



PROGRAMMA 2020 ESCURSIONI IN MONTAGNA

CUORE BATTICUORE - ONLUS

[n. 2] LUGLIO 2020

Sabato 4 Luglio 2020

Partenza ore 8,00

**VALLE SAN MARTINO – Sent. 808
(da loc. Foppa a Coldara)**



Un itinerario che collega località Foppa a Coldara passando per Opreno e Colle Pedrino. Utilizzando una tratta del sentiero 801/b, da Coldara a Foppa, si può realizzare un bellissimo anello da percorrere in una mezza giornata. Punti di partenza dell'anello, accessibili con un automezzo, possono essere Opreno, Col Pedrino e Coldara.

INDICAZIONI PER IL PERCORSO: Per problemi di parcheggio è consigliabile iniziare il percorso da Torre de Busi.

Da Foppa si seguono le indicazioni del C.A.I. per Opreno, al termine della discesa, usciti dal bosco, si tiene la sinistra su un sentiero erboso pianeggiante per arrivare ad una carrozzabile che seguiamo in discesa. Arrivati alla strada asfaltata si svolta a sinistra attraversando il paesino di Opreno. Usciti

dal paese teniamo la sinistra imboccando una carrozzabile sterrata. In corrispondenza di una radura superiamo un cancello svoltando a destra e proseguiamo sulla mulattiera che sale ripida a Col Pedrino. Dal Colle si tiene la sinistra verso un gruppo di case e si costeggia una recinzione proseguendo in costa su un sentiero non sempre pulito.

Dopo un lungo tratto nel bosco subito dopo un piccolo guado si supera una recinzione per gli animali e si segue la traccia fino a raggiungere le **baite di Costa del Coldara (vedi foto)**. Superato il piccolo agglomerato di case si costeggia la recinzione seguendo la traccia fino all'incantevole borgo di Coldara.

**Percorso: Dislivello: m. 390 - quota massima 940 m. - ore 3,00 A/R - difficoltà: EF
Distanza stradale km. 45 A/R - Rimborso spese viaggio per passeggero: Euro 4,00**

Sabato 11 luglio 2020

Partenza ore 8,00

**IL SENTIERO ALTO (alle Propaggini del Misma)
(da Cornale di Pradalunga)**

I sentieri che solcano il Monte Misma rappresentano, quasi tutti, percorsi escursionistici e naturalistici ed i loro nomi derivano in genere dalle testimonianze che l'uomo ha lasciato nel corso dei secoli. Troviamo ad esempio l'itinerario dei Santuari, quello delle Cave, delle "Roére", dei Roccoli ecc.. L'itinerario denominato "del Sentiero Alto", non raggiunge in realtà la vetta del monte, ma si snoda lungo le sue propaggini tra la Costa del Monte forca, il Monte Bastia ed il Costone di Gavarno, offrendo gradevoli vedute sui monti della Val Seriana, sulla valletta di Spersiglio, sulla Val Cavallina e sull'alta pianura.



A **Cornale**, frazione di Pradalunga, poco dopo il ponte medievale che attraversa il serio, si sale per Via Minelli e si parcheggia subito dopo il cimitero (m 340). Si sale alla chiesetta di San Fermo, alla cui sinistra si imbecca il sentiero n. 539 CAI. Superata una zona di prati terrazzati, si prosegue nel bosco lungo la costa del Monte Forca, guadagnando quota in modo deciso. Ad un bivio si tiene la destra seguendo le indicazioni per “Pian dei Chignoi”. Il sentiero prosegue al limite del bosco, alto sulla sottostante Valle di Spersiglio, fino a riprendere il crinale in prossimità di un bel pianoro con la vecchia casa Luogo Vassalli. Qui si ha una bella veduta sui monti della Val Seriana, tra i quali spiccano le rocce della Cornagiera. Più avanti si piega a sinistra abbandonando la traccia che prosegue pianeggiante. Raggiunto un trivio si

prosegue a destra, sempre alti sulla valle e si riprende a salire fino a confluire in un sentiero più largo che si segue verso destra. Si giunge così alla località Mesòlt, caratterizzata da una costruzione posta sul crinale e contornata da alcuni secolari castagni (m 755).

