Provincia di Como

Provincia di Lecco

SISTEMA TURISTICO LAGO DI COMO

In Mountain Bike

Guida ai percorsi della Provincia di Lecco e di Como

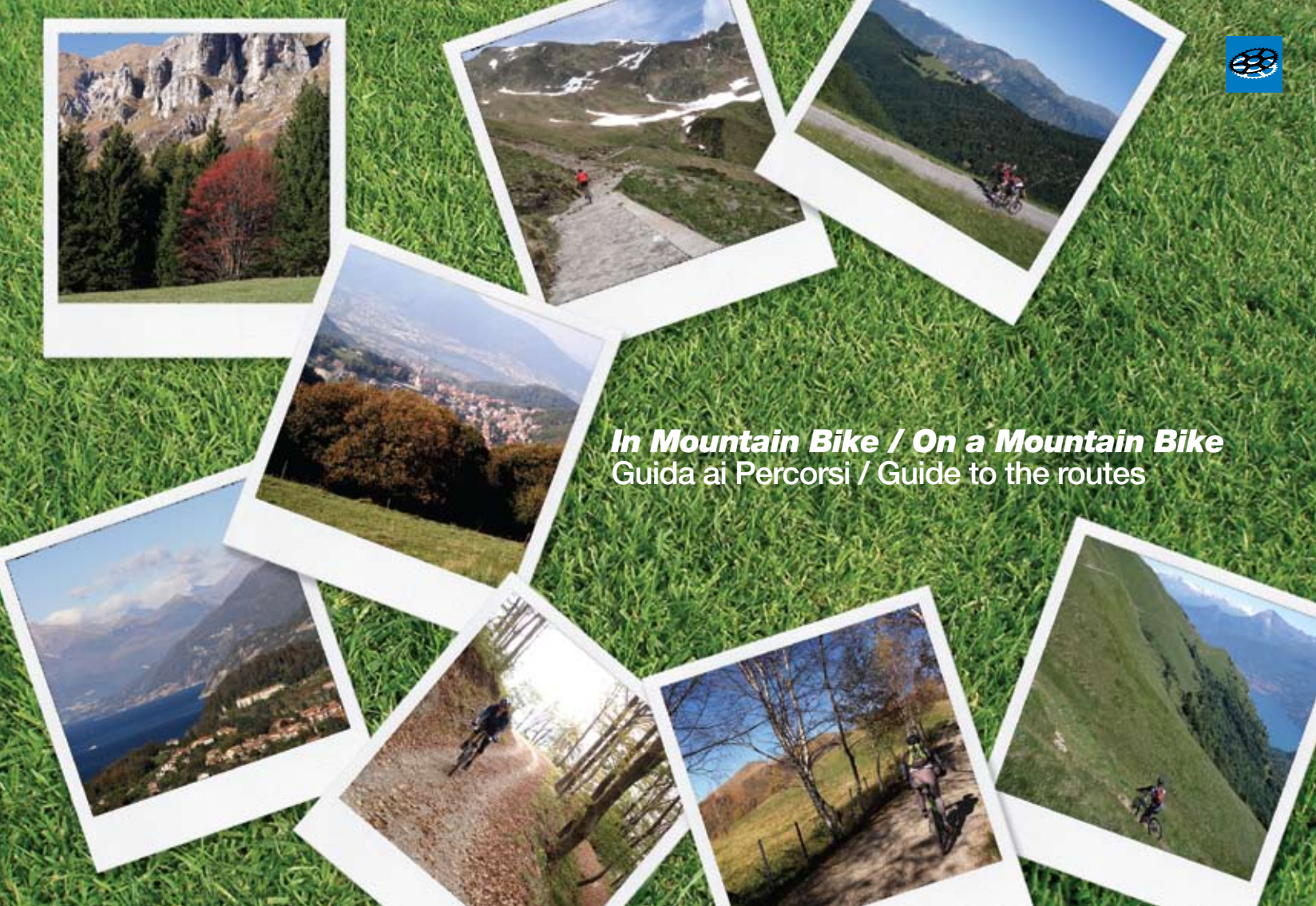
© Provincia di Como e di Lecco Assessorato al Turismo e allo Sport - Luglio 2009.
Ideazione di Andrea Mauri AGLAIA S.r.l. eventi & comunicazione, Lecco.
Grafica, impaginazione e testi di AGLAIA S.r.l. www.aglaiasrl.it, Lecco.
Le fotografie sono dell'archivio AGLAIA S.r.l..
Tutti i tracciati sono stati rilevati tramite GPS professionale da Andrea Mauri con la collaborazione di Francesco Maspero.
Ortofoto digitale a colori "Programma IT2000" Compagnia Generale Riprese aeree S.p.a. - Parma - Regione Lombardia conv. licenza d'uso del 21.11.2000, inserita nella raccolta Convenzioni e Contratti con n. 3289/RCC in data 29.12.2000.

Tutti i diritti riservati © Provincia di Como e di Lecco. Vietata la riproduzione, duplicazione, anche parziale, con qualsiasi mezzo, anche digitale.
Ogni abuso sarà punito secondo i termini di Legge.

La frequentazione della montagna richiede la dovuta preparazione ed attrezzatura; si raccomanda quindi di adottare sempre la massima prudenza. Nel caso di infortuni, errori di percorso, condizioni particolari del territorio non si assume alcun tipo di responsabilità per chi consulta la presente guida.

All rights reserved © Province of Como and Lecco. Reproductions and copies in whole and in part are strictly forbidden. All abuses shall be punishable by Law.

Visiting the mountains requires both appropriate equipment and preparation. We therefore recommend you adopt maximum caution at all times. No liability of any kind is assumed with respect to guide users in case of accidents, route mistakes, or specific territorial conditions.



In Mountain Bike / On a Mountain Bike

Guida ai Percorsi / Guide to the routes

Anche la mountain bike, come le altre discipline sportive outdoor, si svolge in ambienti naturali che richiedono cura e rispetto: raccomandiamo agli utenti di questa guida la massima attenzione per l'ecosistema dei territori attraversati.

La guida segnala un numero ampio di sentieri con differenti difficoltà: è comunque necessario prevedere un minimo di preparazione fisica per poterli affrontare in tranquillità. D'altra parte, per quelli più impegnativi e più lunghi, raccomandiamo una attenta valutazione della propria preparazione atletica e delle proprie capacità, tanto in salita quando in discesa.

Le condizioni del terreno sono variabili in base alla situazione climatica, alla pendenza, alla quota e all'avvicendarsi delle stagioni: suggeriamo quindi di prendere in considerazione anche questi fattori per la miglior riuscita di ogni escursione.

Ogni percorso viene trattato nella sua completezza ma è in ogni caso possibile ridurre opportunamente il tracciato sulla base delle proprie capacità, seguendo le indicazioni riportate in ciascuna scheda attraverso le apposite icone e i differenti colori.

Location / Places

Mountain biking, like any other outdoor sport, is best enjoyed in natural surroundings. These must be cared for and respected. We recommend that users of both this guide and the trails described in it pay close attention and care to the ecosystem of the territories they visit.

This guide describes a wide range of routes with varying difficulty levels. A certain degree of physical fitness is nevertheless necessary to safely travel these routes. We recommend you carefully assess both your athletic preparation and skills - both uphill and downhill - before attempting some of the longer and more difficult trails.

Ground conditions may vary according to the weather, slope, altitude and season. We therefore also suggest you take these factors into account in order to best prepare for each excursion.

This guide describes each route in its entirety. These may in any case be opportunely shortened based on your own skills and by following the suggestions contained in each table, following the different icons and colours.

Provincia di Como

Provincia di Lecco

Un territorio vivo, decisamente variegato, dai colori intensi e suggestivi: siamo nel cuore della Lombardia, in un'oasi verde a due passi da Milano. Si tratta di una vasta area della provincia di Lecco e della provincia di Como che, con il suo lago, la sua montagna e la sua collina, riesce a creare un ambiente accogliente per natura, disponibile e invitante per chi lo voglia conoscere, rispettare ed amare nella sua totalità. L'intento di questa guida è quello di far condividere tali sensazioni, proponendo percorsi in simbiosi con la natura e che conducono in luoghi incantevoli alla scoperta delle bellezze, dei ritmi, dei segreti di un ambiente incontaminato. Itinerari che si snodano tra il verde e l'azzurro attraverso valli, boschi, radune erbose e prati fioriti. Alcuni di essi percorrono viottoli e mulattiere tracciati a suo tempo da pastori, contadini, boscaioli e collegano nuclei rurali che parlano di consuetudini e tradizioni remote; altri raggiungono piccoli borghi, eremi, pievi, ville padronali che hanno mantenute intatta nei secoli la loro specificità architettonica e oggi costituiscono piccoli gioielli di storia e cultura. Nelle pagine che seguono troverete 21 itinerari da percorrere in sella alla mountain bike, corredati da cartine topografiche con evidenziati i tracciati e da comode schede, una per ogni sentiero descritto. Sono oltre 600 chilometri di distanza complessiva per un dislivello di 19.000 metri, una combinazione di escursionismo, storia e cultura, di sicuro successo tra gli sportivi.

This is a territory which boasts of a breathtaking natural environment capable of imparting unforgettable emotions, situated in the heart of Lombardy, a green oasis very close to Milan. We are referring to a vast area in Lecco and Como provinces which all together with its lake, mountain and hill can crate a welcoming natural environment for all those willing to visit it, respect and love it. The aim of this guide is to share these emotions with people by suggesting different itineraries following the nature's footsteps leading to magical places and helping them discover the beauty, rhythm and secrets of an untouched and non-polluted natural environment. The itineraries and trails snake through the green and blue colours of valleys, woods, grassy clearings and blossoming meadows. Some of these suggestive routes travel along the same paths and mule tracks once walked by shepherds, farmers and woodsmen connecting small rural communities with antique and remote traditions. Others instead lead to tiny hamlets, monasteries and villas which have preserved their particular architecture intact throughout the centuries being nowadays considered small cultural and historical jewels. On the next pages people can find twenty one cycling itineraries to be enjoyed on a mountain bike, all containing topographic maps with marked trails and handy tables for each of the routes described. More than 600 kilometres overall for a slope of 19.000 metres; a successful combination of history, culture and travel among sportsmen.

Assessore al Turismo e allo Sport
Provincia di Como
Achille Mojoli

Assessore al Turismo
Provincia di Lecco
Fabio Dadati

INDICE

03 In mountain bike Guida ai Percorsi / On a mountain bike, Guide to the routes
04 Localita' / Places
05 Presentazione / Presentation
06 Indice / Index
07 Legenda / Key
08 Note dell'autore / Author's notes
09 Attrezzatura / Equipment
10 Appunti di tecnica / Technical notes
12 Breve descrizione itinerari / A brief description of the Itineraries
16 A - Carenno - Pertus - Valcava
20 B - Ballabio - Forcella di Olino - Artavaggio - Maggio - Ballabio
24 C - Crandola - Pian delle Betulle - Val Biandino - Introbio
28 D - Tour del monte Legnoncino / Tour of mount Legnoncino
32 E - Ciclabile della Valsassina / Valsassina cycle route
34 F - Tour del San Genesio / Tour of San Genesio
38 G - Tour del Parco della Valletta / Tour of the Valletta Park
42 H - Lungo Adda - Parco Adda Nord / Along the Adda - North Adda Park
46 I - Parco del Curone / Curone Park
50 L - Ballabio - Piani dei Resinelli - Traversata bassa / Low crossing
54 M - Tour delle alture di Lecco
58 N - Como - Bellagio - dorsale del Triangolo Lariano / Lario Triangle ridge
62 O - Canzo - Monte San Primo
66 P - Lago del Segrino - Cornizzolo - Lago del Segrino
70 Q - Albavilla - Palanzone
74 R - Tour del Parco Pineta
78 S - Tour Spina Verde
82 T - Cernobbio - Monte Bisbino
86 U - Argegno - Tremezzo - Argegno
90 V - Corrido - Passo San Lucio - Corrido
94 Z - Garzeno - Passo San Jorio - Garzeno
98 Codice di Comportamento / Code of Conduct
100 Numeri Utili / Useful Numbers

Legenda / Key

- Percorso facile
  Easy itinerary
- Percorso medio
  Medium itinerary
- Percorso impegnativo
  Hard itinerary
- Direzione del percorso
  Itinerary direction
- Punto di Partenza
  Starting point
- Parcheggio
  Parking
- Rifugio Ristoro
  Halpine Hut Restaurant
- Acqua potabile
  Drinkable Water
- Punto panoramico
  Panoramic point
- Punto d'intersse
  Interesting point
- Funivia
  Cableway

Il territorio della Provincia di Como e di Lecco ha incantato nel corso dei secoli con la sua bellezza pittori, come Leonardo da Vinci, scrittori, Come Stendhal o Alessandro Manzoni, filosofi e scienziati, grazie a un ambiente naturale fatto di montagne straordinarie che si specchiano in un lago affascinante. Oggi richiama visitatori da tutto il mondo attirati da borghi come Bellagio, dalle celebri ville e dai loro incomparabili giardini fioriti, dalle colline che offrono vino e olio...

Oggi possiamo, attraverso i percorsi tracciati in questa guida, ritrovare lo stupore di fronte a un paesaggio incomparabile pedalando tranquillamente attraverso boschi, colline, alzaie, attraversando di slancio i fondovalle, inerpicandoci con un po' di fatica sulle cime, percorrendo placidamente le dorsali su valli bellissime tutte da scoprire tra lago, pianura e monti, in un rincorrersi di paesaggi sempre nuovi e inimitabili.

Per farlo basta poco, perché i percorsi sono a portata di auto o di… pedale. Treni, traghetti e funivie consentono poi di creare tragitti su misura e inediti. Le vostre gambe faranno il resto.

Andrea Mauri

Over the centuries, the beauties of the Provinces of Como and Lecco have always enchanted visitors. These have included painters, such as Leonardo da Vinci, and authors, such as Stendhal and Alessandro Manzoni, as well as philosophers and scientists, who have all been attracted to its extraordinary scenery and mountains, reflected in its mesmerising lake. Today, visitors from around the world flock to the area to visit towns such as Bellagio, with its celebrated villas and incomparable flower gardens, as well as its hilly landscapes, where wines and oils are produced…

Today, we can rediscover this breathtaking scenery by travelling the routes described in this guide, gently pedalling through woods, hills, and towpaths, crossing valley floors in a single breath, struggling up to the mountaintops, and placidly touring its ridges along beautiful valleys surrounded by the lake, plains and hills in a progression of unforgettably unique landscapes and settings.

You won't need much to enjoy these routes, it's easy. They are just a car … or bicycle ride… away. Trains, ferries and cableways also give you the possibility of creating your own, unique routes. Just let your legs do the rest.

Andrea Mauri

Note dell'autore / Author's notes

Attrezzatura consigliata
Equipement

Attrezzatura per riparare le forature, camera d'aria di scorta e utensili per piccoli inconvenienti
Equipment to repair flat tires, extra tube, and tools to counter small setbacks

Acqua nella vostra borraccia, integratori salini e energetici
Fill up your water/bottle, and bring energy and saline supplements

Non scordatevi mai di indossare il casco
Always wear your helmet

Giacca impermeabile antivento
Waterproof and windproof jacket

Luci posteriori e anteriori
Front and back lights

Appunti di tecnica

Di seguito vengono fornite alcune informazioni utili su come affrontare un'uscita in MTB. Non si tratta di obblighi ma, di suggerimenti, magari scontati per chi pratica questo sport da molto tempo ma, che possono aiutare i meno esperti ad effettuare, in tutta sicurezza e divertendosi, i percorsi descritti in questa guida.
Gli elementi principali che distinguono un biker esperto da un neofita sono l'uso accorto dei freni, la scelta della traiettoria, gli spostamenti del corpo e l'utilizzo corretto del cambio.

I FRENI L'uso corretto dei freni non è scontato; in particolar modo in caso di discese con forti pendenze è utile combinare l'uso del freno anteriore con quello posteriore, senza bloccare le ruote per non perdere aderenza e controllo. Adottando normalmente questo metodo di frenata si effettuano le cosiddette curve in conduzione, solo in alcuni casi particolari si ricorre al blocco della ruota posteriore per effettuare le curve in derapata. Il giusto dosaggio della frenata su terreni caratterizzati da cambi di pendenza permette di superare anche piccoli dossi senza fare uso dei pedali, ma sfruttando la propria velocità. Normalmente lo sforzo maggiore della frenata è supportato dal freno anteriore dove, sulle bici da freeride e quelle da downhill in modo particolare, sono montati freni a disco di dimensioni maggiori rispetto a quelli posteriori.

LA TRAIETTORIA La giusta scelta della traiettoria varia in funzione di alcuni fondamentali elementi come la capacità tecnica, la preparazione fisica, le condizioni del terreno (asciutto/bagnato) e, infine, il tipo di mountain bike utilizzata. In discesa per i meno esperti è consigliato seguire una traiettoria sicura e scorrevole: ciò significa evitare di affrontare salti ed altri ostacoli, naturali e non, che possono causare cadute. In salita la giusta traiettoria è molto importante in particolar modo quando si affronta un fondo sdrucciolevole, per mantenere il massimo grip alle gomme.

BILANCIAMENTO DEL CORPO Gli spostamenti del corpo per mantenere l'equilibrio sono numerosi, ma all'occhio del profano passano quasi inosservati. Affrontare una salita ripida con il peso spostato troppo dietro causa lo scarico della ruota anteriore, che tende ad alzarsi e causa la fermata; al contrario, una posizione troppo avanzata scarica completamente la ruota posteriore, che perde grip e la ruota gira a vuoto. Per avere la posizione corretta, quindi, è sufficiente portare il peso verso la punta della sella, ripartendolo in questo modo sia sulla ruota posteriore sia sulla ruota anteriore; avendo ora il baricentro spostato in avanti, si evita alla ruota anteriore di alzarsi. Diverso invece è il problema in discesa: infatti in questo caso lo spostamento indietro del peso evita il ribaltamento; in alcuni casi è addirittura necessario abbassare la sella e portare lo stomaco sopra di essa. Anche mentre si effettua una curva lo spostamento del corpo permette di recuperare equilibrio e dare stabilità e scorrevolezza alla mountain bike.

USO DEL CAMBIO Il corretto uso del cambio consente di sfruttare al meglio i rapporti della bicicletta e, quindi, di avere una pedalata "rotonda" e fluida, distribuendo le proprie forze lungo tutto il percorso. Un uso troppo agile del rapporto fa sicuramente pedalare veloci, ma affatica i polmoni e il muscolo cardiaco andando "fuori giri". Se invece si utilizza un rapporto troppo duro, polmoni e cuore lavorano normalmente, ma sono le gambe che producono uno sforzo eccessivo e, in poco tempo, sono "fuori uso". E' quindi necessario trovare un equilibrio tra la forza impressa dalle gambe e un buon lavoro aerobico.

Technical notes

A list of useful information on how to best prepare for a MTB excursion is found below. None of it is mandatory; all are just suggestions which might even perhaps sound a bit oversimplified for those who have been practicing this sport for a long time. They can however help the less experienced safely enjoy a day out on the routes in the guide.
The key elements which distinguish expert bikers from newbies are their skilful use of the brakes, their choice of trajectory, their body movements, and their practiced gear shifts.

The BRAKES. Using your breaks correctly is not that simple. It's important to combine front and back brake use when facing steep slopes without locking the wheels in order to maintain adherence and control. You can perform a controlled turn adopting this braking method or enter a powerslide by locking your back brake instead, although this last technique should only be used under specific circumstances. A correct use of the brakes on the slopes allows you to climb small bumps without pedalling, just by exploiting the speed you have gathered. Normally, the front brake is placed under the greatest stress when braking. The front wheels on freerides and downhill bikes in particular are fitted with larger disc brakes compared to their back wheels.

The TRAJECTORY. The right choice of trajectory varies based on a number of elements such as your technical skills, fitness, ground conditions (wet/dry), and lastly, the type of mountain bike you ride. We recommend that the less proficient follow a safe, smooth trajectory. This means avoiding jumps and other obstacles - both natural and manmade - which could lead to falls. When climbing uphill, choosing the right trajectory is very important. This is especially true when facing a slippery surface so as to maintain maximum tyre grip.

BODY BALANCE. Bikers employ many different body movements to keep their balance, most of which are little noticed by the uninitiated. If you balance your bodyweight too far back when facing a steep climb, the front wheel tends to rise from the ground and stop the bike. On the other hand, if the rider leans too far forward, it is the back wheel which comes off the ground, loosing grip and spinning without touching the ground. Therefore, to achieve a correct position, riders must move their weight towards the front of the seat, dividing it uniformly between the front and back wheels. You can avoid having your front wheel lifted off the ground by moving your centre of gravity slightly forward. Bikers face a different problem when travelling downhill. In fact, the only way to avoid turning over is to move your weight towards the back. In some cases riders will even have to lower their seats and then lower their stomachs over them to avoid flipping over. Body movements allow bikers to maintain equilibrium, stability, and flow on their mountain bikes when entering a turn.

