 1.101 m

▼ 1.101 m

Emozione ●●●●●

Tecnica ●●●●●

S1

Paesaggio ●●●●●

Impegno ●●●●●

media





Vista lago di Caldonazzo_ph. Federico Monegatti

Tour per coloro che ricercano grandi emozioni sia fisiche che tecniche, ripagati da un panorama splendido e 100% naturale.

Tour molto impegnativo sia dal punto di vista fisico che dal punto di vista tecnico con qualche passaggio esposto. Nella parte iniziale del tour si affronta una salita con pendenza costante su strada forestale del Sas Bianc con omonimo punto panoramico sull'Altopiano di Piné, per arrivare poi con pendenze maggiori alla Cros di Mala sul Monte La Brada. Da qui potete godere una vista spettacolare su tutta la Valle Incantata (Valle dei Mocheni) con lo sfondo del lago di Caldonazzo.

CONSIGLIO DELL'AUTORE

Consigliamo la sosta presso la sorgente ferruginosa (sorgente con acqua ricca di minerali di ferro). Seguire il percorso in senso antiorario per evitare i tratti più impegnativi in salita.

Novità 2025



Baselga di Piné - Stadio del Ghiaccio Ice Rink Piné

46.125473, 11.253634 · 984 m

↔ 17,5 km

⌚ 3:30 h.

▲ 857 m

▼ 857 m

Emozione ●●●●●●

Tecnica ●●●●●●

S2

Paesaggio ●●●●●●

Impegno ●●●●●●

difficile





Piramidi di Segonzano_ph. Media In - I. Albertini

Percorso mediamente impegnativo che porta alla scoperta di importanti luoghi di interesse turistico come il sito geologico delle Piramidi di Segonzano.

Tour che richiede uno sforzo maggiore nella prima parte del percorso, nella quale si risale tutto il paese di Bedollo per poi proseguire su strada forestale nella pineta che porta al paese ormai abbandonato di Gausaldo. Questo è il punto più alto del tour. Da qui in poi si procede per una lunga discesa in mezzo al bosco alla scoperta del Santuario della Madonna dell' Aiuto e del borgo di Stedro di Segonzano, con l'antica chiesetta e la veduta sulla Valle dell' Avisio. Sono degni di nota due punti di osservazione che si trovano lungo la strada asfaltata che porta all'abitato di Quaras e che offrono una vista privilegiata sulle piramidi di terra di Segonzano, bizzarri pinnacoli di terra sormontati da un grosso masso.

CONSIGLIO DELL'AUTORE

Da non perdere le vedute panoramiche dal paese di Bedollo sull'Altopiano di Piné e i suoi laghi. Attenzione: tratti a spinta da Segonzano salendo per sentiero E5 fino a Marteri di Bedollo.



Centrale di Bedollo, Centro sportivo

46.162578, 11.305395 · 1.075 m

↔ 18 km

⌚ 3:00 h.

▲ 713 m

▼ 711 m

Emozione



Tecnica



S1

Paesaggio



Impegno



media





Lago delle Buse_ph. Mauro Giovannini

Tour semplice e piacevole per scoprire le perle nascoste del comune di Bedollo, dalle attrazioni più conosciute ai borghi circondati dalla natura.

Dal centro sportivo di Centrale di Bedollo si intraprende un piacevole tour alla volta di antichi borghi, chiese, fontane storiche e zone di interesse naturale e paesaggistico. Oltre alle amene frazioni di Bedollo (Piazze, Regnana, Brusago...), le principali attrazioni lungo il percorso sono: il Lago delle Piazze, il Laghetto delle Buse e la splendida veduta dell'Altopiano e dei suoi laghi dal paese di Bedollo.

Infine, con una deviazione di percorso (a piedi) si può raggiungere la famosa Cascata del Lupo, dove è possibile ammirare l'imponente salto dell'acqua tra le rocce di quasi 40 m. La prima parte del tour attorno al Lago delle Piazze è adatto a tutti, anche a famiglie con bambini; è più impegnativo nella seconda parte con una risalita in quota verso il paese di Regnana.

CONSIGLIO DELL'AUTORE

Il tour può essere ridotto al primo anello, ovvero al semplice giro del Lago delle Piazze oppure al secondo anello più impegnativo con la risalita al paese di Regnana e rientro da Brusago.

Il tour può essere percorso in entrambi i sensi di marcia.

