



PROGRAMMA 2019 ESCURSIONI IN MONTAGNA



CUORE BATTICUORE - ONLUS

[n. 2] Maggio 2019

Sabato 4 maggio 2019 **Partenza ore 7,30**

Da LUMEZZANE a CONCHE e SAN GIORGIO m.1125
(da Lumezzane -Frazione Rava (Bs))

Itinerario Stradale: Bergamo - autostrada x Brescia - uscita Ospitaletto - SP19 Valtrompia fino a Sarezzo - bivio dx per Lumezzane.

Da Lumezzane San Sebastiano al Santuario di Conche e all'eremo di San Giorgio, lungo gli antichi sentieri dei carbonai e dei pellegrini. Si parte dal piazzale del ristorante "La perla del monte" in località Rava a 740 metri di quota. Al crocevia, sulla Statale della val Trompia, si prende a destra per Lumezzane e si continua fino allo stabilimento "Trafilerie Ghidini" ex "Eredi Gnutti".



Al bivio, situato poco oltre, si va a destra e si prosegue per Faidana; si sale alla zona industriale e da questa, presa via Rucca, e seguendo poi le segnalazioni per il ristorante, si giunge al piazzale di partenza della gita. Si continua (ora a piedi) sempre lungo la strada lasciando ai lati alcune case ben ambientate nel verde; superata la non lontana trattoria "Da Rosi" (è sulla sinistra tra bei castagni) la strada, fattasi nel frattempo sterrata, (santella nella roccia con l'effigie della Madonna), si inoltra nel bosco sempre con leggera pendenza.

Al successivo bivio, mantenere la destra e proseguire fino ad uno spiazzo (località Calù) dal quale prende il via (sulla destra) il sentiero segnato, denominato "Viale della Misericordia"

che porta dritto in **Conche** (vedi foto) .

Il percorso è gradevole e in estate è anche fresco; si snoda in un bel bosco con faggi, aceri, noccioli, e qua e là anche agrifogli.

Giunti sulla dorsale spartiacque, in vista della valle di Caino, si devia verso destra e, seguendo i segnavia - bianco- azzurri - del "Sentiero3V" , in una ventina di minuti, si giunge alla bella conca prativa dove sorgono, il Santuario e l'annesso monastero di San Costanzo (1066-1151) che meritano una visita. Sulla dorsale che circonda a nord e a nord-est il curioso avvallamento, si stagliano le artistiche croci lignee della "Via Crucis" dello scultore Giuseppe Rivadossi di Nave.

Si continua riprendendo nuovamente il " 3V" che però seguiremo a ritroso, in direzione di San Giorgio (frece del Cai); il percorso facile e ben segnato, si snoda ora a destra, ora sulla sinistra della dorsale che separa la valle di Caino dalle valle di Lumezzane. Dopo una quarantina di minuti si giunge all'eremo di San Giorgio (metri 1125), issato sulla sommità di un picco roccioso alberato da splendidi faggi; il luogo è solitario e molto suggestivo.

Si scende dall'altro lato alla sottostante sella (metri 1070) dove c'è un baitello e più avanti un crocevia di sentieri; a destra il 384 scende a Caino; in salita si stacca il 381 che porta, prima sul Doppo quindi al colle di S. Eusebio e verso sinistra prosegue il "3V". Noi seguiremo quest'ultimo fino al vicinissimo bivio (20 o 30 metri) quindi lo lasceremo per imboccare il sentiero che si inoltra verso sinistra.

Dopo un tratto con lievi su e giù, l'itinerario inizia a scendere descrivendo ampie giravolte; si passa da una

pozza cementata e più sotto si attraversa il roccolo di Tecele. Si perde rapidamente quota sul serpeggiante sentiero, a tratti anche cementato, con bella vista su Lumezzane, fino a sbucare in località Casarole, nei pressi di una villa con un grande parco alberato; presa qui la stradina asfaltata di accesso a detta villa, si scende (sinistra) a chiudere il giro a Rava.