GEARS. A correct use of gears allows bikers to obtain greater efficiency with their bikes, and therefore achieve "round", smooth pedalling, dosing their strength throughout the entire length of the route. Employing a high gear ratio will indubitably help you pedal faster, but it tires the lungs and heart muscles forcing them into "overdrive". If, instead your gear ratio is too low, the heart and lungs work normally but the legs become overused and are quickly "tired out". This is why finding the right balance between legwork and aerobic exercise is so important.

Breve descrizione itinerari

Itinerario A : Carenno – Pertus - Valcava - Itinerario che permette di raggiungere la costiera della Valcava, riconoscibile in lontananza dalla presenza di numerosi ponti radio; dopo una salita pedalabile si affronta la discesa su strada bianca che riporta in poco tempo alla partenza.

Itinerario B : Ballabio - Forcella di Olino - Artavaggio - Maggio - Ballabio - Itinerario particolarmente impegnativo dal punto di vista fisico ma senza particolari difficoltà tecniche. Il percorso, data la sua conformazione, può essere interrotto in vari punti, così da adattarsi puntualmente ai differenti livelli di allenamento.

Itinerario C : Crandola - Pian delle Betulle - Val Biandino - Introbio - Itinerario molto bello che percorre la parte centrale della Valsassina, attraversando più valli e offrendo panorami unici ed originali su tutto il territorio.

Itinerario D : Tour del Monte Legnoncino - L'itinerario percorre la Valvarrone, una delle più aspre e suggestive valli che si affacciano sulla sponda orientale del Lario, dominata dal Monte Legnone, la cima più elevata della provincia di Lecco. Grazie alla presenza di risorse metallurgiche è stata abitata dall'uomo fin dai tempi più antichi.

Itinerario E : Ciclabile della Valsassina - E' un itinerario che consente di pedalare in completa tranquillità, ideale per tutta la famiglia, su un percorso appositamente realizzato e sicuro che permette di ammirare le montagne della Valsassina e conoscere gli angoli più belli e nascosti a fianco del fiume Pioverna.

Itinerario F : Tour del San Genesio - Itinerario che risale le pendici delle colline della Brianza che anticipano le ben più alte Prealpi, ma che mette alla prova anche il biker più allenato.

Itinerario G : Tour del Parco della Valletta - Itinerario che attraversa le zone agricole della provincia di Lecco a ridosso del confine con la provincia di Milano. Non richiede particolare preparazione fisica e capacità tecniche, offrendo comunque splendidi scorci sulle montagne lecchesi.

Itinerario H : Lungo Adda - Parco Adda Nord - Itinerario senza passaggi tecnici, che non richiede particolare preparazione fisica, risulta comunque molto piacevole poiché si sviluppa lungo l'argine destro dell'Adda. Durante il percorso si possono osservare varie specie di uccelli acquatici, magnifici scorci sul Resegone e sulle Grigne da un lato e, dall'altro, sulle verdi colline brianzole.

Itinerario I : Parco del Curone - Percorso ad anello, con una serie di saliscendi, estremamente interessante dal punto di vista dell'ambiente perché attraversa campi e vitigni, fattorie, cascine e fornaci che restituiscono gli antichi mestieri e sapori della Brianza contadina.

Itinerario L : Ballabio - Piani Resinelli - Traversata bassa - Itinerario molto bello e di soddisfazione, che attraversa il gruppo delle Grigne su percorsi di media montagna, con una varietà di paesaggi tipici del luogo; è percorribile dalla tarda primavera fino alle prime nevicate invernali.

Itinerario M : Tour delle alture di Lecco - Percorsi con partenza e ritorno a Lecco, sulle montagne circostanti, per scoprire inediti scorci sul lago e sulle vette, adatti da percorrere alla sera, dopo il lavoro, o come allenamento, facilmente modulabili in lunghezza.

Itinerario N : Como - Bellagio per la dorsale del Triangolo Lariano - L'itinerario si sviluppa lungo tutta la dorsale che divide i due rami del Lario, attraversa boschi di faggi e prati, regalando viste mozzafiato sulle province di Lecco e Como, terminando con una divertente discesa fino a Bellagio, meta turistica di livello internazionale.

Itinerario O : Canzo - Monte San Primo - Assolutamente comparabile per bellezza ad altre località più famose del Lario, il percorso raggiunge la cima del Monte San Primo, il più alto del Triangolo Lariano e permette di dominare tutto il Lario e le Grigne verso Est. E' di grande soddisfazione ciclistica.

Itinerario P : Lago del Segrino - Cornizzolo - Lago del Segrino - Percorso panoramico sulla Brianza e il Triangolo Lariano che assicura una discesa lunga e di soddisfazione, in grado di ripagare dell'impegno richiesto dalla salita.

Itinerario Q : Albavilla - Palanzone - La salita al Monte Pallanzone completa la conoscenza del territorio del Triangolo Lariano, abbianata ai percorsi M, N e P della guida, a Sud al cospetto della Brianza e dei suoi laghi.

Itinerario R : Tour del Parco Pineta - Percorso semplice, su sterrato di ottima qualità, adatto alla famiglia, con la possibilità di osservare da vicino numerosi allevamenti di cavalli e di modificare la lunghezza del tracciato secondo le proprie esigenze.

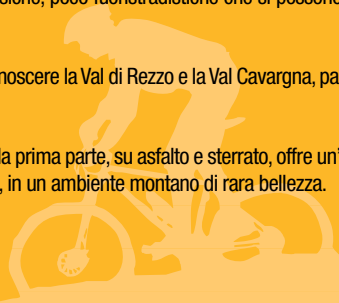
Itinerario S : Tour Spina Verde - Facile itinerario alle porte di Como che permette sia di allenarsi per percorsi più impegnativi, che conoscere il Parco e "scoprire" la linea Cadorna.

Itinerario T : Cernobbio - Monte Bisbino - Bell'itineraio sul confine Italo Svizzero che si sviluppa in quota e permette di conoscere valli e "vallette" ben pedalabili al cospetto del lago.

Itinerario U : Argegno - Tremezzo - Argegno - Non può mancare una pedalata al monte Tremezzo al ciclista che vuole conoscere il Lago di Como. Da scegliere una bella giornata e godersi l'incredibile e unico panorama sul lago e sulle montagne. La discesa proposta è sicuramente alternativa alle classiche, poco fuoristradistiche che si possono compiere. Non adatta a tutti e in particolare a chi soffre di vertigini. Ma mai pericoloso o inopportuno.

Itinerario V : Corrido - Passo San Lucio - Corrido - Percorso che porta al confine italo-svizzero e permette di conoscere la Val di Rezzo e la Val Cavargna, passando dal fondovalle agli alpeggi di quota con una vista spettacolare su Alpi e Prealpi Orobiche.

Itinerario Z : Garzeno - Passo San Jorio - Garzeno - Tragitto impegnativo per la lunghezza e lo sviluppo che nella prima parte, su asfalto e sterrato, offre un'incomparabile visione del Lago di Como e del Monte Legnone, per poi percorrere la Valle San Jorio fino al passo omonimo, sul confine italo-svizzero, in un ambiente montano di rara bellezza.



A brief description of the itineraries

Trail A : Carenno – Pertus – Valcava *– This trail takes riders to the coast of Valcava, easily recognisable in the distance because of its many radio links. After an uphill cycle, a white road will take bikers downhill and back to their starting point in just a few minutes.*

Trail B : Ballabio – Forcella di Olino – Artavaggio – Maggio – Ballabio *– A very tiring trail from a physical point of view, but not particularly difficult in terms of skills. Because of the way it is designed, several stops can be made along the route in order to best suit different fitness levels.*

Trail C : Crandola – Pian delle Betulle – Val Biandino – Introbio *– A beautiful trail accompanying bikers through the central part of the Valsassina, it crosses a number of valleys, and offers riders peerless views of the territory.*

Trail D : Tour of Mount Legnoncino *– The trail travels through Valvarrone – one of the most ruggedly suggestive valleys of the area, overlooking the western bank of the Lario and dominated by the Monte Legnone, the highest peak in the province of Lecco. This valley has been inhabited by man since the dawn of time because of its rich mineral resources.*

Trail E : Valsassina Cycle route *- This trail is ideal for the entire family. A blissful cycle on a safe, specially designed route, it allows travellers to admire the mountains of Valssassina and discover some of the most beautiful and well-hidden corners of the Pioverna River.*

Trail F : Tour of San Genesio *– A trail climbing up the sides of the Brianza hills - which mirror the, much taller, Alpine foothills and puts even the most seasoned biker to the test.*

Trail G : Tour of the Valletta Park *- A trail across the rural countryside of the province of Lecco on the border with the province of Milan. This route does not require particular physical fitness or skills, but all the same offers riders breathtaking views from the Lecco mountainsides.*

Trail H : Along the Adda – North Adda Park *– A trail devoid of technical passages and which does not require particular physical fitness. It is nonetheless highly enjoyable, as it accompanies bikers down the right bank of the Adda. Various different species of water birds, beautiful views of the Resegone and Grigne on one side and the green Brianza hills on the other can be all be admired all along the route.*

Trail I : Curone Park *– A circular route with a series of uphill and downhill climbs, this trail is particularly interesting from an environmental point of view since it crosses fields and vines, farms, homesteads and brickyards - reflecting the ancient tastes and works of the farming communities inhabiting the Brianza countryside.*

Trail L : Ballabio - Piani Resinelli - Low crossing *- A beautiful and highly enjoyable trail crossing the Grigne on medium mountain trails framed by the ever changing scenery typical of the area. This route can be travelled from late spring up until the first winter snows.*

Trail M : Tour hillside around Lecco *- This striking itinerary starts and ends in Lecco. It takes bikers on a tour of its nearby mountains to savour arresting views of the lake and peaks. The itinerary is suitable and can be enjoyed in the evening, after work, or as training, since it can be easily adjusted in terms of length.*

Trail N : Como – Bellagio through the Lario Triangle ridge *– This trail runs along the ridge dividing the two branches of the Lario, cutting through beech-wood forests and fields, gifting travellers with breathtaking views of the provinces of Lecco and Como. It ends with an enjoyable downhill ride down to Bellagio, a world renowned tourist destination.*

Trail O : Canzo – Monte San Primo *– Incomparable in terms of beauty to other, more famous, locations in the Lario, the route takes travellers to the top of the Monte San Primo, the highest mountain in the Lario Triangle, which dominates all of the Lario and Grigne towards the east. This is a highly enjoyable ride for bikers.*

Trail P : Lake Segrino – Cornizzolo – Lake Segrino *- A panoramic itinerary of Brianza and the Lariano Triangle with a long, satisfying downhill section providing full payback for all of the effort made during the uphill climb.*

Trail Q : Albavilla - Palanzone *- When combined with routes M, N and P in the guide, the climb to Monte Palanzone completes our exploration of the Lariano Triangle to the south, right next to Brianza and its lakes.*

Trail R : Tour Parco Pineta *- This easy itinerary unfurls along a dirt road of excellent quality. It can be enjoyed by the whole family and gives everyone the chance to catch a glimpse of a number of horse breeding farms. The length of the itinerary can also be changed to suit individual needs.*

Trail S : Tour Spina Verde *- An easy itinerary right outside the gates of Como, perfect both as training for more challenging routes and as a means visit the Park and "explore" the Cadorna line.*

Trail T : Cernobbio - Monte Bisbino *- A striking itinerary, high up on the Italian-Swiss border that allows cyclists to explore the valleys near the lake on their bikes.*

Trail U : Argegno - Tremezzo - Argegno *- Non può mancare una pedalata al monte Tremezzo al ciclista che vuole conoscere il Lago di Como. Da scegliere una bella giornata e godersi l'incredibile e unico panorama sul lago e sulle montagne. La discesa proposta è sicuramente alternativa alle classiche, poco fuoristradistiche che si possono compiere. Non adatta a tutti e in particolare a chi soffre di vertigini. Ma mai pericoloso o inopportuno*

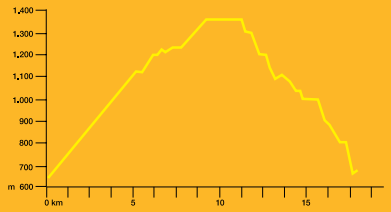
Trail V : Corrido - Passo San Lucio - Corrido *- This itinerary will take you to the Italian-Swiss border and will give you a chance to explore both Val di Rezzo and Val Cavargna. It passes through the bottom of the valleys to reach Alpine summer pastures at high altitudes, with spectacular views of the Alps and Bergamo Alps.*

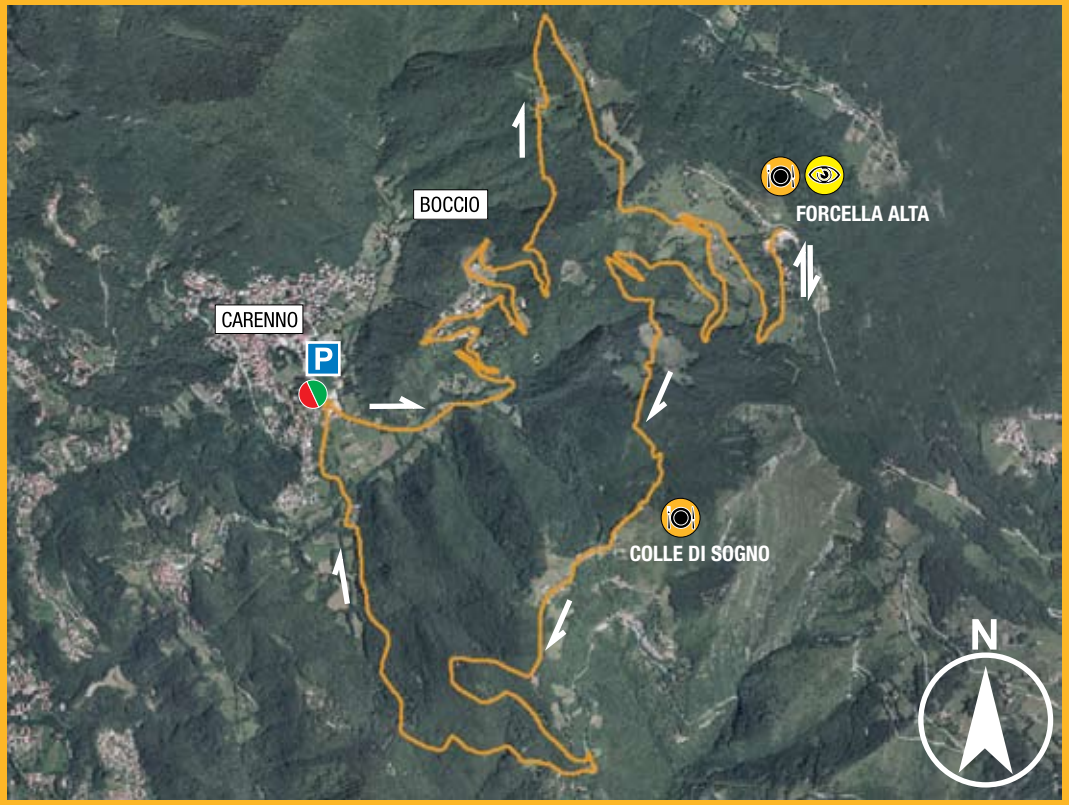
Trail Z : Garzeno - Passo San Jorio - Garzeno *- This itinerary is described as challenging both because of its length and because of the features specific to its first leg. It takes place along both a paved road and a dirt road, and offers bikers an unsurpassed view of Lake Como and Monte Legnone before travelling through Valle San Jorio to the eponymous pass on the Italian-Swiss border, surrounded by a breathtaking mountain landscape.*

A Carenno - Pertus - Valcava

Luogo di partenza: Carenno
Lunghezza: km 17
Dislivello: m 745
Tempo di percorrenza: 2 ore
Quota max raggiunta: m 1.358
Grado di difficoltà: medio

Starting point: *Carenno*
Length: *Km 17*
Slope: *m 745*
Travel time: *2 hours*
Highest altitude: *m 1.358*
Difficulty level: *medium*





A Carenno - Pertus - Valcava

Itinerario che permette di raggiungere la costiera della Valcava, riconoscibile in lontananza dalla presenza di numerosi ponti radio; dopo una salita pedalabile si affronta la discesa su strada bianca che riporta in poco tempo alla partenza.

Punto di partenza è il campo sportivo di Carenno (m 650), dove si imbocca la strada asfaltata che porta alla frazione di Boccio (m 850). Oltrepassate le case, la strada diviene sterrata ed è bloccata al transito motorizzato da una sbarra. La salita prosegue in mezzo ad un bosco di castagni. Poco dopo aver oltrepassato le ultime case di Boccio, si incontra una deviazione sulla destra che va ignorata per proseguire diritto. Raggiunta la cascina di Monte Besso (m 1.055), si prosegue verso l'alto, superando una ripida rampa cementata al termine della quale la salita concede, per pochi metri, un po' di respiro. Quest'ultimo tratto è caratterizzato da strappi corti ma ripidi, che mettono alla prova la resistenza del biker. Giunti qualche metro sotto il Convento del Pertus (m 1.183), si ignora la deviazione per il Passo omonimo, per percorrere gli ultimi due tornanti che permettono di vedere, sulla sinistra, l'ex-Convento. Il percorso prosegue sulla strada principale, passando sotto il Ristoro del Pertusino (m 1.183) e raggiungendo, dopo qualche centinaio di metri, la via che sale in Valcava. A questo punto solo

pochi tornanti ci separano dal GPM (Gran Premio della Montagna) di questo itinerario. Giunti alla Forcella Alta (m 1.358), valico che divide la provincia di Lecco da quella di Bergamo, uno spiazzo invita alla sosta per prepararsi alla discesa e ammirare il panorama sulle Prealpi. Rimontati in sella alla nostra due ruote iniziamo soddisfatti la discesa che, inizialmente, ricalca il percorso di salita, per poi imboccare il sentiero che porta verso l'abitato di Colle di Sogno, in corrispondenza del tornante successivo al punto di immissione della strada per la Valcava. Questo tratto di sentiero, non pedalabile nella sua totalità, in pochi minuti permette di raggiungere l'abitato di Colle di Sogno (m 950). Dopo aver attraversato i caratteristici vicoli, prendere la strada asfaltata che in discesa porta verso il comune di Sogno. Prima di raggiungere il paese, subito dopo una curva verso sinistra, imboccare sulla destra la strada cementata in discesa per Incasone (m 831). Qui si alternano tratti con pendenze più ripide ad altri meno impegnativi. Dopo aver percorso circa 1 km, si raggiunge un colle oltre il quale si apre la Valle di Carenno, dove il percorso si divide. Seguire la strada di destra che, dopo qualche cambio di pendenza, ci porta nel fondovalle, a 200 m di distanza dal parcheggio di partenza.

This trail takes travellers up to the coast of Valcava, easily recognisable in the distance because of its many radio links. After an uphill cycle, a white road will take you back downhill to your starting point in just a few minutes.

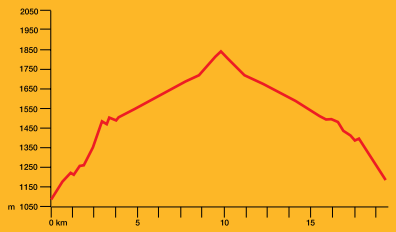
It begins at the Carenno sports centre (650 m), where the paved road will take you down to Boccio (850). Once past the houses, the road becomes unpaved and barred to motor traffic. The uphill climb continues inside a chestnut wood. After riding past the last few houses of Boccio, you will see a right hand turn. Ignore it, and keep going straight. Keep climbing past the Monte Besso farmhouse (1,050 m). Once you pass the steep cement ramp, you will be able to take a breather for a few minutes. This last part of the route is marked by short, but very steep climbs, which will test your resistance as a biker. Once below the Convent of Pertus (1,183 m), ignore the turn for the Pass with the same name, and keep going around the last two turns, which will give you a view of the former Convent on your left. The trail continues along the main road, passing under the Ristoro del Pertuisino (1,183 m) and reaching – after a few hundred metres – the road climbing up to Valcava. At this point you are only a few turns away from this trail's MGP (Mountain Grand Prix). On reaching the Forcella Alta (1,358) – the pass dividing the province of Lecco from the province of Bergamo - you will find a clearing where you can rest, admire the view of the Alpine foothills, and prepare yourself for the ride down. Back in the saddle of your bike, an enjoyable downhill ride initially doubling back on the route you travelled coming uphill before turning onto the path, will take you to Colle di

Sogno - near the bend of the road following the beginning of the road to Valcava.
This part of the trail, which cannot be travelled in its entirety by bike, will take you to Colle di Sogno (950 m) in just a few minutes. After crossing its characteristic alleys, take the paved road downhill in the direction of Sogno. Turn right onto the paved road to Icasone (831 m), which you will find on your right after the left-hand turn before the village. This part of the trail is marked by a series of steeper and gentler slopes. After travelling for approximately 1 km you will find yourself on the hill in front of the opening for the Valle di Carenno, where the trail forks. Take the right hand path, which after a series of ups and downs, will take you to the floor of the valley, just 200 m away from the parking lot of your starting point.

