

#InBiciConCuore

Pista ciclabile del Mincio

Cuore

Pedalare fa bene perché

1

Previene
l'osteoporosi

2

Favorisce
la circolazione

3

Abbassa
la pressione



Scarica la traccia GPX



Vai al percorso GPS

Itinerario



Peschiera
del Garda

Lunghezza
35 km

Durata
2h e 11m

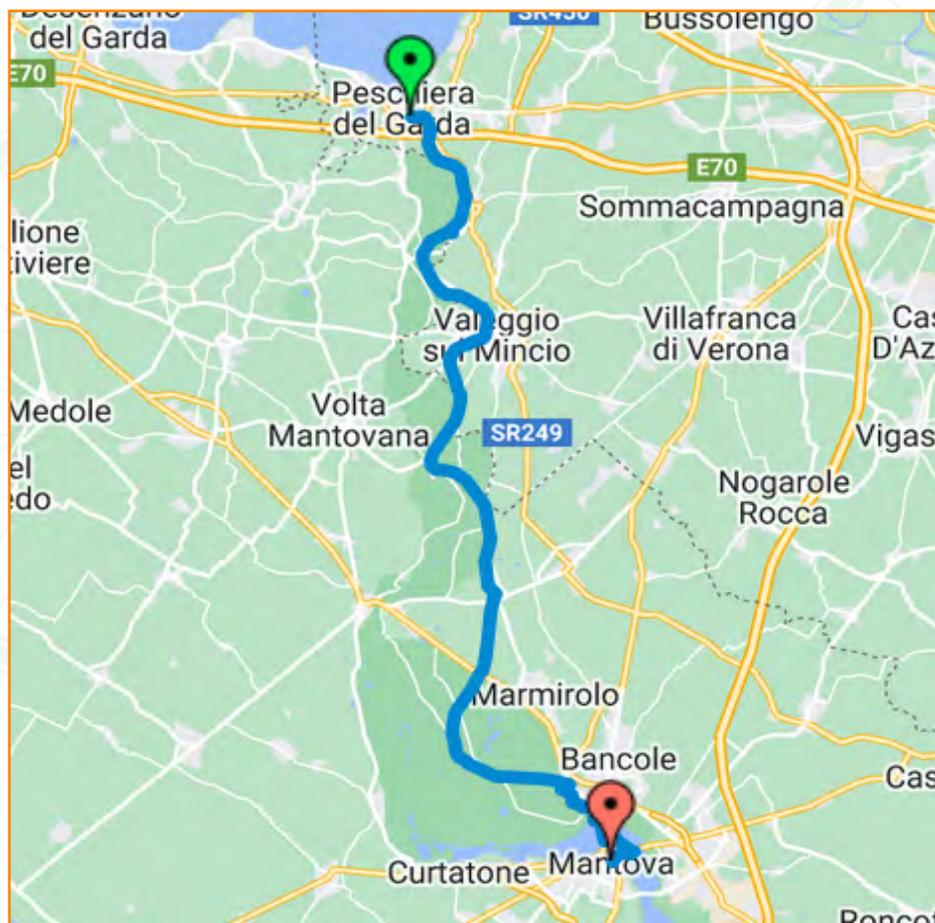
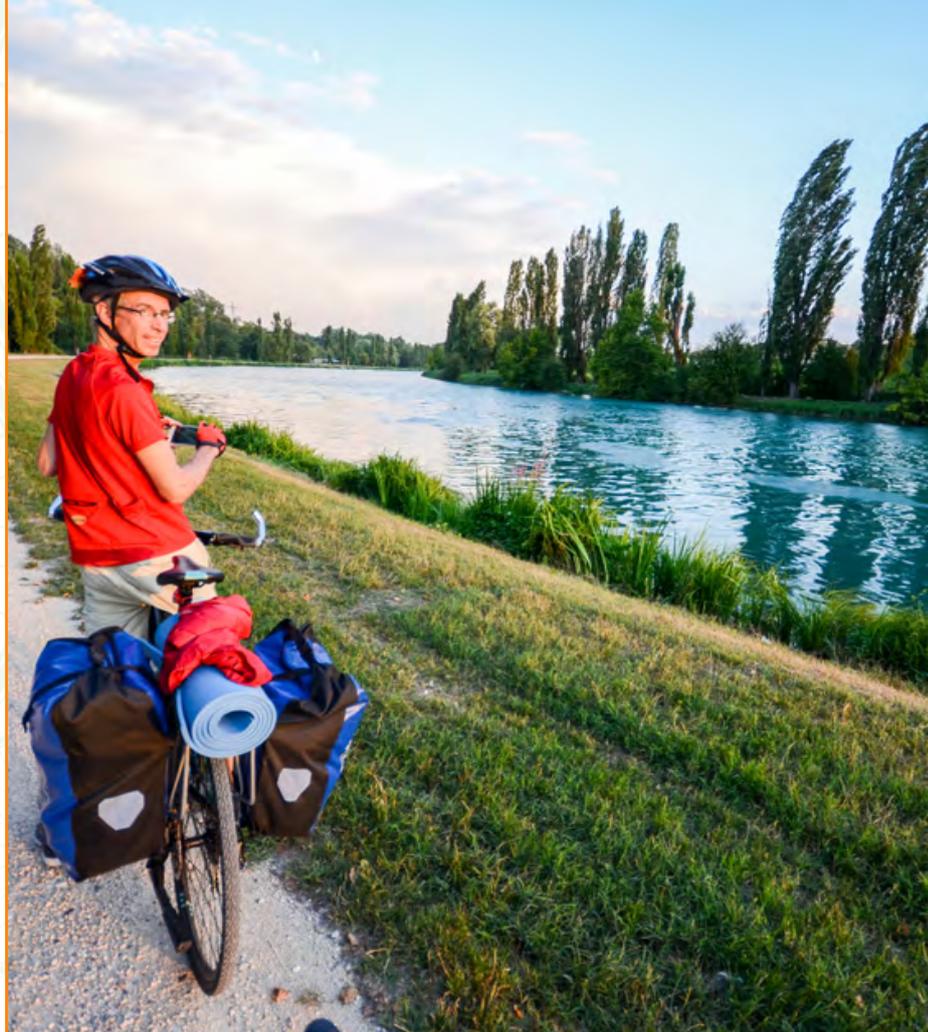
Salita
17 m

