



PROGRAMMA 2017 ESCURSIONI IN MONTAGNA



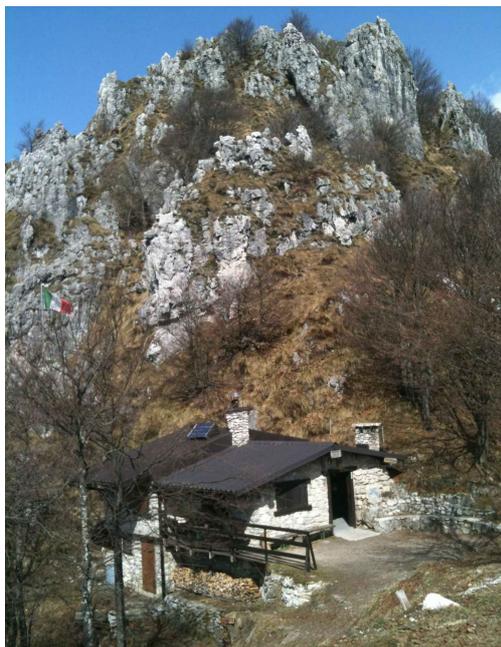
CUORE BATTICUORE - ONLUS

[n. 2] MAGGIO 2018

Sabato 5 maggio 2018

Partenza ore 7,30

BIVACCO TESTA – mt. 1490 (da Vertova : rifugio di Cavlera)



Da Vertova, Piazza Vittorio Veneto, si sale per via Don Brini e, superata la chiesa, si gira a sinistra seguendo le indicazioni per Monte Cavlera. Si percorre per intero la strada che, nell'ultimo tratto è cementata e piuttosto stretta. Si parcheggia nei pressi del Rifugio Alpino di Cavlera (m 1160).

Il segnavia da seguire è il 530. la stradina cementata dopo un po' diventa sterrata ed attraversa pianeggiante un bel bosco di faggi.

In prossimità di un capanno parte un sentierino sulla destra che poco dopo confluisce in un'altra sterrata. Un breve tratto in discesa conduce ad una strada cementata, seguendo la quale, verso sinistra, dopo pochi metri si trovano le indicazioni che indirizzano a destra per un sentiero che in leggera discesa porta in breve tempo alla Forcella di Dasla.

Si riprende a salire. Dopo un tratto cementato, il sentiero entra nella faggeta e, alternando tratti abbastanza ripidi ad altri pianeggianti, alla base di alcuni dirupi, porta al Passo Bliben con la sua bella cascina.

Per la sua particolare ubicazione il crinale rappresenta un'ideale linea di separazione tra la Media e l'Alta Val Seriana e consente interessanti scorci panoramici.

Qui è installata una stazione per la cattura e l'inanellamento degli uccelli a scopo scientifico.

Si sale abbastanza ripidamente lungo le pendici del monte

Secretondo, tra innumerevoli spuntoni di roccia calcarea dalle forme più strane. Il sentiero poi, pianeggiante o in leggera discesa, attraversa alcuni ripidi pratoni (fare attenzione) e con un ultimo strappo raggiunge il crinale dove, poco più avanti, in località Pradaccio, alla base delle prime creste del Monte Alben, sorge il Bivacco Dante Testa (m 1490).

Il bivacco fu costruito negli anni 79-80 dal Gruppo Alpinistico Vertovese come base d'appoggio per gli alpinisti che scalavano il Monte Alben. Dispone di 6 posti letto, stufa e camino ed è sempre aperto.

Per il ritorno si segue lo stesso percorso dell'andata.

Dislivello: m 330 più alcuni sali-scendi - Difficoltà: EF

Tempi di percorrenza: ore 4.30; A/R

Distanza stradale km. 60 A/R - Rimborso spese viaggio per passeggero: Euro 4,00

Sabato 12 maggio 2018

Partenza ore 7,30

PIZZO DI SPINO – mt. 958 (da San Pellegrino-fraz.Galleno)

È la prima elevazione dello spartiacque tra la Val Brembana e la Val Serina. L'escursione per raggiungere la vetta (m 958), pur presentando alcuni tratti piuttosto ripidi, è abbastanza facile e molto interessante per i bei panorami che offre sulle due valli e sui monti circostanti.