B Ballabio - Forcella di Olino - Artavaggio - Maggio - Ballabio

Luogo di partenza: Ballabio
Lunghezza: km 54
Dislivello: m 1.317
Tempo di percorrenza: 4 ore e 30 minuti
Quota max raggiunta: m 1.875
Grado di difficoltà: impegnativo

Starting point: *Ballabio*
Length: *Km 54*
Slope: *m 1.317*
Travel time: *2 hours and half*
Highest altitude: *m 1.875*
Difficulty level: *hard*



B Ballabio - Forcella di Olino - Artavaggio - Maggio - Ballabio

Itinerario particolarmente impegnativo dal punto di vista fisico ma senza particolari difficoltà tecniche. Il percorso, data la sua conformazione, può essere interrotto in vari punti, così da adattarsi puntualmente ai differenti livelli di allenamento.

L'itinerario inizia nel parcheggio del cimitero di Ballabio (m 640). Imboccare la strada che con una serie di tornanti sale verso il comune di Morterone: in questo primo tratto è asfaltata e risale i versanti del Monte Due Mani. Sul lato opposto della Val Boazzo si possono ammirare gli impervi pendii del Resegone. Raggiunta la Forcella di Olino (m 1.117), oltrepassare la galleria e prendere la strada sterrata sulla sinistra (chiusa da una sbarra) che, con alcuni saliscendi, permette di raggiungere la Culmine di San Pietro (m 1.254). Si scende quindi per 1 km circa su strada asfaltata in direzione Valsassina; dopo 1,5 km circa, sulla destra, inizia una strada sterrata chiusa al traffico veicolare non autorizzato. Questo tratto di percorso risale le boscose pendici dello Zuc di Maesimo e, percorrendo 9 km circa, porta ai Piani di Artavaggio (m 1.610). Qui è possibile interrompere la salita per fermarsi al rifugio Sassi Castelli, oppure proseguire per un altro paio di chilometri fino ad arrivare ai Rifugi Aurora, Nicola, Cazzaniga-Merlini (m 1.875).
Ripercorrere in discesa la strada appena battuta e, una volta raggiunta la strada asfaltata,

risalire fino alla Culmine di San Pietro.
Qui svoltare a destra e ripercorrere la sterrata proveniente dalla Forcella di Olino, per prendere, dopo un centinaio di metri, la vecchia strada sulla destra. Raggiunto il paese di Maggio, la strada torna ad essere asfaltata. Proseguire in discesa fino a raggiungere il Colle di Balisio dove si svolta a sinistra percorrendo la SP 62 della Valsassina, in direzione di Ballabio, punto di partenza.

Percorsi alternativi
Questo percorso è soggetto a numerose varianti, tra le più significative indichiamo la possibilità per le famiglie di raggiungere la Culmine di San Pietro con l'auto, per poi imboccare la strada agro-silvo-pastorale che porta in località Cà Müsc'ada.

A rather tiring trail from a physical point of view, but not particularly difficult in terms of skills. Because of the way it is designed, several stops can be made along the route in order to best suit different fitness levels.

The trail starts in the Ballabio cemetery (640 m) parking lot. Take the road which will take you to Morterone via a series of hairpin bends. This first part of the road is paved and will lead you up the side of the Monte Due Mani. On the side opposite to Val Boazzo you will be able to admire the rugged slopes of the Resegone. On reaching Forcella di Olino (1,117 m), ride past the gallery and take the unpaved road on the left (barred) which, after a few ups and downs, will lead you to the Culmine di San Pietro (1,254 m). Ride downhill for approximately 1 km on the paved road in the direction of Valsassina. After approximately 1.5 km, you will find an unpaved road which blocked off to traffic. This part of the trail climbs up the wooded slopes of the Zuc di Maesimo. After travelling approximately 9 km, you will arrive at the Piani di Artavaggio (1,610 m). You can, at this point, take a break from your climb and stop at the Sassi Castelli refuge, or else keep going for a couple more kilometres and reach the Aurora, Nicola, Cazzaniga-Merlini Alpine refuges (1,875 m).
Ride back downhill on the same path, and, once you reach the paved road, climb up to the Culmine di San Pietro. Turn right on the unpaved road from Forcella di Olino and - after about a hundred meters - take the old road on the right. The road will once more become paved when you reach the village of Maggio. Continue travelling downhill until you reach Colle di Basilio. Turn left and take the Valsas-

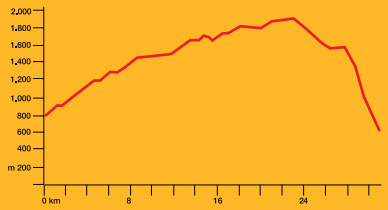
sina SS 62 (state road) towards your starting point of Ballabio.

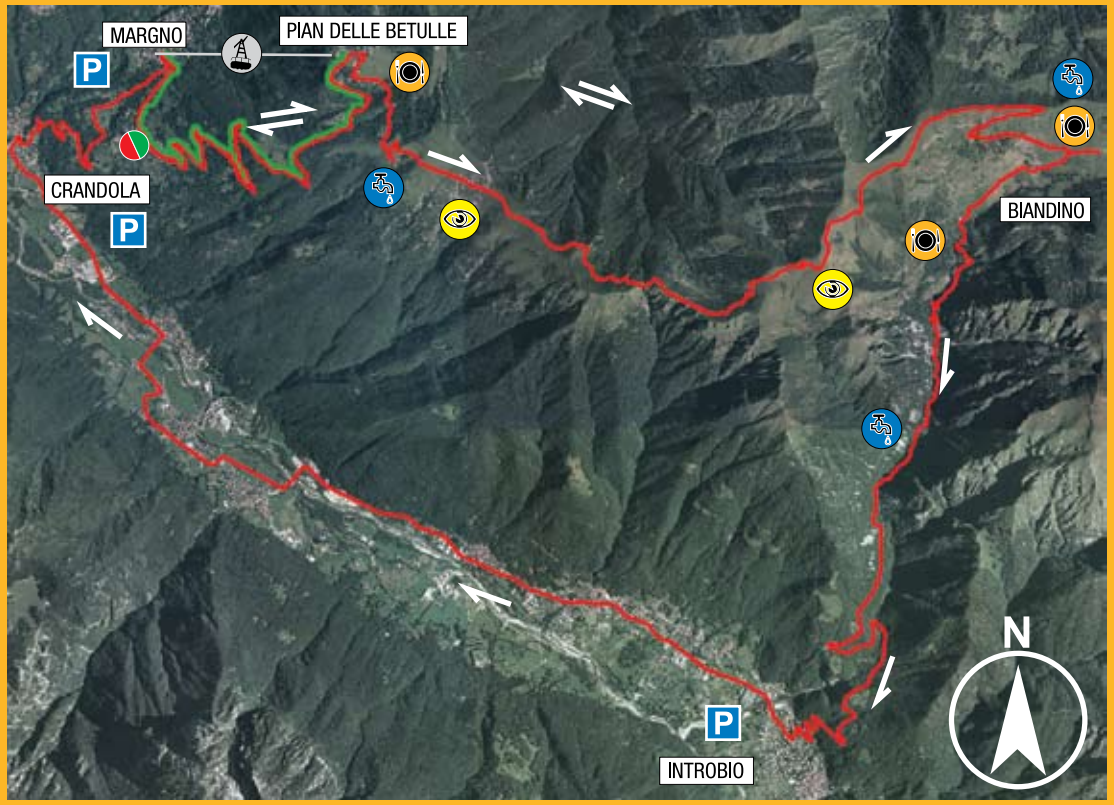
Alternative routes
This trail has numerous variations. One of the most popular among families is to travel to the Culmine di San Pietro by car, and then take the rural road to Cà Müsc'ada.

C Crandola - Pian delle Betulle - Val Biandino - Introbio

Luogo di partenza: Crandola
Lunghezza: km 31
Dislivello: m 1.268
Tempo di percorrenza: 4 ore e 30 minuti
Quota max raggiunta: m 1.970
Grado di difficoltà: impegnativo

Starting point: *Crandola*
Length: *km 31*
Slope: *m 1.268*
Travel time: *4 hours and half*
ighest altitude: *m 1.970*
Difficulty level: *hard*





C Crandola - Pian delle Betulle - Val Biandino - Introbio

Itinerario molto bello che percorre la parte centrale della Valsassina, attraversando più valli e offrendo panorami unici ed originali su tutto il territorio.

La nostra proposta per percorrere questo itinerario parte da Crandola (m 780) dove si inizia subito in salita imboccando la via ai Maggenghi. La strada è inizialmente asfaltata e poi sterrata fino al Pian delle Betulle, con le pendenze che si fanno sempre più impegnative. Al primo bivio si prosegue sul percorso a sinistra, ignorando la deviazione per l'Alpe Besso; successivamente si ignora una seconda deviazione sulla sinistra che porta alla stalla Piazza. L'impegnativa salita continua e attraversa l'Alpe Grasso (m 1.341) per giungere infine al Pian delle Betulle (m 1.485). Per i bikers meno allenati è possibile ridurre questo primo tratto di salita usufruendo della funivia che dal paese di Margno conduce al Pian delle Betulle, oppure salendo in auto fino all'Alpe Paglio (m 1.368) e prendendo la strada carrozzabile che porta in pochi minuti al Pian delle Betulle. Ora si abbandonano i piani percorrendo per un breve tratto le piste da sci a ridosso delle ultime case, prendendo sulla destra il sentiero in leggera salita che si inoltra nel bosco. Si attraversa l'abitato dell'Alpe Ortighera (m 1.512), si aggira la vetta del Cimone di Margno e si raggiunge, sempre in salita, la località Larice Bruciato (m 1.708). Si segnala un'area pic-nic e la presenza di una fonte d'acqua pochi metri prima.

Il tracciato, sempre bello ed emozionante, ora scende di quota per qualche decina di metri; una volta raggiunta la Bocchetta d'Olino (m 1.639) ricomincia a salire, sempre ben pedalabile, fino a raggiungere una presa dell'acqua che coincide con la fine della strada. Il sentiero che segue, data la sua ripidità, costringe a spingere la bici fino a raggiungere la Bocchetta di Agoredo (m 1.825). Da qui, è necessario seguire le indicazioni per Santa Rita, sempre in salita per 200 m circa, per poi scendere fino alla località Laghitt.

Il tratto che segue è abbastanza tecnico ed è necessario moderare la velocità poiché il sentiero corre in cresta e i pendii sottostanti sono

alquanto ripidi. Superato il traliccio dell'alta tensione, si giunge ad un bivio dove si segue il cartello CAI sulla destra, in direzione località Biandino. Si lascia quindi il sentiero di cresta per prendere quello che, in diagonale, attraversa i pendii fino ad arrivare nel fondovalle.
Il percorso è esposto ma dall'inclinazione non troppo accentuata, con alcuni passaggi dove consigliamo di prestare attenzione. Giunti sulla strada carrozzabile di fondovalle, si sale in pochi minuti al Rifugio Madonna della Neve, meta finale di questo percorso.
La discesa percorre tutta la Val Biandino su fondo spesso cementato, a tratti ripido (fare attenzione al possibile transito di mezzi fuoristrada), fino a raggiungere l'abitato di Introbio. Da Introbio si percorre su asfalto la SP 62 della Valsassina, in direzione nord, per tornare al punto di partenza: Crandola.

Percorsi alternativi
L'alternativa proposta è solo downhill. Salire in funivia da Margno al Pian delle Betulle: scesi dalla funivia tenere la destra in direzione Margno, percorrendo un primo tratto in cemento con grate di drenaggio e poi su carrozzabile per entusiasmanti discese fino a Crandola, quindi su strada ordinaria al parcheggio di Margno, punto di partenza del percorso.

A beautiful trail accompanying bikers through the central part of the Valsassina, it crosses a number of valleys, and offers riders peerless views of the territory.

Our suggestion for this trail starts at Crandola (780 m) with an abrupt uphill climb on the road leading to Maggenghi. Although the road is initially paved, it soon becomes unpaved all the way to Pian delle Betulle. It is also marked by series of increasingly difficult uphill climbs. Turn left at the first fork of the road, ignoring the turn towards the Alpe Besso and ignoring the following turn on the left towards the Piazza stables. Continue climbing uphill, crossing the Alpe Grasso (1,341 m) until Pian delle Betulle (1,485 m). Less fit bikers can reduce this last part of the climb by either taking the cableway from Margno to Pian delle Betulle, or by travelling by car up to the Alpe Paglio (1,368 m) and then taking the carriage road to the Pian delle Betulle – which is just a few minutes away. The trail now abandons level ground to follow the ski runs behind the last few houses. It then turns right onto the slightly uphill path entering the woods. Passing by the houses of Alpe Ortighera (1,512 m) the path turns around the summit of Cimone di Margo and, still climbing uphill, takes you to Larice Bruciato (1,708 m). You will find a picnic area here.
This spectacularly beautiful trail will now take you downhill for a couple hundred metres, before climbing up again at the Bocchetta d'Olino (1,639 m).
This path is easily travelled and will lead you to a water spout at the end of the road. At this point, given its steepness, the trail forces you to push your bike up tothe Bocchetta di

Agoredo (1,825 m). Follow the directions to Santa Rita from here, and continue climbing for about 200 m before riding downhill to Laghitt.
This next part of the trail is quite technical. Make sure you slow down as you travel along ridge because the slopes beneath it are quite steep. You will find a fork in the road after passing a pylon. Take the road on the left marked by the CAI road sign in the direction of Biandino. The trail now leaves the ridge and, cutting diagonally down the slopes, takes you to the floor of the valley.
The route is exposed, but not too steep. However, we recommend you take care, especially during some of the more difficult parts. Once you reach the road on the valley floor the trail will take you up to the Madonna della Neve Alpine refuge, which is the end point of the journey. The downhill part of the trail runs through the entire Biandino Valley. Often paved and sometimes rather steep (keep an eye out for off-road vehicle traffic), this path will take you to Introbio. Take the northbound Valsassina SP 62 (provincial road) from Introbio to return to Crandola.

Alternative routes

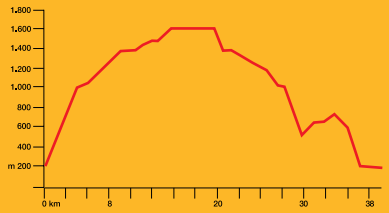
The only alternative offered in this case is to travel downhill. Take the cableway from Margno to Pian delle Betulle. Turn right towards Margno from the cableway, and travel down the paved road with the grated drainage ditch. Keep going all the way down for an exhilarating downhill ride to Crandola. At this point take the ordinary road back to your starting point at the Margno parking lot.

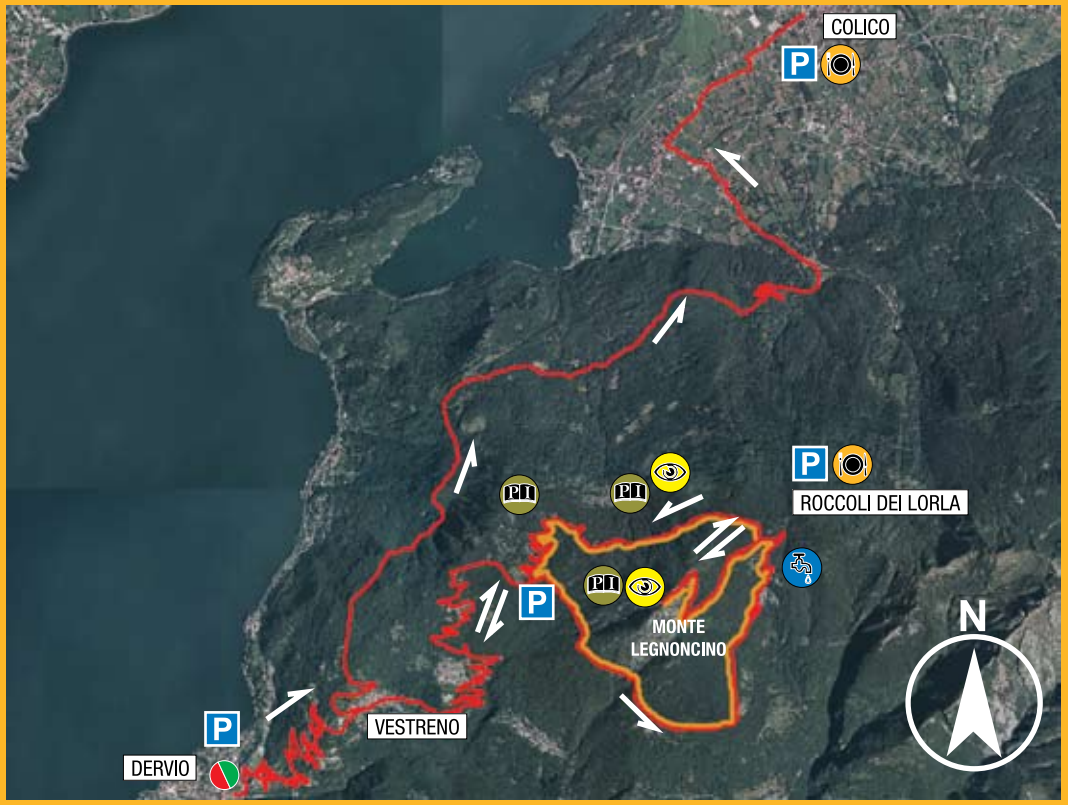
D Tour del monte Legnoncino

Tour of mount Legnoncino

Luogo di partenza: Dervio
Lunghezza: km 39,50
Dislivello: m 1.720
Tempo di percorrenza: 5 ore circa
Quota max raggiunta: m 1761
Grado di difficoltà: impegnativo

Starting point: *Dervio*
Length: *km 39.50*
Slope: *m 1.720*
Travel time: *approximately 5 hours*
Highest altitude: *m 1761*
Difficulty level: *hard*





D Tour del monte Legnoncino

Tour of mount Legnoncino

L'itinerario percorre la Valvarrone, una delle più aspre e suggestive valli che si affacciano sulla sponda orientale del Lario, dominata dal Monte Legnone (m 2.610), la cima più elevata della provincia di Lecco. Grazie alla presenza di risorse metallurgiche è stata abitata dall'uomo fin dai tempi più antichi.

Punto di partenza è la strada asfaltata che da Dervio sale in Valvarrone (SP 67) dove si incontra, per prima, la frazione derviese di Castello, un bel nucleo di case dominate dalla torre del Castello di Orezia (del quale si hanno notizie a partire dal 1039, anno in cui subì un lunghissimo assedio). Si attraversa poi il paese di Vestreno (m 587) dove si imbocca, sulla sinistra, la strada per Sueglio (m 775) e da lì si procede per il Rifugio Bellano. Attraversato Sueglio, continuare su strada asfaltata fino all'incontro dell'indicazione per il Ristoro del Capriolo (possibilità di parcheggio), dopo aver percorso diversi tornanti. Prendere quindi la strada sterrata ed in leggera salita sulla destra, per circa 2 km. Si affrontano ora gli ultimi chilometri di asfalto molto impegnativo, superando gli abitati di Lavadèe (m 1.306) e di Bocchetta (m 1.362), raggiungendo la località Roccoli Lorla (m 1.451) (possibilità di parcheggio e punto di ristoro). Sulla sinistra, in un bosco di larici, inizia l'ultimo sterrato della nostra salita che, anche se tecnicamente facile, presenta alcuni tratti di forte pendenza. La vecchia strada militare porta fino alla Chiesetta di San Sfirio (m 1.700), dove si "abbandona" la bicicletta per raggiungere a piedi la vetta del Legnoncino (m 1.714). Da qui si gode una vista panoramica veramente unica, che spazia sull'orizzonte dal Lario alla Valtellina e alla Val Chiavenna, su tutto l'arco alpino fino al Monte Rosa e al Monviso. Ripresa la bici si ripercorre la stessa strada veloce e divertente fino alla località dei Roccoli Lorla, si costeggiano il prato (con area pic-nic) ed il laghetto per prendere il sentiero (sono presenti indicazioni) che conduce al Rifugio Bellano (aperto su prenotazione) e ai Roccoli

di Artesso. Questo tratto è ricco di punti panoramici sull'alto Lario e attraversa le storiche postazioni militari appartenenti alla "Linea Cadorna", in ottimo stato di conservazione. Il tracciato richiede la dovuta attenzione data la presenza di numerosi ostacoli naturali. Superati i Roccoli di Artesso si riprende la strada asfaltata che riporta verso Dervio. Raggiunto Vestreno si imbocca via Al bacino che porta, in 1 km circa, all'invaso. Oltre questo punto la strada torna ad essere sterrata fino a giungere ad un bivio dove si segue il tracciato che continua in salita. Oltrepassata la Chiesa della Madonna di Bondo, si prende la deviazione sulla destra che permette di evitare l'attraversamento del centro abitato di Sparese. Una discesa veloce su fondo cementato porta fino alla località di Posallo, dove la strada torna ad essere asfaltata. Da qui, in pochi minuti, si raggiunge il centro del paese di Colico, termine del nostro percorso. Per chiudere il percorso ad anello ripercorrere la SP 72 in direzione Milano fino a Dervio.

Percorsi alternativi
La nostra proposta è quella di percorrere l'anello del Monte Legnoncino evitando gran parte del dislivello in salita: parcheggiare l'auto all'imbocco della sterrata che porta al Ristoro del Capriolo, per poi ritornarvi dopo aver seguito le indicazioni sopra descritte.

This trail runs through Valvarrone – one of the most ruggedly suggestive valleys of the area, overlooking the western bank of the Lario and dominated by the Monte Legnone, the highest peak in the province of Lecco. This valley has been inhabited by man since the dawn of time because of its rich mineral resources.

