

Mòes....

Ovvero muoviti, cammina non stare li impalato...

**Racconti, spunti di gite e passeggiate in
compagnia dal 1963 al 2020.**



Indice generale

Rifugio Nino Corsi in Val Martello.....	4
Lago Upia.....	4
Watles.....	4
Tre Cascate e tre Fontane.....	5
Cippo Tre confini.....	5
Rifugio Sesvenna (m. 2.256 s.l.m.).....	6
Pian dei Morti.....	7
Sentiero Glaciologico della Vallelunga da Melago.....	8
Rifugio Pio XI (m.2542).....	9
Rocca d'Anfo sul Lago d'idro.....	9
Madonna della Corona.....	10
Santuario Santa Caterina del Sasso Lago Maggiore.....	11
Monte Conero, Belvedere del Passo de Lupo.....	11
Monte Conero, Sassi Neri.....	12
Cascate nella Valle di Gaina a Monticelli Brusati.....	13
The Floating Piers -ponte galleggiante Lago Iseo-.....	14
Cascate del Serio.....	14
Buche di Nese, Burro, Alzano Bergamasco.....	16
Rifugio Magnolini.....	16
Salto degli Sposi.....	17
Selva d'Agnone.....	18
Capanna 2000.....	18
Moschel Pagherola (retro Presolana).....	19
Monte Blum e Monte Parè.....	19
Rifugio GianPace.....	20
Val Sanguigno - Passo Zulino.....	20
Baita Cassinelli - Presolana Parco Orobie.....	21
Cime di Belloro Monte Golla.....	22
Aviatico Monte Suchello.....	22
Foresta Nera – Cucu piu grande del mondo.....	22
Il Kronberg.....	23
Colle di Sogno - Monte Tesoro.....	23
3 Pizzi in Cima.....	25
Giro di PusDosso.....	25
Olmo al Brembo S. Brigida”Antica Via del Ferro”.....	26
Monte Sornadello.....	26
Fuipiano Valle Imagna giro tondo 3 quercie.....	26
Brembilla – Blello – Tre Faggi.....	27
Costa del Palio Fuipiano.....	28
Monte Ubione, inizio Val Brembana.....	29
Valtorta verso rifugio Grassi sotto il Pizzo dei 3 Signori.....	29
Sentiero Fiori Arera Baite Mezzeno Capanna 2000.....	30
Lagheti Ponteranica da Cusio.....	30
Piani Artavaggio.....	31
Cascate del Perino.....	31

Val Saliente.....	33
Lago Bianco e Lago Nero.....	33
cascate val nera.....	34
Passo Forcola - Monte Vago (3059 mt).....	35
Piramidi Di Zone.....	35
Monte Guglielmo.....	35
Val Sedornia Laghetto Spigorel.....	36
Rifugio Parafulmine.....	37
Piazzatorre (Piazzo) - Casera di Monte Colle.....	37
Parre - Monte Vaccaro.....	38
La Gita della Pandemia: A punta Salotto e rifugio Cucina.....	38
Dislivelli.....	40

Volevo fare un bigliettino d'Auguri diverso invece ho partorito un riassunto dei luoghi dove ho camminato. Sicuramente non sono tutti i posti in cui sono "salito" ma una bella fetta. Sarebbe stato bello scrivere le mie impressioni, i miei percorsi ma non è così semplice ricordarsi tutto. Allora ho spulciato in rete...

Buona lettura

Davide

Rifugio Nino Corsi in Val Martello.

6/7/2015 *Dvd, Lcu, Lrt*. Nel mezzo della soleggiata Val Venosta presso Coldrano si apre la romantica e incontaminata Val Martello. La Val Martello è situata nel Parco Nazionale dello Stelvio ed è circondata dal gruppo del Cevedale e dal massiccio dell'Ortles. È una delle più belle valli laterali dell'Alto Adige. Splendida la vista panoramica a 360° sull'affascinante mondo montano con le montagne mozzafiato del gruppo Ortles. Il rifugio Nino Corsi a 2265 m offre tutto all'escursionista ambizioso, buona attrezzatura e confort

[<https://www.sentres.com/it/martello/rifugio-nino-corsi#nearby-tab>]

Lago Upia

2/8/2017 *Dvd, Lcu*. Il punto di partenza di questa escursione sono i masi Glies nell'alta Val di Mazia. Dietro i masi, un sentiero conduce nel bosco lungo un tratto molto ripido. Qui si apre davanti agli occhi la valle Upia. Seguendo il sentiero n. 9, raggiungi dopo circa 1 ora di cammino la malga Upia, considerata il più alto alpeggio bovino (2.225 m) della Val Venosta. Durante il periodo dell'alpeggio, pascolano 50 mucche su 327 ettari. Il latte ottenuto viene utilizzato per la produzione di burro e formaggio. Dopo una breve pausa, salite al lago di Upia, situato in posizione idilliaca. Ricordate il sentiero passa in mezzo alle costruzioni e non usate quello di destra perché si allunga la strada e non di poco.... Il lago ha una profondità di 11 metri. E' situato ad una quota di 2552 metri tra le pendici di Punta d'Allitz a sud, la Rems Spitz a ovest, la Cima Upia a Nord, il Monte Alto ad est.

Watles

4/7/2015 *Dvd, Mnl, Lcu, Lrt, Grz*. Escursioni al Lago dei Giochi e la Croce del Watles. Chi ama le vacanze all'aria aperta trova sul Watles un ambiente escursionistico

unico, con un'impareggiabile vista sul Gruppo dell'Ortles, sul Gruppo del Sesvenna e sulle Alpi dell'Ötztal, oltre che su tutto il fondovalle dell'Alta Val Venosta. Sul Watles si trova una fitta rete di sentieri particolarmente adatti a tutta la famiglia e immersi in una natura incontaminata. Le mete più amate all'ombra delle cime sono il rifugio Plantapatsch, la malga Höfer e i Laghi del Prete.

E per chi desidera lasciarsi alle spalle lo stress e godersi una giornata di cammino sul Watles in totale relax esiste un amatissimo taxi per escursioni. Io e Lucia giusto per non restare fermi abbiamo puntato al sentiero per la Croce del Watles mentre la discesa l'abbiamo fatta per prati..

Tre Cascate e tre Fontane

27/7/2017 *Dvd, Mnl, Lcu, Lrt, Grz.* Le tre Fontane Sante di Trafoi sono ospitate in una piccola chiesa, che è dal XV secolo un luogo di pellegrinaggio mariano. Il sentiero alle tre Fontane Sante è una bella passeggiata di circa 2,5 km di lunghezza e si procede sempre in modo uniforme, quindi è adatta ai passegini. Inoltre, il sentiero alle tre Fontane Sante è percorribile tutto l'anno. Dalla casa del parco nazionale "naturatrafoi" si può seguire le indicazioni "Drei Brunnen" fino alla chiesa di Trafoi. Da lì si prosegue al campeggio e poi si segue il sentiero n. 18 fino alle tre Fontane Sacre. Sempre in quella zona c'è il sentiero alle Cascate che è un percorso circolare e conduce a tre bellissime cascate fragorose. Il sentiero inizia e finisce alle tre Fontane Sante. Il comodo sentiero, con leggere pendenze, ha una lunghezza di circa 6,4 km e offre esperienze culturali e una sosta alle bellissime cascate.

Cippo Tre confini

9/7/2019 *Dvd, Lcu.* Da Resia al Cippo dei Tre Confini (Dreiländerstein).

Un itinerario a cavallo dei confini tra l'Alta Val Venosta, la Valle dell'Inn e l'Engadina, tra Italia, Austria e Svizzera, dentro e fuori i confini dell'Unione Europea. Un'emozionante immersione nello splendido scenario naturale della triplice frontiera del "Dreiländereck".

Dal centro del paese di Resia ci incamminiamo lungo la strada principale in direzione nord, fino al segnavia n. 3 ("Dreiländerstein"), che ci indica il percorso da seguire. Iniziamo a salire, attraversando tra prati e larici i pendii del versante orientale del Piz Lad, rivolgendo spesso lo sguardo al blu del sottostante Lago di

Resia. Tratti su sentiero si alternano a larghi sterrati, conducendoci a un bivio dove svoltiamo a sinistra verso il Cippo dei Tre Confini (Dreiländerstein). Davanti a noi si apre un'ampia vista sulla Bassa Engadina e sul Gruppo del Samnaun, con la cima del Muttler ancora innevata; in fondo alla valle, il fiume Inn segna il confine tra Svizzera e Tirolo austriaco.

Dopo nemmeno tre ore di cammino abbiamo raggiunto il Cippo dei Tre Confini. L'aspetto del Cippo è quello di un comune masso, ma la sua particolarità sta nel coincidere con la triplice frontiera tra Italia, Svizzera e Austria: sedercisi sopra regala la singolare esperienza di stare a cavallo di tre nazioni. Il tempo di fare due passi in territorio svizzero – il sentiero termina qui, sbarrato dai pini mughi.

Fonte: [<https://www.suedtirolerland.it/it/sport-e-tempo-libero/montagne-ed-escursioni/escursioni-in-val-venosta/daresia-al-cippo-dei-tre-confini/>]

Rifugio Sesvenna (m. 2.256 s.l.m.)

25/7/2017 e 10/7/2019 Dvd, Lcu. L'escursione al Rifugio Sesvenna inizia nella valle Slingia, sopra Burgusio. Il percorso è molto facile ed accessibile a tutti, solo un pezzo dopo la cascata è un po' ripido. Il sentiero attraversa una valle molto larga e verde. Percorso selvaggio attraverso il pascolo estivo del bestiame utilizzato da oltre 400 anni. L'escursione attraversa quella che una volta era definita Gola dei Contrabbandieri. [<http://www.trafoi.net/Escursioni/Sesvenna.html>]

(Nel 2019) Da Slingia al rifugio Sesvenna alla romantica e selvaggia gola dei contrabbandieri

Dal rifugio verso nord seguiamo le indicazioni per la gola Uina percorrendo il pianeggiante sentiero n. 18 che dal rifugio in poco meno di mezz'ora ci porta al Passo di Slingia 2311m, il confine di stato fra Italia e Svizzera, anche se qui non troviamo né il tradizionale chiosco con la cioccolata svizzera né una gendarmeria (ciononostante si consiglia di avere con sé un documento di riconoscimento). Una croce, un cippo di confine e un muro a forma di imbuto che in estate serve per contare e "sdoganare" le mucche, sono gli unici segni di questo incustodito valico alpino. Il Passo di Slingia costituisce anche il naturale spartiacque dove possiamo osservare il destino dell'acqua: da una parte va verso l'Adige e l'Adriatico, dall'altra finisce nell'Inn e nel Mar Nero. Sulla sinistra c'è una delle più grandi torbiere alpine

dell'Alto Adige. Dal Passo di Slingia il sentiero scende verso il "Gross Lager / Sursass" a circa 2150m dove intravediamo un evidente masso in prossimità del quale parte il sentiero che sale in direzione dei laghetti da Rims e del rifugio Lischana. Ormai qui siamo in vicinissimi alla Gola Uina. La valle si chiude fra le rocce e già ci troviamo sul sentierino scavato nella roccia di una parete alta 800 metri, all'ombra, imponente e impressionante che a prima vista incute paura e vertigini, il tutto accompagnato dal roboante frastuono del torrente in fondo al dirupo. Il sentiero provvisto di un cavo d'acciaio dove potersi tenere, abbastanza largo, tanto è vero che ci passano anche con le biciclette, e, una volta superati i primi attimi di disorientamento e paura, si prosegue senza problemi in direzione del chiaro dell'apertura della gola sul versante svizzero. Passiamo ancora per due brevi gallerie ed è fatta: davanti a noi si schiude la lucente e selvaggia Val d'Uina, una valle laterale nell'Engadina Bassa, dove in lontananza sentiamo già i campanacci delle mucche che pascolano sui prati in fiore.