Ci si immette sullo sterrato che sale dalla “Sbardellata” e, quando questo diventa sentiero, si prosegue dritti evitando le deviazioni a sinistra. In leggera discesa si raggiunge la sella del Monte Bastia, dove è situato un vecchio roccolo che si affaccia sulla Valpredina, riserva naturale del WWF. Da questo punto si ha una veduta sulle colline verso il lago d’Iseo, con in fondo San Giovanni delle Formiche.

Si abbandona il sentiero 539, che si dirige alla vetta del Misma, e si segue verso destra il 513 che in breve porta alla sommità del Monte Bastia, dove una cappelletta è posta a commemorazione di un’apparizione della Madonna (**m 810**) **quota massima raggiunta**.

Si prosegue a destra, scendendo alcuni gradini e, evitando la traccia più invitante, ci si mantiene sulla linea di crinale. La posizione offre un bel colpo d’occhio sull’intera Valle di Spersiglio e sugli abitati di Cornale e Nembro.

Si confluisce in una traccia più larga raggiungendo la sella sottostante. Uno sterrato sulla destra permette di raggiungere in breve l’agriturismo di Spersiglio Alto, mentre proseguendo dritti si raggiungono le cascate ristrutturate della Costa di Pradale. È un panoramico balcone sulle colline di Cenate, Trescore, Gavarno e Colle di Pasta (m 686).

Al termine del prato si rientra nel bosco mantenendosi sul crinale e al prossimo bivio si abbandona il sentiero 513 e si tiene la destra. Si supera la recinzione di una casa e, raggiunto un roccolo, una decina di metri dopo il cancello, si prende una deviazione a destra che si dirige decisamente verso il fondovalle (fare attenzione ai segni rossi).

Si scende mantenendo la destra fino a confluire in un altro sentiero che si segue verso sinistra. Si costeggia l’alveo di un torrente, superandolo poi con un guado ai prati di fondovalle. Raggiunta la strada asfaltata, la si segue verso sinistra fino a ritornare al punto di partenza.

Percorso: Dislivello : m.470 - ore 4,00 A/R – Difficoltà. EF

Distanza stradale: Km 35 A/R **Rimborso spese viaggio per passeggero:** euro 3,00

Sabato 18 Luglio 2020

Partenza ore 8,00

VALLE DEL’ACQUA - m.791 (da Luzzana)



È una laterale nord-ovest della bassa Val Cavallina, situata in prevalenza nel comune di Luzzana e rappresenta uno degli angoli più suggestivi del territorio. Con il suo andamento, verso sud-est, presenta versanti sia soleggiati che ombrosi, cosa che ha favorito lo sviluppo di una vegetazione ricca e varia. In buona parte è ricoperta da boschi, a volte fitti e impenetrabili. L’aspetto più affascinante è rappresentato dall’alveo del torrente Bragazzo che la percorre per circa 3 km formando cascatelle, buche, affossamenti, frequenti salti d’acqua e tratti in forra. Non seguiremo il corso del torrente, perché il percorso non è agevole, ma faremo tutto il giro della valle, rimanendo in alto tra boschi, radure e pascoli.

Dalla strada della Val Cavallina, superato Trescore Balneario, si seguono sulla sinistra le indicazioni per

Luzzana dove si può parcheggiare nella piazzetta Giosuè Meli (m 315). Si percorre via Chiesa, poi via Castello e si sale fino al bivio dove si imbecca la via Belvedere, evitando l’indicazione per S. Antonio. Raggiunte le Cascine Benti, prima

di entrare nel nucleo abitato si segue il sentiero che sale ripido sulla destra. Il segnavia sarebbe il 611 ma qui la segnaletica è praticamente scomparsa. Dopo un tratto pianeggiante, si entra nel bosco e ci si immette in uno sterrato che, prima in salita poi con andamento pianeggiante, confluisce sulla strada asfaltata che si percorre fino al Santuario di S. Antonio (m 512). Si continua fino al secondo tornante dove si segue il sentiero con indicazione "Prati Alti". Attraversata una valletta, si trova un bivio dove si devia a destra per poi immettersi in uno sterrato. Un breve strappo ripido e superata una vecchia cascina, lo sterrato piega a sinistra e percorre la testata della valle (m 773). Da questo punto si ha un bel colpo d'occhio sul borgo di Luzzana e sui Colli di San Fermo, il Monte di Grone, il Monte Bronzone, i rilievi della bassa Val Cavallina e in lontananza le prime colline bresciane. Con andamento pianeggiante, si passa accanto ad un vecchio gruppo di stalle e si prosegue nel bosco fino al crinale. Si continua sullo spartiacque con una splendida vista sulle cime della Val Seriana e sulla pianura sottostante. Superato un capanno, il sentiero porta facilmente alla sommità del Pizzo Casgnola (m 791), da dove poi si perde rapidamente quota scendendo dal versante opposto. Si continua lungo la dorsale con scorci panoramici su Entratico e le colline sovrastanti, poi sui vigneti di Redona di Trescore. Dopo un traliccio ENEL si prosegue entrando nel bosco e, rimanendo sul dorso della collina, in leggera discesa si raggiunge un gruppo di tre secolari querce. Una di queste, ormai disseccata, porta in un incavo una piccola effigie della madonna. Qui il sentiero piega leggermente a sinistra, poi scende fino ad un rimboschimento di conifere. Raggiunto uno sterrato si scende ripidamente a destra, lungo un tratto cementato, sbucando in via Costa. Procedendo a sinistra, si passa il ponte sul torrente Bragazzo, che qui compie un gran salto, e si ritorna al centro di Luzzana