Your starting point is the paved road which takes you up to Valvarrone (SP 67) from Dervio, first travelling through the hamlet of Castello - a pretty settlement dominated by the tower of the Castle of Orezia (whose oldest records date back to 1039, when it suffered through a lengthy siege). The trail then runs across the village of Vestreno (587 m), turning left on the road to Sueglio (775 m) and then continuing onto the Bellano Alpine refuge. Keep travelling on the paved road after you pass Sueglio until you reach the sign for the Ristoro del Capriolo (parking spaces available), which follows a number of hairpin turns on the road. From here take the slightly uphill, unpaved, road on your right for about 2 km. The last few kilometres of this paved road are rather difficult, and will take you past the hamlets of Lavadèe (1,306 m) and Bocchetta (1,362 m) before arriving at Roccoli Lorla (1,451 m) (parking spaces available). The last unpaved part of our uphill climb begins here amongst the larches. Although technically easy, this part of the route contains a number of very steep slopes. The old military road will take you to the small church of San Sifirio (1,700 m), where you will have to "abandon" your bicycle in order to reach the summit of Legnoncino (1,714 m) on foot. A truly unique vista opens up from here, stretching from the Lario to the Valtellina and onto the Val Chia-

venna on the horizon, encompassing the entire alpine arc all the way to the Monte Rosa and Monviso. Back on you bike, take the same quick, enjoyable road running parallel to the field (complete with picnic area) and lake back to Roccoli Lorla. At this point, take the trail (it will be signposted) leading to the Bellano Alpine refuge (opened on reservation) and Roccoli di Artesso. This leg of the route is filled with panoramic points on the high Lario and travels through a series of perfectly preserved military posts of historic importance on the "Cardona Line". The trail is full of natural obstacles, so take care at this point. Once past Roccoli di Artesso, take the paved road back to Dervio. On reaching Vestreno, take the Al Bacino road which will take you to the reservoir after approximately 1 km. At this point the road will once again become unpaved until it divides itself into two. At the fork continue to travel uphill. Once past the church of the Madonna di Bondo, take the fork on the left which will allow you to avoid riding through the village of Sparese. A quick ride downhill on a cement-paved roadbed will take you to Posallo where the road once again becomes paved. From here will be able to reach the village of Colico – the end of our journey – in just a few minutes. To close the loop ride back down the SP 72 in the direction of Milan until you reach Dervio.

Alternative routes

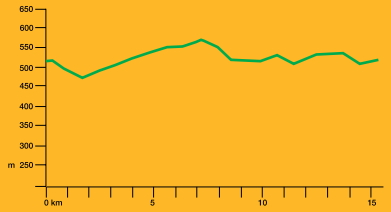
Our suggestion is to take the Monte Legnoncino loop avoiding most of the uphill climb. Park your car the beginning of the paved road taking you to the Ristoro del Capriolo, and then travel back towards the car along the trails described above.

E Ciclabile della Valsassina

Valsassina cycle route

Luogo di partenza: Chiusa della Valsassina
Lunghezza: A/R km 13
Dislivello: m 92
Tempo di percorrenza: 30 minuti
Quota max raggiunta: m 570
Grado di difficoltà: facile

Starting point: *Chiusa della Valsassina*
Length: *km 13*
Slope: *m 92*
Travel time: *half an hour*
Highest altitude: *m 570*
Difficulty level: *easy*

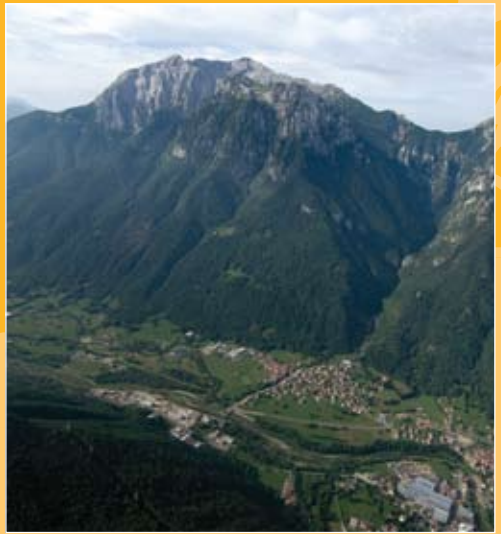


E Ciclabile della Valsassina

Valsassina cycle route

È un itinerario che consente di pedalare in completa tranquillità, ideale per tutta la famiglia, su un percorso appositamente realizzato e sicuro che permette di ammirare le montagne della Valsassina e conoscere gli angoli più belli e nascosti a fianco del fiume Pioverna.

La partenza è presso la cosiddetta "Chiusa" della Valsassina (m 570), la località in corrispondenza di pareti rocciose che delimitano la valle, poco prima di arrivare al paese di Introbio, in corrispondenza del ponte sul fiume Pioverna. Un evidente cartello indica la pista ciclabile sul lato orografico sinistro del fiume. Il percorso si snoda a fianco del torrente Pioverna e giunge fino al paese di Prato San Pietro/Cortenova (m 478). La ciclabile è completamente su asfalto e non presenta difficoltà; particolarmente adatta per i nuclei famigliari, permette di organizzare pic-nic, bagni nel fiume nella stagione più calda, visite ai paesi e altre attività sportive, come l'equitazione, in uno dei maneggi che si incontrano sul tracciato.



This trail is ideal for the entire family. A blissful cycle on a safe, specially designed route, it allows travellers to admire the mountains of Valssassina and discover some of the most beautiful and well-hidden corners of the Pioverna River.

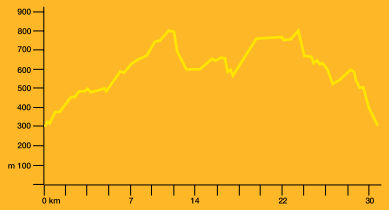
It begins at the so-called "Chiusa" of the Valsassina (570 m), the area bordering the rocky sides on the outskirts of the valley, before reaching the village of Introbio near to the bridge on the Pioverna river. A large sign will point you towards the cycle route on the left hand side of the river. The route snakes down the bank of the Pioverna and will take you to the village of Prato San Pietro/Cortenova (478 m). The entire cycle route is paved and easy to travel on. It is particularly suited to families, and ideal for organising picnics, swims in the river during the hotter months of the year, visits to the neighbouring villages and other sporting activities such as horseback riding at one of the many riding schools dotted along the trail.

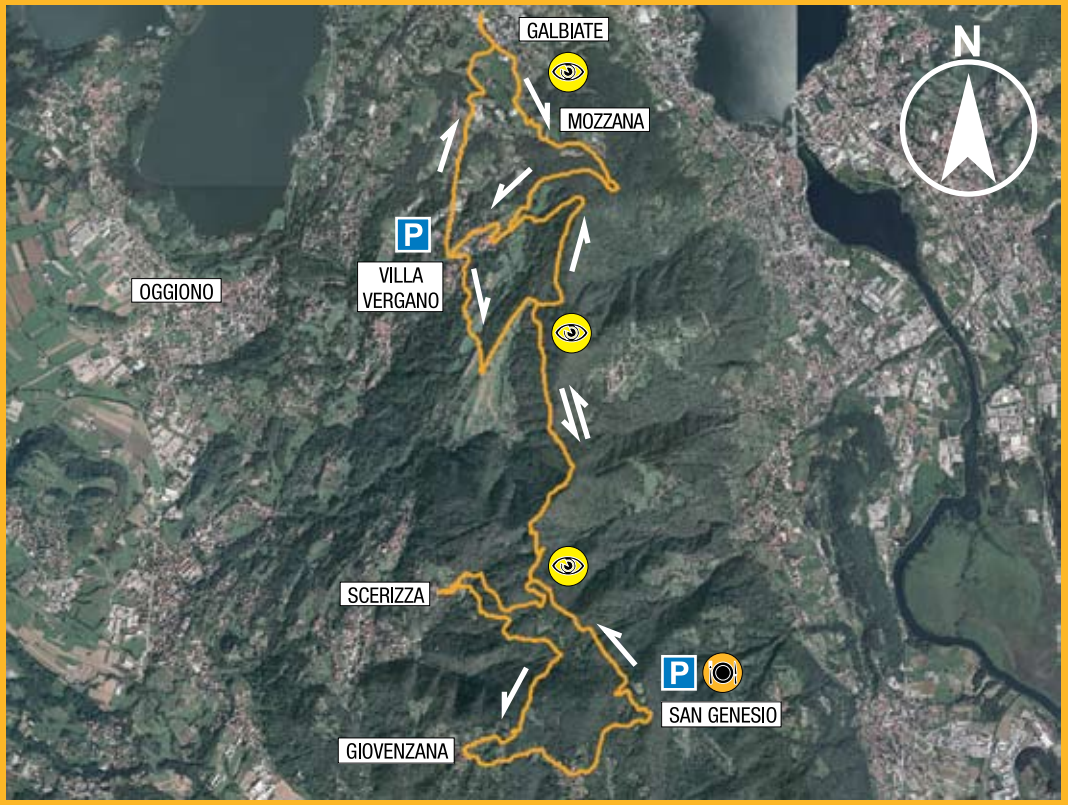
F Tour del San Genesio

Tour of San Genesio

Luogo di partenza: Galbiate
Lunghezza: km 31
Dislivello: m 1.044
Tempo di percorrenza: 2 ore e 30 minuti
Quota max raggiunta: m 937
Grado di difficoltà: medio

Starting point: *Galbiate*
Length: *km 31*
Slope: *m 1.044*
Travel time: *2 hours and an half*
Highest altitude: *m 937*
Difficulty level: *medium*





F Tour del San Genesio

Tour of San Genesio

Itinerario che risale le pendici delle colline della Brianza che anticipano le ben più alte Prealpi, ma che mette alla prova anche il biker più allenato.

Lasciata l'auto presso Galbiate (m 370) si segue la strada asfaltata che sale verso Colle Brianza: alla prima curva prendere le indicazioni per Mozzana fino a raggiungere questa località. Percorrere la strada asfaltata sino al suo termine e imboccare il sentiero che, in salita, si addentra nel bosco. Giunti sul punto di scollinare, svoltare a destra e superare un tratto ripido; in seguito percorrere un single-trek divertente. Appena oltrepassato un ponticello in cemento svoltare a destra fino a un prato. Si segue quindi il sentiero sino al paese di Villa Vergano: proseguire in discesa per incrociare la SP 58, svoltare a sinistra fino a incontrare la deviazione per Consonno
Salire verso quest'ultima località e, dopo aver ignorato le indicazioni per la Cascina Figina, proseguire ancora su asfalto per circa 1 km. Subito dopo una curva verso destra inizia il sentiero che porta al Monte Crocione. Questo passaggio di strada, inizialmente dalle pendenze facili, verso il suo termine presenta tratti acciottolati che mettono a dura prova anche i più allenati. Si raggiunge così un incrocio dove è necessario seguire la carrareccia principale, con indicazioni per San Genesio. Proseguire in questa direzione fino

a prendere la strada asfaltata che scende dalla Chiesetta di San Nicola. Appena entrati nella frazione di Scerizza (m 698), superate le prime case, svoltare alla prima a sinistra. La strada si trasforma quasi subito in sentiero: dopo aver attraversato una strada asfaltata, seguirlo nell'andamento pianeggiante sulla sinistra. Giunti a Giovenzana (m 650) seguire Via Manzoni che porta in pochi minuti a Cagliano (m 640). Svoltare successivamente in Via San Genesio che, con inclinazione costante, conduce fino al parcheggio sotto il Ristoro degli Alpini (m 937).

Qui ha inizio il ritorno verso Galbiate. Seguire il sentiero con segnavia n° 1. In alcuni punti, dove il sentiero segue la linea di cresta, è necessario prendere le varianti che passano qualche metro sotto. Si torna così a percorrere la strada che proviene dalla Chiesetta di San Nicola. Svoltare a destra su sentiero nelle vicinanze di un grosso masso. Ora si percorre, a ritroso, il tracciato, per arrivare alla strada asfaltata che conduce a Consonno. Una volta raggiunta questa località, girare a destra e proseguire in salita per poche centinaia di metri, fino ad imboccare il sentiero sulla sinistra con segnavia n° 1. Inizia così l'ultimo tratto che, attraverso una discesa divertente, porta all'abitato di Villa Vergano (m 570). Finita la parte sterrata del percorso, si attraversa il paese per riprendere la strada che collega Colle Brianza a Galbiate.

A trail climbing up the sides of the Brianza hills - which mirror the, much taller, Alpine foothills and puts even the most seasoned biker to the test.

Leave your car on the outskirts of Galbiate (370) and follow the paved road climbing up towards Colle Brianza. At the first bend of the road, follow the signs to Mozzana until you reach the village. Take the paved road until it ends, and then turn onto the uphill path entering the woods. At the end of the hill, turn right onto a steep path and take the highly enjoyable single-trek. Once past the cement bridge, turn right and keep going until your reach a field. Follow the path until the village of Villa Vergano. Continue downhill until you cross the SP 58, turn left, and keep going until you reach the fork to Consonno.
Climb up to the hamlet and, ignoring the signs to the Cascina Figina, continue travelling along the paved road for another kilometre. A path taking you to Monte Crocione begins right after the left-hand turn. This part of the trail - containing a number of easily surmountable inclines at the beginning - also contains a series of pebbled tracts which will put even the most expert biker to the test. At this point you will reach a crossroads. Travel down the main cart road, following the signs to San Genesio. Keep going in the same direction until you reach the paved road which will take you to the small church of San Nicola. Turn onto the first street on your left after entering the hamlet of Scerizza (698 m). This road will almost immediately turn into a path. After crossing the paved road, follow the flat path on the left. Once you reach Giovenzana (650m) cycle down Via Manzoni, which will take you to Ca-

gliano (640 m) in just a few minutes. Turn onto the sloping Via San Genesio and keep pedalling until you reach the parking lot under the Ristoro degli Alpini (937 m).

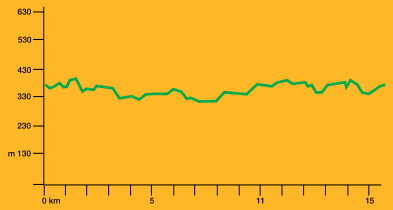
This is where the return leg of the journey back to Galbiate begins. Follow the trail marked no. 1. In some places, where the trail travels along the ridge line, take one of the alternative routes passing a couple of meters beneath it. This will take you back onto the road from the small church of San Nicola. Turn left and take the path next to the large boulder. Now follow the trail back to the paved road to Consonno. Once you reach the village, turn right and climb uphill for a few hundred meters until you find trail no. 1 on your left. This is the last part of the route, which, with an exhilarating downhill run, will take you back to Villa Vergano (570 m). Once you reach the end of the unpaved part of the trail, cross the village and take the road connecting Colle Biranza to Galbiate.

G Tour del Parco della Valletta

Tour of Valletta Park

Luogo di partenza: Barzanò
Lunghezza: km 16.5
Dislivello: m 330
Tempo di percorrenza: 1 ora e 30 minuti
Quota max raggiunta: m 360
Grado di difficoltà: facile

Starting point: *Barzanò*
Length: *km 16.5*
Slope: *m 330*
Travel time: *1 hour and half*
Highest altitude: *m 360*
Difficulty level: *easy*



G Tour del Parco della Valletta

Tour of Valletta Park

Itinerario che attraversa le zone agricole della provincia di Lecco a ridosso del confine con la provincia di Milano. Non richiede particolare preparazione fisica e capacità tecniche, offrendo comunque splendidi scorci sulle montagne lecchesi.

Questo itinerario inizia dal parcheggio nei pressi del centro giovanile "Paolo VI" a Barzanò. Si inforca la bicicletta in direzione Dagò. Dopo poche centinaia di metri, in corrispondenza di una curva, si lascia la strada principale per imboccare, sulla sinistra, una stradina asfaltata che presto si trasforma in sentiero. Attraversato l'abitato di Torrevilla (m 350), si prosegue diritto fino ad un bivio, dove prendiamo la strada in discesa sulla destra; dopo una trentina metri si svolta a sinistra. Questo tratto in discesa, che va verso il campo sportivo, oltrepassa Cascina Magritto mantenendo la sinistra e perviene ad un tratto asfaltato in salita che porta in Via Rossini. Svoltare a destra e percorrere la strada fino alla rotonda: altra svolta a destra e, dopo alcuni metri, ancora una svolta a destra. Ora la strada diventa un sentiero in leggera discesa che raggiunge il Roccolo (m 332), passa a fianco della Cascina Rampina, attraversa Via Bocconi e raggiunge Cascina Canova (m 343). Una volta aggirato il cascinale, il sentiero attraversa i campi e porta fino alla località Besanelle. Nei pressi di un grosso noce svoltare a destra e percorrere la strada bianca fino al suo termine, per poi proseguire dritto battendo la strada asfaltata nella sua totalità. Svoltare quindi a destra in discesa e imboccare la prima strada, sempre sulla destra (Via Tagliamento che dopo pochi metri diviene sterrata). Giunti al primo bivio prendere la strada sterrata sulla sinistra, percorrerla per qualche centinaio di metri fino ad arrivare ad una sbarra sulla propria destra che impedisce l'accesso al campo ai mezzi a motore. Svoltare a destra e seguire la traccia fino a raggiungere la Cascina Calegari (m 320) e quindi Via Bocconi. Attraversata la strada, proseguire dritto fino a raggiungere la località Mottione (m 325), dove si svolta a sinistra. Dopo aver superato la rotonda nei pressi della Madonnina, svoltare a destra in un sentiero che raggiunge la località Villanova (m 346). Girare a sinistra in direzione Dagò e, nei pressi di una curva destrorsa, prendere il sentiero sulla sinistra che porta a Prebone (m 321); proseguire dritto, senza passare sotto il portico, imboccando il sentiero che porta ad una piana in mezzo ai campi. Giunti ad un bivio tenere la sinistra, fino ad attraversare un caratteristico bosco di ontani, finito il quale si svolta prima a sinistra e poi subito dopo a destra percorrendo la sterrata che porta fino alla Cascina Bonacina (m 313). La strada, asfaltata ed in salita, conduce ad un incrocio dove si prosegue diritto attraversando i vicoli di Oriano. Seguire per la località Zizzanorre e, attraverso un sentiero, raggiungere la località Torricella. All'uscita del sentiero prendere il vicolo sulla sinistra e, giunti alla rotonda, svoltare nuovamente a sinistra in direzione Cremella, fino ad incrociare la SP 48. Passando vicino al campo sportivo, attraversare la provinciale e svoltare a sinistra alla prima deviazione. Al bivio successivo girare nuovamente a sinistra, attraversare un ponticello e, dopo poche decine di

metri, imboccare il sentiero sulla destra che sale al Roccolo Lietti (m 370). Seguire prima la traccia in discesa sulla destra, poi quella sulla sinistra che porta nei pressi della Cascina Peltraio (m 370). Giunti a Verdegò svoltare a sinistra e, dopo pochi metri, di nuovo a sinistra per Via Pertini. Dopo un breve tratto di discesa imboccare il sentiero sulla sinistra che si addentra nel bosco. Alcuni saliscendi ci conducono al sentiero, sulla destra, in direzione Morti dell'Avello. Giunti alla Chiesetta della Madonna del Carmine (m 380), aggirarla per prendere il sentiero che risale e raggiunge la Cascina di Montegregorio. Sorpassata quest'ultima, svoltare a destra e poi di nuovo destra dopo qualche centinaio di metri in direzione Cremella. Una volta tornati su strada asfalta svoltare a sinistra. La strada sale alle spalle di Villa Sessa e, lasciandola a sinistra, inizia a scendere per i vicoli, fino a riprendere la SP 48. Svoltare quindi a destra e imboccare la strada di sinistra, subito dopo le scuole. Questa via diventa subito sterrata; oltrepassato un tratto in discesa, girare a sinistra per il sentiero che porta a Torrevilla. Giunti di nuovo al bivio di Torrevilla, prendere la strada sulla destra che conduce ad un altro bivio, dove si mantiene la sinistra. Imboccare la prima strada sulla destra che in pochi minuti riporta al parcheggio di partenza.

A trail travelling through the rural areas of the Province of Lecco on the border with the province of Milan. This route does not require particular physical fitness or skills, but all the same offers riders breathtaking views from the Lecco mountainsides.

