



PROGRAMMA 2018 ESCURSIONI IN MONTAGNA



CUORE BATTICUORE - ONLUS

[n. 6] OTTOBRE 2018

Sabato 6 – Domenica 7 ottobre
GIORNATE DEL CUORE sul Sentierone

Sabato 13 ottobre 2018 **Partenza ore 8,00**

PERIPLO DEL MONTE CLEMO (da Piangaiano)

Il percorso, tracciato a cura dell'Associazione Italia Nostra e segnato dal CAI di Lovere con il N° 565, parte dalla "porta d'ingresso" alla "Valle del Freddo" e, evitando il tratto del Sentiero Didattico della Riserva Naturale Protetta, si snoda tra la Val Cavallina e la Val Camonica per circa 16 Km attorno al Monte Clemo. È un itinerario a bassa quota, in gran parte pianeggiante, con saliscendi che non superano mai i 150 m di dislivello, quindi poco faticoso ma molto gradevole per l'ambiente naturale che attraversa e per lo splendido panorama che presenta in alcuni tratti.

Superati Endine Gaiano e Piangaiano, si trova sulla destra l'indicazione turistica per la Valle del Freddo. Qui si deve parcheggiare perché una sbarra non consente di proseguire oltre.



Il 565 CAI è il segnavia da seguire lungo tutto il percorso. Raggiunta la radura recintata di ingresso alla Riserva Naturale, si segue l'indicazione che indirizza a sinistra. Più avanti, dove il sentiero si biforca, si prosegue dritti in direzione Pianico.

Dopo alcuni saliscendi e una salita con comodi tornanti, si scende per un buon tratto attraverso il bosco fino ad immettersi su un sentiero, proveniente da Pianico, che si segue verso destra, di nuovo in salita. Poco dopo si apre una bella vista sulla Val Borlezza e la Val Camonica.

Dopo un tratto in discesa tra i castagni si incrocia una strada parzialmente cementata che si segue verso destra. Alcuni tornanti in salita, portano ad una zona di pascoli ondulati dove si ritrova il segnavia 565 che indirizza a destra. Si raggiunge così la panoramica forcella situata sopra la rupe strapiombante chiamata "Bögn di Castro". Meravigliosa è la veduta sul lago d'Iseo e la Val Camonica. Di fronte la Corna Trentapassi e il Monte Guglielmo.

Il sentiero prosegue in piano a mezza costa sopra il lago fino a raggiungere, sopra il "Bögn di Zorzino", una sterrata con vista sui paesi di Riva di Solto e Solto Collina. Poco più avanti si sbucca sulla strada asfaltata. Prima di entrare nell'abitato di Solto Collina si devia a destra per un'altra sterrata, sempre segnalata, che dopo due tornanti si immette in una stradina asfaltata. Si continua a salire e, all'incrocio con un'altra strada asfaltata, si gira a sinistra verso il paese di Esmate, piccolo centro di origine medievale.

Oltrepassata una cappella ed evitata l'indicazione a destra per il "Sentiero Natura del Sebino", dopo pochi metri si ritrova, pure a destra, il 565 all'inizio di un sentiero cementato. Al bivio successivo si tiene la sinistra in piano fino ad incrociare una strada cementata.

Si evita sulla destra la variante 565 A, scendendo invece a sinistra. Al tornante si imbecca lo sterrato a destra che porta alla località Santa Lucia. Aggirati i ripetitori RAI si scende per 200 metri dove, sulla sinistra, si ritrova il sentiero 565 che scende verso la Valle del Freddo.

L'anello si conclude ricongiungendosi con il primo tratto del sentiero percorso all'andata.

Tempi di percorrenza: ore 4.30 A/R - Dislivello: m.150 - Difficoltà: EF
Distanza stradale km. 80 A/R - Rimborso spese viaggio per passeggero: Euro 6,00

Sabato 20 ottobre 2018 **Partenza ore 8,00**

CORNO ZUCCONE – m.1458
(da Vedeseta)

Percorso:

Reggetto di Vedeseta (950 m.) - Sentiero 152 – Corno Zuccone (1458 m.) con ritorno sul medesimo percorso.

Descrizione itinerario:

Partenza da Reggetto, frazione di Vedeseta in Val Taleggio, dove, lasciate le vetture nei pressi della bella fontana lavatoio, imbocchiamo la fiancheggiante strada asfaltata che pian piano lascia alle spalle il piccolo borgo di case e raggiunge il bivio fra le due sterrate: a destra lungo il segnavia 150 CAI che volge verso i piani di Artavaggio e a sinistra lungo il segnavia 152 CAI con direzione della nostra meta, il Corno Zuccone.

Piegiamo a sinistra ed in lieve salita percorriamo la sterrata per non oltre cinquanta metri; in corrispondenza delle



indicazioni sentieristiche bianco-rosse poste su una roccia, imbocchiamo a destra il classico sentierino montano che s'infila tra la folta vegetazione boschiva. Numerose saranno le tracce di sentiero che incroceranno la nostra via di salita. L'importante, in questa prima parte del percorso, è non perdere di vista le classiche bollature CAI.