Attenzione all'attraversamento della SP 83 all'altezza dell'abitato di Cialini e ai tratti ciclopeditoni frequentati da pedoni.



Centrale di Bedollo, Centro sportivo

46.162674, 11.305641 · 1.073 m

↔ 18,7 km

⌚ 3:00 h.

▲ 585 m

▼ 564 m

Emozione ●●●●●

Tecnica ●●●●●

S1

Paesaggio ●●●●●

Impegno ●●●●●

facile





Passerella val Spruggio_ph. Mauro Giovannini

Tour autentico, ideale per gli amanti della natura wild e incontaminata.

Questo percorso è pensato per riders allenati alla ricerca di avventura, con salite e anche tratti in discesa impegnativi ma che ripaga con panorami e paesaggi di natura incontaminata nel Lagorai selvaggio. Non mancano passaggi per le tipiche malghe, per boschi incantati, praterie e pascoli.

CONSIGLIO DELL'AUTORE

Lungo il percorso si incontrano alcuni punti ristoro con apertura stagionale: Malga Sass e Baita Pat. È possibile allungare ulteriormente il percorso con le intersezioni con i tour 866-Malga Vernera e 864-Malga Sass.

Attenzione alla mulattiera impervia che porta a Montesover.

Attenzione al passaggio sulle passerelle in legno per la Val di Spruggio: si consiglia bici a spinta.



Centrale di Bedollo

46.162296, 11.304460 · 1.067 m

↔ 39,2 km

⌚ 4:30 h.

▲ 1.504 m

▼ 1.497 m

Emozione



Tecnica



S2

Paesaggio



Impegno



difficile





Laghi dell'Altopiano_ph. Mauro Giovannini

Punto panoramico eccezionale sui laghi dell'Altopiano di Piné.

Un tour abbastanza breve e impegnativo ma molto appagante dal punto di vista visivo, per la bellezza dei panorami che offre sui laghi delle Piazze e di Serraià, e la vista sulla dorsale della catena del Lagorai occidentale con la cima del monte Rujoch. Il punto di arrivo è segnato da una maestosa croce con tavoli e panchine per il picnic.

CONSIGLIO DELL'AUTORE

Portare con se bevande per dissetarsi; non sono presenti fontane o punti di approvvigionamento idrico tranne che nella parte iniziale del tour.



Centrale di Bedollo

46.187437, 11.309156 · 1.528 m

↔ 14,3 km

⌚ 2:30 h.

▲ 570 m

▼ 570 m

Emozione



Tecnica



S2

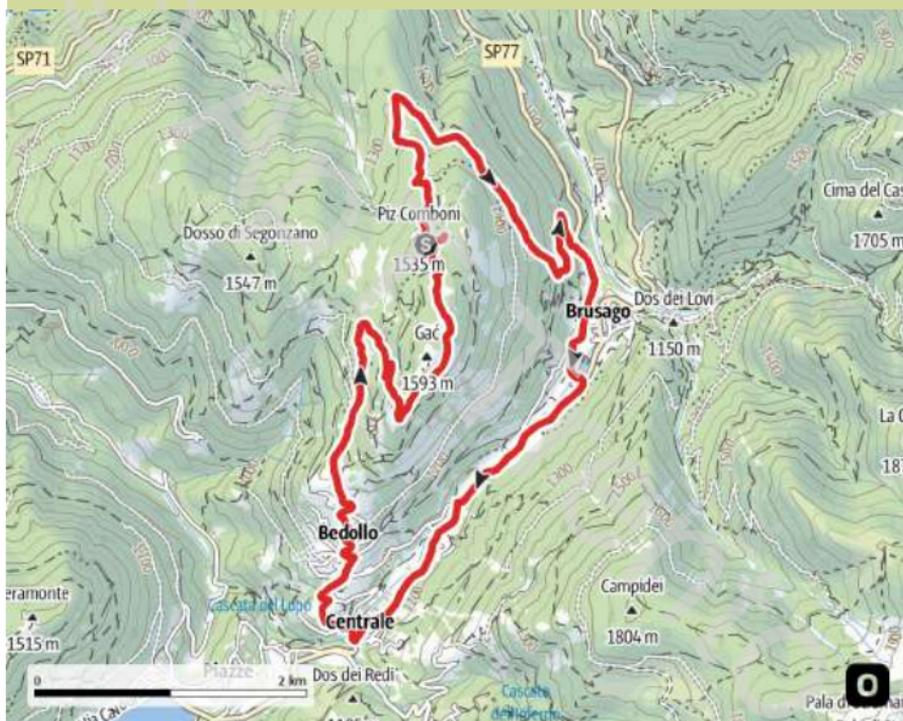
Paesaggio



Impegno



media





Pascoli di Malga Sas_ph. Mauro Giovannini

Percorso di media difficoltà, indimenticabile per gli splendidi scenari naturali della catena del Lagorai occidentale e un incantevole passaggio in vetta ai Pradi de la Fior.

