



CUORE BATTICUORE ODV

PROGRAMMA 2023 ESCURSIONI IN MONTAGNA

[n. 1] MARZO - APRILE 2023

Sabato 25 Marzo 2023 Partenza ore 8,00

SPINONE AL LAGO-BIANZANO-SPINONE m.600 (da Spinone – sent. 605)



Dalla S.S. 42 si sale in direzione del municipio di Spinone al Lago (350 m), con possibilità di parcheggio nelle vicinanze. Dal municipio di Spinone si risale via Verdi e, giunti all'incrocio, si procede a sinistra in via Fonti, seguendo le indicazioni per la Fonte Spinosa. Dopo circa 300 m si prende a destra via Valle del Tuf che conduce in pochi minuti a un'area attrezzata dove, all'ombra di ontani neri e platani, ci si prepara ad affrontare l'impegnativa salita che porta a Bianzano. Si prosegue su sterrato costeggiando il torrente Tuf, si devia sulla destra e si attraversa un ponticello per posizionarsi sul versante sinistro della valle. Si prosegue su ripido sentiero all'ombra di un bosco ceduo, alla cui sinistra si trovano alcuni massi di notevoli dimensioni.

Seguendo una strada asfaltata si giunge prima al cimitero e poi nell'abitato di Bianzano (600 m). Arrivati nella piazza principale del paese, in prossimità della Parrocchiale di S. Rocco, si svolta a destra per via degli Asini e si prosegue in direzione del Castello di Bianzano. Lasciato il Castello si continua per la via Degli Asini, antica mulattiera, fino ad arrivare nell'abitato di Spinone al Lago, al punto di partenza.



Percorso : ore 3.00 A/R – Difficoltà. EF
Dislivello : metri 250 c.

Distanza Stradale: km. 60 A/R
Rimborso spese viaggio per passeggero : Euro 5.00

Sabato 1 Aprile 2023

Partenza ore 8,00

BERZO SAN FERMO – COL CROCE m.673

(da Berzo S.Fermo – sent.615)

La partenza è appena fuori l'abitato di Berzo San Fermo (375 m) in direzione Sud-Est e, per gran parte del suo percorso, è affiancato da una strada che conduce al Rifugio Gemba. Subito dopo il doppio tornante si sale con dolce pendio, incontrando sulla destra le cascate Bescasolo e, poco oltre, i fienili Carminada (579 m). Dopo circa 300-350 m il sentiero abbandona la strada che lo affiancava svoltando a destra e, dopo altri 750-800 m, raggiunge la croce del Col di Croce (673 m).



Percorso: ore **3.30** A/R – Difficoltà: **EF**
Dislivello : metri **298 c.**

Distanza Stradale: km. **60 A/R**
Rimborso spese viaggio per passeggero: € **5.00**

Sabato 8 Aprile 2023

Partenza ore 8,00

COLLE GALLO (Gaverina Terme) – CESULI' m. 922

(dal Colle Gallo – sent.621)



Il sentiero si stacca dalla strada provinciale 39 che dal Colle Gallo porta a Pradalunga. Subito dopo aver oltrepassato il santuario della Madonna del Colle Gallo (790 m) il percorso è affiancato da una strada comunale che porta fino alle stalle di Cornobuco e inizia a salire in leggera pendenza fra i prati di Faisecco. Dai prati, dopo aver oltrepassato un filare di alberi e transitato a poca distanza sulla sinistra della Fontana de Lef, si inoltra nel bosco del Faeto. Prosegue sempre in leggera salita fino a raggiungere la Croce del Cesulì (922 m) dove incrocia il sentiero 622.

Ritorno col sentiero 609A e 609.

Percorso: ore **3.30** A/R – Difficoltà: **EF**
Dislivello : metri **132 c.**

Distanza Stradale: km. **60 A/R**
Rimborso spese viaggio per passeggero: € **5.00**

Sabato 22 Aprile 2023 Partenza ore 8,00

TRESCORE BALNEARIO – PIZZO CASGNOLA m.792
(da Trescore Baln. – sent.610)

La partenza è situata nel centro paese di Trescore Balneario. Dopo aver parcheggiato in via Mazzini, dove peraltro vi è la sede C.A.I., si continua lungo la via Mazzini e si esce dal paese. Il sentiero, affiancato da una



strada comunale, si dirige verso Nord e in breve raggiunge la località Roccolo dove, tra vigneti e pascoli, sorge il santuario della Madonna del Roccolo. Prosegue sempre in direzione nord affiancato sulla destra dalla strada comunale e, dopo un paio di Km., raggiunge la chiesa della Madonna del Mirabile, versante Nord del Monte Sasser (488 m). Il tracciato a questo punto gira verso destra e, dopo alcuni tornanti, raggiunge il Roccolo Zappella (674 m). Dopo un tratto di salita si trova l'innesto con il sentiero 611, in zona Pizzo Casgnola (792 m).