[<https://www.sesvenna.com/it/gola-uina/>]

Pian dei Morti

11/7/2019 *Dvd, Lcu con Guida*. Parcheggiata l'auto in paese si seguono le indicazioni segnavia 2. Seguendo la mulattiera arriviamo fino ad un bivio con indicazioni per la sorgente del fiume Adige, ma noi continuiamo sulla forestale che sale in direzione sud est, passa sopra l'impianto sportivo e dopo due tornanti, a quota 1675 fino a trovare il sentiero "1A Rosshütte". Lo seguiamo e, in costante salita e con belle viste sul sottostante Lago di Resia, raggiungiamo l'altipiano di Plamort, territorio paludoso dove per proteggersi da una eventuale invasione da parte di Hitler, alla fine degli anni trenta del secolo scorso è stata costruita una linea di difesa, fatta di bunker e sbarramenti anticarro, di strade di rifornimento e di trincee di combattimento. Seguendo l'indicazione Panzersperre (barriera anticarro) raggiungiamo subito il manufatto "Drachenzähnen" (denti di drago), costituito da pali di larici alti 50-100 cm, rinforzati in cemento con una piastra di fondazione e rivestiti in calcestruzzo. La difesa anticarro eretta nel 1938 è stata mantenuta fino al 1962. Ma questa non è l'unica opera militare del sito, infatti possiamo vedere bunker a suo tempo dotati di cannoni e altri con postazioni per mitragliatrici e spazi per le truppe spesso collegate da gallerie. Nel bunker numero 20 (ci si arriva

in 5 minuti da Resia) si trova la vera sorgente del fiume Adige. Raggiunto il punto sommitale dell'altura di Plamort m.2083, godiamo anche di uno splendido panorama verso l'Ortles, cima Dieci e Undici, Belpiano e il sottostante Lago di Resia, mentre a nord, all'altezza di Pfunds, si apre la valle dell'Inn.

[<https://lincantodellmontagne.com/2014/11/25/sbarramento-pian-dei-morti-verteidigungsanlage-plamort-2083m/>]

Sentiero Glaciologico della Vallelunga da Melago

30/6/2015 e 12/7/2019 *Dvd, Lcu*. Si parte dal fondovalle di Vallelunga: l'auto la parcheggiamo a Melago dove si esaurisce anche la strada (m 1912). Seguendo le indicazioni per la malga Melago, passiamo attraverso i verdissimi prati a sfalcio che si sviluppano ai lati del rio Carlino. Attraversato il torrente, in circa mezz'ora raggiungiamo il complesso degli edifici della malga. E' qui che inizia il sentiero glaciologico con i relativi cartelli illustrativi. Lasciamo a sinistra il sentiero diretto al rifugio Pio XI alla Palla Bianca per proseguire lungo il rio, camminando in falsopiano e poi per acquitrini. Con pendenza poco più marcata, superiamo un risalto per ritrovarci ad un ripiano con panche. I cartelli precedenti illustravano i due cordoli morenici su cui si cammina, ora ricoperti da vegetazione e difficilmente riconoscibili.

La morena era avanzata fino qui nel 1850. Risaliamo tra gli ultimi larici per imboccare la cresta del cordolo morenico alla sinistra orografica della valle e seguirne il filo per un buon tratto. E' forse uno dei punti più suggestivi dell'itinerario. Ad un cartello si incontra il bivio con la traccia più impegnativa che passa alla base dei ghiacciai (da fare con guida e opportuna attrezzatura). Noi invece scendiamo a sinistra su comodo sentiero fino al greto, ora incassato, del rio Carlino che si attraversa su una passerella in legno.

Per un breve tratto si segue il corso del torrente le cui acque torbide e fragorose creano un forte rumore che sovrasta ogni altro suono. Siamo quasi sotto la verticale del Rifugio Pio XI, ma il sentiero prosegue a risalire l'ampio vallone tra pietraie e rivoli d'acqua. Non è il classico ghiaione: ci accorgiamo di camminare su materiale disgregato, in un ambiente quasi privo di vegetazione. Non è passato ancora il tempo necessario perchè qui attecchisca forma vivente. Incontriamo magnifici

esempi di rocce montonate dal colore ocra, dato dagli ossidi di ferro. Più in alto si arriva all'estremità orientale del percorso, in corrispondenza di un belvedere posto su un cordolo morenico, affacciato su quello che resta della Vedretta della Vallelunga. Splendida è da qui anche la vista sull'arco montuoso che racchiude la parte alta della valle: un vero e proprio paradiso per i geologi ma non solo.

Il sentiero glaciologico trova qui il suo punto conclusivo perchè, con una brusca ansa verso sinistra, inverte la direzione, attraversa un torrentello e si dirige verso il rifugio. Con un traverso su friabili pendici moreniche ci si porta ad un ripiano erboso solcato da un rio, e da qui in pochi minuti al rifugio Pio XI alla Palla Bianca (m 2542). Dal crocevia presso il rifugio, imbocchiamo il sentiero n.2 in direzione Melago.

Oltrepassato un largo ripiano erboso con laghetto, divalliamo ancora fino ad un crocefisso con bivio, da dove riappaiono anche la malga di Melago e il paese. Tralasciato a destra il n.3, ci abbassiamo sulle pendici sottostanti piuttosto inclinate e scoscese, tra bancate rocciose e cembri isolati fino ad arrivare nuovamente a ridosso del greto del rio Carlino.

[http://www.sentierinatura.it/EasyNE2/LYT.aspx?IDLYT=2713&SQL=ID_Documento=3683]

Rifugio Pio XI (m.2542).

Il rifugio è di proprietà della sezione di Desio del CAI e ricorda il concittadino alpinista Achille Ratti divenuto Papa Pio XI. E' conosciuto anche con il nome di Weisskugelhutte. Si trova in fondo alla Vallunga, quasi al confine con l'Austria, e al cospetto del gruppo della Palla Bianca/Weisskugel (m.3738).

I ghiacciai sono ancora presenti (luglio 2009) sebbene siano impressionanti il ritiro e la diminuzione di volume guardando le foto di inizio XX secolo. Qualche anno prima io e Lucia abbiamo percorso il sentiero a ritroso rispetto a questa volta dicendo più di una volta "guarda quei pazzi che vanno su quel crinale, noi non lo faremmo mai!" E via subito a provarlo!

[http://www.madia.it/mdm_rifpallabianca.htm]

Rocca d'Anfo sul Lago d'idro

24/7/2016 Dvd, Mnl, Lcu La Rocca d'Anfo è un complesso militare fortificato eretto nel XV secolo dalla Repubblica di Venezia nel Comune di Anfo, sul Lago d'Idro, in Valle Sabbia. Edificata sul pendio del Monte Censo, su una superficie di 50 ettari, la Rocca d'Anfo fu rimaneggiata e ingrandita in diversi periodi dagli ingegneri militari di Napoleone Bonaparte, di Giuseppe Zanardelli e dal Genio Militare Italiano. La Rocca è la fortezza napoleonica più grande d'Italia.

Adibita dall'Esercito Italiano a caserma per l'addestramento dei militari di leva, il complesso, venne anche utilizzato come polveriera e deposito d'armi. Fu dismessa nel 1975, ma restò vincolata al Ministero della Difesa fino al 1992. Ora si fanno visite guidate, non proprio semplici ma veramente interessanti e curiose sia sotto il profilo storico che paesaggistico.

[<https://www.roccadanfo.eu/>]

Madonna della Corona

26/2/2017 Dvd, Mnl, Lcu, Lrt. Il santuario della Madonna della Corona, vicino al lago di Garda, è senz'altro uno dei luoghi più suggestivi e mistici di tutta la nostra penisola. Meta di pellegrinaggio ormai da secoli lo si può raggiungere a piedi attraverso un sentiero che parte dal piccolo paese di Brentino Belluno (siamo in provincia di Verona) e che sale immerso nel bosco con un dislivello di circa 600 metri, con oltre 1.500 gradini e due ore di cammino. Fino a pochi anni fa questo era l'unico modo per arrivare quassù. Si camminava per ore in pellegrinaggio e in preghiera, poi, con la costruzione della strada, è diventato tutto più semplice: comitive, auto, moto e chi più ne ha più ne metta, possono arrivare in questo luogo magico, sospeso tra montagna e cielo.

Consiglio quindi a tutti i camminatori e, a chi vuole vivere al meglio l'esperienza della salita al Santuario della Madonna della Corona, di venire durante la settimana oppure durante i mesi di bassa stagione.

[<https://www.montagnadiviaggi.it/2016/07/santuario-della-madonna-della-corona.html>]

Mentre una volta, come detto, vi si accedeva solamente attraverso una salita di gradini dal paese di Brentino in Vallagarina, oggi è raggiungibile anche attraverso

una strada asfaltata dopo il paese di Spiazzi, che termina in una galleria scavata nella roccia nel 1922, dove è esposto il dipinto della Madonna.

Questa strada è percorribile solo a piedi, e lungo il tragitto ci sono le quattordici stazioni della Via Crucis in statue bronzee, e viene riprodotto il sepolcro dove venne messo Gesù dopo la sua morte.

[https://it.wikipedia.org/wiki/Santuario_Madonna_della_Corona]

Santuario Santa Caterina del Sasso Lago Maggiore

27/8/2017 *Dvd, Mnl, Lcu, Lrt, Grz.* Costruito su un costone roccioso a strapiombo sul Lago Maggiore, l'Eremo di Santa Caterina del Sasso è sicuramente uno degli scenari più suggestivi del lago, si compone di tre nuclei architettonici risalenti ai secoli XIII-XIV ed è un capolavoro di eleganza e ingegneria.

Dall'ingresso principale dell'eremo si accede al convento meridionale per poi percorrere una lunga veranda ad archi da cui si gode una spettacolare vista lago che abbraccia la sponda piemontese sino alle Isole Borromee. Da qui si arriva ad un cortiletto in cui risiede un antico torchio ligneo datato 1759, quindi al monastero detto il conventino, e per finire alla chiesa di origini romaniche che ha una struttura curiosa frutto della fusione di tre distinte cappelle costruite nel tempo e nel cui interno sono conservati pregevoli affreschi medievali.

Leggenda narra che il fondatore fu un facoltoso commerciante, tal Alberto dei Besozzi, che nel lontano 1170 si salvò miracolosamente da un naufragio per intervento di Santa Caterina di Alessandria. In gesto di ringraziamento decise poi di darsi alla vita di eremita in questo luogo su cui fece costruire la prima cappella. Anni dopo Santa Caterina intervenne ancora per sconfiggere la peste che stava devastando la zona e poi ancora nel corso del 17° secolo, quando arrestò una frana di massi rocciosi che stavano per abbattersi sulla cappella della tomba del fondatore.

[<https://www.isolelagomaggiore.com/navigazione-eremo-santa-caterina-del-sasso.html>]

Monte Conero, Belvedere del Passo de Lupo

18/7/2018 *Dvd, Lcu, Lrt.* Una passeggiata in un ambiente parzialmente compreso nella riserva sul versante meridionale del Monte Conero di eccezionale interesse

geologico per l'affioramento della maiolica (la più antica formazione litologica presente nell'area del Parco) Lungo questo caratteristico tratto di costa alta abbiamo osservato piccole spiagge, candidi scogli di incomparabile bellezza. Vegetazione con zone coltivate a macchia mediterranea termofila (leccio, corbezzolo, laurotino, lentisco) pineta di rimboschimento, vegetazione rupicola (violaciocca, valeriana rossa), vegetazione alofila (finocchio di mare), ghiaioni parzialmente consolidati da ginestra ed *Ampelodesmos mauritanicos*. Abbarbicata sui costoni rocciosi sovrastanti la spiaggia delle Due Sorelle vive l'*Euforbia arborescente*, vero gioiello botanico del parco in quanto non presente altrove nelle Marche né lungo la costa adriatica a nord del Gargano.

