

**CUORE BATTICUORE ODV**

## **PROGRAMMA 2024**

### **ESCURSIONI IN MONTAGNA**

**[ n. 5 ] SETTEMBRE 2024**

#### **SENTIERI NATURA**

**Sabato 7 Settembre**

**Partenza ore 8,00**

*L'itinerario si svolge sulla fascia collinare a ridosso dell'abitato di Villa di Serio, dove il Comune ha attrezzato (specialmente dal punto di vista botanico) e ben segnalato una serie di sentieri. Il più importante è il "Sentiero Natura della Carezzola", che ricalca parte di un tracciato medievale, denominato "Via Antiqua". Serviva da collegamento tra Bergamo e la Val Cavallina passando per Gorle, Villa di Serio, Gavarno e Cenate. Più in alto troveremo il "Sentiero delle Orchidee", il "Sentiero dei Boschi" e, sul versante nord, il "Sentiero delle Felci".*



Dalla strada della Val Seriana si esce a **Villa di Serio** e, raggiunto l'abitato, si percorre brevemente la provinciale per Pradalunga. Sulla sinistra si stacca la Via Divisione Tridentina (a fondo chiuso) dove si può parcheggiare (m 291).

Passando alla sinistra del Santuario e girando a destra si incrocia la via Valeria, dove compare il segnavia CAI 509. Si segue la strada, che percorre una piacevole valletta, fino a trovare sulla sinistra un ponticello che attraversa il torrente. Qui ha inizio il sentiero natura della Carezzola, inizialmente lastricato, che sale dolcemente tra prati e vigneti per poi diventare pianeggiante entrando nel bosco.

Le varie specie arboree che si incontrano

sono indicate in cartellini che riportano il nome italiano, quello scientifico ed anche la dicitura bergamasca.

Costeggiate a monte le cascine Fontana e Frana, si sale fino al Passo del Cagnolo (m 412).

Qui si abbandona il segnavia 509 per proseguire a destra sul crinale. Il sentiero si allarga in uno sterrato che, con un breve strappo finale, guadagna la sommità del Monte del Roccolo in posizione panoramica (m 462).

In leggera discesa si raggiunge poi il vicino Monte Bastia (m 424) dove sorge una chiesetta del Gruppo Alpini di Scanzorosciate, dedicata a tutti i caduti. È la prima altura della Val Seriana e si presenta come un balcone con vista aperta sulla pianura e sui colli di Bergamo.

Si ritorna al Passo del Cagnolo, percorrendo parte del Sentiero delle Orchidee. Questo sentiero si snoda tra boschi, prati aridi e radure della parte sommitale e consente di ammirare, tra maggio e giugno, gran parte delle orchidee spontanee presenti sul territorio.

Si segue brevemente verso est il sentiero 509 che presto si abbandona per salire a sinistra sulla sommità del Monte del Costone (m 501). Ci troviamo sul Sentiero dei Boschi che si sviluppa prevalentemente in quota toccando tutti i versanti del sistema collinare, dove si conserva gran parte della copertura boschiva.

Si scende dolcemente, seguendo lo spartiacque, fino a raggiungere il Cascinetto di Pigna. Dopo un tratto di strada sterrata, si continua fino ad incrociare il Sentiero delle Felci. Questo si sviluppa completamente sul versante nord della collina, in un bosco molto fitto, umido e ombreggiato e consente di osservare 10 delle 15 specie di felci censite nel territorio di Villa di Serio.

Si procede verso destra, scendendo un breve tratto ripido, fino a raggiungere un bivio dove, deviando a sinistra, ci si dirige verso la località Caselle. Lungo la via Caselle si ritorna al punto di partenza, nei pressi del Santuario.