Dalla provinciale della Val Brembana, a valle di San Pellegrino Terme, prima dell'imbocco della galleria, si esce a destra seguendo le indicazioni per il centro. Alla frazione di **Pregalleno**, in corrispondenza della curva prima del ponte che attraversa il Brembo si trova un grande parcheggio dove si possono lasciare le auto (m 344).



Ritornando lungo la strada per ca. 300 m, all'altezza del N° civico 25, si trova a sinistra il segnavia CAI 594. Saliti alcuni gradini, un sentierino porta ad una mulattiera pianeggiante che si percorre verso sinistra. Proseguendo in falsopiano si raggiunge la località Valcumina dove, in corrispondenza di una santella, si devia a destra.

Si taglia a mezza costa il ripido pendio, poi si inizia a salire lungo la stretta Valcava, dove un torrentello forma piccole pozze e cascatelle. Alle spalle una bella veduta su San Pellegrino e il Monte Zucco, mentre di fronte si iniziano a intravedere le rocce calcaree della Corna Pedezzina e della Corna Maria.

Oltrepassate le baite di Valcava (Bassa e Alta), si continua a salire con tratti abbastanza ripidi alternati con altri pianeggianti.

Al crinale si scende brevemente lungo il versante opposto e, all'incrocio con il sentiero 597, si prosegue verso destra in modo pianeggiante fino alla "Ca' Fontana Granda". Continuando nel bosco si raggiunge un roccolo, dove si lascia il 597 e si continua verso destra sul 594, segnalato anche da bolli gialli. Raggiunto il crinale, molto panoramico sulla Val Brembana e la Val Serina, si segue verso sinistra la traccia taglia-fuoco e con un ultimo strappo, si guadagna la vetta (m 958).

Per il ritorno si segue a ritroso il percorso dell'andata fino a Valcava Alta. Superata la cascina, si scende leggermente verso sinistra per un sentierino all'inizio poco evidente ma che poi si fa più marcato. Poco dopo si trova un curioso spuntone roccioso alto 6-7 metri, con un'apertura alla base, la cui forma ricorda la cruna di un ago, chiamato la "Corna Büsa".

Il sentiero procede per un buon tratto pianeggiante e molto panoramico, poi scende nel bosco fino alla frazione di Frasnadello. Si attraversa il borgo e, di fronte alla chiesetta, si scende a sinistra per una stradina che poco dopo diventa mulattiera. Ripidamente si scende fino alla strada asfaltata che si risale brevemente verso sinistra. Sulla destra si stacca un sentiero pianeggiante che riporta a Valcumina e quindi a Pregalleno.

Percorso: ore 5,30 A/R – Difficoltà EM - Dislivello : metri 614

Tempi di percorrenza: ore 4.30 A/R

Distanza stradale km. 50 A/R - Rimborso spese viaggio per passeggero: Euro 3,00

Sabato 19 maggio 2018 Partenza ore 7,30

TRA LAGO E MONTAGNA - ANELLO MAGGIORE (da Predore)

Itinerario stradale: Bergamo – superstrada fino al bivio di Albano – Grumello d/M. - Sarnico – Predore



Dalla piazza Vittorio Veneto si imbecca la strada a destra del torrente Rino che sale verso la parte alta del paese. Quando si incontra la torre medioevale (XII Sec.), dopo qualche metro, si prende la strada di destra, arrivando all'acquedotto comunale.

Prendendo la strada di sinistra (Segnavia N. 709), a quota 425 mt si giunge alla santella di Sant'Alberto. proseguendo dritti si arriva a un bivio e, tenendo la destra, ci si inoltra in un sentiero boschivo che giunge ai prati del Colle Camblino (790 mt).

