



## **SENTERO DELLA CRESTA**

162   
 4,43 Km || 380 m Δ 8.6% 1 h 25 min.

Dedicato esclusivamente ad hikers e runners è percorribile in entrambe le direzioni e collega Carosello 3000 e Sitas passando proprio sulla cresta della montagna. Un suggestivo e disteso percorso fra cielo e terra che vi regalerà un panorama mozzafiato tutto intorno, con la possibilità di immortalare l'attimo "più alto" delle vostre vacanze in prossimità del "photo point".

Devoted entirely to hikers and runners, it can be followed in either direction, and connects Carosello 3000 and Sitas, passing right along the ridge of the mountain. A picturesque and relaxing path between the sky and the land which will give you a breathtaking view to enjoy all around, with the opportunity to immortalise the "highest" point of your holidays near the "photo point".

## **ROLLER COASTER**

4 Km || 336 m Δ 8.2%

Il Roller Coaster è il naturale prolungamento del tracciato "Coast to Coast" con spettacolare vista sul lago di Livigno. Il tracciato consente, partendo dal rifugio Costaccia, di arrivare fino in paese. Si tratta di un tracciato con tipiche caratteristiche flow con curve paraboliche, passaggi in mezzo al bosco e qualche slancio con minima pendenza.

The Rollercoaster is the natural extension of the "Coast to Coast" trail, with a spectacular view over the lake of Livigno. The route allows you to depart from the Costaccia mountain hut and arrive in the town. It is a trail with typical flow characteristics with banked curves, stretches through the woods, and some momentum with the slightest slope.

## **BLACK HILL**

162B 1 h

Il Black Hill è un percorso realizzato sia per bikers che per hikers e runners, ma solamente i più temerari ed esperti riusciranno a percorrerlo.

Lungo poco più di 3 Km, è un sentiero realizzato sulla cresta della montagna, caratterizzato da un andamento tendenzialmente lineare, rapido e piuttosto tecnico: una sfida davvero!

The Black Hill is a route created for bikers as well as hikers and runners, but only the most adventurous and experienced will be able to follow it. At a little over 3km long, it is a trail created on the ridge of the mountain which is characterised by a broadly linear, fast and rather technical course: a real challenge!

## **COAST TO COAST**

MTB1 5,5 Km || 385 m Δ 7%

Il Coast to Coast è il sentiero flow che, partendo dalla cima di Carosello 3000, consente di raggiungere il Rifugio Costaccia. Il tracciato ricalca la cresta della montagna che separa la valle principale di Livigno dalla retrostante Val Federia, regalando quindi una vista spettacolare a 360° ed una incredibile sensazione di leggerezza e libertà.

Coast to Coast is the flow path which, starting from the top of Carosello 3000, allows you to reach the Costaccia Mountain Hut. The trail follows the ridge of the mountain that separates the main valley of Livigno from the Val Federia behind it, thereby giving adventurers a spectacular panoramic view and an incredible feeling of lightness and freedom.

# BIKE & HIKE MAP



#movingfeetrelaxingmind

## S-WAY MTB<sup>6</sup>

1,8 Km || 156 m △ 6.7%

A forma di S, è un sentiero breve ma intenso: molto veloce e rapido, con qualche salto. Accessibile in prossimità dell'arrivo della seggiovia Valandrea Vetta, vi consentirà di confluire nell'ultimo tratto del H-Dream per arrivare quindi alla stazione intermedia della Cabinovia Carosello 3000.

This S-shaped trail is short yet intense: very fast, with a few jumps thrown in. Accessible from near the arrival point of the Valandrea Vetta chairlift, it will allow you to flow into the last stretch of the H-Dream to then arrive at the middle station of the Carosello 3000 gondola lift.

## LOVE THE MOUNTAIN PROTECT YOURSELF

- Non sei solo sui sentieri, rispetta anche gli altri.**  
You're not alone on trails, respect other people.
- Non abbandonare rifiuti.**  
Don't abandon rubbish.
- Non spaventare gli animali che incontri sul percorso.**  
Don't scare the animal that you can meet on trails.
- Usa la bici giusta.**  
Use the right bike.
- Indossa l'attrezzatura adatta.**  
Use the right gears.



Scopri di più sul nostro sito  
More info on our web site

VISIT NOW!

## HAIRY CATTLE 159

3,1 Km || 114 m △ 3.8% 1 h

Il sentiero Hairy Cattle è un sentiero parallelo al "Panoramica", ma più elevato. Anch'esso sia per bikers che per hikers e runners. È quindi un sentiero adatto a tutti e percorribile in entrambe le direzioni, parte dal rifugio Costaccia e arriva fino alla stazione intermedia di Carosello 3000, con un andamento prevalentemente pianeggiante e tranquillo per tutta la famiglia.

The Hairy Cattle trail is a trail which runs parallel to the "Panoramica", but higher up. This is also suitable for bikers, hikers and runners. As such, it is a trail which is suitable for everyone and usable in both directions, starting from the Costaccia mountain hut and arriving at the middle station of Carosello 3000, with a largely flat and easy route perfect for the whole family.

## ENDURO MTB<sup>7</sup>

1,6 Km || 286 m △ 15.2%

Progettato per i bikers più esperti, è accessibile sia provenendo da Sitas (in prossimità della seggiovia Valandrea Vetta) sia da Carosello (dopo aver percorso un tratto di "Coast to Coast"), verso cui poi riporta. Realizzato principalmente su tratti rocciosi e ripidi, vi consentirà di percorrere una discesa adrenalinica con vista sulla vallata di Livigno.