L'itinerario da noi effettuato è partito dal Parcheggio Sommitale del Monte Conero vicino alla Badia di San Pietro; il tracciato segue un sentiero che si inoltra nel fitto della macchia mediterranea e lungo il quale si aprono scorci suggestivi sulle spiagge di Sirolo, di Numana e sulla costa bassa fino a Civitanova Marche. Si giunge quindi al "Passo del Lupo", uno sperone di roccia a picco sul mare che rappresenta uno dei punti più suggestivi del Parco del Conero e dal quale si gode di una vista spettacolare sulla piccola baia delle Due Sorelle. Il sentiero prosegue con una ferrata che supera ripidi tornanti lungo la falesia (è necessario abbigliamento escursionistico alpino) fino ad arrivare ad un canalone che scende, in breve, alla spiaggia delle Due Sorelle solo che attualmente è percorribile solo fino qui dove oltre ad uno spettacolare panorama siamo stati avvolt da un fortissimo vento

[<https://www.rivieradelconero.info/it/i-sentieri-del-conero/>]

Monte Conero, Sassi Neri

18/7/2018 Dvd, Lcu, Lrt. Il Sentiero 303 Sassi Neri parte da Sirolo (attenzione ai parcheggi sono quasi tutti a pagamento tranne pochissimi) si svolge in pinete di rimboschimento (Pino d'Aleppo) e zone completamente incolte. Molto diffusa la ginestra mentre nella parte più prossima al mare troviamo la Canna del Reno.

La sterrata che scende nella bassa vegetazione mediterranea ci porta alla spiaggia dei "Sassi Neri": da qui si possono osservare gli scogli di scaglia rossa che caratterizzano questo tratto di costa.

Cascate nella Valle di Gaina a Monticelli Brusati

31/8/2019 Dvd, Lrt, Grg, Dgi. Nella Valle di Gaina a Monticelli Brusati si sviluppa il Sentiero della Cascade, un percorso naturalistico ad anello di particolare interesse. Esso è caratterizzato dalla presenza di un piccolo canyon lavorato dall'erosione del torrente che scorre nella zona e da una serie di piccole cascate. L'itinerario prende il via dalla frazione di Gaina, dove un segnavia di colore bianco e rosa con la scritta SC conduce lungo una stradina, prima asfaltata e poi sterrata, al suggestivo torrente. I percorsi proposti sono due, ma quello da noi preferito è indicato come "Variante per Esperti" per l'andata e "Variante B" per il ritorno. Il sentiero si abbassa verso il torrente, percorrendo il piccolo canyon. Passati sotto una nicchia in cui è custodita una Madonnina, alternando ripetuti passaggi del corso d'acqua, si arriva alla prima scala metallica situata alla destra di una cascata. Dopo averla risalita, si procede affiancati da alcune stratificazioni rocciose, superando, con l'aiuto di catene e pioli metallici, una stretta forra lavorata dall'acqua, fino a raggiungere un'altra cascata che chiude la vallata. Ci si arrampica a sinistra, aggirando la cascata con l'utilizzo di una lunga catena: è questo il passaggio più impegnativo del percorso da affrontare con cautela. Poco dopo, il sentiero raggiunge un'altra suggestiva cascata, nei pressi della quale si trova una testa scolpita nella roccia, chiamata "Mostasù". Si sale la seconda scala metallica a sinistra della cascata e, superatala, si prosegue lungo un sentiero attrezzato con cavo metallico plastificato, che riconduce al torrente. Si attraversa il corso d'acqua e si esce dal bosco, raggiungendo prima delle costruzioni in muratura e poi una radura erbosa. Da qui, seguendo le indicazioni "Variante B", si risale ancora un tratto la valle fino ad incontrare nuovamente il torrente. Lo si attraversa per l'ultima volta, portandosi sulla sponda destra e si completa il giro rientrando a Gaina. Il Sentiero della Cascade è percorribile in tutti i periodi dell'anno, ma sono preferibili la primavera e l'estate ed è sconsigliabile intraprendere il percorso durante i giorni piovosi. Si suggerisce l'uso di scarponcini da trekking .

[<https://visitlakeiseo.info/sport-e-natura/sentiero-delle-cascate/>]

The Floating Piers -ponte galleggiante Lago Iseo-

20/6/2016 *Dvd, Mnl, Lcu, Lrt*. Christo che cammina sulle acque: il paragone era inevitabile e tutti lo hanno ripreso. Complice l'assonanza con il nome, Christo Vladimirov Yavachev, in arte Christo, noto land artist, soprannominato "l'impacchettatore" (di monumenti come il Reichstag di Berlino, Porta Pinciana a Roma, la statua di Vittorio Emanuele II in piazza Duomo a Milano, ma anche di isole, ponti e parchi), questa volta ha scelto il lago di Iseo, tesoro lacustre incastonato tra Brescia, le vigne della Franciacorta e il massiccio dell'Adamello per la sua nuova opera: The Floating Piers, il pontile galleggiante di 3 chilometri di tappeto giallo.

E non è un pontile qualunque quello che ci ha accolti per 16 giorni, dal 18 giugno al 3 luglio 2016. La passerella fatta di 200 mila cubi di polietilene ricoperta di un tappeto color giallo dalia, larga 16 metri e lunga oltre 3 chilometri, ci ha permesso di camminare appunto sulle acque del lago.

La performance-installazione, accessibile gratuitamente 24 ore al giorno (grazie a sapienti lampioni a scomparsa posti a 30 metri l'uno dall'altro era visitabile anche in piena notte), per tutta la durata dell'esperimento artistico ha unito il paese di Sulzano con l'isola di Montisola (la più alta isola lacustre d'Europa e la più grande dell'Europa centromeridionale) e questa con l'isoletta privata di San Paolo, un'ex convento di Cluny ora di proprietà di una storica famiglia della val Trompia. Proprio quella famiglia che, appassionata di arte contemporanea, ha fatto conoscere e apprezzare all'artista bulgaro naturalizzato americano la bellezza della natura circostante. E noi questa passeggiata sull'acqua non ce la siao lasciata scappare. Prima io e Manu e poi tutti insieme.

[<https://www.touringclub.it/notizie-di-viaggio/the-floating-piers-la-nuova-opera-di-christo-sul-lago-di-iseo>]

Cascate del Serio

18/8/2019 *Dvd, Lcu, Lrt*. Nei primi chilometri del suo percorso il Fiume Serio forma i Laghi di Barbellino Superiore e Inferiore, e attraversa la località turistica di Valbondione, nel cui territorio sono localizzate le cascate del Serio. Si tratta di un triplice salto per complessivi 315 metri, il più alto d'Italia e il secondo in Europa.

Nel 1931, nel luogo in cui sorgeva un piccolo lago naturale, venne edificata una diga per la produzione di energia elettrica che interruppe il corso del fiume. Nel '69 la diga aprì le barriere per far rivivere la bellezza delle cascate. Da allora, in accordo con ENEL, se le precipitazioni invernali garantiscono una riserva d'acqua sufficiente a garantire la buona riuscita delle aperture l'evento si ripete diverse volte lungo ogni stagione estiva per consentire a quanti più curiosi e appassionati di godere dello spettacolo mozzafiato della natura che si scatena in tutta la sua forza, rovesciando a valle circa 10.000 metri cubi d'acqua.

Il percorso o meglio l'autostrada parte da Valbondione, si prende in direzione Pianlivere/Piano Inclinato oppure si segue la scia di persone ed in circa 30 minuti si arriva a Maslana.

Arrivati nella contrada Polli si prosegue in direzione Contrada Picinella. Il percorso da Maslana è praticamente tutto in piano fino all'antico ponte romano. Dopo averlo attraversato e girato a sinistra si arriva nella Piana del Serio. Da qui si prosegue fino ad arrivare all'Osservatorio floro-faunistico di Maslana, nella zona dei grandi massi da dove si può ammirare lo splendido spettacolo delle Cascate del Serio.

Il tempo trascorso dall'arrivo in Maslana ai grandi massi per chi vuole godersi a pieno della tranquillità della natura è di circa 30 minuti.

Loro fino al pratone io al Rifugio Curò e Lago Barbellino

[<http://www.vivisulserio.it/articoli/149-le-cascate-del-serio>]

Il rifugio Antonio Curò, situato nella amena ed assolata conca del Bacino del Barbellino è posto di fronte alle magnifiche creste del Recastello e del pizzo Coca, mentre sullo sfondo chiude l'ampio panorama la duplice cima del Monte Torena. Il rifugio si trova nel cuore del parco delle Orobie bergamasche, la zona dei laghi artificiali e naturali e le numerose cime che gli fanno da corona (ben 20 cime oltre i 2700 mt.). Sicuramente una delle più frequentate dagli escursionisti bergamaschi, questa merita di essere percorsa in lungo e in largo proponendosi come snodo fondamentale sul sentiero delle Orobie

[<https://www.rifugi.lombardia.it/bergamo/valbondione/rifugio-curo.html>]

Buche di Nese, Burro, Alzano Bergamasco

28/7/2008 Dvd, Lcu. Per gli amanti di posti incontaminati e scenari paradisiaci, le buche o pozze di Nese sono un tesoro da non perdere; sono un'ottima alternativa al mare, per chi volesse evitare il traffico infernale e la calca sulle spiagge, oltre ad essere un'occasione per scoprire posti nuovi e fare un po' di trekking.

La strada inizialmente si presenta semplice (attenzione se ha piovuto), per poi diventare un po' più articolata fra salite e discese ripide fra gli alberi e, verso la fine, fra le rocce.

Indossate scarpe chiuse o, comunque, evitate gli infradito. Portate con voi acqua e cibo se vi va, asciugamani e ricambio, se avete intenzione di fare un gelido ma indimenticabile bagno.

Purtroppo, lungo il percorso, incontrerete una croce che ricorda il ragazzo che ha perso la vita cadendo dalla montagna. Vi raccomando di non andar di fretta, di andare cauti godendovi la calma del luogo. Ci sono dei punti del percorso che possono sembrare più ardui di quanto siano in realtà.

La prima cascata. E' bellissima, l'acqua in estate non è molto profonda ed è quasi sempre all'ombra degli alberi. Proseguite verso le altre buche, che sarà divertente trovare facendo attenzione allo scrosciare dell'acqua. Ci sono varie possibilità di sosta.

Proseguendo ci sono altre buche, quelle più belle con acqua più cristallina, ma il percorso diventa più difficile, addirittura troverete una corda che vi servirà per scalare una parete abbastanza ripida.