Il percorso dopo le cascate svolta a destra con segnavia TPC. Salendo si passa in mezzo ad un roccolo, poi il

sentiero spiana. Ci si mette sulla strada che sale da Viadanica; percorrendola in salita si arriva a sella del Colle d'Oregia (919 mt) dove si trova una piccola pozza. Salendo ancora si attraversano altri bellissimi roccoli e si incrocia il sentiero 701 che scende dal Monte Bronzone. Si segue il segnavia a destra percorrendo i castagneti delle Squadre; dopo circa 30 minuti si arriverà alla sella prativa del Colle del Giogo. Si sale di nuovo e prendendo il segnavia N. 707 con

alcun saliscendi in zona boscosa si giunge alla sommità di Punta Alta (mt 953).

Piegando a destra seguendo il sentiero (N. 734) in direzione sud si comincia a scendere. Si arriva così a un roccolo sulla sommità della parete verticale de Corno che offre una vista panoramica mozzafiato del paesaggio lacustre.

Si riprende il sentiero che scende a destra fino a raggiungere la strada cementata; seguendola si arriverà al Santuario di San Gregorio.

Scendendo per la scalinata ci si immette sulla strada asfaltata che porta in "cima al paese".

Si conclude così il lungo tragitto che percorre ad anello tutto il territorio comunale.

Percorso: ore 4,00 A/R – Difficoltà. EF - Dislivello : metri 745

Distanza Stradale: Km. 80 A/R - Rimborso spese viaggio per passeggero: Euro 5,00

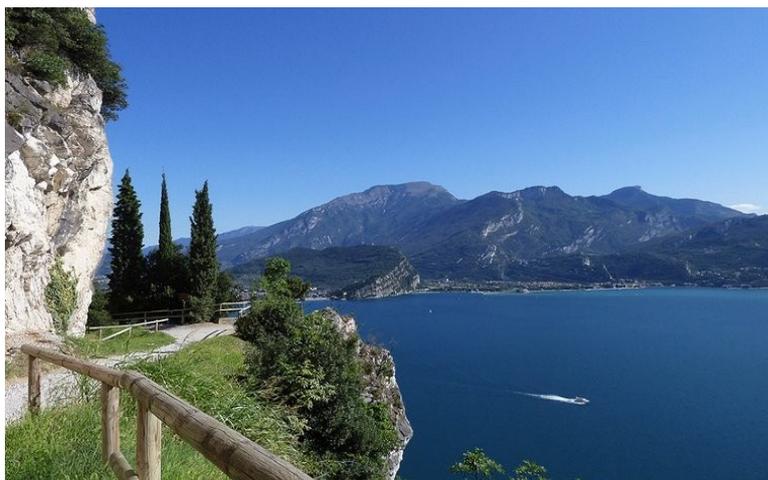
Sabato 26 maggio 2018

Partenza ore 7,00

LA STRADA DEL PONALE – LAGO DI LEDRO

(da Riva del Garda)

La Strada del Ponale offre una vista spettacolare sul Benaco: trasformata in sentiero pedonale e ciclabile, è una delle attrazioni del Garda trentino, ideale per passeggiate ed escursioni primaverili



Il sentiero del Ponale collega Riva del Garda alla valle di Ledro. La strada, scavata nella roccia nella seconda metà del 1800, è stata dismessa dopo la realizzazione della galleria vent'anni fa. Dal 2004 è stata trasformata in sentiero, dove è permesso transitare anche con le biciclette. Per le sue caratteristiche ambientali e storiche è uno dei più belli e conosciuti sentieri europei.

Partiamo nel centro di Riva del Garda e seguiamo la costa, passando davanti alla storica centrale idroelettrica. Dopo meno di un km, attraversiamo la strada Gardesana occidentale, seguendo il segnavia D01 in direzione Ledro. Lasciamo dietro di noi l'asfalto e ci troviamo già in mezzo al

bellissimo percorso panoramico del Ponale, che si aggrappa alle pareti di roccia, a tratti perforandole con piccole gallerie. Dopo due km di leggera salita, la strada curva verso destra, sopra la baia dello sbocco della Valle di Ledro. Qui si separa il percorso per le mountain bike e quello a piedi. Attraversiamo un ponte e poco dopo il segnavia indica una scalinata che conduce verso una strada forestale. Entriamo nella Val di Ledro, e dopo un breve pezzo su asfalto (strada di Pregasina) bypassiamo il paesino di Biacesa. Poi, il percorso a piedi si riunisce a quello ciclabile, entriamo nel centro di Prè di Ledro, e siamo già sulla salita che ci porta prima a Molina e poi al bellissimo Lago di Ledro, dove il museo delle Palafitte espone i reperti archeologici del noto insediamento preistorico (vedi foto).