Dislivello: m. 385 - ore 5,00 A/R - difficoltà: EF

Distanza stradale km 130 A/R - Rimborso spese viaggio per passeggero: Euro 11,00

Sabato 11 maggio 2019 Partenza ore 6,30 (con pullman se partecipazione consistente)

**FORRA di SAN MICHELE – giro ad anello
(da Campione del Garda – Bs)**

Itinerario stradale: Bergamo-Autostrada x Brescia, con uscita a Brescia est-Salò-Gargano-Campione

L'orrido di San Michele e Pieve di Tremosine da Campione del Garda. Questa volta la nostra organizzazione prevede un giro ad anello nel comprensorio di Tremosine (Bs). Arrivati con il pullman nell'area dell'ex cotonificio Vittorio Olcese, ora adibito a parcheggio, il tempo per un caffè nel bar della Piazza Centrale di **Campione (78 m.)** e iniziamo la nostra escursione. La prima parte la percorriamo risalendo l'ultimo tratto di valle del torrente San Michele che scende dalle pendici del Tramalzo, tra Tignale e Tremosine. Si lascia a sinistra il complesso dell'ex opificio Olcese e affrontiamo la mulattiera a scaloni con **segnavia 267** che conduce ad una breve galleria poco illuminata, dove poco prima di un ponticello in ferro, c'è un bivio con il sentiero 266 che esce dalla forra di San



Michele in direzione dell'abitato di Prabione. Molto belle le pozze d'acqua e le cascate lungo il percorso fin qui fatto. **Si prosegue a dx su segnavia Cai 267** e adesso cominciamo a risalire la parte sinistra del torrente che forma la forra; affrontiamo un sentiero scavato nella roccia che collega Pregasio con il vecchio villaggio operaio di Campione; belli i tornanti che, tra salti rocciosi fino ai prati sovrastanti, si convertono in strada asfaltata. Facciamo un giro per il centro storico di **Pregasio (487 m.)** con la piccola chiesa edificata nel 1564 e dedicata a San Marco, e nei vicoli che passano sotto basse volte. Riscendiamo quindi su un tratto di strada, già percorsa, e sempre sul segnavia 267, proseguiamo il percorso in mezzo a boschi e

prati ed in trenta minuti senza salite di rilievo, giungiamo a **Pieve di Tremosine m.413 (vedi foto)**. Il borgo di Pieve di Tremosine è uno dei "Borghi più belli d'Italia", prestigioso "club" al quale appartiene un limitato numero di paesi che si contraddistinguono per bellezze paesaggistiche. Pieve si trova sulla sommità di una falesia scavata dal ghiacciaio. Ci soffermiamo sulla bella terrazza che ci permette un panorama fantastico sul lago e sul veronese Monte Baldo (m.2218). Guardandoci alle spalle vediamo la bella chiesa in stile gotico dedicata a S. Giovanni Battista, con il bel Campanile romanico a pianta quadrata eretto nel X secolo; la pieve è ad una sola navata. Il coro, la sacrestia e l'organo sono ornati da intagli in noce del Lucchini da Castel Condini di inizio settecento. Dopo pranzo una rapida visita nel centro storico, percorrendo la via Scala Tonda dove al n.7 nacque l'insigne geologo Arturo Cozzaglio. E poi ancora per le viuzze caratteristiche del borgo per sgranchirci un po'. La vista dai terrazzi di alcuni ristoranti, a sbalzo sullo strapiombo a 300 m., è veramente da mozzafiato, sconsigliata a chi soffre di vertigini. **Nel ritorno scendiamo sul ripido sentiero con segnavia 201**, (verticale di 400 m. fra roccette, sicuro e protetto, severo ma piacevole, che porta all'ex porto di Campione. In quaranta minuti arriviamo sulla gardesana, all'appuntamento con il pullman per il rientro e dove approfitteremo per dissetarci e gustarci un gelato in riva al lago.