**Percorso :** ore **3,30** A/R – Difficoltà. **EF**

**Dislivello :** metri **210** c.

**Distanza Stradale:** km. **30** A/R

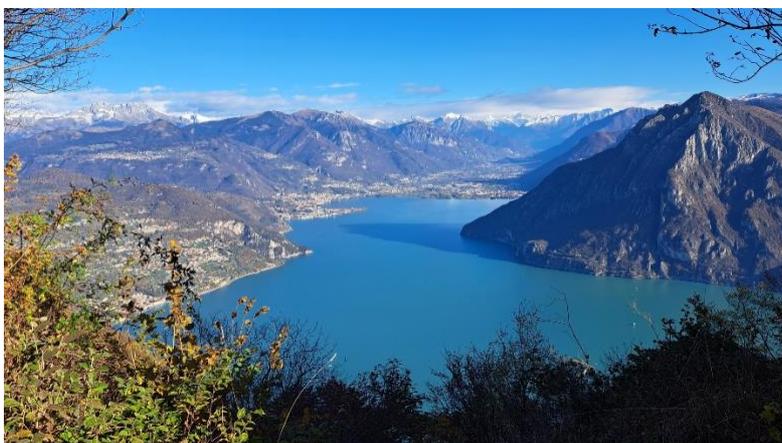
**Rimborso spese viaggio per passeggero :** Euro **3,00**

**Sabato 14 Settembre 2024**

**Partenza ore 7,30**

## **TRAVERSATA DELLE CINQUE CIME DI PARZANICA**

### **Itinerario ad anello**



Giunti a Tavernola da Sarnico, si abbandona la strada che costeggia la sponda bergamasca del lago d'Iseo e si sale la panoramissima strada prov. n.78 che conduce a Parzanica. Punto di osservazione privilegiato sul lago, Parzanica è un piccolo borgo che ha mantenuto il tipico aspetto rurale grazie all'isolamento dai principali centri abitati lacustri. Basti pensare che fino al 1957 l'accesso al paese avveniva esclusivamente per mulattiere e che il collegamento stradale diretto con Tavernola fu completato solo nel 1999.

L'escursione è particolarmente interessante da un punto di vista paesaggistico. I continui panorami sul lago e sulle vette circostanti offrono atmosfere e colori molto particolari, ricchi di contrasti cromatici tra cui risalta quello turchino delle acque e il verde di Montisola, la più estesa tra le isole lacustri europee. Il migliore dei punti panoramici si trova al santuario della Santissima, posto sul Mut dei Pagà, sommità di un versante roccioso a picco sul lago.

L'itinerario ha inizio dalla stradina chiusa al traffico con segnavia CAI 721, dapprima mulattiera cementata e poi sentiero, che sale ripida verso la Chiesa della Santissima Trinità (m 969). Si prosegue sul sentiero risalendo le pendici del Monte Creò (m 1106). Ora il percorso prosegue (Sud- Ovest), su ampia sterrata, verso la prossima cima costituita dalla Punta del Bert (m 1107) con ben visibile all'orizzonte la forma a vela del Monte Bronzone, ad un certo punto, è necessario abbandonare la stradina che si abbassa di quota, per risalire a destra su tracce di sentiero verso il crinale soprastante e quindi camminare rimanendo tra il bosco e lo scosceso prato fino a aggiungere il versante meridionale della Punta del Bert. Di fronte a noi verso sud c'è il Monte Mandolino (m 1108) che si raggiunge dopo essere scesi ad una sella e aver attraversato una proprietà con roccolo e recinzione. Dal Monte Mandolino, o attraversando il bosco o passando a sinistra della cima sul costone prativo, in breve si arriva al Monte Cremona (m 1083). Infine, con un sentiero in mezzo al bosco si scende sui prati dove è situata la cascina Saresano per risalire brevemente dalla parte opposta fino all'omonimo Monte. Si ridiscende alla cascina Saresano e con un bel sentiero in mezzo al bosco si scende verso Parzanica per chiudere l'anello.