Il tour vario e impegnativo, si sviluppa in parte su strade asfaltate e, più in quota, attraverso forestali, passaggi single track e divertenti tratti su passerelle in legno. Permette di immergersi nel paesaggio montano incantato della catena del Lagorai fatto di boschi rigogliosi, di pascoli e malghe.

Il percorso incontra nei pressi di località Pradi de la Fior, il monumento ai caduti della Grande Guerra, che ricorda l'importanza strategica che ebbero le montagne durante il grande conflitto.

CONSIGLIO DELL'AUTORE

Sul percorso sono presenti punti di ristoro con apertura stagionale: Malga Sass e Baita Pat. La salita che porta a Malga Sass è impegnativa e richiede un discreto allenamento per chi intraprende il percorso con mtb muscolare.

Il sentiero che porta a Pradi de la Fior è poco marcato nella parte iniziale, rimanere nella parte sinistra del prato per trovare il sentiero.



Montesover

46.216800, 11.327337 · 1.132 m

↔ 23,6 km

⌚ 3:45 h.

▲ 1.184 m

▼ 1.179 m

Emozione



Tecnica



S1

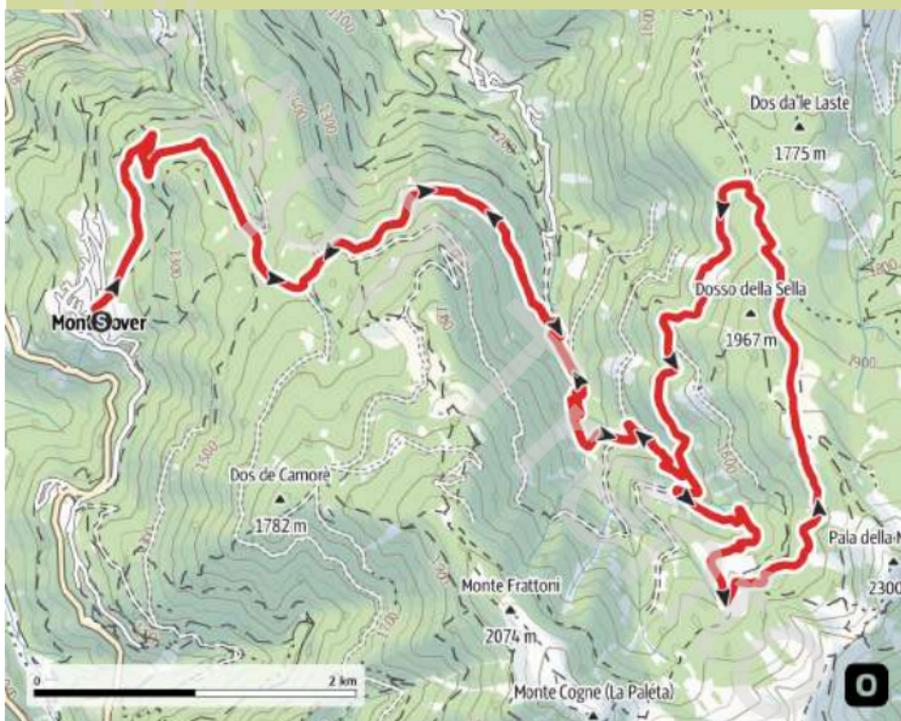
Paesaggio



Impegno



media





Malga Venera_ph. Daniela Bazzani

Itinerario di grande fascino lungo la catena del Lagorai occidentale.

Questo spettacolare percorso si snoda principalmente su strade forestali, ma comprende anche tratti tecnici su sentieri. Contribuiscono al suo fascino i boschi e i pascoli incontaminati della catena del Lagorai occidentale, nonché la possibilità di godere di piacevoli soste a Malga Venera.

CONSIGLIO DELL'AUTORE

Sul percorso sono presenti punti di ristoro con apertura stagionale: Malga Venera e Baita Monte Pat.