Il sentiero prosegue sempre nel fitto bosco con qualche uscita su radure erbose che ci consentono di ammirare il panorama della Val Taleggio. Mai troppo impegnativo e mai troppo in

pendenza, il sentiero prosegue verso il Corno Zuccone passando anche attraverso una bellissima faggeta.

Dopo circa un'ora di cammino, raggiungiamo il bivio sentieristico ai piedi delle pareti del Corno Zuccone che ancora intravediamo con difficoltà nascosto dalla folta vegetazione. Ma è questione di poco! Infatti, lasciata a sinistra la prosecuzione del sentiero, risaliamo a destra i ripidi versanti erbosi, seguendo le indicazioni della Madonna delle Cime – Corno Zuccone. Ora, all'uscita del bosco, le pareti del Corno Zuccone ed il suo arcigno profilo si presentano in tutta la loro grandiosità.

Con maggior attenzione, seguiamo sull'esile traccia che, molto ripida, si inerpicca zigzagando sino al soprastante pianoro erboso. Dopo in breve traverso verso destra, il sentiero volge verso sinistra e si avvicina alle pareti di roccia dolomia con la quale è formato il Corno Zuccone. Proseguiamo ora lungo il ripido sentierino scavato nel fianco roccioso che, anche con l'aiuto delle mani, ci consente di raggiungere la bianca-azzurra Madonna delle Cime, costruita con le lamiere raccolte dopo i bombardamenti alle fabbriche di Dalmine posta sulla sommità a m.1458 di altitudine dagli Amici di Taleggio il 16 agosto 1984.

Nonostante la modesta altitudine, la cima del Corno Zuccone, montagna più bassa della Val Taleggio, fa sfoggio dell'invidiabile posizione isolata al centro della valle per regalarci lo straordinario panorama su tutte le sorelle maggiori della Val Taleggio ed oltre, verso l'Alben, il Resegone, le Grigne fin verso il Monte Rosa.

Tempi di percorrenza: ore 3.00 A/R - Dislivello: m. 500 - Difficoltà: EF/EM
Distanza stradale km. 90 A/R - Rimborso spese viaggio per passeggero: Euro 6,00

N.B. : PER PROBLEMI DI ORGANIZZAZIONE , LE GITE DEL PRESENTE MESE SONO STATE PARZIALMENTE VARIATE DAL PROGRAMMA GENERALE. PREGASI QUINDI ATTENERSI A QUELLE QUI DESCRITTE!!!!!!!!!!!!

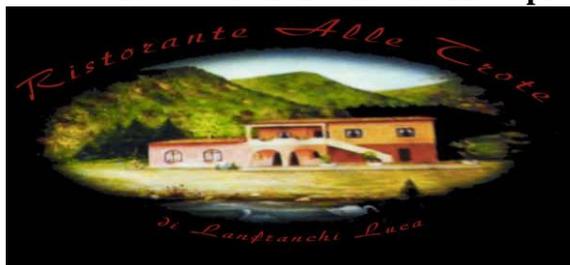


CUORE BATTICUORE - ONLUS

INCONTRO CONVIVIALE

DI CHIUSURA DELLE ATTIVITA' ESTIVE (Escursionismo e Cicloturismo)

Sabato 27 ottobre 2018 alle ore 12.30 presso:



TRATTORIA ALLE TROTE

Via Valgua, 3 – Bondo Petello di Albino

tel. 035 761120 - 339 5220821

Percorso stradale: Bergamo – Albino – Funivia per Selvino-
proseguire per alcune centinaia di metri in leggera discesa fino ad
incontrare sulla sinistra la relativa segnalazione. Lasciare le auto nei
parcheeggi poco prima del ristorante.

MENU'

Antipasti:

Prosciutto crudo di Parma
Speck e salame
Polentina con guazzetto di moscardini
Voulevant al forno con porcini e taleggio
Insalata di mare

Primi piatti:

Trofie al ragù di cinghiale
Risotto alla pescatora

Secondi piatti:

Filetto di scorfano al pepe verde
Cruditè di verdure
Reale di vitello arrosto con patate al forno

Dolce:

Dessert della casa semifreddo al torroncino

Bevande :

Muller Turgau / Villamedoro / Prosecco extra dry
acqua e caffè

Costo: Euro 30 da versare sul posto.

Al termine del pranzo verranno proiettate le immagini delle escursioni 2018
Amici e simpatizzanti saranno graditi ospiti

Si prega di confermare la vostra partecipazione entro il 22 ottobre 2018, anche telefonicamente:
in segreteria: tel. 035 210743 o presso il coordinatore
Dino Salvi : tel. 035 460306 – 348 0481007

VI ASPETTIAMO NUMEROSI!

EGOLAMENTO 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 ne 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.