Discesa
78 m

Mantova

La ciclovìa

La ciclabile del Mincio costeggia il fiume da Peschiera del Garda, sulla riva del lago di Garda, fino a Mantova, dove il fiume dà vita ai tre laghi che circondano la città. Percorriamo prima l'argine destro e poi quello sinistro del Mincio per poi inoltrarci in un tratto di canali di campagna. L'acqua è la vera protagonista di questa ciclovìa. Non ci si allontana mai dal lento scorrere del fiume e dei canali limitrofi. La ciclovìa passa per Borghetto sul Mincio, adagiato sulle rive del fiume e noto per la favolosa scenografia dei mulini storici sull'acqua. Attraversiamo anche altri borghi imperdibili, sempre circondati dalla natura protetta del Parco Regionale del Mincio. Con una brevissima deviazione si raggiunge l'area protetta del Bosco della Fontana, dove è necessario lasciare la bici e inoltrarsi per una passeggiata in una delle ultime foreste di pianura d'Italia.



Il percorso

La ciclabile da 45 km è ben segnalata, di facile percorrenza e con un dislivello trascurabile. Si pedala in pianura su argini quasi sempre asfaltati. Prima di organizzare il viaggio considerate il fattore climatico, perché sulla ciclovìa l'ombra è quasi sempre assente e il clima è quello tipico della Pianura Padana, quindi caldo e umido in estate. Pedalare con lentezza permette di conoscere questo angolo di Veneto e di Lombardia. Il punto di partenza e quello di arrivo di questa ciclovìa meritano due tappe un po' più lunghe, per scoprire le meraviglie del Lago di Garda e il patrimonio storico e culturale della magnifica città di Mantova. I più audaci possono proseguire fino agli argini del Po, per poi percorrere la ciclovìa destra del Po fino a Goro nel Ferrarese.



