



RAIFFEISEN

Banca Raiffeisen Leventina

Estate Sommer Eté Summer

BIKE / MOUNTAINBIKE
Leventina Turismo, Airolo, 091 869 15 33

BOCCE
Centro ATTE c/o Bar Ticino, Piotta, 091 868 13 45
Ristorante Filippini, Airolo, 091 869 13 97
Ristorante Bellavista, Anzonico, 091 865 11 10

BOULDER
Leventina Turismo, Airolo, 091 869 15 33

**EQUITAZIONE / REITEN
EQUITAZIONE / HORSE RIDING**
Azienda Pianaselva, Faido
091 867 15 46 - 079 620 97 61 - www.pianaselva.ch

Leventinawestern, Osco
079 506 78 02 - www.leventinawestern.ch
Piumogna Ranch, Faido, 079 869 72 04
Sartore Reto, Dalpe, 079 331 33 45

Trekking Organisation, Mairengo, 079 317 34 59

**ESCURSIONI / WANDERN
RANDONNÉES PÉDESTRES / HIKING**
Leventina Turismo, Airolo, 091 869 15 33

FITNESS
Fitness La Fenice, Ambri, www.lafenice.ch
Home-Fitness, Prato Leventina, 091 867 12 44

NORDIC WALKING
www.walkingtested.ch

Airolo (4.5 km)
Airolo-Pesciüm (4.6 km)
Dalpe (8.2 km)
Faido (6.2 km)
Piora-Ritom (11.1 km)

NUOTO / SCHWIMMEN / NATATION / SWIMMING
Azienda Pianaselva, Faido
091 867 15 46 - 079 620 97 61 - www.pianaselva.ch
Piscina Scuola Media, Ambri
091 868 11 56 - www.tiquinto.ch/piscina

PERCORSI VITA / VITA-PARCOURS / PARCOURS VITA
www.percorsovita.ch
Airolo - Faura del Sasso Rosso (1.7 km)
Bodio Alle Gannelle - Vallone Sobrio (2.1 km)
Cari - Cari Croce (2.6 km)
Faido - Mött Cott (2.8 km)
Rodri-Fiesso - I Lèras (2.5 km)

PESCA / FISCHEN / PÊCHE / FISHING
Laghetti Audan, Ambri, 079 598 55 39

ROCCIA / KLETTERN / ESCALADE / CLIMBING
Palestra di arrampicata SAT Ritom, Ambri
091 868 11 77 - 091 868 10 57 - www.satritom.ch

TENNIS
Ambri (Audan): 079 548 29 53 - www.tennisambri.ch
Bodio: 091 864 25 07 - www.tcbodio.ch
Cari: 091 866 20 97
Faido: 091 866 20 20
Osco: 091 866 11 89
Rodri-Fiesso: 079 686 60 85 - 091 874 60 60

Inverno Winter Hiver

NUOTO / SCHWIMMEN / NATATION / SWIMMING
Piscina Scuola Media, Ambri
091 868 11 56 - www.tiquinto.ch/piscina

PATTINAGGIO / EISLAUFEN / PATINAGE / SKATING
Pista Valascia, Ambri
091 873 61 61 - www.hcap.ch
Pista di pattinaggio, Faido
091 866 01 79 - www.faido.ch

SCI-SNOWBOARD / SKI-SNOWBOARD
Airolo-Lüina, 079 321 01 96 - www.lüina.ch
Airolo-Pesciüm, 091 873 80 40 - www.airolo.ch/funivie
Cari, 091 866 18 80 - www.cari.ch

Cioss Prato, Bedretto, 091 869 21 88 - 079 402 79 87
www.ciossprato.jimdo.com
Dalpe, 077 482 58 06
www.associazionebedrinadalpe.jimdo.ch
Prato Leventina, 091 867 12 82 - 091 867 14 25
www.sciliftprato.ch

**SCI NORDICO / LANGLAUFEN
SKI DE FOND / CROSS-COUNTRY SKIING**
Ambri, 091 868 12 12
Bedretto, Centro Nordico, 079 207 11 54
Dalpe, 077 482 58 06