This trail starts off in the parking lot next to the "Paolo VI" youth centre in Barzanò. Mount your bicycle in the direction of Dagò. After a few hundred metres, near a curve, turn left off the main road onto a paved road – which will quickly turn into a path. Passing the hamlet of Torrevilla (350 m), keep going until you reach a fork in the road and turn right onto a downhill-sloping road, then turn left after approximately thirty metres. This downhill part of the route, which will take you towards the sports field, passes by the Cascina Magritto. Keeping left you will reach a paved road which will take you to Via Rossini. Turn right and follow the road until the roundabout. Turn right again, and after a few metres, turn right again. The road will now become a faintly downhill path which will take you to Roccolo (332 m) passing by the Cascina Rampina, through Via Bocconi and to Cascina Canova (343 m). Once you have circled the farmhouse, the path will take you through a number of fields down to Besanelle. Turn right near the large walnut tree and follow the white road until it ends, then carry on down the paved road until it also ends. Turn right downhill and take the first road on your right (Via Tagliamento, which becomes unpaved after a few metres). At the first fork of the road, turn onto the unpaved road on your left. Follow this road for

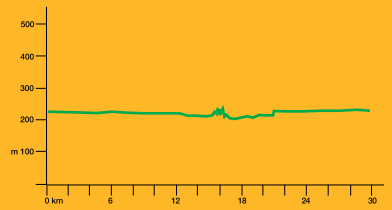
a few hundred metres until you reach a barrier on your right blocking motor vehicle access to the field. Turn right and follow the trail until Cascina Calegari (320 m) and then Via Bocconi. Cross the road and carry on straight down until you reach Mottione (325 m), where the route turns left. Turn right after the roundabout near Madonnina and onto a path which will take you to Villanova (346 m). Turn left in the direction of Dagò taking the path on your left leading to Prebone near the right twisting curve. Keep going straight, pass under the portico, and take the path heading towards the fields. Turn left where the path forks and keep going until you cross an Alder-wood copse, where you will first turn left and then immediately turn right following the unpaved road until the Cascina Bonacina (313 m). The road – paved and uphill – will take you to a crossroads. Keep travelling straight through the alleys of Oriano, on the path towards Zizzanorre until you reach Torricella. At the end of the path, take the alley on your left, and, once you've reached the roundabout, turn left again towards Cremella. Keep going until you reach the SP 48. As you pass near the sports field, cross the provincial road and turn onto the first road on your left. Turn left again at the next crossing and take the path on your right climbing up to Roccolo Lietti (370 m) which you will find a few metres after the bridge. Follow the first trail downhill on your right, and then the one on your left, which will take you close to the Cascina Peltraio (370 m). Once you've reached Verdegò, turn left, and then turn left again a few metres further on towards Via Pertini. After a short downhill ride, take the path entering the woods on your left. A few ups and downs will take you to the right hand-side trail leading to Morti dell'Avello. Cycle around the church of the Madonna del Carmine (380 m) and take the uphill path towards the Cascina di Montegregorio. Turn left once you've reached this; then turn left again after a few hundred metres in the direction of Cremella. Turn left again once you've hit the paved road. The road climbs up behind Villa Sassa, and leaving it behind on the left, starts sloping back down through the alleys until it turn right and take the road on the left hand side, right after the schools. This will reaches the SP 48. almost immediately become unpaved. After a short downhill ride, turn left onto the path to Torrevilla. Once you've reached the Torrevilla crossing, turn right onto the road which will take you to another crossing and keep left. Take the first road on your right, and in just a few minutes you will be back at the parking lot you started off from.

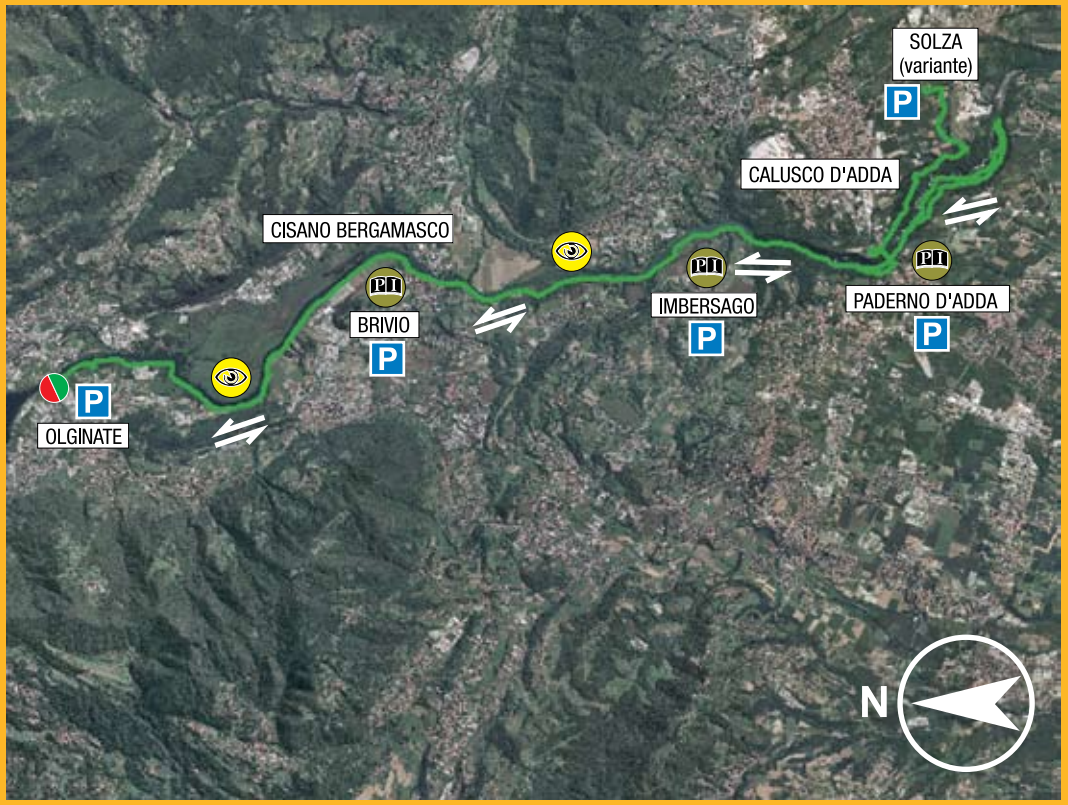
H Lungo Adda - Parco Adda Nord

Along the Adda - North Adda Park

Luogo di partenza: Olginate
Lunghezza: A/R km 30
Dislivello: m 120
Tempo di percorrenza: 1 ore e 30 minuti
Quota max raggiunta: m 235
Grado di difficoltà: facile

Starting point: *Olginate*
Length: *km 30 round trip*
Slope: *m 120*
Travel time: *1 hour and 30 minutes*
Highest altitude: *m 235*
Difficulty level: *easy*





H Lungo Adda - Parco Adda Nord

Along the Adda - North Adda Park

Itinerario senza passaggi tecnici, che non richiede particolare preparazione fisica, risulta comunque molto piacevole poiché si sviluppa lungo l'argine destro dell'Adda. Durante il percorso si possono osservare varie specie di uccelli acquatici, magnifici scorci sul Resegone e sulle Grigne da un lato e, dall'altro, sulle verdi colline brianzole.

Punto di partenza è il campo sportivo di Olginate. Scendere la strada principale fino all'argine del fiume e proseguire sino a raggiungere il ponte della ferrovia, dove una sbarra vieta l'accesso. Da questo punto la strada diventa sterrata e percorribile solo da biciclette e pedoni. È subito possibile ammirare la bellezza delle Grigne e del Resegone che si specchiano nelle acque dell'Adda. Dopo aver costeggiato alcuni campi di granoturco arriviamo al paese di Brivio (m 196), nel cui centro storico si erge un castello che, insieme a quelli di Lecco, Trezzo e Cassano, costituiva parte del sistema difensivo dell'Adda. Passare sotto il ponte che collega la sponda lecchese con quella bergamasca e proseguire, per alcune centinaia di metri su strada asfaltata; successivamente la strada torna ad essere sterrata e chiusa al traffico. Immersi nel verde si prosegue a pedalare seguendo le anse del fiume, frequentate da molte specie di volatili acquatici. Dopo qualche chilometro raggiungiamo Imbersago, dove è possibile

prendere un traghetto ricostruito secondo il progetto che ideò Leonardo Da Vinci, per attraversare il fiume. Proseguendo lungo l'alzaia in direzione sud troviamo la grande forra dove sorge la diga di Robbiate (m 198). In questa zona inizia l'ecomuseo di Leonardo, percorso composto da 14 tappe di interesse storico-culturale. Poco dopo troviamo il maestoso ponte in ferro di Paderno d'Adda, realizzato nel 1899, che con la sua campata unica collega le province di Lecco e Bergamo. Il ponte è utilizzato su due piani diversi rispettivamente dalla ferrovia e dalla circolazione veicolare; dall'alto dei suoi 80 metri si gode di una vista mozzafiato sul canyon sottostante. La strada, ora asfaltata, corre lungo l'alzaia fino a raggiungere la diga di Poiret (m 186), dove si imbocca il sentiero di destra che sale su fondo acciottolato. Dopo pochi metri, nel mezzo di una curva verso destra, prendere il sentiero sulla sinistra che, con alcuni saliscendi, fiancheggia un piccolo canale e permette di raggiungere Stallazzo (m 177), centro informativo dell'ecomuseo. Arrivati nel punto posto più a sud del nostro percorso, cambiamo direzione per tornare verso la diga di Poiret. Giunti alla diga non resta che percorrere a ritroso il resto del percorso.

A trail devoid of technical passages and which does not require particular physical fitness. It is nonetheless highly enjoyable, as it accompanies bikers down the right bank of the Adda. Various different species of water birds, beautiful views of the Resegone and Grigne on one side and the green Biranza hills on the other can be all be admired along the route.

The Olginate sports field is the starting point of the trail. Ride down the main road until you reach the bank of the river, and keep going straight until you come to the blocked-off railway bridge. At this point the road becomes unpaved and can only be travelled by foot or bike. Here, you will be able to catch a glimpse of the beauty of the Grigne and Resegone reflected in the waters of the Adda. After skirting a few fields, you will reach the Village of Brivio (196 m). Its historical centre is dominated by a castle which, together with those in Lecco, Trezzo e Cassono, made up part of the defences of the Adda. Passing under the bridge connecting the Lecco side of the river with the Bergamo side, keep going down the paved road for a further few hundred meters. At this point the road will once again become unpaved and closed to traffic. Immersed in the green country side, the trail will take you down the bank of the river, which inhabited by many different species of aquatic birds. After a few kilometres you will reach Ibersago, where you will be able to catch a ferry to cross the river. Travelling southwards down the towpath; you will soon reach a large gorge housing the Robbiate dam (198 m). This is where the Leonardo Ecomuseum – a trail consisting of 14 different stops of cultural-historical significance - begins. Soon afterwards you will reach the im-

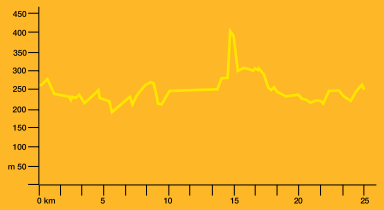
posing iron bridge of Paderno d'Adda. Built in 1899, it connects the provinces of Lecco and Bergamo. The bridge is used on two different levels by both the rail and road traffic. Here, you can enjoy a breathtaking view of the canyon underneath the bridge from its height of 80 metres. The trail, which once again becomes paved, continues along to towpath until it reaches the Poiret dam (m 186) and turns right onto a pebbled uphill path. After a few meters, and halfway through a right-hand turn, take the path on your left which, after a few ups and downs, skirts a small canal until it reaches Stallazo (177) - the Ecomuseum information centre. This is the southernmost point of our route. Here we change direction and come back up towards the Poiret dam. Once you've reached the dam, take the same path you've travelled on the way down to return to your starting point.

I Parco del Curone

Curone Park

Luogo di partenza: Montevecchia
Lunghezza: km 25
Dislivello: m 500
Tempo di percorrenza: 2 ore e 30 minuti
Quota max raggiunta: m 615
Grado di difficoltà: medio

Starting point: *Montevecchia*
Length: *km 25*
Slope: *m 500*
Travel time: *2 hours and 30 minutes*
Highest altitude: *m 615*
Difficulty level: *medium*



I Parco del Curone

Curone Park

Percorso ad anello, con una serie di saliscendi, estremamente interessante dal punto di vista dell'ambiente perché attraversa campi e vitigni, fattorie, cascine e fornaci che restituiscono gli antichi mestieri e sapori della Brianza contadina.

Punto di partenza è il campo sportivo di Montevecchia. Seguire la strada fino all'incrocio con la SP 54 e svoltare a sinistra in direzione Missaglia. Pochi metri dopo il semaforo svoltare a destra e seguire le indicazioni per Cascina Casarigo. Superato l'avvallamento si giunge nei pressi di Cascina Ostizza (m 284), dove si continua verso l'agriturismo. Poco prima che la strada diventi ripida e cementata, prendere il piccolo sentiero sulla sinistra, affrontare il leggero strappo e uscire dal bosco, percorrendo un breve tratto lungo i filari di vite. Il percorso, dopo aver oltrepassato la Cascina Vertaggera, rientra nel bosco e inizia una discesa su strada bianca che riporta sulla SP 54. Svoltare a destra e percorrere 200 m circa di provinciale; oltrepassata la piazza, con una curva a gomito verso destra, imboccare una strada sterrata. Attraversata la Cascina Albareda (m 295) si giunge al termine della strada, dove è necessario prendere il sentiero posto più a sinistra, arrivando alla Cascina Oliva (m 310).
Proseguendo sul sentiero principale, usciti dal bosco, si raggiunge la località Pianeta (m 323),

dove si scende verso sinistra costeggiando un ristorante. Al termine della discesa svoltare a destra e, attraversato un altro bosco, proseguire lungo il sentiero fino a riportarci sulla strada asfaltata in località Valle Santa Croce, dopo una svolta a gomito verso sinistra. L'itinerario prosegue passando al fianco di una vecchia fornace e, giunti nei pressi di una curva verso destra, notato sulla sinistra un cancello in legno che sbarra l'accesso ai mezzi motorizzati, aggirarlo sulla destra e iniziare la salita. Con una serie di tornanti si raggiunge la strada panoramica che corre lungo tutta la dorsale del Parco del Curone. Al suo culmine (m 420) girare a sinistra: dopo poche decine di metri pianeggianti, la strada torna ad essere asfaltata ed in salita. Arrivati in località Lissolo (m 615), abbandonare la strada principale: di fronte ad un ristorante svoltare a sinistra. Giunti ad un bivio, nei paraggi di un recinto per cavalli, imboccare il sentiero in discesa, tenendo la sinistra. Dopo 300 m circa di discesa si arriva ad un crocevia, dove è necessario proseguire sul sentiero principale (leggermente a destra). Il tracciato continua sempre in discesa nel bosco, fino a raggiungere un nuovo bivio, dove si tiene la destra e si continua per altri 150 m circa. Tenere la destra per un tratto quasi pianeggiante di circa 300 m, per poi svoltare a destra e, dopo aver superato due brevistrappi secchi, proseguire in un divertente single-trek. Giunti nuovamente ad un bivio, svoltare a sinistra e proseguire fino alla strada asfaltata del Lissolo, dove si svolta a destra. La strada è in salita fino all'imbocco del sentiero sulla sinistra che, oltrepassato un convento, torna ad essere una discesa che porta fino alla Cascina Bernaga inferiore (m 440). Tornati su asfalto, svoltare a sinistra fino a raggiungere in leggera salita un incrocio, dove è necessario proseguire diritto percorrendo la strada in discesa per qualche centinaio di metri. Nei pressi di una curva verso sinistra imboccare Via Campo, sempre sul lato sinistro. A circa metà della via l'asfalto diventa acciottolato e richiede una guida più attenta. Al termine della via, svoltare a destra e continuare in discesa fino a tornare su strada asfaltata. Alla fine della strada, nelle vicinanze di un segnale di stop, svoltare a destra prendendo un altro sentiero acciottolato costituito, nella sua parte finale, da una salita

molto ripida. Arrivati al cimitero di Monte (m 376) proseguire, finalmente su asfalto, fino a raggiungere l'incrocio che vede, alla sinistra, la Chiesa del paese. Proseguire ora in direzione di Spiazzo, dove si svolta a destra, imboccando il primo sentiero che si incontra. Dopo aver aggirato la collina con i tre cipressi in vetta, prendere il primo sentiero sulla destra che permette di entrare nella vigna.
A questo tratto inizialmente pianeggiante ne segue uno molto ripido, che porta alla località Pianello (m 451), dove si svolta a sinistra su una strada sterrata in discesa che attraversa in successione Cascina Ratta, Cascina Scarpata (m 370) e, infine, Cascina Costa. Nei pressi di quest'ultima, girare a sinistra, attraversare le corti di Cascina Galbusera Nera e, successivamente, Cascina Galbusera Bianca (m 346). Dopo pochi metri si torna su asfalto, si svolta a destra e, raggiunto un gruppo di case, si svolta a sinistra in un sigle-trek molto divertente che porta fino alla località Fornace superiore (m 295). Attraversata la corte della Fornace si torna nuovamente su asfalto prendendo in direzione Cascina Bagaggera e, dopo circa 200 m, si imbocca il sentiero sulla destra che attraversa una zona boscosa. Il tracciato ora prosegue diritto fino ad impattare con il torrente Curone. Proseguire sempre diritto e, dopo una serie di guadi superabili attraverso ponticelli (rigorosamente a piedi), il sentiero conduce fino alla località Molinazzo (m 252). Tornare sulla statale e percorrerla per circa 200 m, raggiungendo un attraversamento pedonale: svoltare a sinistra imboccando la strada sterrata che porta fino al campo sportivo.

A circular route with a series of uphill and downhill climbs, this trail is particularly interesting from an environmental point of view since it crosses fields and vines, farms, homesteads and brickyards - reflecting the ancient tastes and works of the farming communities inhabiting the Brianza countryside.

The Montevecchia sports field is the trail's staring point. Follow the road until it crosses the SP 54, then turn left towards Missaglia. Turn right a few metres after the traffic lights and follow the signs to the Cascina Casarigo. Once past the dip in the road, you will reach the Cascina Ostizza (284 m) - keep going in the direction of the farmhouse hotel. Right before the road becomes paved and steep, take the small path on your left. Climb up the short, steep incline and leave the woods riding through the rows of vines. The trail, after passing the Cascina Vertaggera, re-enters the woods and slopes again downhill on a white road which will take you back to the SP 54. Turn right and keep going down the provincial road for approximately 200 m. After you've passed the piazza, take the unpaved road at the end of the sharp turn to the right. The road ends after the Cascina Albareda (295 m). Here, you must take the path furthest on the left which will take you to the Cascina Oliva (310 m). Carrying on down the main path, once you've left the woods, you'll reach Pianetta, where you will continue downhill skirting a restaurant. At the end of the descent, turn right, and after crossing another wood, continue along the path until you reach the paved road in Valle Santa Croce. You will find it right behind a sharp right hand turn. As the trail continues, it will pass next to an old kiln. On your left, after a bend in the road to the right, you will see a wooden gate barring ac-

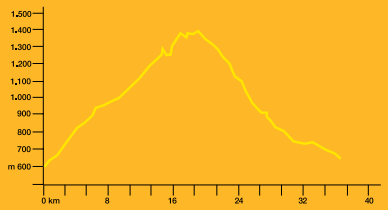
cess to motor vehicles. Circle it on the right and begin your uphill climb. A series of hairpin turns will take you to the panoramic road running along the entire length of the ridge of the Curone Park. Turn left where it ends (420 m). After a few hundred metres of level ground, the road once again becomes paved and upwards-sloping. Leave the main road once you've reached Lissolo (615 m). Turn left in front of a restaurant . Once you've reached the fork on the road – near a paddock – keep left, taking the path running downhill. You will reach a crossroads after approximately 300 m – keep going on the main road (slightly on the right). The path continues downhill inside the woods until it reaches a new fork. Keep left and keep riding for another 150 m approximately. At this point, keep right on the almost level path for another 300 m and then turn left. After two short, steep slopes you will find an enjoyable single-trek. Turn left at the fork in the road and follow the trail down until the paved road to Lissolo, where you will turn right. At this point the trail once again climbs uphill until the beginning of the path on the left, which after passing a convent, once again slopes downhill until the lower Cascina Bernaga (440 m). Back on the paved road; turn left and keep going until you reach a small uphill climb at a crossroads. Here, keep going straight down the downhill-sloping road for a few hundred more metres. Turn left onto Via Campo near the left hand curve. Halfway down the road the paving will turn into asphalt - requiring you to be more careful. Turn right at the end of the road and keep going downhill until you reach a paved road. Turn right at the end of the road near the stop sign, taking another pebbled path with a very steep uphill climb at its end. Once you've reached the Monte cemetery (376 m) keep going - on a paved road until you reach the crossing, where you will see the village church on your left. Keep riding towards Spiazzo. When you reach Spiazzo, turn left onto the first path. After riding around the hill with the three cypresses, take the first path on your right leading into the vineyard. Although this first part of the track is rather level, it is soon followed by a very steep track which will take you to Pianello (451 m). Turn left onto the unpaved downhill trail which cuts through the Cascina Ratta, Cascina Scarpata (370 m) and the Cascina Costa. Turn left after the latter and cut across the courtyards of the Cascina Galbusera Nera and Cascina Galbusera Bianca (346 m). After a few metres, you will once again find a paved road. Turn right, and after a group of houses, turn left onto an enjoyable single-trek which will take you up to the Fornace superiore (295 m). Crossing through the Fornace court, take the paved road towards Cascina Bagaggera, and after 200 m turn onto the path on your right cutting through the wooded area. The trail now continues straight ahead until it reaches the Curone stream. Keep going straight. After a series of fords which can be crossed by bridge (on foot only), the path will take you to Molinazzo (252 m). Turn back onto the state road and ride for approximately 200 m until you reach a pedestrian crossing. Turn left and take the unpaved road back to the sports field.