[<https://www.makeatrip.it/buche-di-nese-gita-alle-pozze/>]

Rifugio Magnolini

30/12/2019 Dvd, Lcu Si tratta di una facile escursione nell'ambiente alpestre del Pian della Palù, con meta il rifugio Magnolini. Dalla località Malga Alta si prosegue fino al termine della strada dove, a poca distanza da un pista di sci, si può parcheggiare (non quando ci sono gli impianti aperti, noi abbiamo parcheggiato molto ma molto più in basso). Raggiunto il bordo della pista, ci si incammina su una stradina dal

fondo piuttosto sconnesso che sale, stando sempre alla sinistra del tracciato della pista, fin dove, la stradina, ora pianeggiante, attraversa la pista e raggiunge una larga sella nei pressi della partenza di una sciovia (1591 m). Dopo la sella si risale un dosso che permette di vedere, verso Sud, il rifugio a cui si perviene in breve tempo (1612 m). E' un bel rifugio, circondato da prati sui quali è piacevole sostare. A Sud-Est il monte Alto si innalza con pendii regolari, non ripidi, fino ai 1723 metri della arrotondata cima. Dal Rifugio, il panorama si allarga sulla Valle Camonica, con la piana del fiume Oglio e il lago d'Iseo, 1500 metri più in basso, è spettacolare; verso Nord si può ammirare l'inconfondibile bastionata meridionale della Presolana. Durante il periodo invernale si può raggiungere facilmente il rifugio con le "ciaspole"; occorre fare attenzione all'attraversamento della pista di sci per non provocare incidenti con gli sciatori

[da: <http://geoportale.caibergamo.it/it/content/sentiero-dalla-malga-alta-pora-al-rifugio-magnolini-e-al-monte-alto>]

Salto degli Sposi

2/2/2020 Dvd, Mnl, Lcu, Lrt. La leggenda vuole che all'incirca nel 1871 questo dirupo, raggiungibile dalla strada panoramica forestale che collega il passo della Presolana al colle Vareno, inizialmente chiamato 'Belvedere' data la frequentazione e la spettacolarità del panorama da cui si ammira l'orrido sul torrente Dezzo e la Valle di Scalve, fosse la meta preferita di due novelli sposi polacchi. Massimiliano Prihoda, di professione musicista, e la giovane moglie, Anna Stareat, affermata pittrice, passavano giornate intere in contemplazione del genius loci da questo incomparabile osservatorio traendo ispirazioni per le loro opere. Una sera, probabilmente spinti dalla volontà di conservare per sempre l'intenso e appassionato sentimento che li univa, raggiunto l'orlo dello strapiombo si gettarono nel vuoto, abbracciati, e ancora abbracciati vennero ritrovati. Le spoglie mortali vennero tumulate nel piccolo cimitero di Angolo, dove fino ai recenti restauri si poteva ancora osservare la lapide la cui epigrafe celebrava il loro eterno amore. Il belvedere - dove oggi una sagoma in metallo mantiene la dolce memoria della coppia - venne chiamato il "Salto degli Sposi" e divenne meta continua di innamorati ma anche di estimatori dei due artisti, le cui opere sono sempre state oggetto di passionante ricerche.

[<http://www.turismovallecamonica.it/it/content/il-salto-degli-sposi>]

Selva d'Agnone

8/2/2020 *Dvd, Mrc, Lcu, Ndr, Lne, K+*. Da Valgoglio in Val Seriana. Il percorso più gratificante parte dalla frazione Bortolotti di Valgoglio, in prossimità del Rifugio 5 laghi. Posteggiata l'auto (dove si trova posto) dopo l'acquisto del Gratta e Sosta, reperibile presso i bar e gli esercizi commerciali del paese, possiamo partire per la nostra avventura lungo il segnavia CAI 228, sentiero conosciuto anche per il famoso Giro dei Laghi di Valgoglio. Costeggiando la condotta idraulica risaliamo nel bosco lungo la Selva d'Agnone, una bellissima abetaia che caratterizza questo primo tratto di sentiero. Salendo, il panorama si apre, regalando i primi scorci e mostrando le cime che ci circondano, completamente innevate.

[<https://primabergamo.it/viva-berghem/al-monte-madonnino-vetta-rispetto/>]

Capanna 2000

15/2/2020 *Dvd, Lcu* Il sentiero in origine partiva da Zambla Alta (1150 m circa) e seguiva la strada automobilistica che conduce a mezzacosta (dopo circa 4 km) alla partenza dei vecchi impianti di sci (località Plassa - 1 ora circa) da dove ora noi siamo partiti per raggiungere il costone che si affaccia sulla Val Vedra e che si rimonta fino ad incrociare la strada forestale (deviazione per il sentiero 222) che in breve conduce al rifugio Capanna 2000 (1960 m).

[da <http://geoportale.caibergamo.it/it/sentiero/221>]

Nel Sole... tra Rocce e Fiori

Il Rifugio Capanna 2000 è posto ai piedi del massiccio del Monte Arera (m. 2512) in posizione panoramica e soleggiata. E' una base ideale per escursioni di interesse alpinistico e naturalistico, offrendo in più, per gli appassionati di arrampicata, la possibilità di ripetere salite alpinistiche o vie di arrampicata sportiva situate a pochi minuti di cammino dal Rifugio Capanna 2000. La vetta è posta a 2512 metri ed è raggiungibile mediante sentiero.

In giornate serene è possibile ammirare a 360° la catena delle prealpi bergamasche, il gruppo del Disgrazia, La Grigna il Monte Rosa, il Monviso e l'inizio della catena Appenninica.

[da:

https://valbrembanaweb.com/valbrembanaweb/motore_commerciale/alberghi_ristorazione/rifugi/capanna2000/]

Moschel Pagherola (retro Presolana)

15/6/2019 *Dvd, Mrc, Lcu, Lrt, Km* + Da Villa d'Ogna, saliti a Valzurio di Oltressenda Alta, si raggiunge il parcheggio poco sopra la località Spinelli, dove si lascia l'auto. Si sale alle Baite del Moschel sul sentiero 340, poi al rientro si scenderà al parcheggio dalla strada sterrata. Bel sentiero che sale tra boschi di faggeta e pineta, seguendo il corso del gorgheggiante torrente Ogna. Alle Baite del Moschel (1265 m) si imbecca il segnavia 311 per il Passo dello Scagnello. Poco oltre si può ammirare lo spettacolo delle bellissime cascate e delle 'marmitte dei giganti' del torrente Ogna, profonde fosse di forma circolare scavate dal torrente nel corso degli anni.

Raggiunta la Baita di Pagherola bassa (1505 m) il panorama si apre sulla vallata sottostante e, a monte, verso le pareti rocciose delle Creste di Valzurio.

Seguendo la segnaletica, salendo a tratti sulla sassosa sterrata a tratti su sentiero nell'abetiaia, si raggiunge Baita Pagherola di mezzo (1630 m) da dove la vegetazione dirada lasciando spazio al verde di magri pascoli dove alpeggiano mandrie e greggi.

Monte Blum e Monte Parè

11/1/2020 *Dvd, Mrc, Ndr, K*. A Rovetta lasciamo la macchina appena prima della sede degli Alpini, in fondo a Via Zenier, ed imbocchiamo la stradina sterrata che entra nel bosco.

Ad un primo bivio, proseguiamo a destra seguendo per Blum e Parè.

Dopo un bel tratto di salita sulla stradina, si stacca a destra il sentiero per le baite Parè che si raggiunge con un piacevole percorso nella fitta abetiaia.

Superata questa località, il sentiero si sposta dapprima verso destra, per poi svoltare decisamente a sinistra, con un tratto di ripida salita, ed iniziare quindi un bel traverso sulle pendici della Cima Parè.

Superato un breve tratto leggermente esposto, si incontra il bivio a destra per il "Sentiero delle vipere", sentiero che basta il nome per fermarsi!

Dunque si scende di nuovo al bivio sottostante e si riprendo il sentiero, che prosegue a mezzacosta, ora in leggera discesa, verso la Cappella degli Alpini della Cima Blum.

Si risale una ripida ma larghissima dorsale erbosa, che non presenta davvero alcuna difficoltà.

Finalmente raggiungiamo la Cima Parè con una vista davvero notevole, anche grazie alla giornata limpida... si spazia dal Lago d'Iseo, all'Alben, al Diavolo di Tenda, ma soprattutto ciò che calamita lo sguardo è la vicina e maestosa Presolana!

Rifugio GianPace

16/7/2017 Dvd, Mrc, Mnl+Natalina+bimbi+K Questo semplice itinerario si trova in Val Sanguigno, considerata l'area naturale con più alta biodiversità del Parco delle Orobie Bergamasche. Deve il suo nome al colore rosso intenso che assume la sua vegetazione durante la stagione tardo autunnale ed è caratterizzata da vaste praterie, distese di rododendri e fitti boschi. Si arriva in auto al paese di Valgoglio, imboccando l'unica strada che prosegue oltre le case una volta superato il municipio. Tenendo sempre la sinistra, si raggiunge la centrale di Aviasco dove è possibile lasciare l'auto solo munendosi di ticket di parcheggio presso l'erogatrice automatica nei pressi del comune di Valgoglio. A questo punto si inizia l'itinerario seguendo le indicazioni che conducono sotto la centrale. Dopo aver attraversato un ponticello, si sale nel bosco fino a imboccare una mulattiera che affianca il torrente che scende dalla Val Sanguigno. Impossibile non rimanere affascinati dal bellissimo spettacolo offerto dal torrente Sanguigno le cui acque, scendendo a balzi, formano piscine trasparenti. Si continua a salire fino alla località delle "cascatelle" e, proseguendo in un bel bosco di faggi, si arriva al rifugio Gianpace (m 1331).

[<https://giteinlombardia.it/passeggiata-al-rifugio-gianpace-nella-splendida-val-sanguigno/>]

Val Sanguigno - Passo Zulino

18/7/2020 Dvd, Mrc, Lcu, Lne, K, M + altri Arriviamo a Valgoglio, prendiamo il ticket al bar della centrale e parcheggiamo prima della centrale di Aviasco, attraversiamo poi il ponticello a prendere la scorciatoia ripida del 232 proseguendo per il Gianpace sul bel sentierone sotto il bosco.

Passiamo davanti al Gianpace e proseguiamo poi sul 232 con alla nostra sinistra il torrente Sanguigno; il panorama si apre, la Val Sanguigno è veramente molto bella anche con questo brutto tempo, i monti tutt'attorno sono nascosti da una fitta nuvolaglia grigiastra, ma per ora non piove. Ad un masso con indicazioni proseguiamo sul 265 per il passo Zulino, il percorso è praticamente in piano, ci sono parecchie passerelle in legno per evitare l'acquitrino.

Al ponte il percorso si impenna decisamente, teniamo la sinistra sul pratone avendo come riferimento dei ruderi di baita, quì i segni si fanno radi ma individuiamo lo stesso il sentiero che sale verso il passo. Gli ultimi 250 metri di dislivello sono veramente in piedi.

Una faticaccia! Arriviamo al passo Zulino, che è un bel pratone su un dosso erboso. Il Monte Secco, la Cima del Fop e l'Arera non si vedono, coperti da una densa bambagia grigia. Che peccato non vederli. Ma non piove.

Dopo la sosta panino scendiamo fino a dove attraversiamo il torrente Sanguigno su un ponticello, fino ad arrivare ad una fonte e poi al Gianpace, da dietro.

[<https://renatomagni.weebly.com/passo-zulino-val-sanguigno.html>]

Baita Cassinelli - Presolana Parco Orobie

3/8/2019 Dvd, Lcu, Lrt. Una passeggiata molto facile, tanto che può essere definita "alla portata di tutti" e classificata come l'escursione ideale per le famiglie. Il sentiero, che regala panorami mozzafiato, è immerso nella natura e nella bellezza dell'Alta Val Seriana, dove la domina la Presolana sul cui versante sud si trova la Valle Campello che ospita la Baita Cassinelli: il posto ideale per una piacevole sosta. Partenza dal Passo della Presolana, dove è possibile lasciare l'auto e proseguire a piedi seguendo, a sinistra, il sentiero CAI 315. La stradina inizialmente asfaltata, diventa poi sterrata e conduce alla Baita Cassinelli. Seguire il sentiero in lieve salita verso il bosco e al secondo tornante continuare dritti lungo un'ampia via dove si alternano piccole salite e pendenze più accentuate. Superare un traliccio dell'alta tensione e uscire dal bosco. Da qui è possibile ammirare la maestosità del complesso della Presolana sulla destra. Oltrepassare un pascolo e seguire le indicazioni per la Baita Cassinelli riportate su un masso. Dopo il gruppo di alberi si trova un bivio i cui sentieri conducono entrambi al rifugio dove è possibile riposare

e passare una piacevole giornata in un luogo immerso nella natura con un panorama unico e spettacolare.

