

Cortina d'Ampezzo

Il centro storico che racconta la montagna



Camminare fa bene perché

1

Favorisce la circolazione

2

Libera la mente

3

Allontana lo stress



Vai al percorso GPS

Itinerario

TREKKING URBANO

Corso Italia

Lunghezza
3,4 km

Durata
45 min

Salita
76 m

Discesa
76 m

La città

Nella conca d'Ampezzo, circondata a 360° dalle Dolomiti Ampezzane, Cortina è il più grande e conosciuto dei comuni del territorio Ladino. I 16 comprensori sciistici facilmente raggiungibili dal centro ne fanno una delle mete più rinomate per la settimana bianca e, le numerosissime escursioni tra laghi, paesi alpini, malghe e vette, la rendono perfetta per le vacanze estive.

Oltre alla montagna, vale la pena scoprire il centro storico di Cortina, perdendosi tra musei e vie storiche, sempre circondati dalla maestose vette che catturano lo sguardo.



Il percorso

La passeggiata inizia in Corso Italia, la via principale di Cortina. Al numero 81 si trova l'ufficio turistico per procurarsi mappe e itinerari per le uscite in montagna. Si prosegue toccando musei e chiese alla scoperta del lato culturale di Cortina, ma senza dimenticare lo shopping. Tutto il centro è infatti costellato di negozi di ogni genere, tra cui quelli di prodotti tipici dove acquistare formaggi di malga, chenedi e marmellata di mirtilli rossi. I Musei delle Regole d'Ampezzo guidano il visitatore attraverso la storia di questa secolare istituzione che ha regolamentato l'uso di boschi e pascoli permettendoci oggi di ammirare un paesaggio intatto e di straordinaria bellezza.



I PERCORSI DEL BENESSERE



1 Corso Italia

Corso Italia è la via glamour di Cortina dove, a partire dagli anni 50, sono nati i caffè, le enoteche, i locali e i negozi più raffinati di Cortina, che dettano moda e permettono, nonostante le dimensioni ridotte del paese, di trovare tutto quello di cui si può avere bisogno.

1200 mt

2 Ciaśa de ra Règoles

Al centro di Corso Italia, in piazza Venezia, c'è la Ciaśa de ra Règoles, dove ha sede la Comunanza Regoliera, secolare proprietà collettiva della Valle d'Ampezzo per un utilizzo collettivo e indiviso del territorio. Nell'antico edificio ha sede anche il Museo d'arte moderna Mario Rimoldi, che conserva oltre 800 opere dei maggiori pittori del Novecento italiano, tra cui de Chirico e Guttuso, donate alle Regole d'Ampezzo.



290 mt

3 Chiesa della Madonna della Difesa

Poco distante dalla Casa della Regole, il Santuario della Madonna della Difesa fu eretto nel 1475 come ringraziamento per aver protetto Cortina dall'invasione dei Goti. Ricostruita nel '700, vale la pena visitare l'interno per ammirare sculture rococò e affreschi.



400 mt



I PERCORSI DEL BENESSERE

4

Basilica Minore dei Santi Filippo e Giacomo

Gli apostoli Filippo e Giacomo sono i patroni di Cortina d'Ampezzo. Il campanile della Basilica è il simbolo di Cortina. Fu eretto dall'architetto cortinese Silvestro Franceschi alla metà dell'800 in uno stile elegante e maestoso che, come dicono gli ampezzani, non è "né tirolese, né cadorino" e per questo simbolo identitario.



550 mt

5

Museo Paleontologico "Rinaldo Zardini"

Il Museo Paleontologico "Rinaldo Zardini" ospita la più importante collezione privata di fossili risalenti a 220 - 230 milioni di anni fa. Visitandolo si scopre l'incredibile storia evolutiva delle Dolomiti, nate da un antico mare. Il racconto è narrato da gusci di invertebrati marini, coralli, spugne e fossili di innumerevoli animali. Il fine limo calcareo che li ha a lungo coperti e protetti ha permesso che si conservassero intatti, mantenendo addirittura la loro struttura chimica originaria.

140 mt



I PERCORSI DEL BENESSERE

6 Museo etnografico delle Regole d'Ampezzo

Il Museo Etnografico delle Regole d'Ampezzo racconta l'istituzione collettiva delle Regole d'Ampezzo e mostra come dietro un paesaggio ancora oggi così meraviglioso vi siano scelte secolari che hanno regolato e garantito la sopravvivenza della comunità grazie alla conservazione del territorio regoliero. Una regolamentazione condivisa ha fatto sì infatti che i boschi e i pascoli fossero sfruttati per la sopravvivenza dell'intera comunità, favorendone allo stesso tempo la conservazione e la possibilità di continuare ad usufruirne in futuro.



7 Ritorno a Corso Italia

Se dopo questa piacevole camminata
ti è venuta un po' di fame guarda
le nostre nuove ricette del benessere

www.oliocuore.it



I PERCORSI DEL BENESSERE