1 Peschiera del Garda

La ciclabile inizia appena fuori Peschiera del Garda, nei pressi del viadotto ferroviario e di via Brescia. Poco distante, accanto al campo sportivo, c'è un parcheggio gratuito per le auto. Il centro storico racchiuso nella fortezza a forma di stella merita una visita. Da Porta Brescia si raggiunge l'impressionante Bastione Tognon, mentre attraverso Ponte dei Voltoni si accede alla parte settentrionale del centro storico.



2 Monzambano

Sulle colline moreniche di Monzambano c'è un castello medievale che è tra i meglio conservati del territorio mantovano. In età scaligerana rientrava nell'ampia rete difensiva del basso Garda, in un complesso sistema di castelli adagiati sulle sponde del Mincio. Poco distante dal centro storico e dal suo castello ci sono i resti dell'insediamento neolitico di Tosina. La ciclabile li lambisce entrambi e si raggiungono con una deviazione di poche centinaia di metri.



3 Parco Sigurtà

Con una brevissima deviazione dalla ciclabile si raggiunge il Parco Sigurtà, uno dei più belli d'Italia e del mondo. Il viale delle rose da maggio a settembre è colorato con oltre 30.000 rose fiorite. E poi ci sono tulipani, piante acquatiche ed enormi prati verdi. Per visitarlo è consigliata mezza giornata.



4 Valeggio sul Mincio

Con una brevissima deviazione dalla ciclovia arriviamo al centro storico di Valeggio sul Mincio. Passeggiamo tra le eleganti ville liberty fino al Castello Scaligero. Le torri, tra cui la bellissima Torre Tonda, sono visitabili solo nel weekend da fine marzo a fine ottobre. Da qui lo sguardo spazia sulla pianura veneta e mantovana, fino agli Appennini, alle colline lombarde e all'arco alpino. Uno dei tre ponti levatoi del castello è ancora intatto e si può percorrere a piedi immaginando cavalieri medievali e singolar tenzoni.



5 Borghetto sul Mincio

Percorrendo via Raffaello Sanzio con una deviazione brevissima dalla ciclovia siamo alla frazione di Borghetto, l'angolo più pittoresco di Valeggio sul Mincio. Il Pontelungo, o Ponte Visconteo, è un ponte diga trecentesco in cui due cortine merlate sulle due sponde erano unite dal camminamento, in rovina ma ancora agibile. I mulini che fino al '900 inoltrato servivano a trasformare il grano in farina e alla pilatura del riso oggi sono locali e attività commerciali. Uno degli antichi mulini però è ancora in funzione.



6 Pozzolo sul Mincio

A Pozzolo sul Mincio, sulla riva sinistra del fiume, le colline moreniche lasciano spazio alla pianura mantovana. Anche il Mincio cambia aspetto e dalle sembianze di un grande canale con gli argini regimentati, da qui in poi prende le sembianze di ampio fiume con i pioppi con le foglie che cantano al vento e la tipica vegetazione ripariale sugli argini liberi.





7 Riserva Naturale Bosco Fontana

Con una brevissima deviazione si raggiunge la Riserva Orientata Bosco Fontana, nel Comune di Marmirolo. L'area protetta tutela un piccolo fazzoletto di pianura, quello che rimane di una foresta immensa che arrivava fino alle rive del Mincio e che fu riserva di caccia dei Gonzaga. Numerosi e brevi sentieri segnati permettono di apprezzare a pieno il bosco e i suoi angoli ombreggiati.

8 Cittadella di Porto

Dell'antico avamposto fortificato, complementare alla città, isolato o isolabile, che difendeva l'accesso a Mantova dal ponte-diga, rimane poco ma di estremo fascino. Oltre a consentire l'accesso alla città costituiva un'opera idraulica fondamentale per la regolamentazione dei laghi.



9 Mantova

Un grande canale che collega il Lago Superiore a quello Inferiore attraversa Mantova con i suoi edifici rinascimentali che ne hanno fatto un Patrimonio dell'Umanità Unesco. Il Palazzo Ducale, uno dei più grandi d'Europa, conserva inestimabili opere d'arte, dal Tintoretto al Perugino passando per Rubens, Tiziano e Andrea Mantegna, che lavorò tutta la vita presso la corte di Mantova.



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

www.oliocuore.it