[<https://www.visitpresolana.it/estate/baita-cassinelli-sentiero-facile/>]

Cime di Belloro Monte Golla

1/2/2020 Dvd, Mrc, Ndr, K. Sentiero 262: Premolo – Loc. Belloro – Piazza Golla – B.ta Corna – M. Golla – (Matto di Golla) – Rif. Baita Golla Valle del Riso

Dal paese di Premolo si raggiunge il cimitero e si sale verso destra lungo la strada che conduce alle Case Zanni e quindi si prosegue verso il vallone; dopo una curva seguire la vecchia mulattiera a destra che porta sino ai pascoli di Baita Palazzo (1240) dove è possibile bere ad una sorgente. Ci si porta quindi verso la costa erbosa a sinistra e attraverso il fitto del bosco di raggiungere la cima: un gradevole cucuzolo, di fronte al versante est del maestoso Alben, dominante la Valle del Riso

[20 Itinerari nella BergamascaATP Bergamo]

Aviatico Monte Suchello

22/8/2020 Dvd, Grg. E' un percorso poco conosciuto, ma merita comunque di essere effettuato per il bellissimo panorama. Non impegnativo, il tracciato parte dalle ultime case di Aviatico. Si sale in un quarto d'ora alla Forca (1060m) e da qui a sinistra dopo un roccolo si si immette nel bosco senza fatica. Giunti ad un bivio si prende il sentiero di sinistra in salita che porta all'Uccellanda Piccinini, poi al Forcellino (1203 m) in discesa, poi ancora in salita sino alla cresta che viene percorsa senza eccessiva fatica sino alla Stalla Suchello (1352 m). Si giunge poco dopo alla cima del Monte (1541 m) sempre lungo la cresta erbosa ben segnata e facilmente percorribile.

[20 Itinerari nella BergamascaATP Bergamo]

Foresta Nera – Cucu piu grande del mondo

05/03/2019 Dvd, Mnl, Lcu, Lrt. Il Eble Uhren Park è una vera e propria fiera degli orologi, dove i fratelli Eble mostrano al pubblico le loro creazioni più belle. Infatti l'orologio a cucù gigante non è l'unico ad essere stato costruito dai mastri artigiani.

Fondato dai loro antenati alla fine del 1800, gli Eble offrono una grande vastità di orologi da parete, il tutto visitabile in uno spazio di 10 mila metri quadrati.

[<https://www.uhren-park.de/index.php/language/de>]

Se vagando per la Foresta Nera vi capita di sentire un forte ticchettio non preoccupatevi, non state impazzendo: è solo l'orologio a cucù più grande del mondo

Si sa, la Germania riserva sempre paesaggi mozzafiato e luoghi d'interesse che vi sorprenderanno per la loro particolarità. Se poi alla singolarità dei posti visitati uniamo anche le unicità offerte della cultura e tradizione tedesca, stupirsi risulta ovvio. E' questo il caso dell'orologio a cucù più grande del mondo, totalmente immerso nella selvaggia Foresta Nera.

[<https://berlinomagazine.com/lorologio-a-cucu-piu-grande-del-mondo-si-trova-in-germania-ed-e-maestoso-34343/>]

Il Kronberg

Ospita la più lunga pista per slittino della Svizzera orientale,

03/03/2019 Dvd, Mnl, Lcu, Lrt + altri. Il Kronberg nel cuore dell'Appenzello è una meta escursionistica apprezzata tutto l'anno. Durante l'estate offre innumerevoli possibilità di gita, e in inverno non è da meno infatti i bimbi si sono lanciati sulla pista per gli slittini più lunga di tutta la Svizzera orientale, il percorso lungo circa sette chilometri parte dalla cima del Kronberg finendo a valle. La pista non è straordinaria solo per la lunghezza, ma anche per l'unicità del percorso caratterizzato da poche curve e diversi ripidi pendii dai quali si gode di un panorama mozzafiato. Quando il tempo è bello si possono ammirare il Säntis e il lago di Costanza. Un sogno!

Io con Renato siamo saliti a piedi, ho usato per la prima volta le ciaspole mentre le due sorelle con i ragazzi hanno utilizzato la funivia...

Colle di Sogno - Monte Tesoro

18/1/2020 Dvd, Mrc, K. Uno degli itinerari più belli e semplici per raggiungere il monte Tesoro è sicuramente il percorso che parte dal bellissimo Colle di sogno.

Una volta parcheggiato abbiamo percorso bellissimi vicoli del paese, molto caratteristici, sino a trovare le indicazioni per il sentiero 823 che parte in prossimità di un abitazione con un muro di pietra alla nostra sinistra ed una staccionata di legno alla nostra destra.

La prima parte di sentiero non è impegnativa, percorreremo un sentiero con pendenze leggere e in un bellissimo bosco di faggi. Durante il percorso abbiamo incontrato alcune deviazioni, ma noi seguivamo, in mezzo alla neve caduta la sera prima, i cartelli che indicano Valcava. Affrontata una prima parte impegnativa: con pendenze in aumento e percorrendo un susseguirsi di gradini naturali ricavati tra rocce e le radici delle piante. sino a quando giunti ad un crocevia dove noi continueremo a seguire il sentiero 823 che con pendenze, ora, blande ci conduce tra pratoni sino a raggiungere la località di Combelli

Giunti in località Combelli incrociamo la strada di Valcava e la percorriamo per pochissimi metri sino ad un tornante, dove troviamo una scalinata ed i cartelli che ci conducono lungo le piccole case di Cà di Magna

Al termine della scalinata arriviamo lungo una strada sterrata pianeggiante che seguiamo fino ad una sbarra che superiamo e deviamo quando alla nostra destra troviamo un sentierino con una freccia su un muro. Prendiamo questo sentierino che con una serie di tornanti ci conduce sino al bivio con il sentiero DOL che proviene da Valcava.

Una volta incrociato continuiamo su un sentiero inizialmente pianeggiante per poi diventare impegnativo, per via delle pendenze e del terreno, ma solo negli ultimi 300m prima di raggiungere la vetta.

Giunti in cima al monte ammiriamo il bellissimo panorama verso il lecchese, il lago ed il colle di Sogno da cui eravamo partiti

[da: <http://www.ilpiaceredellamontagna.it/trekking-in-lombardia/vette/monte-tesoro/428-colle-di-sogno-monte-tesoro.html>]

3 Pizzi in Cima

12/9/2020 Dvd, Mrc, K Il *Tre Pizzi* deve il nome al fatto da essere costituito da tre vette aguzze ed allineate. Partendo dal parcheggio di *Mezzeno* (1600m), si prende il percorso per il passo omonimo, ma dopo circa 200m di quota si trova un bivio che, verso sn prende il nome di "sentiero dei roccoli". Si prende questo percorso, che sale verso Ovest e porta ad una bella, grande conca, dove si trova il primo roccolo (*del Tino*). Poco più avanti, sulla sinistra e fuori sentiero, i resti riammodernati di una malga, adattata a bivacco, mentre sul sentiero sorge la stalla. Qui si abbandona il "sentiero dei roccoli" (cartello con indicazioni) e si sale verso destra, entrando nella valle che porta al *laghetto dei Tre Pizzi*. Poco prima di giungere alla conca del lago, sulla sn del sentiero, ad un tornante destrorso, si trova una bella sorgente (si sente il rumore dell'acqua). Raggiunta la grande conca, verso destra sale la valle che porta al *Pietra Quadra*, mentre a sn si gira per un bivacco ben indicato, al cartello "Bivacco-Lago", si gira all'indietro e si sale, per sentiero tracciato e segnato, alla vetta del terzo e più settentrionale dei *Tre Pizzi*. La salita prevede un tratto di circa 10m quasi verticale, dove occorre togliere le mani di tasca, ma senza alcun pericolo, se si resta bene attaccati ai numerosi spuntoni. Tornati indietro (non è infatti possibile proseguire oltre, se non agli scalatori), si gira verso destra e si raggiunge subito il bel laghetto dei Tre Pizzi,

[.http://www.sentieridimontagna.it/prealpi-orobiche-2/la-val-brembana/tre-pizzi-2167m-e-pietra-quadra-2356m-da-mezzeno-con-gps/](http://www.sentieridimontagna.it/prealpi-orobiche-2/la-val-brembana/tre-pizzi-2167m-e-pietra-quadra-2356m-da-mezzeno-con-gps/)]

Giro di PusDosso

13/6/2020 Dvd, Mrc, K, Lne, Slv, M Il sentiero parte dalla strada provinciale della Val Brembana a Fondra (695 m), segue la stradina che sale alle frazioni di Cornelli (946 m) e, di seguito, a Pusdosso (1048 m). Da Pusdosso il sentiero prosegue per un breve tratto in direzione nord e poi gira verso ovest. Attraversati dapprima dei prati e poi un bosco fino a raggiungere la baita Serani, si continua a salire attraverso un bosco ad alto fusto e pareti rocciose, passando vicino alla baita Bagoli, raggiungendo poi l'incrocio con il sentiero 119 in zona Torcola Soliva (1767 m).
[<http://geoportale.caibergamo.it/it/sentiero/125>]

Olmo al Brembo S. Brigida”Antica Via del Ferro”

20/6/2020 *Dvd, Mrc, K, Lne, Slv, MLa* La via del ferro è un’antica strada che collegava le miniere di Valtorta con le fornaci situate più a valle, a Olmo al Brembo: sono sopravvissuti diversi sentieri che, percorrendoli, ci permettono di fare un salto indietro del tempo di circa settecento anni...

L’intero itinerario si percorre in circa 6 ore e mezza di cammino; noi l’abbiamo spezzato in due blocchi con Olmo al Brembo come punto di giunzione tra i due itinerari. [<https://bergamogreen.altervista.org/via-del-ferro/>]

Monte Sornadello

23/5/2020 *Dvd, Mrc, K, Ndr, + altri.* Parcheggiata l’auto all’altezza della località “le fontane” imbocchiamo il sentiero a SX della carreggiata che quasi sempre pianeggiante si addentra nel fitto bosco. Dopo circa 10 minuti si incontra un Crocefisso in legno; pieghiamo a Dx imboccando il sentiero che che risale il versante della montagna. Guadagniamo quota fino a raggiungere una zona con alti torrioni e guglie: qui il sentiero diviene pianeggiante e poi in leggera discesa fino a un ruscello. Qui ha inizio il Sentiero del Passo di Lumaca. Attraversiamo il ruscello e iniziamo la ripida salita, a tratti scalinata e protetta nei punti più a rischio da funi d’acciaio, sino a sbucare alla Baita del Carlo. Alle spalle della baita il percorso, segnalato da radi bolli sui tronchi, ci conduce ai ruderi di un ricovero animali e dove pieghiamo a dx fino a raggiungere la Baita del Sornadello. Attraversiamo la zona prativa e risaliamo dietro il laghetto seguendo i radi bolli fino a raggiungere il Pizzo Grande e la Croce del Monte Sornadello. Per il ritorno discendere i ripidi pratoni sottostanti la Croce e imboccare la via del Canalone che velocemente ci condurrà all’Agriturismo Eden. Piegare a Dx sino a raggiungere il primo tratto del sentiero di salita e quindi al punto di partenza.

[<https://www.caibergamo.it/attivita/monte-sornadello>]

Fuipiano Valle Imagna giro tondo 3 quercie

12/11/16 *Dvd, Mrc, Ndr, K +.* Ci incamminiamo sulla stradina asfaltata che si alza dolcemente tra bosco e ampie radure aperte sul bel panorama della valle e del Resegone.