Percorso: ore 4,00 A/R - **Dislivello :** metri 476 – **Difficoltà:** EF
Distanza Stradale: Km 55 A/R - **Rimborso spese viaggio per passeggero:** Euro 5,00

Sabato 25 Luglio 2020

Partenza ore 7,00

MONTE GIOCO (m1366)

(da Lepreno)



Il Monte Gioco (detto anche secondo Monte Zucco) è situato a sud di Dossena, a cavallo tra la Val Brembana e la Val Serina. È una piramide erbosa la cui vetta offre un panorama a 360° dalle Grigne ai monti della Val Brembana: Ponteranica, Pegherolo e Cavallo e della Val Serina: Menna, Arera e Alben. Questa escursione, consiste in un percorso ad anello con partenza ed arrivo a Lepreno, frazione di Serina. È abbastanza faticoso l'ultimo tratto di salita alla vetta e richiede un po' di attenzione la prima parte della discesa dal versante occidentale.

Dall'abitato di Serina, si sale a sinistra alla frazione di **Lepreno** (m 871), dove si può parcheggiare nei pressi della chiesa.

Si segue la Via Monte Zucco fino a trovare sulla destra il segnavia CAI 598. Superate le abitazioni, si prosegue prima attraverso i prati, poi si inizia a risalire il ripido pendio. La salita non è eccessivamente faticosa perché il sentiero procede con ampi tornanti a pendenza costante. Giunti al crinale, poco a sinistra del Monte Zucchin, lo si percorre verso sinistra fino a che l'ultimo strappo, molto ripido, permette di raggiungere la croce di vetta (m 1366).

Si scende dal versante opposto, facendo attenzione perché il primo tratto è molto ripido. Oltrepassata la baita "La Forcella" (m 1073), si percorre la carrozzabile per Spettino fino al secondo tornante dove, a sinistra si prende una stradina che attraversa il gruppetto della Case Filippi (segnavia 598).

In piano si costeggia il versante meridionale del monte, poi la strada diventa sentiero, all'interno di un rimboschimento. Ad un bivio in prossimità di una forcella, si curva a destra fino a confluire in una strada sterrata. Procedendo a sinistra e oltrepassata una tribulina, si continua sullo sterrato, in leggera discesa fino a raggiungere le case di Lepreno.

Percorso: **Dislivello :** m.495 - **ore 5,00 A/R** – **Difficoltà.** EM
Distanza stradale: Km 70 A/R **Rimborso spese viaggio per passeggero:** euro 5,00

ALTERNATIVA:

È possibile evitare la parte più faticosa, accontentandosi di una tranquilla passeggiata seguendo, da Lepreno, il percorso a ritroso. Ci si può incontrare con resto del gruppo alla baita "La Forcella" per poi rientrare tutti insieme.

REGOLAMENTO ESCURSIONISTICO

1- **SOCI PARTECIPANTI DEVONO ESSERE IN REGOLA CON IL TESSERAMENTO A CUOREBATTICUORE + CONTRIBUTO ASSICURAZIONE.**

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. Di norma è previsto il pranzo al sacco; munirsi quindi di vivande e bevande.

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 **Parceggio ATB di via Croce Rossa**. Il trasporto è effettuato con mezzi propri e con ripartizione delle spese di viaggio. Non saranno effettuate soste intermedie durante i trasferimenti in auto, salvo estreme necessità. Colazioni quindi 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 - 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.