Percorso di circa 12,4 km. con 510 m. di salita, in ore 6,00 - difficoltà: EF

Distanza stradale km 230 A/R - Rimborso spese viaggio per passeggero: Euro 20,00

Se effettuata in pullman – prezzo da stabilire in base ai partecipanti

Sabato 18 maggio 2019 Partenza ore 7,30

MONTE ALTISSIMO m. 1703
(da Borno – Bs)

Si eleva tra la bassa [Val Camonica](#) e la bassa [Val di Scalve](#) e costituisce la vetta più elevata del modesto gruppo montuoso compreso tra le due valli citate poc'anzi e l'altopiano di [Borno](#), che lo divide dal ben più imponente [Pizzo Camino](#). Visto dalla bassa Val Camonica il suo versante meridionale appare roccioso e scosceso, pressoché privo di vegetazione: tra il letto del fiume [Oglio](#) e la cima vi è un dislivello di 1500 metri. Completamente diverso il versante settentrionale, che si presenta in dolce declivio verso l'altopiano di Borno ed è ammantato di [abeti](#) (pagher in dialetto camuno, da cui deriva il toponimo Pagherola, località nelle vicinanze della vetta). Il contrasto evidente tra i due versanti è dovuto alla disposizione degli strati rocciosi, inclinati in direzione nord, unita all'azione degli enormi [ghiacciai](#) che durante le varie [glaciazioni](#) scavarono il fondo della Valle Camonica e ne plasmarono i versanti. Vistosi sono anche gli effetti della presenza dell'uomo: se i versanti meridionali sono pressoché disabitati e mantengono un aspetto selvaggio, il versante settentrionale e quello occidentale sono disseminati di [malghe](#), [cascine](#) e piccole baite, molte delle quali tuttora abitate nella stagione estiva. Un grande impatto ha avuto, infine, la realizzazione delle piste di sci e degli impianti di risalita del comprensorio Borno-Monte Altissimo.

Itinerario Stradale: Bergamo-Strada Valle Seriana-Passo della Presolana-Dezzo di Scalve-Borno

SENTIERO N° 3

BORNO m. 900- LAZZARETTI – BAITA MENSI – PLAI – PIAN D'APRILE – PAGHEROLA – MONTE ALTISSIMO m. 1703

DESCRIZIONE Dalla Piazza Umberto I prendere Via Vittorio Veneto fino all'area di posteggio della Dassa, dove ci s'immette, a sinistra, in Via Pineta (frecche direzionali). Si attraversa un ponte sul torrente Trobiolo e



si prende la strada di destra che sale ripida al ristorante Corna Rossa (min.25). Girare a sinistra e dopo un centinaio di metri, ad un bivio, tenere la destra. Si continua incostante salita, fino a raggiungere la baita Mensi m. 1154 (ore 1), dove il panorama si apre sulla Croce di Salven e sulla Presolana. Si prosegue sulla strada che attraversa due ruscelli e sbucca su una pista da sci, che si risale in forte pendenza per portarsi sul dosso (ore 1,30), dove è situata la stazione d'arrivo di una seggiovia. Nel pianoro sottostante si vedono la stazione intermedia e il ristorante di Plai. Girare a sinistra lungo la pista da sci e dopo circa cinquanta metri imboccare, sulla destra, una stradina che sbocca nel grande pascolo di Pian d'Aprile con l'omonima cascina m. 1359 (ore 1,45).

Seguire la strada che, con un'ampia curva a destra, percorre la pista da sci. Si transita fra due rocce che immettono nel falsopiano di Pagherola m.1508 (ore 2,10). Il tracciato delle piste si sdoppia: prendere quello di destra che costeggia una piccola pozza, passa sotto una seggiovia e si affaccia sulla Malga di Paghera m. 1568. Proseguire sulla stradina che diventa sempre più ripida e raggiungere il pianoro sommitale **del Monte Altissimo m. 1703 (ore 2,40)**, da dove si può ammirare uno splendido panorama.