La strada domina il basso Sarca, il caratteristico monte Brione, posto tra Riva e Torbole, l'Alto Garda e il monte Baldo. La vegetazione è rada, mediterranea, fatta di cipressi e lecci, che trovano piccoli spazi adatti a crescere tra le rocce a strapiombo. La strada del Ponale era l'unico collegamento tra la Valle di e Riva del Garda prima della costruzione del tunnel, aperto nel 1990 al traffico automobilistico. Giacomo Cis, un ricco commerciante di Bezzecca, fu l'ideatore, costruttore e finanziatore del progetto. Morì nel 1851, poco prima dell'inaugurazione della strada. La costruzione della strada iniziò nel 1848 e terminò nel 1851. Tre gallerie furono inizialmente scavate nella roccia del Monte Oro. A queste se ne aggiunsero altre quattro negli anni successivi. Nel 1891 fu permesso per la prima volta il transit alle auto private. La Ponale, con le sue gallerie nella roccia e i suoi tornanti a strapiombo sul lago, era all'epoca un capolavoro d'ingegneria. Dopo l'abbandono nel 1990, la strada del Ponale è stata messa in sicurezza e convertita in sentiero. E' stata nuovamente aperta al pubblico nel 2004. Il percorso è intitolato a Giacomo Cis.



Fortificazioni austro-ungariche

La strada del Ponale era di fondamentale importanza per il controllo dell'Alto Garda, allora zona di confine tra l'Impero austro-ungarico e il Regno d'Italia. Per questo suo grande valore strategico fu quindi oggetto di fortificazione da parte dell'Austria-Ungheria sin dal 1860. A quest'epoca risale Forte Teodosio, così chiamato per via del ritrovamento di alcune monete risalenti all'Imperatore Teodosio. Il forte serviva a sbarrare la strada a chi proveniva dalla Valle di Ledro. A difesa del porto di Riva stava la Batteria Bellavista (o della Madonnina), pochi metri più in alto del livello del lago. Le fortificazioni impedirono a Garibaldi di

invadere il Trentino dal Garda, costringendolo a passare per le Giudicarie e la Val di Ledro. Al 1904 risale l'inizio dei lavori di scavo della Tagliata del Ponale, parte del grande piano difensivo messo in campo dall'Imperial e regio esercito in tutto il Trentino. La Tagliata è composta da una serie di gallerie e cunicoli scavati nella roccia. Il complesso si estende dal livello del lago all'altezza della settima galleria (170 m) venendo da Riva. Dalla strada sono visibili le feritoie di tiro e i portoni in ferro. La Tagliata garantì all'Austria-Ungheria il controllo di Riva per tutto il corso della Prima Guerra Mondiale. Gli scavi terminarono solo nel 1918.

Punto di partenza: Riva del Garda (centro storico) - Segnavia: D 01, Via del Ponale, Ledro
Lunghezza del percorso: ca. 9,5 km - Tempo di percorrenza: ca. 3 ore - Dislivello: ca. 665 m
Altitudine: tra 80 e 750 m s.l.m.

Importante: Per ragioni logistiche , questa gita , sarebbe preferibile effettuarla con il pullman. Invito quindi gli interessati a confermare la partecipazione in largo anticipo (almeno due settimane prima) per poter prenotare il tipo di pullman e calcolare il relativo costo. Grazie.

REGOLAMENTO ESCURSIONISTICO

1-I 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, - Eugenio Rota Nodari 035 657845 / 3487953134 – 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.