L Ballabio - Piani Resinelli - Traversata Bassa

Ballabio - Piani Resinelli - Low crossing

Luogo di partenza: Ballabio
Lunghezza: km 36
Dislivello: m 1.050
Tempo di percorrenza: 4 ore
Quota max raggiunta: m 1.380
Grado di difficoltà: medio

Starting point: *Ballabio*
Length: *km 36*
Slope: *m 1.050*
Travel time: *4 hours*
Highest altitude: *m 1.380*
Difficulty level: *medium*



L Ballabio - Piani Resinelli - Traversata Bassa

Ballabio - Piani Resinelli - Low crossing

Itinerario molto bello e di soddisfazione, che attraversa il gruppo delle Grigne su percorsi di media montagna, con una varietà di paesaggi tipici del luogo; è percorribile dalla tarda primavera fino alle prime nevicate invernali.

Con partenza dal paese di Ballabio (m 690), si pedala su asfalto la strada che dopo 14 tornanti sale ai Piani dei Resinelli (m 1.284), al cospetto della Grigna Meridionale o Grignetta. Appena giunti ai Piani imboccare la prima strada in salita sulla propria destra: percorrerla senza prendere nessuna deviazione fino al Rifugio Soldanella (m 1.349). Ora si lasciano l'asfalto e le salite impegnative per percorrere, con alcuni lievi cambi di pendenza, la strada carrozzabile fino al cartello che indica, sulla destra, la direzione della "Traversata Bassa". Si prosegue fino a giungere nei pressi dell'azienda agricola "Pian della Fontane" (m 1.380). Si imbocca il sentiero sulla sinistra per seguirlo in un divertente single-trek prevalentemente in discesa. Giunti nei pressi di una cascina con prato recintato, prendere il sentiero che continua a scendere sulla destra (segnaletica CAI): in breve si arriva ad attraversare il torrente Pioverna (m 1.077). Il percorso incrocia il sentiero che porta alla località Pialeral: seguire sempre in discesa la carrareccia che ha alcuni tratti asfaltati. La nostra proposta di percorso prosegue, dopo alcune centinaia di metri di divertente discesa, abbandonando

la carrozzabile principale per prendere sulla sinistra, in corrispondenza di una fattoria, la sterrata in salita sbarrata da una catena (m 940 circa). Si ricomincia a salire, ma solo per poche centinaia di metri. Ignorare sia la prima deviazione sulla destra che la seconda sulla sinistra, proseguendo per boschi e prati. Percorso un breve tratto in discesa, il tracciato si impenna bruscamente per una cinquantina di metri (preparare per tempo il giusto rapporto) per giungere alla Chiesetta Regina Pacis (m 1.050). Seguire la strada svoltando prima a sinistra e subito dopo a destra: qui inizia la discesa che, in breve tempo, permette di raggiungere l'abitato di Pasturo (m 630). Per ritornare al punto di partenza svoltare a destra e raggiungere la SP 62; si torna quindi a pedalare in salita per superare il Colle di Balisio (m 730) e, dopo aver percorso il lungo rettilineo, tornare a Ballabio.

A beautiful and highly enjoyable trail crossing the Grigne on medium mountain trails framed by the changing scenery typical of the area. This route can be travelled from late spring up until the first winter snows.

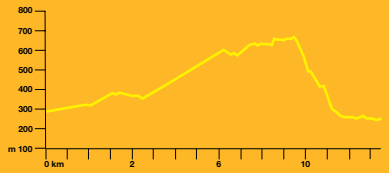
Starting off in the village of Ballabio (690 m) cycle down the paved road - which, after 14 hairpin bends – will take you up to the Piani dei Resinelli (1,284 m) and within sight of the Grigna Meridionale or Grignetta. Once you have reached the Piani, take the first road on your right. Cycle down this road, without turning onto any of the side roads, and keep going straight until you reach the Soldanella Alpine refuge (1,349 m). At this point, abandon the paved road and take the harder uphill climb, which you will find has a number of slight changes in slope. Follow the carriage road until you see a sign on your right indicating the "Traversata Bassa".
Continue cycling until you reach the farm "Pian delle Fontane" (1,380 m). Turn onto the path on your left and follow it until it turns into an enjoyable, and for the most part downhill-sloping, single-trek. Once you've reached the farmhouse with the fenced off field, take the downhill path on your right (CAI signpost). A short ride will take you across the Pioverna (1,077 m). At this point, the trail crosses a path which will lead you to Pialeral. Follow the – occasionally paved - downhill track from here.
We suggest you follow the road for a few hundred metres downhill before leaving the main track and turning left near the farm to take the unpaved uphill road, which you will find blocked off with a chain (940 m approximately). Here, start climbing uphill again, but only for a few hundred metres. Ignore the first path on your right as well as the second on

your left, and keep following the trail through the woods and fields. After a short downhill ride, the slope suddenly becomes much steeper for about fifty metres (make sure you change gears accordingly) before reaching the small church of Regina Pacis (1,050). Follow the road, turn left and then right. A short downhill ride from here will take you to the hamlet of Pasturo (630 m). To return to your starting point, turn left and take the SP 62. After an uphill climb to Colle di Balisio (730 m) followed by a long straight ride, you will reach Ballabio.

M Tour delle alture di Lecco

Luogo di partenza: Stadio di Lecco (via Pascoli)
Lunghezza: km 14
Dislivello: m 400
Tempo di percorrenza: 1,5 / 2 ore
Quota max raggiunta: m 690
Grado di difficoltà: medio

Starting point: *Lecco's stadium (via Pascoli)*
Length: *Km 14*
Slope: *m 400*
Travel time: *1 ½ / 2 hours*
Highest altitude: *m 690*
Difficulty level: *medium*



M Tour delle alture di Lecco

Percorsi con partenza e ritorno a Lecco, sulle montagne circostanti, per scoprire inediti scorci sul lago e sulle vette, adatti da percorrere alla sera, dopo il lavoro, o come allenamento, facilmente modulabili in lunghezza.

Proponiamo di parcheggiare nei pressi dello stadio di Lecco (occasione per poter conoscere alcuni rioni della città). Portarsi su via Pascoli e iniziare la leggera salita su asfalto; alla rotonda proseguire dritti su via Caldone, fino alla chiesa del rione di Olate. Procedere sempre dritti sino al semaforo, attraversare la strada, quindi su via Cernaia e poi via Galilei sino all'abitato del rione di Bonacina; superarlo e prendere l'unico ponte sulla destra in leggera salita e proseguire diritti. Dopo il tornante siete su via Movedo che viene percorsa fino alla sua fine.
Al termine di via Movedo, prendere a sinistra e spingere la bicicletta per pochi gradini fino a portarsi di fronte alla chiesa della Madonna di Lourdes. Qui rimontare in sella e tenere la stretta strada pedonale ciottolata sulla propria destra (via Capiloccio); al termine girare a sinistra e seguire il tornante. Quando la strada termina (circa cento metri dopo), proseguire dritti sul sentiero che costeggia e supera la strada provinciale che porta a Ballabio: questo tratto è breve ma impegnativo per fondo con sassi mobili (siete in via Costa). Al termine svoltare a sinistra in via Ai Poggi e seguirla su asfalto fino alla località Malnago (piazzale della funivia). Attraversare il piazzale sulla destra e seguire le indicazioni per rifugio Stoppani/Monte Resegone; superati sei gradini in discesa, prendere il sentiero che scende dietro alla funivia sino a raggiungere la strada asfaltata; girare a destra e seguirla fino al suo termine. Qui inizia la mulattiera che conduce al Monte Resone (segnavia n. 1). I più bravi ed esperti riusciranno a pedalarla tutta su ciottolato; agli altri consigliamo di spingere la bicicletta dato che il tratto è breve (300 m).

Abbandonare ora la mulattiera per seguire sulla propria destra le indicazioni per Campo de' Boi: il sentiero è ben pedalabile in falsopiano e costeggia a destra una rete, con leggeri saliscendi fino al fiume Bione in località Ponte della Tenaglia (abbiamo fatto altri 900 m) a quota m 648. Da qui parte un tratto breve ma faticoso da percorrere con la bicicletta in spalla per 40 metri di dislivello sull'unico sentiero esistente. Superate le ultime difficoltà, sulla propria destra il sentiero prosegue in piano e pedalabile fino a un cancello sempre aperto che conduce ai Campo de Boi e da lì alla località Madonnina.
Il percorso prosegue al cospetto Monte Resegone e del sovrastante Monte Magnodeno per pascoli in leggera salita fino a iniziare una lunga e divertente discesa (con tornanti) con alcuni tratti cementati, fino alla località Neguggio (m 450).
Seguire sempre la sterrata principale fino alla fattoria nella parte più bassa dei piani di Neguggio, dove ora una discesa impegnativa e ripida (lunghi tratti cementati per 900 m di percorso) conduce al termine della parte fuori strada del percorso portandoci al rione di Germanedo. Lo si attraversa seguendo via alla Rovinata, via Oratorio e poi via Rovereto fino a trovare dei gradini, da fare in salita, che portano su via Ai Poggi. Proseguire in salita e,

alla curva, tenere la sinistra fino alla chiesa di Acquate. Qui scendere a sinistra, attraversare viale Tonale, svoltare a sinistra in via Foscolo: percorrerla in discesa fino al cimitero di Castello per poi svoltare a destra e chiudere il percorso su via Pascoli.

Varianti: una bella variante per la discesa è quella di seguire il sentiero dietro la funivia (vedi tracciato sopra descritto) e appena giunti all'asfalto abbandonarlo subito per svoltare sulla propria destra seguendo i segnavia gialli e azzurri su strada sterrata. Dopo poco svoltare nuovamente a destra e seguire il tracciato in leggera discesa, fino ad una svolta sulla sinistra in corrispondenza di una recinzione. Seguire sempre i medesimi segnavia in discesa e percorrere il tratto fino alla sua fine in corrispondenza di un cancello. Ora seguire il sentiero su fondo sassoso alla propria destra, poco pedalabile per soli 100 m, per poi rimontare in sella fino alla strada sterrata sulla nostra destra. Seguirla in discesa fino ad un incrocio dove proseguiamo sulla destra.

La strada si fa ripida e ci riporta in breve su via Ai Poggi che attraversiamo (attenzione alle autovetture) e ci ritroviamo in via Costa chiudendo l'anello. Ripercorrere ora il medesimo percorso seguito in salita.

This striking itinerary starts and ends in Lecco. It takes bikers on a tour of its nearby mountains to savour arresting views of the lake and peaks. The itinerary is suitable and can be enjoyed in the evening, after work, or as training, since it can be easily adjusted in terms of length.

We suggest parking near the stadium in Lecco (giving you the chance to get to know some of the city's neighbourhoods). Go to via Pascoli and start cycling up the slight incline on the paved road. When you reach the roundabout, keep going straight on Via Caldone up to the church of the neighbourhood of Olate. Keep going straight until you reach the traffic lights. Cross the road, then take via Cernaia and via Galilei to the hamlet of Bonacina. Once past the hamlet, take the only bridge on the right, with its slightly uphill slope and continue straight. You will reach via Movedo after the hairpin bend. Follow the road until it ends.

At the end of via Movedo, turn left and push the bicycle up the few steps that will take you to the front of the Chiesa della Madonna di Lourdes (Church of Our Lady of Lourdes). At this point, get back on your bike and take the narrow, cobbled pedestrian road on the right (via Capiloccio). At the end of the road, turn left and follow the hairpin bend. When this road ends (approximately one hundred meters further on), keep going straight on the path that follows and will take you past the provincial road to Ballabio. This section of the itinerary is short but challenging, because of its roadbed with loose stones (via Costa). At the end of the road, turn left onto via Ai Poggi and follow the paved road to Malnago (square in front of the cableway station).

Cross the square on your right and follow the signs to the Stoppani Alpine refuge/Monte Re-

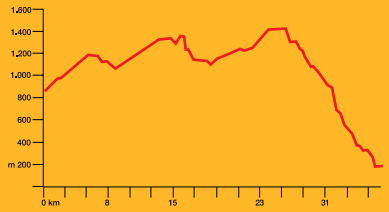
segone. Once past the six steps, take the path that climbs down behind the cableway until you reach the paved road. At this point, turn right and follow the road until it ends.
A mule track to Monte Resegone begins here (signposted trail no. 1). The best and most skilled cyclists will be able to cycle the cobbled road for its entire length. Other cyclists are instead advised to push their bikes, since it is just a short distance (300 m).
Leave the mule track and follow the signs on your right to Campo de' Boi. The path is easy to cycle and unfurls on apparently flat ground. On the right, it follows a netting, continuing slightly up and down, until you reach the River Bione in Ponte della Tenaglia (900 m further on) at an altitude of 648 m.
Another short but tiring section of the itinerary begins at this point. Lift your bike onto your shoulders for 40 m and take the only existing and sloping path available. After this last challenge, take the level path on your right until the open gate that will take you first to Campo de Boi and then to Madonnina. The itinerary continues along the foot of Monte Resegone - overlooked by a towering Monte Magnodeno - through slightly uphill meadows until you reach a long, exhilarating downhill descent (with hairpin bends) with a few paved sections that will take you to Neguggio (450 m).
Follow the main, dirt road to the farm in the lower part of the plains of Neguggio and take the steep, challenging downhill road (long paved sections for 900 m of the route) that will take you to the end of the off-road section of the itinerary and the neighbourhood of Germanedo. Take via alla Rovinata, via Oratorio and via Rovereto until you reach a set of steps. At this point, climb up the steps to via Ai Poggi.
From here, continue travelling uphill and turn left at the bend to reach the church of Acquate. Now, go down on your left, ride across viale Tonale, and turn left on via Foscolo. Keep going down this road until you reach the cemetery of Castello. Then, turn right to finish your itinerary on via Pascoli.
***Alternative routes:** A nice alternative for the downhill portion of the itinerary is to follow the path behind the cableway (see the itinerary described above) and, once you have reached the paved section, leave it and turn right following the yellow and blue signs on the dirt road. Shortly afterwards, turn right again and follow the gently sloping downhill trail until you reach a turn near a fence on your left. Follow the same signs down and continue travelling on the trail until it ends, near a gate. Now, follow the path with the pebbled roadbed on the right, which only presents some difficulty for 100 m. Then, climb back on your bike and keep going until you reach the dirt road on the right. Follow the road down until you reach a crossing, and then keep going on the right. The road will become steep at this point and will soon take you to via Ai Poggi. Now, cross the road (watch out for cars) to reach via Costa and close the loop. At this point, take the same roads you travelled before when you were going uphill.*

N Como - Bellagio per la dorsale del Triangolo Lariano

Como - Bellagio through the Lario triangle ridge

Luogo di partenza: Como - Brunate
Luogo di arrivo: Bellagio
Lunghezza: km 38
Dislivello: m 1.470
Tempo di percorrenza: 5 ore e 30 circa
Quota max raggiunta: m 1.481
Grado di difficoltà: impegnativo

Starting point: *Como - Brunate*
Ending point: *Bellagio*
Length: *km 38*
Slope: *m 1.470*
Travel time: *5 hours and an half*
Highest altitude: *m 1.481*
Difficulty level: *hard*



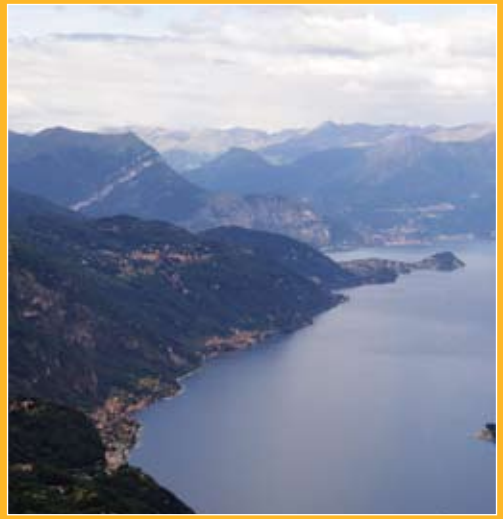
N Como - Bellagio per la dorsale del Triangolo Lariano

Como - Bellagio through the Lario triangle ridge

L'itinerario si sviluppa lungo tutta la dorsale che divide i due rami del Lario, attraversa boschi di faggi e prati, regalando viste mozzafiato sulle province di Lecco e Como, terminando con una divertente discesa fino a Bellagio, meta turistica di livello internazionale.

Punto di partenza di questo percorso è la stazione d'arrivo della funicolare (m 692) che da Como giunge a Brunate. La strada asfaltata comincia in salita, oltrepassa il faro voltiano e oltre il parcheggio, nei pressi della capanna C.A.O. (m 958), diventa sterrata. Ora le pendenze si fanno meno ripide, esclusi alcuni brevi tratti cementati e si procede seguendo le indicazioni per il Monte Boletto. Si attraversano in successione la baita Bondella (m 1.070) e quella Fabrizio (m 1.150), per arrivare ad una rampa molto impegnativa. Questo primo tratto sterrato corre sul versante sud del Pizzo Tre Termini, offrendo una vista fino oltre Milano; superata la capanna S. Pietro (m 1.129) il sentiero si sposta sul versante nord del Monte Boletto, con una vista che si apre sul Lario e sulle Alpi Ticinesi. Si tratta di uno stretto single-trek bello e divertente, molto frequentato anche da escursionisti a piedi, ai quali bisogna prestare attenzione. Al termine di questo sentiero, denominato dei Faggi, si arriva a pochi metri dalla Bocchetta di Lemna (m 1.169), sul versante opposto a quest'ultima, a soli cinque minuti di distanza, si trova il Rifugio Capanna Mara (m 1.134). Dalla Bocchetta si prosegue verso il Monte Palanzone, affrontando alcune rampe abbastanza impegnative, per raggiungere il Rifugio Riella (m 1.274) e - continuando in leggera salita - la località Braga di Cavallo (m 1.340). Da qui la strada, in ripida discesa, conduce fino alla capanna Stoppani, nei pressi della Colma di Sormano (m 1.124). Appena sotto questo ristoro, il sentiero prosegue, alternando momenti di salita a momenti di discesa, in direzione Monte San Primo, fino a raggiungere la località Colma del Bosco (m 1.235) dove la sterrata si fa ripida per raggiungere, dopo una serie di tornanti, l'Alpe di Terra Biotta (m 1.481): bellissimo il panorama che include tutta la dorsale fino a Bellagio e il ramo settentrionale del Lario. Continuare sulla sterrata per il sentiero

n° 1 e, una volta valicato quest'ultimo, lasciare il tracciato per il Monte San Primo sulla sinistra, per percorre la dorsale che scende dal Monte Ponciv in direzione San Primo. Superato il parcheggio degli impianti sciistici di San Primo (m 1.150), si raggiunge la strada asfaltata da percorrere fino al primo tornante, quando deviamo sulla sinistra, imboccando la sterrata per il Rifugio Martina. Superare la colonia Bonomelli (m 1.102) fino a raggiungere una stanga che occlude il passaggio: qui si prende sulla destra il sentiero numero uno (poco visibile). Tenendo la traccia di sentiero alla propria sinistra, una volta oltrepassata la casa, si incontra un tratto di single-trek molto divertente. Usciti dal bosco, si scende su strada asfaltata fino a raggiungere una cascina (cartelli segnavia) dove si torna allo sterrato. Svoltando a sinistra affrontiamo un tratto inizialmente pianeggiante che però, addentrandosi nel bosco, riprende a scendere. Dopo aver percorso pochi metri su asfalto, si svolta nuovamente a sinistra, per immettersi in un toboga stretto e pieno di gradini che obbliga a moderare la velocità per evitare pericolosi ribaltamenti. Si raggiunge, sempre in discesa su strada asfaltata, la SS 583 che in pochi minuti porta al centro di Bellagio (m 200).



This trail runs along the ridge dividing the two branches of the Lario, cutting through beechwood forests and fields, gifting travellers with breathtaking views of the provinces of Lecco and Como. It ends with an enjoyable downhill ride down to Bellagio, a world renowned tourist destination.