**Percorso in pillole:** Parzanica (753 m) – Santuario Sant.ma Trinità (969 m) – Monte Creò (1106 m) – Colle di Comodari (1045 m) – Punta del Bert (1107 m) – Sella (1056 m) – Monte Mandolino (1108 m) – Cascina Colderone al Col de Ru (1015 m) – Monte Cremona (1073 m) – Cascina Saresano (930 m) – Monte Saresano (965 m) – Gromolo (758 m) – Parzanica (753 m).

**Segnavia:** CAI n° 721 – 568 – 724 – 723 (i tracciati del CAI non passano mai per le cinque cime; per raggiungerle, bisogna abbandonare momentaneamente i segnali biancorossi per poi riprenderli successivamente).

**Percorso:** ore **4,30** A/R – Difficoltà: **EF**

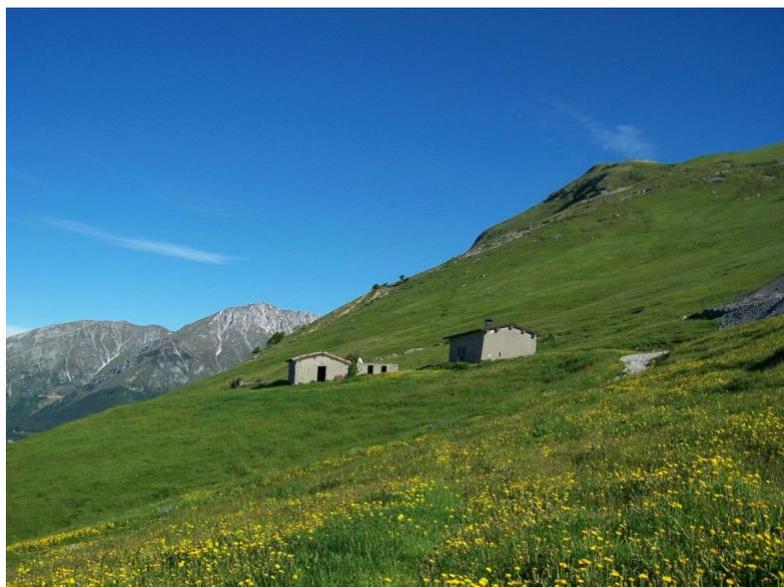
**Dislivello totale :** metri **560** – **Lungh.:** Km. **11.00**

**Distanza Stradale:** km. **110** A/R

**Rimborso spese viaggio per passeggero:** € **9,00**

Sabato 21 settembre 2024 Partenza ore 7,30

**ONETA-RIFUGIO BAITA GREM-BAITA DI MEZZO GREM**  
**Sentiero 239**



Giunti al paese di Oneta, per chi proviene da Ponte Nossa, si prosegue per la strada provinciale e, 200 m dopo il municipio, si stacca sulla destra via Papa Giovanni XXIII (vedi cartello CAI) che ci condurrà alla località Piazza di Oneta (923 m) dove si parcheggia l'auto. Seguendo le indicazioni del cartello segnaletico CAI, si entra nel piccolo nucleo abitativo e, tenendo la sinistra, si percorre in discesa lo sterrato fino ad una cascina, a destra della quale si stacca il sentiero CAI n. 239. Dopo circa mezz'ora si giunge al bivio col sentiero per il Col di Zambla (vedi cartelli). Seguendo le indicazioni della segnaletica verticale si continua a salire dolcemente verso destra fino a sbucare