Possibilità di variante lunga: arrivati sulla strada forestale dei Vasoni, loc. Dos di Camoré, potete procedere a sinistra per Malga Vasoni Bassa e Malga Fregasoga seguendo a ritroso il tour Cuore Lagorai n. 868 fino a Brusago. Da qua il rientro a Montesover.



Montesover

46.216800, 11.327337 · 1.132 m

↔ 13,5 km

⌚ 2:35 h.

▲ 634 m

▼ 634 m

Emozione



Tecnica



S2

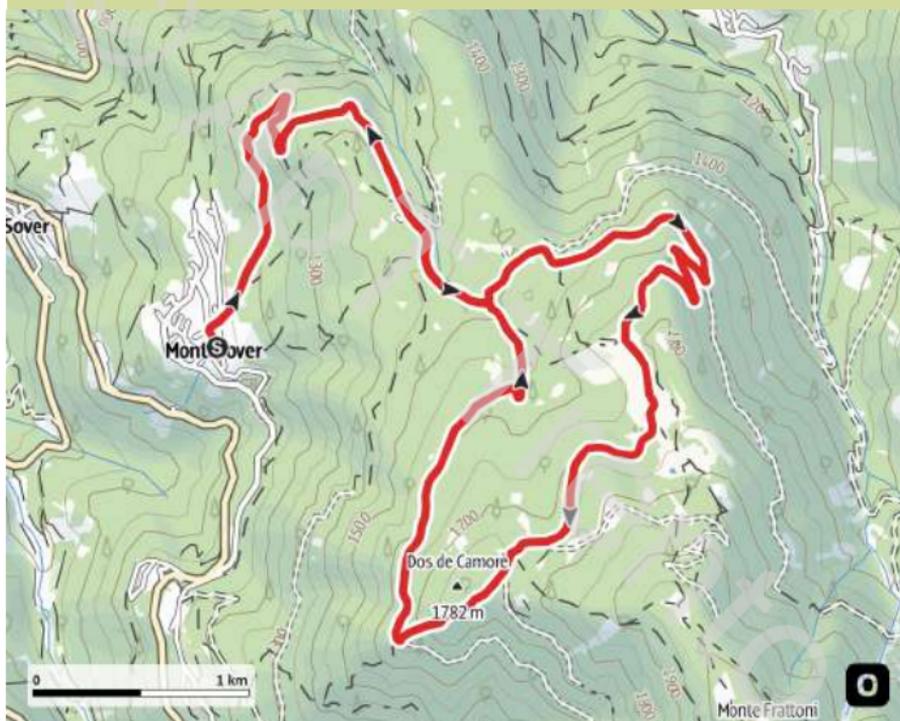
Paesaggio



Impegno



media



LEGENDA

Topografia



Bosco, foresta

Prato

Zona residenziale

Zona commerciale

Zona ad utilizzo speciale



Riserva naturale

Linea altimetrica

Confini di stato

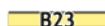
Confine di stato

Elementi topografici



Montagna/cima

Strade e sentieri



Autostrada numero

Strada statale con n.

Nazione, regione, provincia

Strada comunale



Strada consorziale

Strada agricola

Sentiero

Via ferrata

Impianti e treno



Cabinovia



Cabinovia



Seggiovia



Skilift

Teleferica

Stazione ferroviaria

NOTE LEGALI

DESIGN E IDEAZIONE

outdooractive

Missener Straße 18, 87509 Immenstadt im Allgäu
+49 8323 8006-0
info@outdooractive.com

INFORMAZIONI MAPPA



Geoinformazioni © Outdooractive
© OpenStreetMap (ODbL) - openstreetmap.org

Tutte le informazioni al meglio delle nostre conoscenze,
ma senza garanzie. Soggetto a cambiamenti.

N.B.: Prima di partire scansiona il qr code e verifica eventuali segnalazioni o chiusure.

Progetto realizzato in collaborazione con



Comune
di Baselga di Pinè



Comune
di Bedollo



Comune
di Segonzano



Comune
di Sover



Comune di
Sant'Orsola Terme



Comune
di Valfioriana

Come arrivare

Wie kommt man

How to get here



outdooractive

Uffici turistici
Tourismusbüros
Tourist offices

Baselga di Piné
Via C. Battisti, 110

Trento

Monte Bondone
Garniga Terme

trento.info

Azienda per il Turismo Trento
Via Torre Verde 7 | 38122 Trento

T. +39.0461.216000

info@trento.info