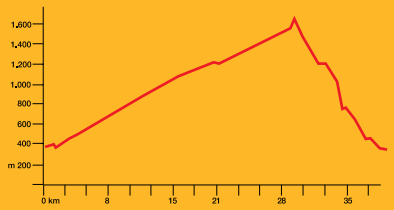
Your starting point on this route is the cable railway station (660 m) connecting Como to Brunate. The paved road begins with an uphill climb, passes the voltaic lighthouse and, after the parking lot – near the C.A.O. cabin (958 m) becomes unpaved. At this point the steepness of the slopes diminish, with the exception of a few cement-paved parts. Keep riding following the directions for Monte Boletto. After passing the Bondella Alpine refuge (1,070 m) and the Fabrizio refuge (1,150 m) you will come to a very steep ramp. This first part of the road is unpaved and will take you down the south side of the Pizzo Tre Termini, offering you a glimpse of beautiful views stretching beyond Milan. On passing the San Pietro cabin (1,129 m) the path moves onto the north side of the Monte Boletto, giving you a view of the Lario and the Tincino Alps. The single-trek here is narrow, but beautiful and highly enjoyable, which is why it is also very popular with trekkers, so please take care. At the end of this path – known as the Faggi path – you will find the Bocchetta di Lemna (1,169 m). Five minutes away on the opposite side you will also find the Capanna Mara Alpine refuge (1,134 m). From Bocchetta keep riding towards Monte Palanzone, where, after a series of rather steep uphill climbs you will reach the Riella Alpine refuge (1,124 m) and – if you carry on climbing a bit longer – Braga di Cavallo (

1,340 m). Here the trail begins sloping steeply downhill and will take you to the Stoppani cabin near the Colma di Sormano (1,124 m). After passing this, the trail continues - alternating uphill and downhill climbs – in the direction of Monte San Primo, and up to Colma del Bosco (1,235 m) where the unpaved road becomes very steep. After a series of sharp hairpin bends you will reach Terra Biotta (1,418 m). The breathtaking view from this point spans the entire ridge until Bellagio and the southern branch of the Lario. Continue riding along unpaved road until you reach path no. 1. Once there, leave the path, turning left in the direction of Monte San Primo and cycle down the ridge from Monte Ponciv to Monte San Primo. You will find a paved road after passing the parking lot for the San Primo ski resorts (1,150 m). Follow this road until its first hairpin bend, then turn left onto the unpaved road leading to the Martina Alpine refuge. On passing the Bonomelli (1,102 m) farm, keep riding until you reach the barrier blocking your passage. Turn right at this point onto trail number one (not very visible). Follow the trail on your left. Once past the house, you will encounter a highly enjoyable single-trek. Once you have left the woods, take the paved downhill road leading the farmhouse (signposted). The trail will once again become unpaved at this point. Turn left onto an initially straight road, which on entering the woods, will once again slope downhill. After a few metres, turn left again onto a narrow ramp full of stairs which will force you to slowdown in order not to turn over. Continuing downhill you will reach a paved road, the SS 583. In only a few minutes this will take you back to Bellagio city centre (200 m).

0 Canzo - Monte San Primo

Luogo di partenza: Canzo
Lunghezza: km 44
Dislivello: m 1.384
Tempo di percorrenza: 4 ore e 30 minuti
Quota max raggiunta: m 1.733
Grado di difficoltà: impegnativo

Starting point: *Canzo*
Length: *km 44*
Slope: *m 1.384*
Travel time: *4 hours and half*
Highest altitude: *m 1.733*
Difficulty level: *hard*



0 Canzo - Monte San Primo

Assolutamente comparabile per bellezza ad altre località più famose del Lario, il percorso raggiunge la cima del Monte San Primo, il più alto del Triangolo Lariano, e permette di dominare tutto il Lario e le Grigne verso Est. E' di grande soddisfazione ciclistica.

L'itinerario parte dal comune di Canzo (m 390) percorrendo su asfalto la SP 41, attraversa il comune di Asso (m 420) in direzione Bellagio. Dopo circa 2 km si svolta a sinistra sulla SP 44, in direzione Rezzago. Si prosegue in salita e, dopo poche centinaia di metri, si devìa a destra per Sormano (m 750). Superato il paese si prosegue in direzione Pian del Tivano, fino a raggiungere - sempre su asfalto - la Colma di Sormano. Qui inizia la parte sterrata del nostro percorso, che ci porterà alla vetta del San Primo. Il sentiero sale all'ombra delle piante, fino a raggiungere la località Colma del Piano (m 1.124) dove si trova il Rifugio Stoppani. Si imbocca una sterrata che risale verso la Colma dei Cippi (m 1.185) e la Colma del Bosco (m 1.235) seguendo il tracciato panoramico in leggera salita. Segue poi un tratto in leggera discesa che permette di recuperare le forze prima di ricominciare a salire. Una serie di tornanti in mezzo ai prati permette di guadagnare quota e raggiungere l'Alpe di Terra Biotta (m 1.481): da qui si gode una vista mozzafiato sul promontorio di Bellagio. Il sentiero prosegue tagliando in diagonale il versante sud-ovest del Monte San Primo. Questo tratto è caratterizzato da una larga strada sterrata, senza grossi ostacoli naturali, dato il recente ripristino. Infine si raggiunge la vetta del Monte San Primo (m 1.733), meta del nostro itinerario, rimanendo sempre in sella. La discesa coincide con il percorso di salita fino alla Colma di Sormano (m 1.124), a

questo punto proponiamo di cambiare itinerario prendendo la vecchia strada conosciuta come “Muro di Sormano”, al di là della SP 44. Alla fine di questo tratto, molto ripido e di recente asfaltatura, si attraversa prima un ponte e subito dopo si svolta a destra (area pic-nic). Oltrepassato il cancello di delimitazione, si svolta a destra in direzione Caglio (m 800). In prossimità del centro del paese, appena prima dell’Albergo Santa Valeria, svoltare a sinistra, imboccando una stradina in discesa. Superati alcuni gradini si passa sotto a un portico per prosegue diritto fino ad arrivare in una piazza. Il percorso sottopassa un altro portico al termine del quale si deve svoltare a sinistra. Seguire il vicolo in discesa per raggiungere in poco tempo, mantenendo questa direzione, la strada che collega Caglio a Rezzago. Circa 200 m dopo aver oltrepassato il cimitero (m 677), giunti nei pressi di una fontana sul lato destro della strada, imboccare il viottolo sulla sinistra che scende e, subito dopo aver attraversato la strada, seguire nuovamente il sentiero sulla sinistra. Questo tratto di percorso, indicato come “Sentiero dei mulini”, porta alla strada statale dove si aprono due possibilità: la prima consiste nel percorrere a ritroso la SP 41 fino al parcheggio auto di partenza, la seconda alternativa, dopo qualche decina di metri sulla SP 41, devia sulla strada a destra che conduce fino al centro di Asso. Da qui si seguono le indicazioni per la stazione e infine per Canzo.

Incomparable in terms of beauty to other, more famous, locations in the Lario, the route takes travellers to the top of the Monte San Primo, the highest mountain in the Lario Triangle, which dominates all of the Lario and Grigne towards the east. This is a highly enjoyable ride for bikers.

The trail beings in the municipality of Canzo (390 m), where, taking the paved SP 42 , it crosses the Municipality of Asso (420 m) in the direction of Bellagio. After approximately 2 km, turn left onto the SP 44 towards Rezzago. After a few hundred metres, turn right towards Sormano (750 m). Once past the village, keep cycling in the direction of Pian del Tivano until you reach - still travelling on the paved road - Colma di Sormano. This is where the unpaved part of our trail – which will take you to the summit of San Primo – begins. The path, surrounded by vegetation, continues uphill until Colma del Piano (1,124 m). Here you will find the Stoppani Alpine refuge. Take the unpaved road towards Colma dei Cippi (1,185 m) and Colma del Bosco (1,235 m), following the slightly uphill-sloping panoramic track. A short ride downhill - which will allow you to catch your breath before another uphill climb - follows. A series of sharp turns among the fields will take you uphill towards the Alpe di Terra Biotta (1,481 m) where you will be able to enjoy a spectacular view of the Bellagio promontory. Follow the path cutting diagonally across the south-western side of the Monte San Primo. This part of the trail is marked by a wide unpaved road, which, due to recent works, is also free of large natural obstacles. The path takes you to the summit of Monte San Primo (1,733 m),

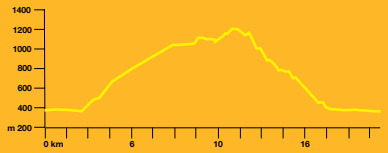
our final destination on our itinerary. All this without ever getting off your bike. The climb down is identical to the one uphill until Colma di Sormano (1,124 m). At this point we suggest a trail change. Take the old road known as "Muro di Sormano" behind the SP 44. At the end of this road - which is very steep and has only recently been paved - you will first cross a bridge; then turn right (picnic area). Once past the gate, turn right towards Caglio (800 m). Turn left down a downwards sloping street near the centre of the village and then right before the Santa Valeria Hotel. After a few seconds, and after passing under a portico, you will reach a piazza. The route will take you underneath a second portico, after which you will turn left again. Follow the alleyway downhill until you reach the road connecting Caglio to Rezzago. Keep cycling in the same direction and, after approximately 200 m - after passing the cemetery (677 m) and near the fountain on the right-hand side of the road - turn onto the alleyway on your left. This will take you downhill. After crossing the road, continue travelling downhill by taking the path on the left. This part of the route, known as the "Sentiero dei mulini" (Path of the Mills), will take you to the state road where you will be faced with two choices. You can either ride down the SP 41 back to the parking lot where you started off from or, after riding down the SP 41 for a few metres, you can turn right onto the road which will take you to the centre of Asso. From here follow the directions to the station and then to Canzo.

P Lago del Segrino

Cornizzolo - Lago del Segrino

Luogo di partenza: Lago del Segrino
Lunghezza: km 20
Dislivello: m 770
Tempo di percorrenza: 2,5 / 3 ore
Quota max raggiunta: m 1.190
Grado di difficoltà: medio

Starting point: *Lake Segrino*
Length: *Km 20*
Slope: *m 770*
Travel time: *2 ½ / 3 hours*
Highest altitude: *m 1.190*
Difficulty level: *medium*



P Lago del Segrino - Cornizzolo - Lago del Segrino

Percorso panoramico sulla Brianza e il Triangolo Lariano che assicura una discesa lunga e di soddisfazione, in grado di ripagare dell'impegno richiesto dalla salita.

L'itinerario prende il via dal Lago del Segrino dove si trovano ampie zone di parcheggio. La prima parte del tragitto costeggia il Lago del Segrino: il percorso è su strada asfaltata e consentente un buon riscaldamento.
Raggiunto l'abitato di Longone al Segrino, prendere la strada che conduce al Monte Cornizzolo (seguire la segnaletica), iniziando la lunga e ripida salita (poco meno di otto chilometri di sviluppo) che porta fino alle pendici del Monte Cornizzolo al Rifugio Sec (Società Escursionisti Civatesi) "Marisa Consiglieri" (m 1.092), completamente su asfalto e chiusa parzialmente al transito automobilistico. Il tragitto e il punto di arrivo offrono la visione panoramica dei laghi di Annone, di Pusiano e di Alserio, nonché dei numerosi parapendii che sfruttano il Monte Cornizzolo come punto di lancio e che nelle belle giornate punteggiano il cielo.
Proseguire ora sull'unica strada sterrata presente, prima in piano e poi in leggera salita, che porta e termina sotto il ripetitore del Monte RAI. Non seguire altre indicazioni. Da qui si prosegue per un breve tratto in piano su sentiero in direzione "La colma", facilmente percorribile, fino al Sasso Malascarpa; ora abbandonare la traccia in piano e scendere di pochi metri sulla propria sinistra (bici a mano)

e proseguire il tratto scarsamente ciclabile del percorso, per un chilometro circa. La frastagliata cresta offre una spettacolare vista sia verso il Monte Barro che verso il Monte San Primo. Poco prima di raggiungere “La colma” il percorso permette di rimettersi in sella, seppur in discesa, in un bellissimo bosco di latifoglie.
Da “La colma” prendere a sinistra in Val Ravella, in direzione Terz‘Alpe Grasso su sentiero, sempre in discesa, completamente ciclabile anche se in alcuni tratti impegnativo.
Da Terz‘Alpe Grasso (m 790) – dove è possibile ristorarsi – seguire l’ampia mulattiera che scende fino alle Fonti di Gajum attraversando Second’Alpe e Prim’Alpe, su un tracciato divertente e veloce (prestare attenzione agli escursionisti).
Da Gajum (m 465) il percorso torna su strada asfaltata e porta, girando sulla destra, al centro di Canzo per finire sulla Strada provinciale 41; dopo aver lasciato l’abitato di Canzo, percorrere la Sp 41 fino al Lago del Segrino e di lì al parcheggio.
Varianti: è possibile percorrere la mulattiera da Gajum a Terz‘Alpe. Come, da sopra il nucleo di Terz‘Alpe, è possibile seguire un tracciato che porta a Visino, vicino a Valbrona.
Note: il Sasso Malascarpa fa parte dell’omonima Riserva naturale. Si caratterizza per le sue formazioni rocciose costituite da rocce sedimentarie di natura carbonatica, formatesi in epoca Mesozoico (movimenti di orogenesi che hanno portato alla formazione delle Alpi); contengono numerosi organismi marini fossili.

A panoramic itinerary of Brianza and the Lariano Triangle with a long, satisfying downhill section providing full payback for all of the effort made during the uphill climb.

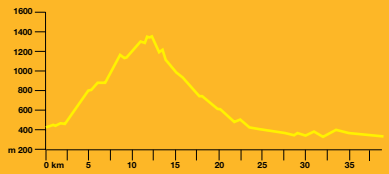
The itinerary starts in Lake Segrino, where you will find an abundance of parking areas. The first part of our route follows the bank of Lake Segrino on a paved road and gives you the chance to warm up properly.
Once you reach the hamlet of Longone al Segrino, take the road to Monte Cornizzolo (follow the signs). Here, you will find the beginning of a long, steep climb (a little less than eight kilometres in length) on a completely paved road that is partly closed to motor traffic. It will take you to the SEC (Società Escursionisti Civatesi) “Marisa Consiglieri” (1,092 m) Alpine refuge at the foot of Monte Cornizzolo. Both the itinerary and its end point offer travellers panoramic views of Lake Annone, Lake Pusiano and Lake Alserio, and feature several paragliding launch points on Monte Cornizzolo. These foot-launched aircrafts pepper the skies on clear days.
Keep cycling along the only dirt road here, which is first level and then becomes slightly uphill, and ends under the Monte RAI relay antenna. Do not follow any other signs. From here, a short, level and easy to travel path towards “La colma” will take you to Sasso Malascarpa. At this point, leave the level trail and make your way downhill for a few meters on your left (carrying your bike). Continue on travelling down this tricky route for approximately one kilometre. The jagged crest offers breathtaking views, both towards Monte Barro and towards Monte San Primo. You will be able to get back on your bike as the trail –

even if downhill – makes its way into a striking broad-leaved forest, right before reaching "La colma".
From "la colma", turn left in Val Ravella in the direction of Terz'Alpe Grasso. The path - always downhill - can be cycled in its entirety, even if it can become challenging at times.
At Terz'Alpe Grasso (790 m), you will find a rest area. From here, follow the wide mule track down to Fonti di Gajum, as you travel across Second'Alpe and Prim'Alpe on a speedy, exhilarating path (watch out for hikers).
Once you reach Gajum (465 m), the itinerary continues on a paved road. Turn right once you reach the town centre of Canzo to take Provincial Road 41. After leaving Canzo, cycle down Provincial Road 41 to Lake Segrino and make your way back to the parking lot from there.
***Alternative routes:** Alternatively, you can also take the mule track from Gajum to Terz'Alpe. Furthermore, the trail to Visino, near Valbrona, can also be travelled from above Terz'Alpe.*
***Notes:** Sasso Malascarpa is part of the eponymous Nature Reserve. It is famed for its carbonic sedimentary rock formations, shaped during the Mesozoic era (orogenesis movements that led to the formation of the Alps) and contain numerous marine fossils.*

Q Albavilla - Palanzone

Luogo di partenza: Albavilla
Lunghezza: km 34,5
Dislivello: m 1227
Tempo di percorrenza: 3 / 3 ½ ore
Quota max raggiunta: m 1.345
Grado di difficoltà: medio

Starting point: *Albavilla*
Length: *Km 34,5*
Slope: *m 1227*
Travel time: *3 / 3 ½ hours*
Highest altitude: *m 1.345*
Difficulty level: *medium*



Q Albavilla - Palanzone

La salita al Monte Pallanzone completa la conoscenza del territorio del Triangolo Lariano, abbianata ai percorsi M, N e P della guida, a Sud al cospetto della Brianza e dei suoi laghi.

L'itinerario parte dal paese di Albavilla. Lasciata l'auto in uno dei parcheggi liberi del Comune, dirigersi verso la chiesa e, successivamente, seguire le indicazioni per la località "Buco del Piombo"e trattoria "Alpina". Questo primo tratto si svolge in paese e quindi su strada asfaltata, non appena giungiamo ai margini dell'abitato incontriamo una deviazione sulla sinistra e la strada inizia a salire in modo deciso per via Patrizi, poi via Galbanese. Raggiunta la trattoria "Alpina", la strada diviene sterrata e le pendenze diminuiscono, rendendo la pedalata un po' più facile (addentrandosi in zona boscosa che ripara dal sole). Raggiunta una casa pericolante si svolta a destra e in pochi metri si torna sull'asfalto nei pressi della località Alpe del Viceré; la strada spiana e si recuperano un po' le forze, prima di raggiungere la trattoria "Cacciatori" (c'è una fontanella dove potersi dissetare). L'asfalto lascia di nuovo il posto allo sterrato: questo tratto di salita è caratterizzato da una serie di strappi dal fondo cementato che portano a raggiungere il rifugio Capanna Mara (1.120 m) situato nei pressi della bocchetta di Lemna (1.167 m). Da questo punto panoramico nelle giornate più limpide è possibile tranquillamente vedere Milano e tutto il suo hinterland. Il percorso ora cambia versante portandosi a nord, dove si svolta a destra per una corta discesa dal fondo un po' smosso che richiede attenzione. A breve arriviamo al cambio di pendenza con incroci per altri itinerari, che seguiamo per il rifugio Riella. Anche questo tratto di salita è caratterizzato da strappi secchi con fondo cementato che in un attimo portano a raggiungere il rifugio Riella (1.285 m), nuovo punto di possibile ristoro posto sotto il Monte Palanzone (1.436 m). Dallo spiazzo antistante il rifugio c'è un'ottima vista sul ramo del lago di Como e sulle montagne che dividono l'Italia dalla Svizzera.

Proseguendo sempre verso nord, percorrere ancora un tratto in salita alternato a brevi discesa fino alla Braga di Cavallo, punto più alto dell'intero percorso (1.354 m), prima di prepararsi alla discesa. Il primo tratto di discesa è molto ripido e dal fondo cementato. Raggiunto un breve tratto pianeggiante, si abbandona

la traccia cementata (abbiamo percorso 600 m circa) per imboccarne una sterrata sulla destra che scende ripida in mezzo ai prati (questa variante è sconsigliata dopo delle piogge). Si incrocia nuovamente la strada che avevamo abbandonato in precedenza (che porta al rifugio Stoppani), qui prendiamo la destra per un evidente sentiero. Sorpassare ora un cancello e seguire la bella traccia principale per tornanti, fino all'arrivo sull'asfalto e alle prime case di Caglio (803 m). Prendere per via Cooney e, dopo aver superato il cimitero, svoltare a sinistra e procedere per qualche centinaio di metri; imboccare ora una strada sulla destra con divieto di accesso per poche diecine di metri, raggiungere la chiesa ed entrare nel borgo medioevale. Si prosegue in discesa e dopo pochi metri si incontrano le indicazioni della scorciatoia per Rezzago (676 m) nell'omonima via. Superare due tornanti (cimitero sulla destra del secondo) e proseguire fino ad entrare nel paese. Qui seguire la via principale per due tornanti fino ad una piazzetta; svoltare quindi a sinistra su via per Asso. Riattraversare la strada principale e imboccare via per Gaggiate, dove si prende un sentiero dopo pochi metri sulla propria sinistra. Il tratto che segue ha il fondo molto smosso e richiede una certa attenzione; si arriva nei pressi di un ponte, lo si attraversa e, successivamente, ci si immette sulla strada provinciale. Ancora pochi metri e si svolta a destra in località Canova, proseguendo per poi riportarsi sulla strada provinciale. In breve si arriva ad Asso (427 m). Dopo aver superato la stazione delle Ferrovie Nord, svoltare a destra alla prima rotonda e proseguire in direzione di Caslino; costeggiare la ferrovia e, dopo aver superato la stazione di Ponte Lambro, la strada ricomincia a salire fino ad Albavilla punto di arrivo del percorso.

When combined with routes M, N and P in the guide, the climb to Monte Palanzone completes our exploration of the Lariano Triangle to the south, right next to Brianza and its lakes.

The itinerary begins in the town of Albavilla. Leave your car in one of the town's free car parks and start making your way towards the church. From here, follow the signs to "Buco del Piombo" and the "trattoria Alpina" restaurant. This first leg of the itinerary takes place inside the town, and therefore on paved roads. As soon as you reach the outskirts of the town, you will see a detour on your left and the road will to slope noticeably up via Patrizi, then via Galbanese.
Once you reach the "trattoria Alpina" restaurant, the road will turn into a dirt road and become less steep, making it easier to cycle (as it leads you into a shady, wooded area). Turn right once you reach the abandoned house. You will find yourself back on a paved road just a few meters afterwards, near Alpe del Viceré. At this point, the road will become level, giving you the chance to catch your breath before reaching the "trattoria Cacciatori" restaurant (with a water fountain where you can take a drink). Here, the road will once again become a dirt road. This part of the uphill climb features a series of steep sections with a paved roadbed that will take you to the Capanna Mara Alpine refuge (1,120 m), near Bocchetta di Lemna (1,167 m). On a clear day, you can see all of Milan and its hinterland from this spot.
At this point, the itinerary changes inclines and shifts north. Here, turn right to take a short downhill ride on a slightly loosely packed

roadbed requiring a bit of concentration. The trail will soon change gradient again, and will come across crossings for other itineraries. Follow it until the Riella Alpine refuge. This uphill section also features a series of climbs on a paved roadbed that will take you to the Riella Alpine refuge (1,285 m), a new restaurant right under Monte Palanzone (1,436 m), in just a few minutes. From here, visitors can enjoy striking views of the branch of Lake Como and the mountains that separate Italy and Switzerland.