in una radura con pozza, molto panoramica, un ultimo sforzo e in pochi minuti si giunge al [rifugio Alpe Grem](#) (1198 m, circa 50' dalla partenza). Dal rifugio in pochi minuti si sale allo sterrato di servizio alla Baita Bassa di Grem, che preso verso sinistra conduce in circa 10' alla medesima (1238 m). A questo punto, seguendo le indicazioni della segnaletica verticale, si svolta a destra percorrendo lo sterrato che ci porterà a visitare le ormai dismesse miniere di calamina. Poco dopo un vecchio edificio di minatori lo sterrato confluisce negli ampi pascoli del Grem. Si segue ora il sentiero che sale a destra, guidati dalla segnaletica orizzontale posta su pilastrini di roccia, si oltrepassa una pozza per l'abbeverata del bestiame, fino a giungere al bivio col [sentiero 223](#) proveniente dal Col di Zambla, poco sotto è visibile la Baita di Mezzo di Grem (1457 m, h 1.40 ca. dalla partenza). Dalla Piazza di Oneta fino alla Baita Bassa di Grem il sentiero n. 239 è in comune col "Sentiero Etno-Naturalistico Baita Alpe Grem" voluto dalle amministrazioni comunali di Gorno e Oneta. Tale sentiero è caratterizzato e valorizzato dalla presenza di alcune bacheche relative alla miniera, allo stagno con il suo ecosistema, al bosco e all'alpeggio, realizzate dagli alunni delle scuole d'infanzia, elementari e medie dei due comuni in collaborazione con le varie associazioni locali tra cui il CAI della Val del Riso.

**Percorso:** ore 4.00 A/R – Difficoltà: EM

**Distanza Stradale:** Km. 80 A/R

**Dislivello :** metri 550 - **Lunghezza:** km:7.00 A/R

**Rimborso spese viaggio per passeggero:** € 6,00

Sabato 28 Settembre 2024 Partenza ore 7,30

**CHIGNOLO (Oneta) – BAITA “ LA PLANA”**



Il sentiero parte dalla piazzetta della chiesa di Chignolo d'Oneta (m.810), posto sulla destra orografica della valle del Riso. Dopo uno strappo iniziale su stradina, il sentiero continua pianeggiante, a mezzacosta sulle pendici nord-occidentali del M. Castello (sulla dx si stacca il [sentiero 526b](#), per il Santuario della Madonna del Frassino e il Passo della Crocetta). Superata una piccola santella si inizia a salire, con pendenza costante ma abbastanza comoda. Superati alcuni costoni e attraversate alcune vallette, si sale verso il M. Secretondo e in breve (dopo aver incontrato un ulteriore sentierino sulla dx con l'indicazione per la Madonna

del Frassino), si raggiunge la  [baita La Plana](#) (ristrutturata e promossa a bivacco) m.1250.

**Percorso :** ore **3,30** A/R – **Difficoltà :** EF

**Distanza Stradale:** km. **80** A/R

**Dislivello :** metri **400** c. –

**Rimborso spese viaggio per passeggero :** € **7,00**

**P.S.: Con questa escursione si conclude il programma delle Gite in Montagna e avremo il piacere di chiuderlo in allegria con un pranzo conviviale presso la stessa baita. Per poterlo però organizzarlo è opportuno avere il numero delle adesioni almeno dieci giorni prima onde dare al gestore del rifugio il tempo necessario per l'organizzazione.**

**Le adesioni si raccolgono telefonando a Dino: cell. 348 0481007 o a Egidio: cell. 329 9664325.**

---

**AVVISO IMPORTANTE:** Chi intende partecipare alle escursioni in programma è pregato di dare la propria conferma entro il venerdì precedente telefonando in Sede o a [GOTTI EGIDIO](#) **tf. 329 966 4325** che sostituirà Dino Salvi fino a successivo avviso.

**N.B.:** Il programma non dovrebbe subire variazioni; tuttavia per informazioni e descrizioni dettagliate delle escursioni si consiglia di consultare preventivamente i programmi che mensilmente saranno a disposizione presso la sede e sul sito dell'Associazione: [www.cuorebatticuore.net](http://www.cuorebatticuore.net)

#### REGOLAMENTO ESCURSIONISTICO

**1- I SOCI PARTECIPANTI DEVONO ESSERE IN REGOLA CON IL TESSERAMENTO A CUOREBATTICUORE ED IN POSSESSO DEL CERTIFICATO D'IDONEITA' ALLA PRATICA DI ATTIVITA' SPORTIVA DI TIPO NON AGONISTICO.**

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 - Gotti Egidio cell. 329 9664325**

7-Le quote alimetriche 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.