Prato Leventina, 091 867 12 82 - 091 867 14 25
www.sciliftprato.ch

**SCI ESCURSIONISMO / SKITOURNE
SKI DE RANDONNÉE / SKI-TOURING**
Leventina Turismo, Airolo, 091 869 15 33
Ufficio Guide Alpine, Massagno
091 968 11 19 - www.guidéalpineticino.ch

**SCUOLE SVIZZERE DI SCI / SCHWEIZER SKISCHULEN
ÉCOLES SUISSES DE SKI / SWISS SKI SCHOOLS**
Scuola Svizzera di Sci, Airolo, 079 221 51 82
www.sssairolo.ch

Scuola Svizzera di Sci, Cari, 079 620 97 61
www.ssscari.ch

SPINNING
Fitness La Fenice, Ambri, www.lafenice.ch

**INFORMAZIONI / AUSKÜNFTE
INFORMATIONS / INFORMATION**
Leventina Turismo, 6780 Airolo
tel. +41 (0)91 869 15 33, fax +41 (0)91 869 26 42
www.leventinaturismo.ch - info@leventinaturismo.ch

INFOCENTRO ALPTRANSIT
Infocentro Gottardo Sud, Pollegio
091 873 05 50 - www.infocentro.ch

TAXI
Gotthard Taxi, Airolo, 078 790 10 55 - 079 444 18 28
www.gotthardt.taxi.ch
Marchetti SA, Airolo, 091 873 30 33

**VISITE GUIDATE / GEFÜHRTE BESICHTIGUNGEN
VISITES GUIDÉES / GUIDED TOURS**
Caseificio Dimostrativo del Gottardo
Airolo, 091 869 11 80 - www.cdga.ch

Centrale Ritom
Piotta, (Lu-Ve, Mo-Fr), 0512 270 950 / 977

Centrale Lucendro
Airolo, (Lu-Ve, Mo-Fr), 091 873 31 11
Galleria autostradale del San Gottardo
Airolo, 091 869 15 33

SOS
117 Polizia / Polizei / Police
118 Pompieri / Feuerwehr-Notruf
Pompieri / Firefighters
140 Soccorso stradale / Strassenhilfe
Secours routier / Roadsite assistance
144 Ambulanza / Sanitätsnotruf / Ambulance
1414 REGA

MUSEI / MUSEEN / MUSÉES / MUSEUMS
Dazio Grande, Rodi-Fiesso
091 874 60 66 - www.daziogrande.ch
La Congiunta, Giornico
091 864 22 15 (Ristorante Giornico)

Museo di Leventina "Casa Stanga", Giornico
In ristrutturazione, apertura prevista primavera 2014
091 864 25 22 - 076 419 01 57
www.museodileventina.ch

Museo Forte Airolo, Airolo
Apertura: da giugno a ottobre (solo al sabato)
091 881 10 30 - 079 785 91 12 - www.fort.ch

Museo Nazionale del San Gottardo, San Gottardo
Apertura: da giugno a ottobre
091 869 15 25 - www.passosangottardo.ch

Sasso San Gottardo, San Gottardo
Apertura da giugno a ottobre
091 869 15 57 - www.sasso-sangottardo.ch

**AGRITURISMO / AGRITOURISMUS
AGRITOURISME / FARM HOLIDAYS**
Azienda Bertazzi
Agriturismo - B&B Bertazzi, Cavagnago
091 864 21 77 - www.agribertazzi.ch

Azienda Pianaselva, Faido
091 867 15 46 - 079 620 97 61 - www.pianaselva.ch

Osteria Altanca, Altanca
091 868 17 15 - www.altanca.ch
Agriturismo da Paolin, Lurengo
091 868 12 71

Rifugio Agriturismo Alla Meta, Predèlp
091 866 23 43 - 079 761 85 82 - www.allameta.ch