Percorso: Dislivello m. 594 - ore 5.00 A/R – Difficoltà: EF

Distanza Stradale: Km 140 A/R - Rimborso spese viaggio per passeggero: Euro 10,00

Sabato 25 maggio 2019

Partenza ore 7,30

Da GANDINO a MONTE DI SOVERE (m.1237)

Sentiero 544: Gandino - Valle Piana - Monte di Sovere



Il percorso partiva in origine dalla località Opifici (530 m) di Gandino, mentre oggi si è preferito di considerare il punto d'inizio presso la località **Fontanei (quota 730 m - possibilità di parcheggio)**. Da detta località continua su comodo sentiero lungo la Val Piana. Si passa per il Tribulino di S. Antonio (837 m) e il Corno della Madonnina (887 m) sino ad immettersi su strada carrozzabile (a 1026 m). Si prosegue a sinistra (senso di marcia - tabella segnavia) su strada asfaltata, si supera la chiesetta di Val Piana (Santa Maria degli Angeli) sino a quota 1120 circa, ove si abbandona la strada e si prende a destra il sentiero, abbastanza ripido, che porta al **bivio (1237 m) in località Monte di Sovere**, dove si incrociano il [sentiero 545](#) e il [sentiero 547](#). Sosta e ritorno per lo stesso sentiero.

Percorso: Dislivello : metri 507- ore 4,00 A/R – Difficoltà. EF

Distanza stradale: Km 50 A/R Rimborso spese viaggio per passeggero: euro 4,00

REGOLAMENTO ESCURSIONISTICO

1- SOCI PARTECIPANTI DEVONO ESSERE TASSATIVAMENTE IN REGOLA CON IL TESSERAMENTO A CUORE...SPORT.

2-Le escursioni, che si effettuano **nelle giornate di sabato**, sono generalmente di grado di difficoltà **Facile (EF= Percorso turistico senza difficoltà, adatto a tutti) o Medio (EM= Percorso escursionistico su sentiero che può essere faticoso ma non esposto; adatto a chi è abituato a camminare senza difficoltà anche per parecchie ore di seguito)**. I partecipanti sono comunque invitati a prendere attenta visione delle caratteristiche dei percorsi per valutare l'impegno fisico richiesto. Una regolare partecipazione sarà utile per acquisire un graduale allenamento.

3-E' fondamentale un corretto equipaggiamento: scarponi o pedule, zaino, indumenti e protezioni adeguate per sole, vento e pioggia. Si consiglia l'uso dei bastoncini.

4-Durante le escursioni i partecipanti sono tenuti a mantenere un comportamento rispettoso dell'ambiente e a non allontanarsi dal gruppo senza il permesso dei coordinatori, che non hanno comunque alcuna responsabilità per fatti derivanti da imprudenza o imperizia. L'andatura deve mantenersi sul ritmo di chi cammina più piano.

5-Il luogo di ritrovo (15 minuti prima della partenza) è presso il **Parcheggio ATB di via Croce Rossa**. Il trasporto si effettua con mezzi propri e con ripartizione delle spese di viaggio. Non saranno effettuate soste intermedie durante i trasferimenti in auto, salvo estreme necessità. Colazioni possibilmente prima della partenza.

6-Le condizioni atmosferiche possono rendere necessarie variazioni al programma. E' pertanto consigliabile informarsi il venerdì precedente presso la Sede (al mattino) **tel. 035 210743**, oppure presso i coordinatori: **Dino Salvi 035 460306 – cell. 3480481007- Assandri Pietro cell.349 3468463 – Renato Oldrati 035 255820 / 3474341101 - Cesare Colleoni 035 317419 / 3476263856 - Pepi Pasqualini 035 808644 / 3665996110.**

7-Le quote altimetriche e gli orari di percorrenza sono ricavati da guide di autori diversi. Sono pertanto possibili discordanze tra il reale e le quote ed orari indicati. Qualche metro od una decina di minuti in eccesso od in difetto non tolgono né aggiungono valore alla gita.

L'Associazione Cuore..Sport declina ogni responsabilità per danni che potrebbero derivare a persone e cose nel corso delle escursioni.

Anche quest'anno, visto l'alto gradimento ottenuto negli anni precedenti con - Camminando : "SULLE NOTE IN QUOTA" - alcune nostre gite saranno accompagnate da concerti di musica classica.

P.S.: Tutti i programmi sono consultabili sul sito dell'Associazione: www.cuorebatticuore.net