Designed for the most experienced bikers, it is accessible either coming from Sitas (near the Valandrea Vetta Monte chairlift) or from the Carosello direction (after having taken a stretch of "Coast to Coast"), where it eventually leads back to. Mostly created on steep, rocky stretches, it will allow you to experience an adrenaline-filled descent with a view over the valley of Livigno.

## PANORAMICA 190

5,8 Km || 110 m △ 1.9% 1 h 50 min.

Ideale per chi preferisce un percorso prevalentemente pianeggiante e tranquillo, da percorrere con la famiglia in totale relax. Il percorso è a doppio senso, percorribile sia da bikers che da runners e hikers. Come dice il nome, il tracciato regala l'emozione del prospiciente panorama sulla valle di Livigno, dalla quale rimane comunque poco elevato. Il sentiero, a mezza costa, attraversa le c.d. "Tee" (antiche abitazioni rurali), partendo dall'arrivo del primo tronco della cabinovia Livigno-Tagliede e arrivando fino in paese in zona Forcola.

Ideal for anyone who prefers a mostly flat and relaxed route to be enjoyed at leisure, even with the family. The route is two-way and can be enjoyed by both bikers and runners/hikers. As the name implies, the trail offers the thrill of the view overlooking the valley of Livigno, despite being not too high up over it. Halfway up, the trail crosses the so-called "Tee" (ancient rural dwellings), starting from the arrival point of the first section of the Livigno-Tagliede gondola lift and arriving in the town, in the Forcola area.

## BIKE ACADEMY MTB<sup>8</sup>

4,9 Km || 336 m △ 5.1%

È una delle prime volte che ti dedichi alla mountain-bike? Il Bike Academy è il tracciato giusto per te, progettato proprio per i principianti! Lungo 5 Km e con 8 aree d'esercizi (balance, step down, switch back, rock garden, north shore, drops, jumps e skinny), parte dall'arrivo della seggiovia Valandrea-Vetta e arriva fino al Rifugio Costaccia. Sarà l'inizio del tuo allenamento prima di percorrere i sentieri più difficili.

Is this one of the first times that you're going mountain biking? The Bike Academy is the right options for you, designed especially for beginners! At 5km long and with 8 exercise areas (balance, step down, switch back, rock garden, north shore, drops, jumps and skinny), it starts from the arrival point of the Valandrea-Vetta chairlift and leads to the Costaccia Mountain Hut. It will be the beginning of your training before you take on the more challenging trails.

## H-DREAM MTB<sup>5</sup>

4,2 Km || 385 m △ 9.3%

Caratterizzato da ampie paraboliche, è un sentiero particolarmente apprezzato da chi cerca la velocità anche ad alta quota. Accessibile sia provenendo da Sitas, in prossimità della seggiovia Valandrea Vetta Monte, sia da chi proviene da Carosello, verso cui riporta.

Characterised by wide banked curves, it is a trail which is particularly well-loved by anyone looking for speed at high altitudes. Accessible either coming from Sitas, near the Valandrea Vetta Monte chairlift, or from the Carosello direction, where it eventually leads back to.

## CROSC DA VALANDREA 164

2 Km || 349 m △ 17.5% 40 min.

Il Croce è un sentiero dedicato ai soli hikers e runner. Un percorso che si sviluppa completamente immerso nei boschi, partendo da poco sotto il rifugio Costaccia, per confluire a valle nel Panoramica: insomma, un fresco rifugio al riparo nella natura.

The Croce is a trail dedicated to hikers and runners alone. A trail which develops completely immersed in the woods, starting from just below the Costaccia mountain hut, later merging into the Panoramica along the way: in short, a cool refuge in nature which is protected from the elements.



## BIKEPASS LIVIGNO

ADULT	SENIOR	JUNIOR
€ 38,00	€ 34,00	€ 27,00
2 DAYS	€ 62,00	€ 56,00
3 DAYS	€ 83,50	€ 75,00
3DAYS N.C.	€ 107,00	€ 97,00



## BIKEPASS CAROSELLO & SITAS

ADULT	SENIOR	JUNIOR
€ 34,00	€ 30,00	€ 23,00
2 DAYS	€ 50,00	€ 45,00
3 DAYS	€ 67,00	€ 60,00
3DAYS N.C.	€ 90,50	€ 81,00

## OUTDOOR PASS

ADULT	SENIOR	JUNIOR
ONE WAY	€ 12,00	€ 8,50
ONE WAY MTB	€ 18,00	€ 12,50
ROUND TRIP	€ 15,00	€ 10,50
FAMILY TICKET ONE WAY	€ 24,00	FAMILY TICKET ROUND TRIP
		€ 30,00

## PROMO RATES

Scopri le nostre agevolazioni tariffe baby, junior, senior e famiglia.  
Discover our baby, junior, senior and family rates on our web site.



VISIT NOW!

## NUMERI UTILI HELPFUL NUMBERS

Soccorso/Rescue team :

+39.333.54.03.354

International Medical Center:

+39.0342.978.112

Ufficio Sitas:

+39.0342.990.711

[www.sitas.ski](http://www.sitas.ski)