**Segnaletica
Wegmarkierung
Signalisation
Trail markers**

La segnaletica usata sui sentieri escursionistici è unificata in tutta la Svizzera e nel Principato del Liechtenstein ed è disciplinata da direttive emanate a tale proposito dalla Confederazione. La segnaletica comprende i seguenti segnali: segnali dei sentieri con o senza indicazione dei tempi di marcia, segnali di direzione, rombi e demarcazioni in vernice. I tempi di marcia sono calcolati in base ad una velocità media di cammino di 4,2 km/h su terreno pianeggiante e non accidentato. Salite, discese e percorsi difficili sono presi in considerazione nella calcolazione dei tempi di marcia. Non sono per contro considerati i tempi di sosta o di pausa durante il percorso.

Die Markierung der Wander- und Bergwanderrouuten in der Schweiz und im Fürstentum Liechtenstein ist einheitlich und richtet sich nach den entsprechenden Richtlinien des Bundes. Sie besteht aus Wegweisern mit oder ohne Zeitangaben, Richtungszeigern, Rhomben und Farbmarkierungen. Die angegebenen Marschzeiten basieren auf einer durchschnittlichen Leistung von 4,2 Km in der Stunde auf flachen, gut begehbaren Wegen. Abweichungen bei Steigungen, Gefälle oder schwierigem Gelände sind berücksichtigt. Rastzeiten sind nicht eingerechnet.

En Suisse et au Liechtenstein, les itinéraires de randonnée pédestre et les itinéraires de montagne sont balisés de manière uniforme selon les directives fédérales relatives. Le balisage est effectué au moyen d'indicateurs avec ou sans temps de marche, de flèches, de losanges et de marques de peinture. Les temps de marche indiqués reposent sur une moyenne de 4,2 km à l'heure sur terrain plat et facile. Ils tiennent compte des dénivellations et de la difficulté du terrain. Les arrêts ne sont pas tenus en compte.

The system of marking footpath and mountain trails is uniform throughout Switzerland and Liechtenstein and conforms to Federal regulations. This system consists of signposts with or without time markings, also arrows, rhombus signs and painted markings. The walking times are based on an average speed of 4,2 kms per hour on flat and easy terrain. The times take into account ascending/descending routes and difficult terrain. Rest stops are not included in the calculations.

**Sentieri escursionistici
Wanderwege
Les chemins de randonnée pédestre
Excursion footpaths**

I sentieri escursionistici sono adatti a qualsiasi persona e possono dunque essere percorsi senza l'ausilio di conoscenze particolari. Sono perlopiù separati dalle strade e di regola non asfaltati. I tratti più impegnativi e difficili sono resi sicuri con appositi accorgimenti come gradini o ringhiera. La segnaletica dei sentieri escursionistici è di color giallo ed è composta da indicatori di direzione, frecce di direzione e rombi.

Wanderwege können ohne besondere Kenntnisse gefahrlos begangen werden. Sie verlaufen möglichst abseits von Strassen und haben idealerweise keinen Hartbelag. Wegabschnitte mit Rutschgefahr sind durch geeignete Massnahmen wie Stufen und Geländer gesichert. Die Markierung der Wanderwege ist gelb und besteht aus Wegweisern, Richtungszeigern, Richtungspfeilen und Rhomben.

Les chemins de randonnée pédestre sont praticables par tous et à tout âge. Ils sont en principe à l'écart des routes et ne sont généralement pas asphaltés. Les tronçons difficiles ou glissants sont assurés (marches, barrières). Le balisage des chemins de randonnée pédestre est de couleur jaune et se compose d'indicateurs, de flèches et de losanges.

The excursion footpaths are suitable for everyone and may therefore be undertaken without any special knowledge. They are mostly separated from the roads and are normally not asphalted. The more difficult sections are made secure with appropriate steps or fences. The excursion footpath signs are yellow.