Ad un primo bivio (punto di partenza-arrivo del nostro giro ad anello), tenuta la sinistra (sentiero 579), proseguiamo sulla stradetta che sale in diagonale con decisa pendenza il fianco boscoso dello Zuc di Valbona, ci alziamo sull’ampia dorsale della Costa del Pallio, dove, terminato il bosco, si aprono i pascoli.

Superate due baite, di cui la seconda (alla Malga Cucco) adibita a piccola colonia

estiva, in breve raggiungiamo, l'elaborata croce di vetta della Zuc di Valbona (1545 m), da dove si gode il bel panorama verso il Resegone e le Grigne.

Ci abbassiamo ora lungo il facile crinale est (sentiero 571) , che, alternando stradina e sentiero, scende nel bosco alla Bocca del Grassello (1390 m); rientrati nella luminosa faggeta, risaliamo ai pratoni sommitali, che, ripidi solo nel primo tratto, si fanno poi dolci e ci accompagnano alla graziosa Madonnina dei Canti (1563 m), dove il panorama si apre anche sulla Val Taleggio.

Da qui un entusiasmante percorso in lieve discesa e in leggero saliscendi, con suggestivi passaggi tra rocce a picco sulla valle, in cresta allo Zuc di Pralongone (1503 m), porta nuovamente nella faggeta, in cui ci abbassiamo fino ad uscirne proprio di fronte ai magnifici secolari Tre Faggi (1399 m).

Siamo in un ambiente veramente suggestivo: queste maestose sagome, che si stagliano in posizione panoramica sulla dorsale della montagna risultando visibili da buona parte della valle, sorgono presso un tempietto dedicato alla Madonna circondato da moderni 'dolmen' che suggeriscono un'architettura celtica; spettacolare la vista sulla Valle Imagna dominata dal Resegone.

Tagliando in quota verso destra gli estesi pascoli, e poi in decisa discesa, ci abbassiamo per il sentiero 579A verso Fuipiano. Dopo un breve tratto su sterrata, rientriamo nella faggeta per uscirne all'altezza del bivio incontrato in salita al mattino, da dove rientriamo con breve discesa al punto di partenza.

[<https://www.pieroweb.com/fotobrembane/trefaggi-canti-zucvalbona/zucvalbona-canti-trefaggi-12mar17.html>]

Brembilla – Blello – Tre Faggi

19/1/2020 Dvd, Mrc, Lne, K, M. Partenza dal comune di Val Brembilla, raggiungibile tramite la strada statale della Val Brembana con il bivio all'altezza del viadotto dei Ponti di Sedrina, percorrendo poi la strada provinciale N.24, che porta in val Taleggio.

L'itinerario inizia nella frazione di Cadelfoglia, che si trova un chilometro oltre il centro di Brembilla continuando la provinciale. Durante l'escursione si tocca il comune di Blello, raggiunto dalla strada proveniente da Berbenno e dalla Valle Imagna.

Si parte dai 420 m. di Cadelfoglia fino ad arrivare ai 1280 m. dei Tre Faggi. A Cadelfoglia si prende la strada che raggiunge Croce Garateno e in prossimità della scuola si prende per il sentiero che porta a Blello. A Blello si segue la segnaletica che porta alla Chiesa dell'Annunziata. Da Curnino alto invece si utilizza la segnaletica C.A.I. del sentiero 571 fino ai Tre Faggi. E un'escursione abbastanza lunga, con poca acqua sul percorso, che necessita comunque di una discreta preparazione. Lungo l'itinerario abbondano alberi di faggio, maggio ciondolo, sorbolo e tiglio; moltissimi cespugli di ginepro, agrifoglio ed erica nonché fiori come narcisi. Ma nel mese di Agosto questo itinerario può essere definito il regno dei lamponi selvatici, che abbondano ovunque.

[<http://www.vbtv.it/2016/01/29/escursioni-cadelfoglia-blello-tre-faggi/>]

Costa del Palio Fuipiano

7/12/2019 *Dvd, Mrc, Ndr, K.Bell* Itinerario escursionistico con gran panorama sulla Valle Imagna, affrontabile in tutte le stagioni.

Da Fuipiano proseguire oltre il paese ancora sulla strada per circa 3km. entrando nel bosco di abeti e lasciando la macchina a quota 1170mt. in prossimità di una strada sterrata con ai lati indicazione dei vari sentieri.

Arrivati all'inizio dell'itinerario dopo Fuipiano, prendere la strada sterrata sulla dx N°578 che entra subito nell'abetoia e seguirla per circa 1km., dove la si lascia prendendo il sentiero N°578 che svolta deciso a dx (indicazione su un rudere di una baita).

Proseguendo ora nei pascoli in campo aperto si passa poco dopo al Rif. del Grande Faggio, continuare poi salendo ad una baita e subito dopo attraversare la strada sterrata abbandonata prima che collega la Valle Imagna con la Valsassina a Morterone.

Continuando a salire ed entrando di nuovo nel bosco in breve tempo si arriva alla Bocca di Palio 1390mt., dove usciti definitivamente dal bosco si arriva ad una palina segnaletica in metallo con tavolino e panchine.

Qui lasciato il sentiero N°578 prendere il N°571 che prosegue sui dolci pendii della Costa del Palio passando appena sopra il Rif. agriturismo Tironi-Consoli per poi scendere in breve al Passo del del Palio 1363mt.

Dal passo proseguire senza ombra di dubbio sull'evidente percorso in cresta che con brevi su e giù in circa h.0.45 min. porta all'Agriturismo Costa del Palio 1440mt.

[<https://www.gulliver.it/itinerari/costa-del-palio-rifugio-da-fuipiano/>]

Monte Ubione, inizio Val Brembana

24/7/2016 *Dvd, Mrc, Ndr, K.* Passeggiata facile e non impegnativa, la classica passeggiata della domenica. Dalla vetta si gode di un panorama verso tutta la pianura bergamasca, la bassa Valle Brembana e la Valle Imagna. Arrivati ad Ubiale, si prosegue in auto sino a raggiungere le case di Belvedere e successivamente quelle di Sopra Corna, dalla piazzetta si noterà un sentiero che parte sulla destra, con relative segnalazioni. Si prosegue fino ad arrivare sotto i Roccoli della Passata, da lì seguendo il sentiero che va verso sinistra inoltrandosi nel bosco, prima della vetta si incontrano vecchi ruderi di un castello, continuando si raggiunge la Vetta posta a 895 metri s.l.m.

[<https://www.valbrembanaweb.com/valbrembanaweb/sitogino/monti/ubione.html>]

Valtorta verso rifugio Grassi sotto il Pizzo dei 3 Signori

24/3/2019 *Dvd, Mrc, Ndr, K.* Dalla frazione Costa, sopra Valtorta (1113 m), si sale verso la Valle Grobbia lungo il lato destro (sinistro idrografico). Dopo circa 10 minuti si attraversa la valle e si sale con tornanti sull'altro versante. A quota 1336 m si arriva allo spartiacque con la valle del Borae che si sale dapprima nel bosco poi raggiungendo i prati nei pressi della baita Lavez (1508 m), della baita del Cavallero (1747 m) e della baita Caserone (1859). Sempre in direzione ovest si attraversa la testata della valle Foppabona fino al rifugio Grassi (1987 m). Ci siamo fermati prima di raggiungere il Rifugio Grassi tuttavia abbiamo rimirato il Pizzo dei 3 Signori.

[<http://geoportale.caibergamo.it/it/sentiero/104>]

Sentiero Fiori Arera Baite Mezzeno Capanna 2000

8/6/2019 *Dvd, Mrc, Ndr, K*. Il monarca delle Prealpi bergamasche, così è soprannominato il Pizzo Arera. Un imponente monte che con il roccioso versante nord (di conformazione quasi dolomitica) domina la Val Canale; mentre il versante meridionale degrada più dolcemente verso la Valle Brembana, nella conca prativa di Zambla Alta e Oltre il Colle.

Baite di Mezzeno, Capovalle (Frazione di Roncobello) (m 1549, circa km 0.7 prima delle Baite). In auto si può arrivare fino alle Baite di Mezzeno (m 1600 Strada a Pagamento), ma in questa stagione il luogo è piuttosto affollato e l'auto bisogna lasciarla lungo la strada, al primo buco libero oppure al tornante 9 e da qui si sale per un facile sentiero per circa 20 minuti.

Dalle Baite di Mezzeno si segue il sentiero 219 per il Passo del Branchino. Giunti in vista del Passo, senza raggiungerlo, si prosegue in direzione sud seguendo il sentiero sotto la parete della Corna Pina, puntando verso la Bocchetta di Corna Piana (m 2078) solo che noi questo sentiero non abbiamo potuto percorrerlo perché presentava ancora parecchia neve.

Dunque abbiamo usato sia per l'andata che per il ritorno il crestone sud percorrendo il sentiero dei fiori (n 222), che si imbecca dopo avere percorso un breve tratto di carrareccia in discesa: si stacca, molto evidente sulla destra. Il sentiero percorre il versante ovest del Pizzo, mantenendosi a lunga ad una quota di m 1820/1850, fino a raggiungere il Passo di Val Vedra (m 1849) e, successivamente, sotto il Passo del Branchino, si ricongiunge con la traccia di salita. Attenzione se avete parcheggiato al tornante troverete un sentiero sulla sinistra che vi porta direttamente la.

[\[https://www.hikr.org/tour/post110184.html\]](https://www.hikr.org/tour/post110184.html)

Lagheti Ponteranica da Cusio

14//2019 *Dvd, Mrc, K*. I lagheti di Ponteranica sono un gruppo di lagheti alpini che racchiudono acqua piovana e di piccole falde. Si trovano nella conca delimitata dall'omonimo Monte Ponteranica, dal Monte Valletto e dal Monte Triomen a una quota media di 2.115 m s.l.m., all'interno del distretto amministrativo del comune di Cusio, in alta Val Brembana.

Il sentiero più breve per raggiungerli parte dai Piani dell'Avaro, situati alla fine di una strada stretta (a pagamento) ma asfaltata che da Cusio si dirige a nord-ovest. Noi Ovviamente siamo partiti da Cusio per una passeggiata tra i boschi, arrivati ai piani dell'Avaro abbiamo preso a nord in direzione del Monte Avaro e, in prossimità della costruzione in cemento contenente una presa dell'acqua, si imbuca il sentiero che sale a destra. Giunti nel vallone si risale fino a incrociare il sentiero 101. A questo punto per raggiungere i laghi si può seguire il sentiero 101 e costeggiare il Monte Triomen e, poco più avanti, prendere il sentiero che a sinistra porta ai laghi, oppure si prosegue dritti verso il passo che separa il Monte Triomen dal Monte Valletto: da qui si gode di una piacevole vista sui laghi sottostanti, raggiungibili percorrendo un sentiero piuttosto agevole.

Piani Artavaggio

28/12/2019 *Dvd, Mrc, Ndr, K.* Lasciata l'auto nella piazzetta di Reggetto (m. 962, fraz. di Vedeseta), si prende la stradina in salita posta a fianco della bella fontana-lavatoio (i segnavia a lato strada indicano: 150, 152, Madonna della Cima). Dopo un centinaio di metri si giunge di fronte a una bassa, vecchia vasca in cemento che incorpora un "Termenù" (cippo confinale) riportante, scolpita, la scritta: "1760 S.M.". Alla base di questa piccola vasca, due segnavia CAI rosso-bianco-rossi indicano, rispettivamente, a dx per il sent. 150 e a sx per il sent. 152.

Noi ovviamente prendiamo quello di sx tenendo quello di dx per la discesa.