Villa Suardi

Percorso: ore 4.00 A/R – Difficoltà: EF
Dislivello : metri 492 c.

Distanza Stradale: km. 40 A/R
Rimborso spese viaggio per passeggero: € 3.00

Sabato 29 Aprile Assemblea annuale di Cuorebatticuore

=====

REGOLAMENTO ESCURSIONISTICO

1- I SOCI PARTECIPANTI DEVONO ESSERE IN REGOLA CON IL TESSERAMENTO A CUOREBATTICUORE .

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.

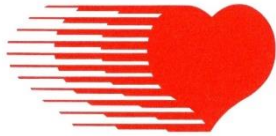
4-Durante le escursioni i partecipanti sono tenuti a mantenere un comportamento rispettoso dell'ambiente e a non allontanarsi dal gruppo senza il permesso dei coordinatori ,che non hanno comunque alcuna responsabilità per fatti derivanti da imprudenza o imperizia. L'andatura deve mantenersi sul ritmo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

5-Il luogo di ritrovo (15 minuti prima della partenza) è presso il **Parcheggio 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**

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.

LE GITE RIPRENDERANNO A SETTEMBRE – ED IL CALENDARIO SARA' CONSULTABILE SUL SITO WEB DELL'ASSOCIAZIONE E SUL PROSSIMO GIORNALINO DI SETTEMBRE.



CUORE BATTICUORE ODV

CALENDARIO GITE IN MONTAGNA 2023

Sabato 25 marzo -

SPINONE AL LAGO-BIANZANO-SPINONE AL LAGO – Sent. 605
Dislivello m. 250 – ore 3.00 A/R

PARTENZA ore 8,00

Sabato 1 Aprile - EF

BERZO SAN FERMO – COL CROCE – Sent. 615
Dislivello m.298 – ore 3,30 A/R

PARTENZA ore 8,00

Sabato 8 Aprile – EF

COLLE GALLO (Gaverina T.) – CESULI’ – Sent. 621
Dislivello m.132 – ore 3.30 A/R

PARTENZA ore 8,00

Sabato 22 Aprile - EF

TRESCORE BALNEARIO – PIZZO CASGNOLA – Sent.610
Dislivello m.492 – ore 4,00 A/R

PARTENZA ore 8,00

Sabato 29 Aprile – Convegno per il 40° e Assemblea Annuale dell’Associazione

Sabato 6 Maggio – EF

SANTA CROCE (San Pellegrino) – M.CORNO – PZO RABBIOSO – Sent.561
Dislivello m .373 – ore 4,00 A/R

PARTENZA ore 7,30

Sabato 13 Maggio – EF

MEDEGA (Capizzone) – PASSO DEL CANTO – Sent.583
Dislivello m.494 – ore 4,30 A/R

PARTENZA ore 7,30

Sabato 20 Maggio - EF

VALL’ALTA (Albino) – SANTUARIO DI ALTINO – VALL’ALTA – Sent.512
Dislivello m.397 – ore 5,30 A/R

PARTENZA ore 7,30

Sabato 27 maggio – Domenica 29 - Giornate del Cuore

Sabato 3 giugno – EM

PIANI DELL’AVARO – LAGHI DI PONTERANICA – Sent.109
Dislivello m.413 – ore 3,00 A/R

PARTENZA ore 7,00

Sabato 10 giugno- EF

NONA (Vilminore di Scalve) – MANINA (Chiesetta) – Sent.408
Dislivello m.452 – ore 4,00 A/R

PARTENZA ore 7,00

Sabato 17 giugno – EF

GIRO DELLE CONTRADE DI FONDRA (Val Brembana) – sent137
Dislivello m.355 – ore 4.00 A/R

PARTENZA ore 7,00

Mercoledì 28 giugno -Sabato 1 luglio

QUATTRO GIORNI in località da definire
Vedi successivo programma dettagliato

Sabato 8 Luglio – EF

ALBINO – S.MARIA DEL MISMA – Sent.511
dislivello m.600 – ore 5,30 A/R

PARTENZA ore 7,00

Sabato 15 Luglio – EM

VALCANALE-BAITA VAGHETTO BASSA.BAITA GAN – Sent.266-243-218
Dislivello m.350 – ore 5,00 A/R

PARTENZA ore 7,00

Sabato 22 Luglio - EF

FREROLA (Algua) – BRACCA – Sent.597
Dislivello m.359 – ore 4.00 A/R

PARTENZA ore 7,00

Sabato 29 Luglio – EM

VIGANO S.MARTINO-MONTE PRANZA’ -FIENILE PIAZZOLO – Sent.622
Dislivello m.660 – ore 5.00A/R

PARTENZA ore 7,00