**Sentieri di montagna
Bergwanderwege
Chemins de montagne
Mountain footpaths**

I sentieri di montagna sono normalmente più impegnativi, a volte stretti e ripidi. Richiedono calzature ed indumenti adatti alla montagna, ma soprattutto richiedono maggior prudenza e preparazione fisica da parte dell'escursionista. La segnaletica dei sentieri di montagna si differenzia da quella dei sentieri escursionistici nel colore della punta del cartello che è bianco-rosso-bianco. I segnali in vernice servono quale segnaletica intermedia, di colore bianco-rosso-bianco, a confermare il tracciato di un itinerario di montagna.

Bergwanderrouuten sind überwiegend schmal und steil und können exponiert sein. Sie stellen grössere Anforderungen an der Wanderer: Bergtüchtigkeit, besondere Vorsicht, geeignete Kleidung und festes Schuhwerk mit griffigen Sohlen. Die Markierung der Bergwanderwege unterscheidet sich von derjenigen der Wanderwege durch die weiss-rot-weisse Spitze auf den gelben Wegweisertafeln. Weiss-rot-weisse Farbmarkierungen bestätigen den Verlauf des Weges.

Les chemins de montagne sont fréquemment étroits et escarpés. Ils exigent du touriste de plus grandes précautions: habileté en montagne, prudence accentuée, équipement résistant aux intempéries, chaussures à semelles antidérapantes. Le balisage des chemins de montagne se distingue de celui des itinéraires de randonnée pédestre par la pointe des indicateurs jaunes peinte en blanc-rouge-blanc. Des marques de peinture en blanc-rouge-blanc confirment le chemin à suivre.

The mountain footpaths are normally more difficult and sometimes narrow and steep. Clothing and shoes suitable for the mountain are necessary but, above all, physical preparation and prudence are essential. The mountain footpath signposts are white-red-white and that are intermediate painted signs also in white-red-white which confirm the route of a mountain itinerary.

**Itinerari alpini
Alpine Routen
Itinéraires alpins
Alpine routes**

Un itinerario alpino si snoda sovente senza tracciato, in un territorio alpino, attraversando ghiacciai o pareti rocciose con luoghi d'arrampicata. Per un alpinista regolarmente allenato diventa indispensabile l'uso delle mani o di altri mezzi ausiliari quali la corda e la piccozza. La segnaletica è composta da indicatori blu con la punta color bianco-blu-bianco, e da segnali in vernice, bianco-blu-bianco, che confermano il tracciato.

Eine alpine Route führt durch alpines, oft wegloses Gelände, über Schneefelder und Gletscher oder durch Fels mit kurzen Kletterstellen. Für geübte Berggänger wird der Gebrauch der Hände oder weiterer Hilfsmittel, wie Seil und Pickel, nötig. Die Markierung besteht aus blauen Wegweisern mit weiss-blau-weisser Spitze sowie weiss-blau-weissen Farbmarkierungen, die den Verlauf der Route bestätigen.

L'itinéraire alpin conduit en terrain alpestre, souvent sans chemin, et peut traverser pierrailles, névés, glaciers, voire de passages exigeant des connaissances de varappe. Pour un marcheur normalement exercé et connaissant la montagne, l'utilisation des mains ou d'auxiliaires, tels qu'une corde ou un piolet, devient indispensable. Le balisage se compose d'indicateurs bleus avec pointe peinte en blanc-bleu-blanc ainsi que de marques de peinture en blanc-bleu-blanc qui confirment le chemin à suivre.

An alpine route leads through mountainous, alpine terrain, often with no actual trail, over snow fields and glaciers or rocky terrain with climbing sections. For experienced climbers the use of one's hands and other aids such as rope and pick will be essential. The marking is a blue sign with a white-blue-white tip, also white-blue-white coloured markings which confirm the route.

**Itinerari culturali
Kulturwege
Itinéraires culturels
Cultural itineraries**

Gli itinerari culturali percorrono in generale delle vie di comunicazione storiche: vie romane, strade commerciali del Medioevo, mulattiere o sentieri percorsi dai pellegrini di tutta l'Europa. Tra le varie testimonianze culturali più importanti figurano vecchi ospizi e locande, vie crucis, ponti o acciottolati. Questi itinerari percorrono di regola il tracciato dei sentieri escursionistici o dei sentieri di montagna con le relative segnalazioni. Talvolta sono riconoscibili da una segnaletica color marrone.