Seguiamo quindi a destra per entrare poi in un bosco e attraversare su un ponticello la valle dello Zucco. Ora la stradina diventa sentiero bollato e si seguita nel bosco. Si supera il bivio del sentiero 155 che porta a Pizzino, si prosegue tenendo la sinistra e si arriva per prati e boschi a Cantoldo (1225 m) poi alla località Traversino e, di seguito, ai Piani di Artavaggio (1640 m - sentiero 151) . Dopo una sosta rigenerante sulla neve si ridiscende per il sentiero 150 che ci riporta in quel di Reggetto.

Cascate del Perino

8/9/2020 *Dvd, Mnl, Grg.* L'**itinerario**, di tipo **escursionistico**, ha uno sviluppo lineare di circa **7 km**. La maggior parte del percorso si sviluppa su sterrato o sentiero.

La parte più suggestiva della Valle inizia laddove il **Perino** (Piacenza) mostra, circa a metà del corso, il lato più aspro. La sua connotazione infatti, fino a qui lenta e tranquilla, subisce un netto cambiamento a causa della stretta gola in cui il **torrente** si rinserra. La roccia, fortemente stratificata, presenta una **serie di salti** che portano ad altrettante **cascate** naturali. Lungo questa gola si sviluppa un **itinerario**, ben tracciato e di semplice percorrenza, attrezzato con panchine e parapetti di protezione. Questo sentiero, oltre a regalare visioni mozzafiato, permette di percepire la forza e l'impeto del **getto d'acqua**, che nel suo punto più alto raggiunge i **17 metri**.

Il percorso prende il via dalla **Chiesa di San Lorenzo in Calenzano** (frazione di Bettola) ed è assistito dalla segnaletica **CAI 155**. Superato l'agriturismo "Le Cascate", si raggiunge il bivio per la **prima cascata** (non visitabile momentaneamente a causa dello smottamento del terreno). Altra tappa di riferimento è rappresentata dal **Mulino di Riè**. Seguendo i segnavia bianchi e rossi, che indirizzano alle spalle della struttura, si raggiunge il **belvedere** sulla **seconda cascata**. Una scalinata, tra la vegetazione, permette di avvicinarsi al torrente e ammirare lo spettacolo offerto dal getto d'acqua.

La **terza cascata**, distante qualche centinaio di metri dalla precedente, si può ammirare da lontano sfruttando una postazione panoramica nei pressi di una panchina. Il **quarto getto** è isolato. Corre lungo una gola scavata grazie alla forza dell'acqua, che si tuffa nel laghetto "verde smeraldo" sottostante. Per raggiungerlo occorre **prestare un po' di attenzione**. Infatti, il cartello in legno che indica la **quarta cascata** è qui sostituito da uno bianco e rosso, un po' nascosto tra gli alberi e lungo un tratto in salita, con riportate le indicazioni per "**Verogna**". Si prosegue poi verso la **quinta cascata**, lungo il sentiero che curva a sinistra, fino a incontrare una piccola forra. **Attenzione perché non ci sono protezioni o indicazioni** per arrivare a destinazione; piuttosto si deve seguire il percorso che si snoda tra gli alberi e ascoltare lo scorrere dell'acqua. Una traccia di sentiero attraverso il prato conduce al laghetto nel quale la **cascata**, alta **17 metri**, precipita dopo aver rasentato un enorme blocco di roccia, proteso nel vuoto come un trampolino.

<https://www.oaplus.it/viaggi/cascate-del-perino-unescurione-tra-le-meraviglie-della-val-trebbia/>

Val Saliente

10/7/2020 *Dvd, Lcu, Lrt*. La Val Saliente, posta a nord ovest di Livigno, confina con il parco nazionale dello Stelvio e quello svizzero dell'Engadina. Noi ci siamo arrivati per errore....

Questa caratteristica la rende particolarmente frequentata dagli animali, soprattutto lo stambecco che lì trova il suo habitat ideale, il camoscio che spesso si vede saltellare tra rocce e pendii con i suoi piccoli e l'aquila reale, in cerca di prede fra la popolazione dei due ungulati citati e di quella delle marmotte.

Per raggiungere la Val Saliente, si deve seguire un sentiero, facile da percorrere nella sua parte iniziale, nel bosco di larici e pini, mentre salendo, seppur ben segnalato e curato, il sentiero presenta alcune difficoltà e richiede da chi vi cammina, una certa pratica di montagna. Quante stelle alpine!

https://www.livignese.it/val_saliente.php

Lago Bianco e Lago Nero

7/7/2020 *Dvd, Mnl, Lcu, Lrt*. Il lago viene alimentato dall'acqua del ghiacciaio (latte del ghiacciaio) contenente limo : da qui il suo colore biancastro e lattiginoso. Il Lago Bianco è un lago artificiale, oltre che uno spartiacque. Verso ovest l'acqua confluisce nel Mar Nero, mentre verso sud nell'Adriatico.

<https://www.myswitzerland.com/it-it/destinazioni/lago-bianco/>

Una passeggiata a oltre 2200 metri di altitudine percorribile tutto l'anno ai piedi di uno dei massicci più imponenti delle Alpi. Già questa premessa è particolarmente invitante e in effetti questo è uno di quegli itinerari da percorrere almeno una volta nella vita: stiamo parlando del giro del Lago Bianco del Bernina.

Il punto di partenza è la stazione "Ospizio Bernina", noi però siamo partiti più avanti dove c'era uno spazioso parcheggio, situata sulla linea Tirano-Sankt Moritz del famoso Bernina Express o più semplicemente Trenino Rosso. Una stazione davvero unica: siamo a 2253 metri s.l.m. e il panorama che si apre davanti ai nostri lascia senza fiato. Il sentiero scorre inizialmente a monte dei binari. Dopo poco meno di 1 km bisogna prestare particolare attenzione: si attraversano i binari e il sentiero prosegue al di sotto della ferrovia proprio di fianco al lago.

Quindi si passa nei pressi della diga e si prosegue sull'altra sponda, fino a costeggiare il più piccolo Lej Nair (Lago Nero). Un cartello ci informa che ci

troviamo sullo spartiacque tra il Mar Adriatico e il Mar Nero: da un lato l'acqua si riversa nell'Adda e poi nel Po, dall'altro invece nell'Inn e quindi nel Danubio. Proseguiamo attraversando di nuovo la ferrovia e alzandoci leggermente di quota. Il sentiero resta alto sopra i binari e ci riporta al punto di partenza. L'anello del lago tocca i territori i due comuni: Pontresina e Poschiavo. La lunghezza è di 8 km, con un dislivello di circa 80 metri.

<https://www.cascatetrekking.com/trekking/svizzera/grigioni/pontresina-lago-bianco-bernina/>

cascate val nera

9/7/2020 *Dvd, Mnl, Lcu, Lrt*. Si punta in macchina verso il Passo della Forcola ma appena termina il parcheggio P8 si imbecca la strada asfaltata che procede leggermente in discesa, inizialmente parallela alla strada (cartelli marrone Alpe Vago e Val Nera). Giunti al primo bivio si prende decisamente a sinistra (cartello n.100-113 Casc'chéda da Val Néira) puntando verso l'Alpe Vago/Che séira dal Vach che appare già a vista, oltre un ponte che permette di superare il fiume Spol.

Si attraversa l'alpeggio verso destra imboccando il sentiero accanto alla casetta di legno. Subito dopo si trova un bivio con un sentiero che si stacca verso destra, indicato da un cartello n.113 Casc'chéda da Val Néira. Va ignorato, proseguendo invece sempre sul sentiero più graduale, verso la panchina nei pressi di un tronco che ricorda al sagoma di un homo salvadego, ed il ponte poco sotto.

Passato il ponte sul torrente Valle Vago si prende subito il sentiero in salita a destra (cartello n.114 Casc'chéda da Val Néira) affrontando il tratto più ripido dell'intero percorso che però non tarda a pianificarsi quando si entra nel mondo dei pascoli, con la vista che si apre verso alte cime del Monte Val Nera (3182 m).

Da qui si scende in modo ripido lungo tratti di gradini fino ad arrivare di fronte alla cascata stessa che è generata dal torrente Val di Campo e si getta nel torrente Val Nera. Leggermente a destra si trova la passerella di legno (traballante, vero Manu?) con la quale è possibile attraversare il corso d'acqua e giungere nei pressi dell'imponente cascata. Il ponte sospeso balla alquanto ma niente paura: è solido! Appena superato il ponte si prende a sinistra, ignorando il sentiero che sale in modo ripido, per avvicinarsi invece alla cascata.

<https://www.livigno.eu/sentiero/cascate-della-val-nera>

Passo Forcola - Monte Vago (3059 mt)

8/7/2020 *Dvd, Lcu, Lrt*. La salita al Monte Vago è una bella escursione in alta montagna con percorso su sentiero ben tracciato e segnalato con alcuni passaggi su sfasciumi e il tratto finale in cresta mai pericolosa o troppo esposta; richiede comunque attenzione e passo sicuro. Si lascia la macchina al parcheggio P10 presso il rifugio Tridentina al passo della Forcola di Livigno. Oltrepassata la dogana si prende il sentiero a SX della strada in prossimità del cippo di confine tra Italia e Svizzera. Il tracciato è indicato dal cartello segnaletico con il n° **111** ma lungo il percorso è segnato con la vecchia numerazione **101**, fino all'inizio della valle Orsera, poi **102** fino in vetta. E non dimenticate il Lago Vago, un laghetto turchese che vale la pena "scovare".

Piramidi Di Zone

3/11/2020 *Dvd, Lrt*. L'itinerario per la Riserva delle **Piramidi di Zone** parte da Cislano. La riserva è sempre aperta con ingresso libero, ma sono sconsigliati i periodi di forti piogge o neve, che rendono il sentiero piuttosto pericoloso, e le ore più calde nel periodo estivo. Parcheggiata l'auto si può subito ammirare la **Chiesa di San Giorgio** (che sorge proprio in prossimità del parcheggio) eretta nel XV secolo e significativa per il bel ciclo di affreschi esterno tra cui spicca "San Giorgio che uccide il drago". Il sentiero circolare parte da dietro la chiesa e prosegue in discesa attorno alla grande erosione che ha dato origine alle Piramidi. Il percorso si svolge su un sentiero comodo immerso nel verde e ben segnalato, provvisto di cartelli esplicativi. Nella Riserva delle Piramidi di Zone, oltre alle **spettacolari formazioni rocciose, alte fino a 30 metri**, si possono ammirare anche uno splendido **panorama sul Lago d'Iseo e Monte Isola**.

<https://giteinlombardia.it/le-piramidi-di-zone/>

Monte Guglielmo

26/9/2020 *Dvd, Mrc, K*. Seguendo l'indicazione stradale per "Monte Guglielmo" si svolta a dx lungo una viuzza in salita (denominata ancora "Via Monte Guglielmo") che esce dall'abitato, conducendo ad un piccolo parcheggio con area picnic attrezzata. Si oltrepassa su un ponticello il Torrente Bagnadore lungo una stradina asfaltata raggiungendo dopo circa 50 metri un bivio. Tralasciando la mulattiera

acciottolata che si dirama in salita a sx (itinerario 228), si prosegue lungo stradina asfaltata di dx (itinerario 227) che poco dopo diviene acciottolata.

La mulattiera acciottolata si fa quasi subito ripida ed entra nel cosiddetto "Bosco degli Gnomi", un lungo tratto contraddistinto da decine di fantasiose, grottesche, talvolta inquietanti sculture lignee intervallate a distanze regolari. Il tracciato, con forte pendenza, si inoltra nella Valle Vandul.

