

Mountainbiken auf höchstem Niveau

17.10.2026, 17:45 | Freizeit, Bunt, Vermischtes

Pressemitteilung von: *Bergparadiese*



Spektakuläre Drops im Bikepark von Mottolino

Von den Bikeparks am Carosello 3000 und Mottolino bis zu einsamen Hochtälern und hochalpinen Passübergängen: Livigno bietet Mountainbikern eine ungewöhnlich große Vielfalt. Dabei lohnt sich auch ein Blick über die bekannten Bikepark-Strecken hinaus.

Livigno ist vor allem als Wintersportort bekannt. Doch sobald der Schnee verschwindet, verwandelt sich das auf rund 1.800 Metern gelegene Hochtal in ein weitläufiges Revier für Mountainbiker. Bergbahnen erschließen zahlreiche Flowtrails und anspruchsvolle Abfahrten, während abseits der Bikeparks Schotterwege, natürliche Trails und aussichtsreiche Passübergänge warten. Einige der umliegenden Gipfel überschreiten die 3.000-Meter-Marke.

Gerade die Kombination aus Bikepark, klassischen Mountainbike-Touren und hochalpiner Landschaft macht den besonderen Reiz der Region aus. Dabei finden sowohl weniger erfahrene Mountainbiker als auch sportlich ambitionierte Fahrer passende Strecken.

Zwei Bikegebiete mit unterschiedlichem Charakter

Die bekanntesten Mountainbike-Reviere liegen auf den beiden Talseiten von Livigno. Am Carosello 3000 dominieren lange, flüssig angelegte Trails mit weiten Kurven und aussichtsreichen Abfahrten. Das Gebiet eignet sich besonders für Mountainbiker, die erste Erfahrungen auf gebauten Trails sammeln oder längere Abfahrten mit Bergbahnunterstützung genießen möchten.

Auf der gegenüberliegenden Seite bietet Mottolino einen stärker auf sportliche und technisch anspruchsvolle Abfahrten ausgerichteten Bikepark. Neben einfacheren Strecken warten dort auch anspruchsvollere Trails, Sprünge und technische Herausforderungen.

Ein besonderes Erlebnis am Carosello 3000 ist die sogenannte Tutti Frutti Epic Tour. Sie verbindet mehrere Trails, Bergbahnfahrten und kurze selbst gefahrene Anstiege zu einer ausgedehnten Runde durch die Bergwelt oberhalb von Livigno. Dabei führen einzelne Abschnitte bis auf rund 2.840 Meter Höhe unterhalb des Monte delle Rezze.

Auch wenn viele Trails technisch gut fahrbar sind, sollte die körperliche Belastung nicht unterschätzt werden. Die zahlreichen Abfahrten verlangen Ausdauer und Konzentration, besonders gegen Ende eines langen Biketages.

Abseits der Bikeparks: Das Valle delle Mine

Wie abwechslungsreich das Mountainbiken rund um Livigno ist, zeigt eine Tour ins Valle delle Mine. Nach einer zunächst steilen Auffahrt in Richtung Mottolino führt ein Höhenweg durch lichte Wälder an den Berghängen oberhalb des Ortes entlang.

Später geht es auf natürlichen Trails hinunter in das vom Torrente Tresenda durchzogene Seitental. Hier stehen weniger Geschwindigkeit und technische Hindernisse als vielmehr die Landschaft im Mittelpunkt. Entlang des Gebirgsbachs führt die Strecke schließlich zurück nach Livigno.

Die Tour verbindet einzelne Trailabschnitte mit einer klassischen Mountainbike-Runde und bietet damit eine interessante Alternative zu einem reinen Bikeparktag. Das Valle delle Mine lässt sich übrigens auch gut zu Fuß erkunden.

Über den Passo di Trela zu den Laghi di Cancano

Zu den landschaftlich eindrucksvollsten Mountainbike-Touren der Region zählt die Runde vom Lago di Livigno über den Passo di Alpisella zu den Laghi di Cancano und weiter zum Passo di Trela.

Bereits der erste Anstieg verlangt auf teilweise steilen und grobschottrigen Wegen einiges an Kondition. Hinter dem Pass öffnet sich die Landschaft, bevor die Strecke hinunter zu den beiden großen Stauseen Lago di San Giacomo und Lago di Cancano führt.