Kulturwege führen meistens über historische Verkehrswege wie Römerstrassen, mittelalterliche Handelsstrassen und Säumerpfade oder Pilgerwege von europäischer Bedeutung. Entlang dieser Weg finden sich wertvolle Kulturobjekte wie alte Hospize und Herbergen, Wegkapellen, Brücken oder Pflästerungen. Kulturwege verlaufen in der Regel auf Wander- oder Bergwanderwegen mit der entsprechenden Markierung. Sie können zusätzlich braun gekennzeichnet sein.

Les itinéraires culturels empruntent en général des voies de communication historiques : voies romaines, routes commerciales du Moyen Age, sentiers muletiers ou routes européennes de pèlerinage. Parmi les ouvrages dignes d'intérêt, citons d'anciens hospices et auberges, des chemins de croix, de vieux ponts ou des voies pavées. Ces itinéraires suivent généralement les chemins de randonnée pédestre ou de randonnée en montagne; les conditions à respecter sont donc les mêmes. De plus, ils sont parfois signalisés en brun.

The cultural itineraries generally follow historical connecting roads, roman roads, medieval commercial roads, mule tracks or routes taken by pilgrims from all over Europe. The most important cultural relics are old hospices and inns, vie crucis, bridges or pebblework pavements. These itineraries normally run along the excursionist of mountain footpaths with the relative signs and are sometimes recognisable by brown signposts.

