

Un giro in bici sulla via del cuore

Un impegno assunto col cuore. La Herzroute (via del cuore) – un percorso studiato per i fan delle due ruote – collega i Comuni di Lützelflüh nell'Emmental e Willisau nell'hinterland lucernese. La Visana ha deciso di sponsorizzare questo sentiero contribuendo... di cuore a una promozione della salute su vasta scala.

Ci sono tanti modi per combattere la sedentarietà che ormai è entrata a far parte della vita quotidiana dell'uomo moderno. Uno di questi è pedalare. Situata tra Burgdorf e Willisau, la Herzroute offre l'opportunità di conoscere meglio la regione prealpina compresa tra Berna e Lucerna attraversandola in bicicletta.

Un nome che è tutto un programma

La Herzroute non è un circuito a forma di cuore, come si potrebbe pensare. Il riferimento al cuore si presta a diverse interpretazioni che hanno a che vedere con le tante accezioni di questo termine: da un punto di vista geografico, il sentiero si trova nel cuore della Svizzera; in linea di

massima, andare in bicicletta fa bene al cuore e a tutto il sistema cardiovascolare; pedalare in questi luoghi rallegra il cuore e, infine, i promotori del sentiero hanno messo il cuore nella realizzazione di questo progetto.

Su un sentiero storico

La Herzroute conduce per 55 chilometri da Willisau nell'Emmental passando per l'Argovia superiore e la regione di Trachselwald. Percorribile in entrambe le direzioni, collega le località di Willisau e Lützelflüh. Nel 2006, la segnaletica dell'intero percorso è stata rinnovata in entrambe le direzioni e adesso i ciclisti arrivano alla meta ancora più sicuri.

Il percorso conduce lungo lo storico sentiero della Guerra dei contadini del 1653, che vide i sudditi lucernesi e bernesi dell'Entlebuch e dell'Emmental ribellarsi ai propri dominatori.

Possibilità di compiere il percorso in due giorni

Il sentiero si snoda lungo strade secondarie poco frequentate attraverso colline quasi deserte, boschi ombrosi e paesini incantevoli. Il percorso si estende per il 15 per cento su sentieri naturali. Toccando

i 1400 m di altitudine, la Herzroute è anche abbastanza impegnativa per i biker. Tuttavia, può essere coperta interamente senza problemi nell'arco di una giornata e si presta anche a una gita di due giorni con tutta la famiglia o a una pedalata domenicale. I deliziosi agriturismo e le trattorie che si incontrano lungo tutto il tragitto invitano a una sosta e offrono possibilità di pernottamento e ristoro per tutti i gusti e per tutte le tasche.

Collegamenti ottimali

I collegamenti con le strade pubbliche sono uno dei punti forti della Herzroute. A chi vuole percorrerla solo in parte conviene prendere il treno che si ferma in parecchie località lungo il tragitto. La guida gratuita contiene preziose informazioni in merito.

Chi non vuole portarsi la propria bici e desidera fare un'esperienza particolare, può noleggiare una bicicletta elettrica Flyer presso le stazioni ferroviarie di Lützelflüh e Willisau. Grazie al motore, pedalare in salita diventa un gioco da ragazzi.

Stephan Fischer
Comunicazione aziendale



Un impegno assunto col cuore

La Visana sostiene la Herzroute in veste di sponsor principale sottolineando il suo impegno per una promozione attiva e sostenibile della salute. Il presidente del Consiglio d'Amministrazione Albrecht Rychen ha spiegato il motivo dell'impegno della Visana quasi un anno fa, in occasione dell'inaugurazione della nuova segnaletica: «Vogliamo sostenere le iniziative salutari.» Partecipate anche voi e pedalate sulla Herzroute.

Guida della Herzroute

Le guide illustrate della Herzroute possono essere ordinate gratuitamente. Basta inviare una busta formato C5, affrancata e munita del vostro indirizzo, a: Pro Emmental, Herzroute, Schloßstrasse 3, 3550 Langnau i. E.
Per ulteriori informazioni: www.herzroute.ch