

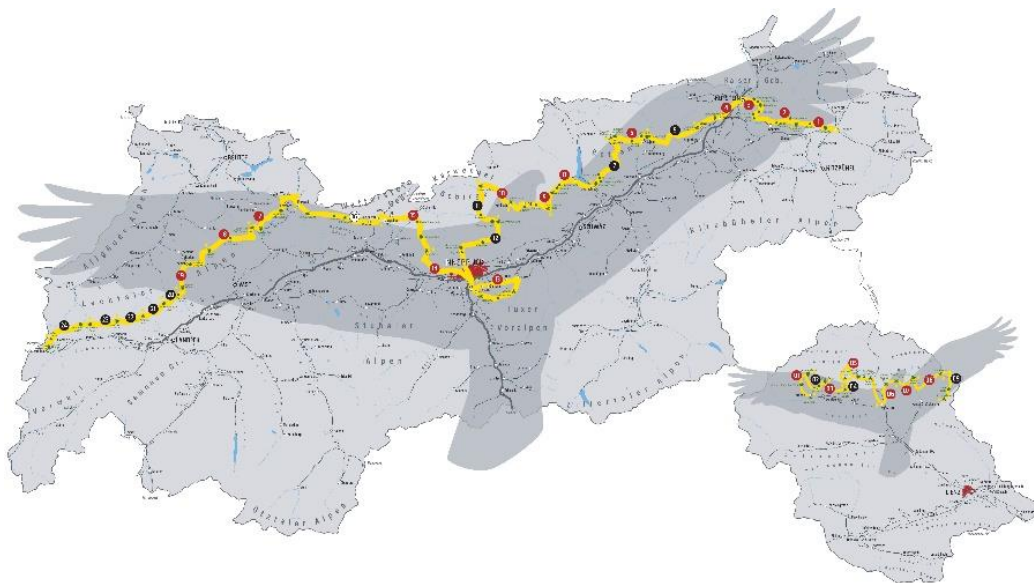
SULLE ALI DELL'AQUILA: EMOZIONI IN CAMMINO,
TAPPA DOPO TAPPA:

IL SENTIERO DELL'AQUILA IN TIROLO COMPIE 20 ANNI

Sono ormai vent'anni che l'Adlerweg – il Sentiero dell'Aquila – attira in Tirolo gli appassionati della montagna. Nel cuore delle imponenti montagne tirolesesi, questo straordinario sentiero escursionistico a lunga percorrenza offre un itinerario impegnativo, scenari suggestivi ed esperienze indimenticabili a contatto con la natura. In occasione del suo 20° anniversario, il Sentiero dell'Aquila torna sotto i riflettori, con le sue peculiarità uniche e il fascino senza tempo dell'escursionismo a tappe.

Il Sentiero dell'Aquila in cifre

- 426 chilometri di percorso totale
- 33 tappe giornaliere (1 facile, 20 di media difficoltà, 12 difficili)
- 30.000 metri di dislivello in salita, 28.000 metri in discesa
- 7 catene montuose attraverso il Tirolo e l'Osttirol
- 75 punti di sosta per il ristoro e il pernottamento lungo il percorso
- Punto di altitudine massima: 2.848 metri sul livello del mare (Gradötzscharte nell'Osttirol, tappa 7)



Un sentiero escursionistico a lunga percorrenza dal profondo valore simbolico

Il Sentiero dell'Aquila prende il nome dall'imponente animale araldico del Tirolo, simbolo di forza, visione e libertà. Il suo tracciato, che si snoda da St. Johann in Tirolo a est fino a St. Anton am Arlberg a ovest, rievoca la sagoma di un'aquila con le ali spiegate. A differenza di molti percorsi di trekking europei a lunga percorrenza, che si sviluppano da nord a sud attraverso monti e vallate, il Sentiero dell'Aquila si estende da est a ovest (in Tirolo) o da ovest a est (nell'Osttirol) mantenendo in gran parte un'altitudine costante. Questo itinerario regala autentici "scorci d'aquila": viste mozzafiato su vallate profonde, aspre pareti rocciose e catene montuose che si perdono all'orizzonte. Camminare lungo questo sentiero alpino richiede coraggio, forza e resistenza, ma ogni passo è ampiamente ripagato da panorami unici e indimenticabili.

Con i suoi 330 chilometri in Tirolo (24 tappe) e 96 chilometri nell'Osttirol (9 tappe), il Sentiero dell'Aquila attraversa alcune delle catene montuose più suggestive del Tirolo: il massiccio del Kaisergebirge, le Alpi di Brandenberg, il Karwendel, le Alpi di Tux, il Wetterstein, le Alpi di Lechtal e gli Alti Tauri. Un itinerario che unisce la sfida dell'ambiente alpino al fascino della cultura locale, offrendo una visione della varietà paesaggistica e geografica del Tirolo.