**Sentieri
Wanderwege
Sentiers
Hiking Routes**

Leventina Turismo Fr. 2.-



www.leventinaturismo.ch

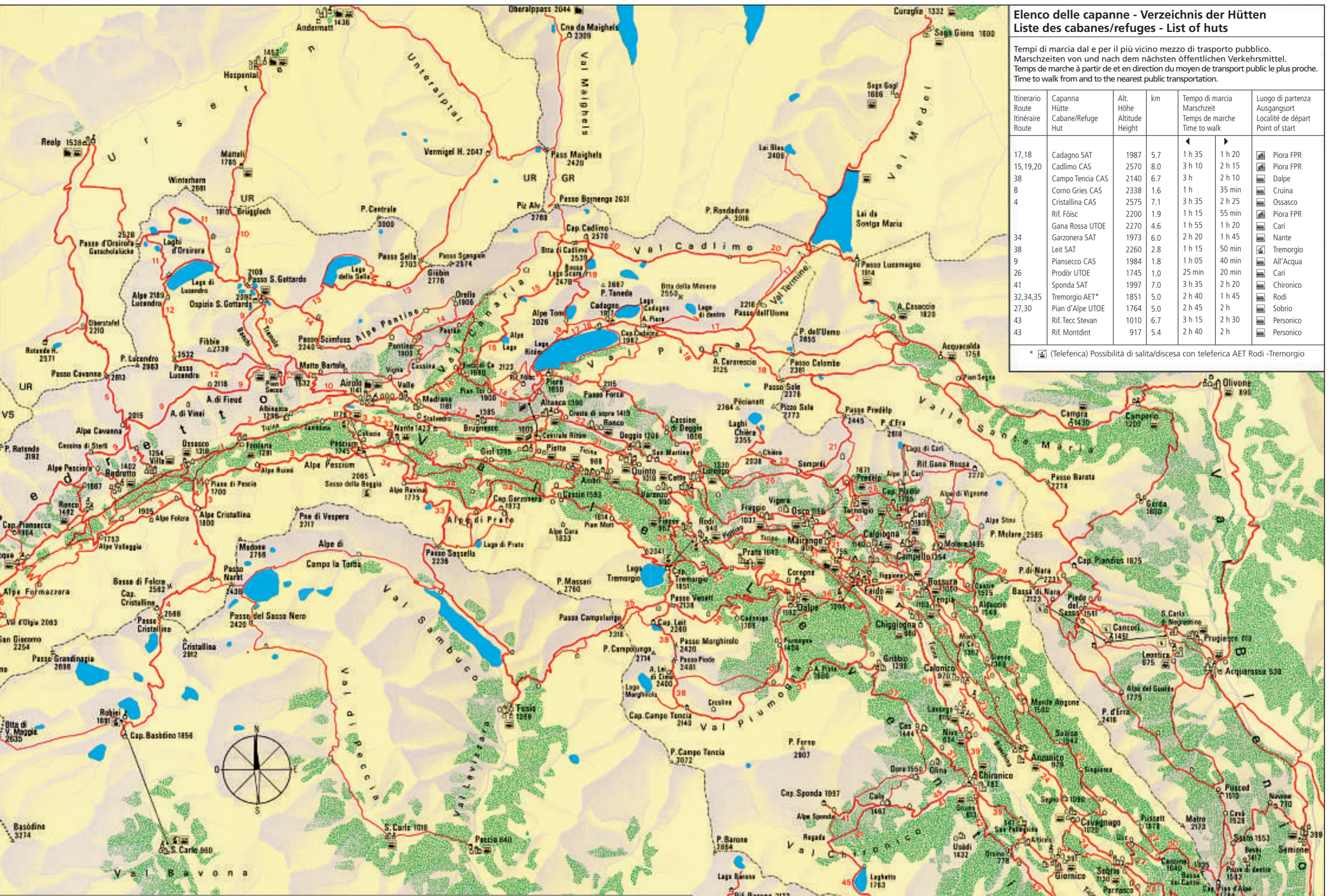
Valle Leventina

Carta orientativa degli itinerari escursionistici
 Übersichtskarte der Wanderrouten
 Carte d'orientation des itinéraires de randonnée pédestre
 Orientation map of hiking routes

Legenda - Legende - Légende - Legend

- Itinerario escursionistico - Wanderroute
Itinéraire de randonnée pédestre - Hiking routes
- Itinerario di collegamento - Verbindungsroute
Itinéraire de connexion - Connection trail
- Albergo - Gasthof - Auberge - Hotel
- Capanna - Hütte - Cabane/Refuge - Hut
- Ristorante, Grotto - Restaurant, Grotto - Restaurant, Grotto
- Stazione - Bahnhof - Gare - Railway station
- Fermata Bus - Haltestelle Bus - Arrêt Bus - Bus stop
- Funivia - Luftseilbahn - Téléphérique - Cableway
- Funicolare - Standselbahn - Funiculaire - Funicular
- Seggiovia - Sesselbahn - Télésiège - Chairlift
- Confine di stato - Landesgrenze - Frontière - Border
- Altitudine - Höhe - Altitude - Altitude

2003 © Leventina Turismo
 6780 Airolo, tel. 091 869 15 33 - www.leventinaturismo.ch - info@leventinaturismo.ch
 Riprodotto con l'autorizzazione dell'Ufficio Federale di topografia (BA035343)



Elenco delle capanne - Verzeichnis der Hütten Liste des cabanes/refuges - List of huts

Tempi di marcia dal e per il più vicino mezzo di trasporto pubblico.
 Marschzeiten von und nach dem nächsten öffentlichen Verkehrsmittel.
 Temps de marche à partir de et en direction du moyen de transport public le plus proche.
 Time to walk from and to the nearest public transportation.