Si segue ora su marcato sentiero il panoramico e prativo crinale in salita in direzione località Giogo della Palla m 1730 dove troviamo il bivio, con una carrareccia risalente da sx (itinerario 227). Si continua a salire diritto lungo il crinale seguendo la carrareccia (segnavia 227) toccando poco dopo una pozza per l'abbeveraggio del bestiame. Poco oltre la stradina sterrata si innesta sul tornante di un'altra carrareccia. Si segue quest'ultima in salita per circa 200 metri. Al successivo tornante sinistrorso la si abbandona seguendo un marcato sentiero che si inerpicca a sx e che raggiunge in breve il Rifugio Almici m 1861 , situato poco al di sotto della vetta del Monte Guglielmo.

Dal Rifugio Almici, punto di intersezione di diversi itinerari, si prosegue su marcato sentiero a mezza costa. Il sentiero conduce ad un'ampia insellatura: raggiuntala, si procede a dx su una breve e ripida erta che tocca la vetta del Monte Guglielmo m 1948 , dominata dal Monumento al Redentore. Vastissimo panorama a 360° che spazia sulle prealpi bresciane, fino alla pianura ed alle propaggini appenniniche a S e fino al gruppo dell'Adamello a N.

Dalla vetta del Monte Guglielmo si procede a ritroso in discesa fino all'ampia insellatura toccata risalendo dal Rifugio Almici. Tralasciando il sentiero che scende a sx verso il rifugio, si segue ora in moderata salita il morbido e aereo crinale che protraendosi in direzione NO, si spinge verso il Dosso Pedalta. Per un tratto si segue il tracciato del Sentiero 3 Valli. Con qualche saliscendi si raggiunge il Dosso Pedalta m 1957 (ore 0.25 - 4.20), massima elevazione della dorsale.

[<https://escursionibresciane.blogspot.com/2019/02/da-zone-al-monte-guglielmo.html>]

Val Sedornia Laghetto Spigorel

25/7/2020 *Dvd, Mrc, K.* Da Gandellino si segue in auto la strada che arriva fino alla località di Boario, seguendo il segnavia 309, un piccolo sentiero si stacca alla nostra sinistra ed ora si cammina molto più a ridosso del torrente che dopo pochi metri viene guadato tramite un ponte.

A quota 1290 mslm circa, si incontrano le Baite basse di Vigna vaga, che sorgono all'interno di una pittoresca radura, poco oltre, la mulattiera piega bruscamente verso Nord divenendo leggermente più ripida fino a quota 1362 mslm circa, qui la

mulattiera ripiega di nuovo decisa verso Sud, mentre un sentiero si stacca e procede verso Nord. Tecnicamente la gita si conclude qui, la piccola Val Sedornia è ormai alle nostre spalle e possiamo decidere di tornare nuovamente sui nostri passi chiudendo una gita breve e davvero adatta a tutti.

Seguendo il sentiero verso Nord si raggiunge il Lago Spigorel (1834 mslm) o deviando più avanti salire al monte Sponda Vaga (2043 mslm). Salendo sul sentiero delle Orobie sotto il Pizzo Petto abbiamo trovati dei prati di stelle alpine, che spettacolo!

<https://ilmontanaro.jimdofree.com/escursioni/val-seriana/val-sedornia/>

Rifugio Parafulmine

8/8/2020 *Dvd, Grg + altri*. Il rifugio Parafulmine 1536 mt è affacciato su un balcone naturale creato dalle prealpi orobiche, verso la pianura padana. Aperto da circa 12 anni è gestito da un gruppo di volontari dello Sci Club Valgandino, che lo gestiscono con passione cercando di offrire tutto quello che un rifugio può dare. Si può raggiungere in circa 1h dal parcheggio del monte Farno nel comune di Gandino, e la passeggiata è adatta anche per gli escursionisti meno esperti. È un'ottima meta anche nel periodo invernale per ciaspolate o sciate sulla magnifica pista da fondo. In estate è possibile parcheggiare l'auto nel comodo parcheggio (ricordarsi di acquistare il biglietto gratta e sosta avGandellino) del monte Farno, e raggiungere il rifugio tramite la piacevole strada sterrata.

<https://www.rifugi.lombardia.it/bergamo/gandino/rifugio-parafulmine.html>

Piazzatorre (Piazzo) - Casera di Monte Colle

31/10/2020 *Dvd, Mrc, Lne, Slv, K, M*. Dalla frazione Piazzo sopra Piazzatorre (1112 m) il sentiero sale in direzione nord prima, e nord-est poi, percorrendo il vallone che scende dal monte Secco. Giunti ad una baita a quota 1549 m, si sale verso est con alcuni tornanti, e, superato un dosso, si raggiunge la baita di monte Secco (1837 m). In breve si è al passo di Monte Colle (1941 m). Il sentiero è stato ultimamente poi prolungato e segnato fino alla sottostante casera di Monte Colle (1732 m), congiungendosi così al sentiero 117.

[\[http://geoportale.caibergamo.it/it/sentiero/118\]](http://geoportale.caibergamo.it/it/sentiero/118)

Parre - Monte Vaccaro

10/10/2020 *Dvd, Mrc, Lne, Slv, K, M*. Il sentiero parte poco a monte dell'abitato di Parre, dove termina il traffico consentito ai mezzi privati (703 m – punto di partenza anche del sentiero 240). Da qui si continua per poco per la strada carrabile e, appena oltrepassato il ponte della val Fontanone, si imbecca il sentiero sulla sinistra e lo si percorre fino a incontrare nuovamente la strada automobilistica poco prima di S. Antonio di Alino (936 m). Si prosegue lungo la strada (che si abbandona solo per pochi tratti) fino alla 2^a Baita del Monte Vaccaro (1496 m) nei pressi della baita (rifugio) Monte Vaccaro G.E.P. (1517 m). Dalla 2^a Baita si sale per pascoli verso nord fino alla 3^a Baita (1649 m) per poi piegare a destra (est) e raggiungere l'ampia cresta che si affaccia sulla Valle Seriana (piegando a destra verso valle si possono raggiungere le Baite del Monte Secco con il sentiero 264B). Si percorre detta cresta raggiungendo in breve la cima Vaccaro (1958 m).

[\[http://geoportale.caibergamo.it/it/sentiero/241\]](http://geoportale.caibergamo.it/it/sentiero/241)

La Gita della Pandemia: A punta Salotto e rifugio Cucina

Dislivello positivo 10

Dislivello negativo 10

Sviluppo: 45 metri

Accesso: dalla camera da letto svoltare a destra fino a incontrare l'ingresso, valicare il portone e ritrovarsi sul pianerotolo dove inizia il sentiero

Note tecniche: Itinerario di ampio respiro specie compiendo l'anello passando dalla dispensa ove ci si può rifornire. Si può allungare l'itinerario con un ulteriore dislivello di 10 metri scendendo in cantina.

Descrizione itinerario: Dal pianerotolo procedere dritti fino all'ingresso, attraversare lo stretto corridoio fino alla camera da letto, svoltare bruscamete a sinistra, facendo attenzione alla segnaletica no sempre presente, dove si incontra il rifugio Cucina, proseguire per ulteriori 10 metri e raggiungere la vetta di Punta

Salotto. Da questo punto si può scendere in località Cantina stando attenti all'ipervia discesa che può essere scivolosa e pericolosa in caso di forte umidità e risalire al punto di partenza in pochi minuti.

[da WhatsApp durante i primi mesi di Pandemia Covid-18]

Solo per non dimenticare:

Parco Gran Paradiso con Lucia e Alberto ma anni fa anche con Riccardo Alberto Patrizia (toccati i 3600metri)

23/02/19 Monte Grem con Marco e Andrea con Neve e Nuvole Basse

6/6/2020 Valsecca (Resegone) Dvd, Mrc, K, + altri

1/6/2019 Dvd, Mrc, Ndr, K. Un pezzo del Sentiero dei Roccoli salendo dal centro di Roncobello per poi scendere dalle Baite di Mezzeno e poi giù verso Roncobello dove c'era la nostra macchina

Legenda

Dvd= Davide Mrc=Marco Ndr=Andrea = K=Kira Mnl=Emanuela Grg= Giorgia Lcu=Lucia Lrt=Alberto Lne= Elena Slv=Silvia M=Mia Dgi=Diego Grz=Graziella Altri=Non ricordo il nome di tutti

Edito da:

*FoglioUnoPuntoQuattro, Comunicare è....
Dado17Culùr, daLLe ©*

E' un regalo edito senza fini di lucro. Lo potete trovare anche online in ebook sul sito www.lucchi.eu

Fanno parte della collana:

Rivanghiamo (1992)

La Favola "La Bella e la Bestia" (1992/1993)

Imperomani (1993)

Coso (1994)

Maia (1995)

Nedal a Crèma (1996)

Tour de France o meglio v99 (1999)

Il Pupazzo di Neve (2001/2002)

Librotto (2011)
 App2015 ovvero Appunti di Viaggio 2015 (2015)
 Nom... 2019

Dislivelli

		km	H min	m max	dislivello	ore cammino	guadagno altitudine
Verso i 3 Pizzi	01/06/19	9,88			0	06.16.57	
Sentiero Fiori Arera	08/06/19	14,74			0	07.25.57	
Valzurio	15/06/19	17,27			0	08.49.36	
Cippo 3 Confini Resia	09/07/19	14,03	1723	2142	419	04.03.37	539
Gola UINA -resia	10/07/19	21,19	1696	2262	566	05.53.55	1085
Pian dei Morti -resia	11/07/19	13,38	1345	2140	795	03.54.04	1756
Pio XI Glaciologico -resia	12/07/19	18,59	1815	2517	702	05.20.46	944
Cascate Serio – Curo	18/08/19	14,61	813	1855	1042	03.55.16	1046
Laghetti Ponteranica	14/09/19	14,66	981	2070	1089	05.10.28	1273
Sentiero Roccolo	26/10/19	12,76	911	1845	934	04.07.20	955
Costa del Palio	07/12/19	8,9	975	1428	453	02.38.43	528
Piani di Artavaggio	28/12/19	12,37	844	1616	772	03.38.00	729
Rifugio Magnolini	30/12/19	7,85	1364	1589	225	01.52.03	309
Monte Pare	11/01/20	10,59	618	1585	967	03.22.12	978
Sogno Tesoro	18/01/20	6,58	672	1381	709	02.25.38	713
Passo Presolana	02/02/20	6,6	1173	1244	71	01.39.49	182
Selva d'Agnone	08/02/20	8,75	1031	1729	698	03.23.00	713
Monte Sordanello	23/05/20	7,47	829	1353	524	02.46.43	485
Valsecca	06/06/20	11,28	575	1199	624	03.53.54	635
Pusdosso	13/06/20	8,57	622	1456	834	03.27.50	887
Cascate Monticelli Brusati	27/06/20	4,27	260	413	153	01.28.56	88
Lago Bianco	07/07/20	9,62	2172	2225	53	03.08.18	218
Lago Vago	08/07/20	7,9	2259	2869	610	03.06.40	616
Val Nera	09/07/20	7,16	1909	2145	236	02.20.19	285
valle del saliente	10/07/20	6,63	1789	2119	330	02.14.02	349
Val federia	11/07/20	6,41	1809	2013	204	01.45.35	235
Forcela Zurlino	18/07/20	13,97	916	1700	784	04.49.15	837
Val Sedornia Lago Spigorel	25/07/20	20,2	992	2046	1054	06.09.53	1203
Monte Suchello	22/08/20	8,16	1000	1494	494	03.12.09	656
Cascate Perino	08/09/20	7,02	551	658	107	02.39.38	272
3 Pizzi Pietraquadra	12/09/20	11,05	1230	2087	857	03.54.22	988
Monte Guglielmo	26/09/20	18,51	655	1906	1251	06.06.16	1362
Piazzatorre Casera	31/10/20	12,44	695	1517	822	04.15.02	832
Monte Golla	01/02/20	11,22	958	1687	729	04.19.24	782
Capanna 2000	15/02/20	12,14	1150	1914	764	03.27.11	863