Un'idea che ha preso quota: la nascita del Sentiero dell'Aquila

Il Sentiero dell'Aquila nasce nel 2005 da una visione ambiziosa: rendere il Tirolo interamente accessibile a piedi, offrendo un'esperienza escursionistica che abbraccia la regione nella sua totalità. Fin da subito, si è affermato come uno dei più importanti itinerari escursionistici a lunga percorrenza d'Europa. Nel 2007, la rete di sentieri è stata ampliata fino a comprendere 127 tappe, collegando le valli meridionali attraverso percorsi regionali noti come le "penne dell'aquila". Una ristrutturazione nel 2015 ha portato alla definizione dell'attuale tracciato più compatto ed è stata accompagnata da un affinamento tematico che ha elevato l'esperienza del cammino e ridefinito il pubblico di riferimento, posizionando Il Sentiero in modo ancora più chiaro. Oltre ai panorami che evocano la prospettiva di un'aquila in volo, un elemento distintivo del Sentiero dell'Aquila sono i racconti alpini, che arricchiscono ogni tappa con affascinanti approfondimenti sulla storia, i miti e le peculiarità delle catene montuose attraversate. Questi racconti sono disponibili sia online che in formato cartaceo presso i rifugi lungo il percorso: un accompagnamento letterario che trasforma l'escursione in un'esperienza ancora più indelebile.

L'aquila: la regina delle montagne tirolesi

Con un po' di fortuna, lungo il Sentiero dell'Aquila è possibile avvistare la maestosa aquila reale nel suo habitat naturale – uno spettacolo emozionante che, oltre un secolo fa, sarebbe stato impensabile, dato che la popolazione di aquile in Austria era drasticamente ridotta. Oggi, invece, l'aquila reale è tornata a essere una presenza stabile e diffusa, probabilmente in ogni valle tirolese. Le montagne del Karwendel, in particolare, ospitano una delle densità più alte di aquile dell'intero arco alpino. Con la loro imponente apertura alare di 2,4 metri e una velocità in picchiata che sfiora i 300 km/h, le regine dei cieli planano sopra le teste degli escursionisti, incarnando in modo perfetto lo spirito del sentiero che porta il loro nome.

Le offerte in occasione dell'anniversario

In occasione del 20° anniversario del Sentiero dell'Aquila, le regioni lungo il percorso si concentrano su un tema specifico e invitano i visitatori a fare escursioni e a esplorare la regione con offerte speciali. Gli escursionisti possono approfittare delle [esclusive promozioni preparate per l'anniversario](#): a partire dall'estate 2025, la regione della Tiroler Zugspitz Arena offre l'opportunità speciale di immortalare i ricordi con il nuovo "Adlerweg-Fotopoint". I rifugi lungo l'itinerario delizieranno il palato degli escursionisti con piatti speciali dedicati al Sentiero dell'Aquila. Un'altra iniziativa è la "Adlerweg Challenge" a St. Anton am Arlberg: chi la completa sarà premiato con una goodie-bag realizzata per l'occasione.

Particolare enfasi viene posta anche sulla possibilità di accedere al Sentiero dell'Aquila nel rispetto dell'ambiente: grazie alla rete di trasporti pubblici ben sviluppata, molte tappe del percorso escursionistico a lunga percorrenza sono ben collegate e possono essere raggiunte facilmente in autobus e in treno.

L'escursionismo a lunga percorrenza: una tendenza in costante crescita

Negli ultimi anni, l'escursionismo a tappe ha conosciuto un vero e proprio boom di popolarità. Nel 2024, ad esempio, il 90 % dei turisti estivi in Tirolo ha scelto l'escursionismo come attività principale della propria vacanza. Già nel 2017, il 30 % degli escursionisti tedeschi e il 18 % di quelli austriaci avevano optato per itinerari escursionistici a lunga percorrenza – una tendenza che continua fino ad oggi. Molte regioni registrano una forte domanda e offrono ormai un'ampia varietà di escursioni per più giorni. Il fascino di questa esperienza sta nella combinazione di sfida sportiva, rallentamento del ritmo quotidiano e immersione nella natura. L'escursionismo a lunga percorrenza conquista sempre più anche le giovani generazioni, come dimostra il numero crescente di nuovi sentieri nati negli ultimi anni. In questo panorama, il Sentiero dell'Aquila si distingue come pioniere e punto di riferimento, ispirando e accompagnando lo sviluppo di numerosi altri itinerari nel cuore del Tirolo.

Link consigliati

- [Tutte le informazioni sul Sentiero dell'Aquila in Tirolo](#)
- [Altri sentieri escursionistici a lunga percorrenza in Tirolo](#)

Con le sue 34 associazioni regionali, il **Tirolo** è una delle principali destinazioni turistiche delle Alpi. Il turismo tirolese è stato plasmato da quasi 200 anni di storia e da numerose attività pionieristiche. In estate e in inverno, gli ospiti apprezzano il paesaggio alpino e la natura, l'alta qualità del servizio e delle infrastrutture, nonché l'ospitalità. La **Tirol Werbung GmbH**, con sede a Innsbruck, fa parte di Lebensraum Tirol Holding GmbH e opera in qualità di organizzazione regionale del marketing turistico. La sua missione principale è posizionare il Tirolo come il luogo energetico più ricercato nel mondo alpino.

Martina Nairz
PR Manager

Tirol Werbung GmbH
Maria-Theresien-Straße 55
6020 Innsbruck
+43 512 5320 368 *t*
presse@tirol.at *e*
presse.tirol.at *w*

LEBENSRAUM TIROL
HOLDING