Itinerario Route Itinéraire Route	Capanna Hütte Cabane/Refuge Hut	Alt. Höhe Altitude Height	km	Tempo di marcia Marschzeit Temps de marche Time to walk		Luogo di partenza Ausgangsort Localité de départ Point of start
17,18	Cadagno SAT	1987	5,7	1 h 35	1 h 20	Piora FPR
15,19,20	Cadlimo CAS	2570	8,0	3 h 10	2 h 15	Piora FPR
38	Campo Tencia CAS	2140	6,7	3 h	2 h 10	Dalpe
8	Como Gries CAS	2338	1,6	1 h	35 min	Cruina
4	Cristallina CAS	2575	7,1	3 h 35	2 h 25	Ossasco
	Rif. Foisc	2200	1,9	1 h 15	55 min	Piora FPR
	Gana Rossa UTOE	2270	4,6	1 h 55	1 h 20	Carì
34	Garzonera SAT	1973	6,0	2 h 20	1 h 45	Nante
38	Leit SAT	2260	2,8	1 h 15	50 min	Tremorgio
9	Piansecco CAS	1984	1,8	1 h 05	40 min	All'Acqua
26	Prodrò UTOE	1745	1,0	25 min	20 min	Carì
41	Sponda SAT	1997	7,0	3 h 35	2 h 20	Chironico
32,34,35	Tremorgio AET*	1851	5,0	2 h 40	1 h 45	Rodi
27,30	Pian d'Alpe UTOE	1764	5,0	2 h 45	2 h	Sobrio
43	Rif. Tecc Stevan	1010	6,7	3 h 15	2 h 30	Personico
43	Rif. Montdint	917	5,4	2 h 40	2 h	Personico

* (Teleferica) Possibilità di salita/discesa con teleferica AET Rodi - Tremorgio

Elenco degli itinerari escursionistici / Verzeichnis der Wanderrouten / Liste des itinéraires de randonnée pédestre / List of hiking routes