Auf dem Weiterweg zur Malga Trela und zum Passo di Trela verändert sich der Charakter der Tour erneut. Breite Schotterwege gehen in schmalere Pfade über, die stellenweise auch fahrtechnisches Können erfordern. Besonders eindrucksvoll sind die weiten Ausblicke vom Pass und die anschließende Abfahrt.

Die Runde eignet sich vor allem für Mountainbiker mit guter Kondition und Erfahrung auf natürlichen Trails. Mit dem E-Mountainbike lassen sich die längeren Anstiege etwas leichter bewältigen.

E-Mountainbike oder klassisches Enduro?

Welches Mountainbike für Livigno am besten geeignet ist, hängt vor allem von der geplanten Tour ab. Auf langen Strecken mit vielen selbst gefahrenen Höhenmetern spielt das E-Mountainbike seine Vorteile aus. Gerade auf steilen Schotterauffahrten spart die Motorunterstützung Kraft und erweitert den möglichen Aktionsradius.

Wer dagegen überwiegend die bergbahnunterstützten Trails am Carosello 3000 oder Mottolino nutzen möchte, ist mit einem klassischen Enduro-Mountainbike häufig gut beraten. Das geringere Gewicht macht sich besonders in Kurven und auf technisch anspruchsvollen Abfahrten bemerkbar.

Für beide Varianten gibt es in Livigno entsprechende Verleihmöglichkeiten, unter anderem direkt an den Talstationen der Bergbahnen.

Livigno auch abseits des Mountainbikes entdecken

Die hohe Ausgangslage macht Livigno nicht nur für Mountainbiker interessant. Auch Wanderer erreichen vergleichsweise schnell aussichtsreiche Höhenlagen.

Ein lohnendes Ziel ist der Bergrücken zwischen Monte Crapene und Crap de la Parè oberhalb des Lago di Livigno. Vom Passo d'Eira führt eine vergleichsweise einfache Wanderung zu einem Aussichtspunkt mit weitem Blick auf den See und die umliegende Bergwelt. Besonders zum Sonnenaufgang bietet sich hier ein eindrucksvolles Panorama.

Auch das Valle delle Mine und die hoch gelegenen Bereiche rund um Carosello 3000 bieten zahlreiche Möglichkeiten für Wanderungen.

Ein vielseitiges Revier in hochalpiner Landschaft

Livigno ist weit mehr als ein klassisches Bikepark-Ziel. Lange Flowtrails, anspruchsvolle Abfahrten, ruhige Seitentäler und ausgedehnte Touren über hohe Alpenpässe liegen hier vergleichsweise nah beieinander.

Während am Carosello 3000 vor allem lange Abfahrten und Fahrspaß im Mittelpunkt stehen, zeigen das Valle delle Mine und die Runde über die Laghi di Cancano eine andere Seite der Region. Hier prägen natürliche Wege, abwechslungsreiche Anstiege und die hochalpine Landschaft das Mountainbike-Erlebnis.

Gerade diese Vielfalt macht Livigno zu einem interessanten Reiseziel für Mountainbiker unterschiedlicher Könnensstufen. Wer mehrere Tage bleibt, kann täglich einen anderen Schwerpunkt setzen und zwischendurch auch die Wanderschuhe schnüren.

Über den Autor

Björn Ahrndt ist Outdoor-Autor, Fotograf und Gründer des Bergsportblogs Bergparadiese.de. Seit vielen Jahren berichtet er über Wanderungen, Bergtouren, Klettersteige und Mountainbike-Erlebnisse im Alpenraum. Seine Erfahrungen veröffentlicht er auf seinem Blog, in Büchern und als Gastautor in Zeitschriften.

Weiterführende Informationen und ausführliche Tourenbeschreibungen:

<https://bergparadiese.de/mountainbike-livigno>

Bergparadiese.de

Holunderweg 14
86420 Diedorf
Deutschland

BjörnAhrndt (Autor)

bergparadiese.de/mountainbike-livigno

Portrait

Tipps und Beschreibungen zu Bergtouren, Radtouren, Trailrunning-Erlebnissen, Skitouren und Reiseberichte zu den schönsten Orten.

<https://www.openpr.de/news/1327214/Mountainbiken-auf-hoechstem-Niveau.html>