No	Itinerario escursionistico Wanderroute Itinéraire de randonnée pédestre Hiking routes	km	Tempo di marcia Marschzeit Temps de marche Hiking time		Osservazioni Bemerkungen Remarques Comments	No	Itinerario escursionistico Wanderroute Itinéraire de randonnée pédestre Hiking routes	km	Tempo di marcia Marschzeit Temps de marche Hiking time		Osservazioni Bemerkungen Remarques Comments
1	Airolo - Ossasco - All'Acqua	13,4	3 h 45	3 h 20	Strada bassa Val Bedretto	23	Osco - Rossura - Calonico - Anzonico	11,5	3 h 10	3 h 25	Strada alta, 2a tappa
2	Airolo - Albinasca - Fontana	5,2	1 h 35	1 h 20		24	Anzonico - Sobrio - Polleggio - Biasca	17,1	4 h 30	5 h 30	Strada alta, 3a tappa
3	Airolo - Alpe Pescium - Ronco	17,5	5 h 45	5 h 30	Strada degli alpi Bedretto	25	Piora FPR - Passo Forca - Lurengo - Rodi	12,4	4 h 10	5 h	
4	Ossasco - Passo Cristallina - Robiei	10,9	5 h 15	4 h 35		26	Lurengo - Predèlp - Molare	10,7	3 h 35	3 h 20	Sentiero dei monti, 1a tappa
5	Villa - Passo Cavanna - Realp	15,4	6 h	5 h 40		27	Molare - Monte Angone - Sobrio	16,7	5 h 25	5 h 35	Sentiero dei monti, 2a tappa
6	All'Acqua - Passo San Giacomo	5,3	2 h 10	1 h 30		28	Faido - Rossura - Bassa di Nara - Leontica	17,3	7 h 25	7 h 10	Sentiero Nara
7	All'Acqua - Passo della Novena - Ulrichen	18,2	5 h 35	6 h		29	Predèlp - Chièra - Laghi Chièra	5,1	2 h 25	1 h 30	
8	Alpe Cruina - Passo Corno - Ulrichen	15,1	4 h 45	5 h 15		30	Sobrio - Bassa dei Cantói - Cap. Pian d'Alpe - Semione	10,9	5 h	5 h 50	
9	Ospizio S. Gottardo - Cap. Piansecco - Alpe Cruina	19,8	5 h 10	5 h 15	Sentiero alto Val Bedretto	31	Airolo - Quinto - Rodi - Faido	17,7	5 h	5 h 25	Strada bassa, 1a tappa
10	Airolo - Passo S. Gottardo - Hospental	16,3	5 h 20	4 h 50	Sentiero Gottardo	32	Airolo - Nante - Lago Tremorgio - Prato	19,5	6 h 25	6 h 30	Sentiero Tremorgio
11	Ospizio S. Gottardo - Laghi d'Orsirora - Realp	11,7	4 h 10	4 h 50	Giro dei Laghi 3 h 45	33	Airolo - Nante - Passo Sassello - Fusio	16,9	6 h 50	6 h 35	
12	Ospizio S. Gottardo - Passo Lucendro - Motto Bartola	14,0	4 h 15	5 h 10		34	Pescium - Alpe di Ravina - Lago Tremorgio	14,2	4 h 20	4 h 10	Sentiero alto Tremorgio
13	Ospizio S. Gottardo - Giubini - Ospizio S. Gottardo	15,8	4 h 45	4 h 45		35	Rodi - Lago Tremorgio - Passo Campolungo - Fusio	15,4	6 h 25	6 h	
14	Ospizio S. Gottardo - Pontino - Piora	14,7	4 h 15	4 h 25	Sentiero alto Canaria	36	Rodi - Prato - Dalpe - Faido	11,2	3 h 15	3 h 25	
15	Airolo - Alpe di Lago - Cap. Cadlimo	12,4	5 h 15	3 h 40		37	Dalpe - Alpe Piöta - Gribbio - Ces - Chironico	14,2	5 h	5 h 20	
16	Airolo - Ce - Pian Tòi - Piora FPR	7,0	3 h	2 h 20		38	Dalpe - Cap. Leit - Cap. Campo Tencia - Dalpe	19,1	7 h 30	7 h 30	
17	Piora FPR - Passo dell'Uomo - Passo Lucomagno	13,5	3 h 45	3 h 30		39	Faido - Nivo - Chironico - Giornico	13,3	3 h 45	4 h 10	Strada bassa, 2a tappa
18	Piora FPR - Passo Sole - Acquacalda	16,5	4 h 45	4 h 45		40	Bodio - Personico - Pasquero - Biasca	6,9	1 h 50	1 h 50	Strada bassa, 3a tappa (parte)
19	Piora FPR - Bassa del Lago Scuro - Cap. Cadlimo	8,0	3 h 35	2 h 15		41	Chironico - Cala - Cap. Sponda	6,9	3 h 35	2 h 15	
20	Cap. Cadlimo - Val Cadlimo - Passo Lucomagno	9,5	2 h 25	3 h 20		42	Chironico - Faidal - Personico - Bodio	12,1	4 h	4 h 20	
21	Faido - Passo Predèlp - Acquacalda	13,3	6 h 50	4 h 30	Sentiero Predèlp	43	Bodio - Passo Gagnone - Cap. Efra (6h 45) - Frasco V. Verz.	20,5	8 h 50	8 h 10	Sentiero Gagnone
22	Airolo - Altanca - Lurengo - Osco	17,2	5 h	5 h	Strada alta, 1a tappa	44	Polleggio - Mti di Bodio - Cap. Pian d'Alpe - Mti Püsced	13,8	5 h 50	3 h 50	
						45	Chironico - Passo Piatto - Cap. Cognora (5h 30) Sonogno V. Verz.	18,6	7 h 50	7 h 50	

Marcatura - Markierung Balisage - Marking

Gli itinerari 1, 2, 31, 36, 39 sono marcati come itinerari escursionistici (giallo), tutti gli altri come itinerari di montagna (bianco - rosso - bianco).
 Die Routen 1, 2, 31, 36, 39 sind als Wanderrouten (gelb), die übrigen Routen als Bergwanderrouten (weiss - rot - weiss) markiert.
 Les itinéraires 1, 2, 31, 36, 39 sont balisés comme itinéraires de randonnée pédestre (jaune), tous les autres comme itinéraires de montagne (blanc - rouge - blanc).
 The itineraries 1, 2, 31, 36, 39 are marked as excursion trails (yellow), all the others as mountain trails (white-red-white).