Keep going north on another uphill section – with short downhill parts - until you reach Braga di Cavallo. This is the highest point of the itinerary (1,354 m) before you start your descent. The first downhill leg is very steep and has a paved roadbed. Once you reach the level section, leave the paved road (after travelling approximately 600 m) and take the steep dirt road on your right that will take you across the meadows (this alternative is not recommended after it has rained). At this point, you will reach a crossing with the road you had left behind before (to the Stoppani Alpine refuge). Turn right onto the clearly marked path. Now, go past the gate and follow the charming main trail as it winds along its hairpin bends until you reach the paved section and the first homes on the outskirts of Caglio (803 m). Take via Cooney and turn left after the cemetery. Turn left and keep going for a few hundred meters. Now, turn onto the road on your right with the "do not enter" sign for a few meters to reach the church and cycle into the medieval hamlet. Keep going downhill. After a few meters, you will see the signs for a shortcut to Rezzago (676 m) on the eponymous road. After two hairpin bends (the cemetery is on the right of the second one), keep cycling until you enter the town. Now, follow the main road. Two hairpin bends will take you to a small piazza. Here, turn left on the road to Asso. Cross the main road again and take the road to Gaggiate. A few meters further on, take the path on your left. The next leg of the itinerary takes place on a very loose roadbed that requires some concentration. It will take you to a bridge. Cross the bridge and take the provincial road. A few meters further on, turn right in Canova and keep going until you are back on the provincial road. You will soon reach Asso (427 m). After the Ferrovie Nord station, turn right at the first roundabout and keep going towards Caslino, following the rail tracks. The road will start climbing back towards Albavilla after the station of Ponte Lambro and will take you back to your starting point.

R Tour del Parco Pineta

Luogo di partenza: Parcheggio della sede del Parco Pineta a Castelnuovo Bozzente
Lunghezza: km 21
Dislivello: m 200
Tempo di percorrenza: 2 ore
Quota max raggiunta: m 410
Grado di difficoltà: facile

Starting point: *Parking lot of the Parco Pineta offices in Castelnuovo Bozzente*
Length: *Km 21*
Slope: *m 200*
Travel time: *2 hours*
Highest altitude: *m 410*
Difficulty level: *easy*

R Tour del Parco Pineta

Percorso semplice, su sterrato di ottima qualità, adatto alla famiglia, con la possibilità di osservare da vicino numerosi allevamenti di cavalli e di modificare la lunghezza del tracciato secondo le proprie esigenze.

L'itinerario prende il via dal parcheggio della sede del parco Pineta a Castelnuovo Bozzente. Uscendo dal parcheggio prende a sinistra via San Martino, per poi svoltare a destra su via Cimitero. Superato il cimitero inizia lo sterrato e, quindi, il percorso vero e proprio.
Seguire la strada sterrata completamente all'interno dei boschi prestando attenzione ai segnavia di colore bianco pennellati sulle radici e sui sassi del percorso; dopo poco più di 1 km prendere a destra dove la sterrata si restringe diventando sentiero, ma senza mai presentare difficoltà. Si passa sotto un palo dell'alta tensione svoltando a sinistra e, dopo aver percorso un altro chilometro, il tracciato incrocia la SP 27 che conduce ad Appiano Gentile: prestare attenzione all'attraversamento e riprendere la sterrata proprio di fronte, sempre contrassegnata da pennellate bianche.
Lungo la sterrata che procede pianeggiante si arriva alla Cascina San Bartolomeo, con una vecchia chiesa e allevamenti di cavalli. Da qui seguire il contrassegno rosso bianco TR1: il tracciato svolta a sinistra poco prima della cascina e prosegue a destra su sterrato di facile percorrenza, sempre ben ombreggiato.
Successivamente entrare nel bosco su sen-

tiero, sempre seguendo TR1, prendere la leggera discesa e proseguire dritti sino ad attraversare un piccolo ponte artificiale in cemento armato. Procedere dritti fino a Cascina Villafranca, indi continuare seguendo le indicazioni TR1 sempre sulla via per Villafranca.
Poco prima di giungere a Tradate, sulla sinistra, seguire l'indicazione TR1 - che evita il pezzo asfaltato – per via Cascina Scorpione. Il percorso termina la parte sterrata con una leggera salita entrando così in Tradate.
Da qui girare a sinistra, prendere via Sally Mayer e proseguire finché si trovano le indicazioni per l'osservatorio astronomico Ronco del Parco; giunti in via Ai Ronchi in breve si abbandona l'asfalto per lo sterrato. Seguire ora il segnavia TR3 che porta prima all'osservatorio e poi, con saliscendi divertenti e scorrevoli all'interno del bosco, riporta a chiudere l'anello vicino a Cascina Villafranca.
Da qui riprendere il tracciato TR1 da percorrere in senso contrario sino al punto di partenza.
Note: il tracciato si svolge interamente all'interno del Parco Pineta di Appiano Gentile. I boschi del Parco coprono una superficie di 4800 ettari e sono una importante traccia verde della antica selva padana. Costituiscono una importante area naturale poco urbanizzata.
Varianti: una volta presa confidenza con il percorso proposto all'interno del Parco, si possono allungare i tracciati come modificare i punti di partenza in base alle proprie esigenze. Anche percorrerli a piedi o a cavallo è una valida proposta per una giornata immersi nella natura.

This easy itinerary unfurls along a dirt road of excellent quality. It can be enjoyed by the whole family and gives everyone the chance to catch a glimpse of a number of horse breeding farms. The length of the itinerary can also be changed to suit individual needs.

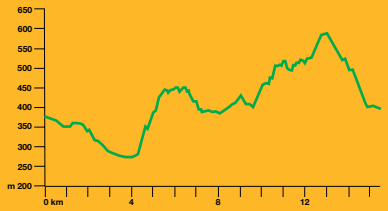
The itinerary begins in the parking lot of the Parco Pineta office in Castelnuovo Bozzente. On leaving the parking lot, turn left onto via San Martino, then turn right on via Cimitero. The dirt road, and therefore the actual itinerary, begins right after the cemetery.
Follow the dirt road into the forest, keeping an eye out for the white marks painted onto roots and stones along the path. Turn right after slightly more than 1 km at the point where the dirt road narrows to become a path, without however becoming particularly difficult to cycle. Ride under the high voltage pylon and turn left. After a further kilometre, the path will meet Provincial Road 27 to Appiano Gentile. Take care when crossing the road and continue travelling on the dirt road right in front of you, marked out with white paint.
The dirt road will continue on level ground until it reaches Cascina San Bartolomeo, with its ancient church and horse breeding farms. From here, follow the red and white TR1 sign. The trail will turn left right after the first farmhouse. Keep going on the right along the effortless, and always shady, dirt road.
At this point, enter the woods and keep on the path. Continue following the T3 on a slight downhill descent. Keep going straight down until you reach a small artificial, reinforced concrete bridge. Keep going until Cascina Villafranca, then continue following the TR1 signs on the road to Villafranca.

Follow the TR1 signs on the left to via Cascina Scorpione, right before reaching Tradate in order to avoid travelling on the paved section. The leg of the itinerary on the dirt road ends with a slight uphill climb to reach Tradate.
From here, turn left, take via Sally Mayer and carry on until you find the signs for the Ronco del Parco observatory. Shortly after reaching via Ai Ronchi, the itinerary once again leaves the paved road for a dirt road. Follow the TR3 signs to the observatory. A series of thrilling, fluid ups and downs inside the woods will bring the itinerary to an end near Cascina Villafranca.
From here, follow the TR1 trail in the opposite direction to reach your starting point.
Notes: *The entire itinerary takes place inside the Parco Pineta of Appiano Gentile. The woods inside the Park cover a surface of 4800 hectares and are an important green reminder of the ancient forests that were once found in the Po Valley. They are also part of a significant nature area which has seen little urbanisation.*
Alternative routes: *Alternatively, once you feel confident with the itinerary inside the Park, you can either expand it or change your starting point to suit your own needs. Another enjoyable alternative is to travel the route on foot or horseback and savour a day out in the great outdoors.*

S Tour Spina Verde

Luogo di partenza: San Fermo
Lunghezza: km 19,6
Dislivello: m 694
Tempo di percorrenza: 2 1/2 / 3 ore
Quota max raggiunta: m 620
Grado di difficoltà: facile

Starting point: *San Fermo*
Length: *Km 19,6*
Slope: *m 694*
Travel time: *2 1/2 / 3 hours*
Highest altitude: *m 620*
Difficulty level: *easy*



S Tour Spina Verde

Facile itinerario alle porte di Como che permette sia di allenarsi per percorsi più impegnativi, che conoscere il Parco e “scoprire” la linea Cadorna.

L’itinerario proposto parte dal paese di San Fermo nei pressi della farmacia, prendendo la direzione Como.
Raggiunto il primo semaforo si svolta a sinistra in via Bregno, superando uno strappo di pochi metri al cui termine va tenuta la destra. La strada ora prosegue in leggera discesa (ignorare le indicazioni per la baita alpina) per strada stretta fino ad una curva dove si svolta a sinistra, in via Ronchetto,e poi ancora a sinistra. Seguire via Monte Caprino fino al suo termine e, al semaforo, svoltare nuovamente a sinistra proseguendo fino ad arrivare in piazza Camerlata.
Ora ci portiamo sul lato sinistro della piazza e imbocchiamo via Respaù, stradina acciottolata, che a breve sale ripida in direzione del “Baradello” entrando nel bosco. Al termine dell’acciottolato proseguire dritto in salita, dove la presenza di alcune rocce e dei gradini obbliga a scendere dalla sella per alcuni brevi tratti. Al termine della salita seguire le indicazioni per San Fermo; un bel single trek in discesa porta velocemente alle porte del paese.
Si ripercorrono in direzione opposta le vie del paese precedentemente percorse seguendo le indicazioni per Monte Olimpino. Prima di arrivare al cartello del comune di Como, in via Rimembranza si svolta a sinistra e poi subito a destra in via Cardano; il tratto che segue alterna alcuni tratti in salita con brevi discese. Raggiunti alcuni cartelli segnavia del CAI, svoltare a sinistra in direzione del “sentiero delle trincee”; giunti nei pressi di Villa Eros, al termine della strada asfaltata, una sbarra impedisce l’accesso ai mezzi a motore alla carrozzabile.
Si prosegue su sentiero in direzione delle trincee, fino ad arrivare a un incrocio nei pressi di una cascina; svoltare con un tornante a sinistra in salita e raggiungere una radura dove sono presenti gallerie e trincee; ora svoltare destra e procedere in direzione della cima del Sasso di Cavallasca. Dopo un bel single trek

in discesa bisogna superare alcune rampe molto faticose al termine delle quali il sentiero attraversa una zona di vegetazione bassa e lo sguardo può vagare sulla pianura in direzione di Varese e della Svizzera. Pochi metri in piano e subito dopo si inizia una discesa divertente su fondo compatto che porta a ridosso delle case di San Fermo. Al bivio tenere la destra in via Montesasso e giungere all'incrocio con la strada precorsa in precedenza, qui svoltare a destra e in breve raggiungere il punto di partenza.

Variante: dopo il tratto in piano con vegetazione bassa nei pressi del Monte Olimpino, anziché svoltare a destra e iniziare la discesa, svoltare a sinistra e raggiungere la sommità del Sasso di Cavallasca dove una tavola d'orientamento illustra tutte le montagne che si affacciano sul lago di Como. La vista da questo "pulpito" è mozzafiato: sotto la città di Como e il lago, di fronte il faro di Brunate. Rimontati in sella è possibile tornare per lo stesso percorso oppure, dopo pochi metri sulla destra, si stacca un sentiero con indicazioni "sentiero delle trincee": la discesa per questo breve itinerario è consigliata a biker tecnicamente preparati. Raggiunto un sentiero si svolta a sinistra e si ripercorre il tratto fino all'imbocco della variante.

Note: la linea di fortificazione deve il proprio nome al generale Luigi Cadorna (1850 – 1928), capo di Stato Maggiore dell'Esercito italiano, che sostenne la sua necessità. Si tratta di 72 km di trincee, 88 postazioni di artiglierie (11 in caverna), 296 chilometri di strade e 398 chilometri di mulattiere,realizzati con la forza lavoro e il sacrificio di 40.000 uomini. Questo complesso di opere non venne mai utilizzato.

An easy itinerary right outside the gates of Como, perfect both as training for more challenging routes and as a means visit the Park and "explore" the Cadorna line.

This itinerary begins in San Fermo, near the pharmacy. From here, start cycling in the direction of Como.
After a few meter's climb where you need to keep right, at the first set of traffic lights, turn left on via Bregno. The road will become narrower and continue climbing slightly (ignore the signs for the Alpine hut) at this point. Keep going until you reach a bend and turn left, on via Ronchetto. Then, turn left again. Take via Monte Caprino until it ends. At the traffic lights, turn left again and keep going until you reach piazza Camerlata.
Now, go to the left of the piazza and take via Respaù. The cobbled road will quickly become steep and will take you to the "Baradello," as it winds through the woods. Keep climbing after the cobbled road ends. You will find a few rocks and steps at this point, which will force you to get off your bike for a bit. At the end of the climb, follow the signs to San Fermo. An enjoyable single track downhill will take you quickly to the outskirts of the town.
Now, take the same roads you took previously in the opposite direction. Make your way through town and follow the signs to Monte Olimpino. On via Rimembranza, before reaching the sign for the Municipality of Como, turn left and then right immediately afterwards onto via Cardano. The next leg of the itinerary features a few uphill climbs with brief downhill sections. Once you reach the CAI sign, turn left towards the "sentiero delle trincee" (trench path). Near Villa Eros, at the end of the paved road, you will see a barrier stopping motor vehicle access.

Keep going on the path and make your way towards the trenches. At this point, you will reach a crossing near a farmhouse. Turn the uphill hairpin bend to the left to reach the clearing with its galleries and trenches. Now, turn right and keep going towards Sasso di Cavallasca. A beautiful single track downhill will take you to a few, very demanding ramps. At the end of these, the path will travel across an area with low vegetation, where you can enjoy a view of the plain towards Varese and Switzerland. After travelling a few meters on level ground, you will come across an exhilarating downhill section on a compact roadbed that will take you to San Fermo. At the crossing, keep right on via Montesasso to reach the crossing with the road you took previously. At this point, turn right and you will soon find yourself where you started.

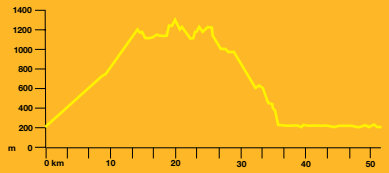
Alternative routes: *Alternatively, after the level section with low vegetation near Monte Olimpino, instead of turning right and going downhill, turn left to reach the peak of Sasso di Cavallasca. Here, you will find a map that illustrates all of the mountains that overlook Lake Como. The view from this "pulpit" is breathtaking. Below you, you will see the city of Como as well as the lake, while the lighthouse of Brunate is right in front of you. Get back on your bike and turn back on the same route. Alternatively, take the path signposted "sentiero delle trincee" (trench path) on your right after a couple of meters. Only technically skilled bikers are advised to travel on this brief downhill section of the itinerary. Once you have reached a path, turn left and follow it until you reach the spot where you changed your route.*

Notes: *These lines of fortification were named after General Luigi Cadorna (1850 – 1928), who was the Chief of Staff of the Italian Armed Forces as well as a great believer in their necessity. It contains 72 km of trenches, with 88 artillery positions (11 in caves), 296 km of roads and 398 km of mule tracks, created by the toil and sacrifice of 40,000 men. The fortifications were never used.*

T Cernobbio - Monte Bisbino

Luogo di partenza: Cernobbio
Lunghezza: km 51,5
Dislivello: m 1.580
Tempo di percorrenza: 3 ½ / 4 ore
Quota max raggiunta: m 1.345
Grado di difficoltà: medio

Starting point: *Cernobbio*
Length: *Km 51,5*
Slope: *m 1.580*
Travel time: *3 ½ / 4 hours*
Highest altitude: *m 1.345*
Difficulty level: medium



T Cernobbio - Monte Bisbino

Bell'itineraio sul confine Italo Svizzero che si sviluppa in quota e permette di conoscere valli e "vallette" ben pedalabili al cospetto del lago.

L'itinerario parte da Cernobbio. Lasciata l'auto in uno dei parcheggi liberi del Comune, dirigersi verso Rovenna: la strada su asfalto inizia con la salita, senza strappi, in modo uniforme; seguirla, sempre in salita, verso Monte di Lenno. Raggiunto l'abitato, la strada procede ora nei boschi (la calura estiva viene mitigata dall'ombra dei castagni che caratterizzano questi boschi). Il percorso continua a salire fino quasi alla vetta del monte Bisbino, raggiungendo la quota di 1.198 m. Terminata la salita (13,5 km percorsi), una breve pausa per riprendere fiato, il percorso devia a destra poco prima di uno degli ultimi tornanti, proseguendo ora lungo la Via dei Monti Lariani con una svolta a sinistra e subito a destra in discesa, su una strada sempre cementata (sono stati fatti 350 m di percorso fino a questo punto). Si torna a salire in direzione del rifugio Bugone fino a raggiungerlo (1.119 m). Il percorso ora segue l'andamento della dorsale con continui sali/scendi; a volte brevi salite, ma molto intense, mettono a dura prova i muscoli dei ciclisti. Si passa ora vicino al rifugio Murelli (1.190 m) e al rifugio Binate (1.300 m) dove una breve sosta per mangiare qualche cosa prima di proseguire è consigliata. Proseguire in discesa fino alla colma di Schignano, poi dritto in direzione del rifugio Prabello; giunti sulle pen-

dici del Sasso Gordona seguire le indicazioni per visitare i resti delle fortificazioni della Linea Cadorna, dove si raggiunge in breve il rifugio Prabello (1.201 m). Ora lasciamo temporaneamente la Via dei Monti Lariani per proseguire sul confine italo–svizzero in cresta per circa 750 m di tracciato e poi prendere a destra in direzione dell'Alpe Casasco, prima su sentiero tecnico poi su strada bianca. Raggiunta l'Alpe svoltare a destra e proseguire in discesa per poche centinaia di metri; in seguito svoltare ancora a destra in direzione di San Zeno (caratteristico promontorio con chiesa omonima) ed entrare in Bisurco. Il sentiero attraversa zone boscose e corre in discesa fino all'abitato di Ovrascio (607 m). Raggiunta la strada principale teniamo la destra in direzione Occagno dove, prima di uscire da quest'ultimo abitato lungo un rettilineo, si svolta a sinistra in prossimità di una semicurva in una stradina in ripida discesa. Passare vicino ad alcuni capannoni e proseguire su un sentiero che presto diviene una strada pedonale asfaltata la quale, in breve, porta ad Argegno, quindi sulla riva del lago.
Ora, prestando molta attenzione al traffico, percorriamo la Strada statale Regina in direzione Como fino a raggiungere il comune di Cernobbio, punto di arrivo di questa bella gita.
Varianti: è possibile allungare il tragitto dall'Alpe Casasco e proseguire lungo le dorsali per la Via dei Monti Lariani fino a San Fedele di Intelvi.
Note: tutti i rifugi incontrati lungo questo itinerario erano caserme della Guardia di Finanza, data l'estrema vicinanza con il confine svizzero; in questa zona fino a qualche anno fa era presente il fenomeno dei contrabbandieri. Per evitare di percorrere tutta la statale a lago è possibile utilizzare due autovetture e ridurre il percorso puramente stradale di ben 15 km.

A striking itinerary, high up on the Italian-Swiss border that allows cyclists to explore the valleys near the lake on their bikes.

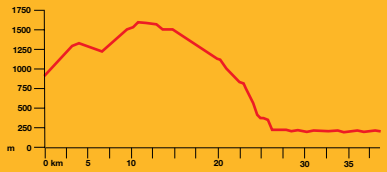
The itinerary begins in Cernobbio. Leave the car in one of the town's free car parks and start cycling towards Rovenna. The paved road will start with a uniform uphill climb without any tough sections. Follow this road and continue travelling uphill towards Monte di Lenno. On reaching the hamlet, the road will take you through the woods (the summer heat here is dampened by the shade provided by its chestnut trees, which are a typical feature of these woods).
The road will continue climbing, almost to the peak of Monte Bisbino, up to an altitude of 1,198 m. After you have finished the ascent (13.5 km travelled), take a short break to catch your breath. At this point, the path will deviate towards the right, before one of the last hairpin bends. Keep going on via Lariani, where there is a single turn, first left and then right, and cycle downhill on the paved road (you have travelled 350 m of the route at this point).
Now, start climbing again to reach the Bugone Alpine refuge (1,119 m). Your route will now follow the crest, along a series of ups and downs. A few short, but steep climbs will put all your muscles to the test at this point. As you pass near the Murelli (1,190 m) and Binate (1,300 m) Alpine refuges, we recommend taking a short break for a snack before continuing on your way.
At this point, make your way down to the Colma di Schignano. Then, keep going straight towards the Prabello Alpine refuge. Once you have reached the slopes of Sasso Gordona, follow the signs to visit the remains of the fortifications along the Cadorna Line, just a short distance

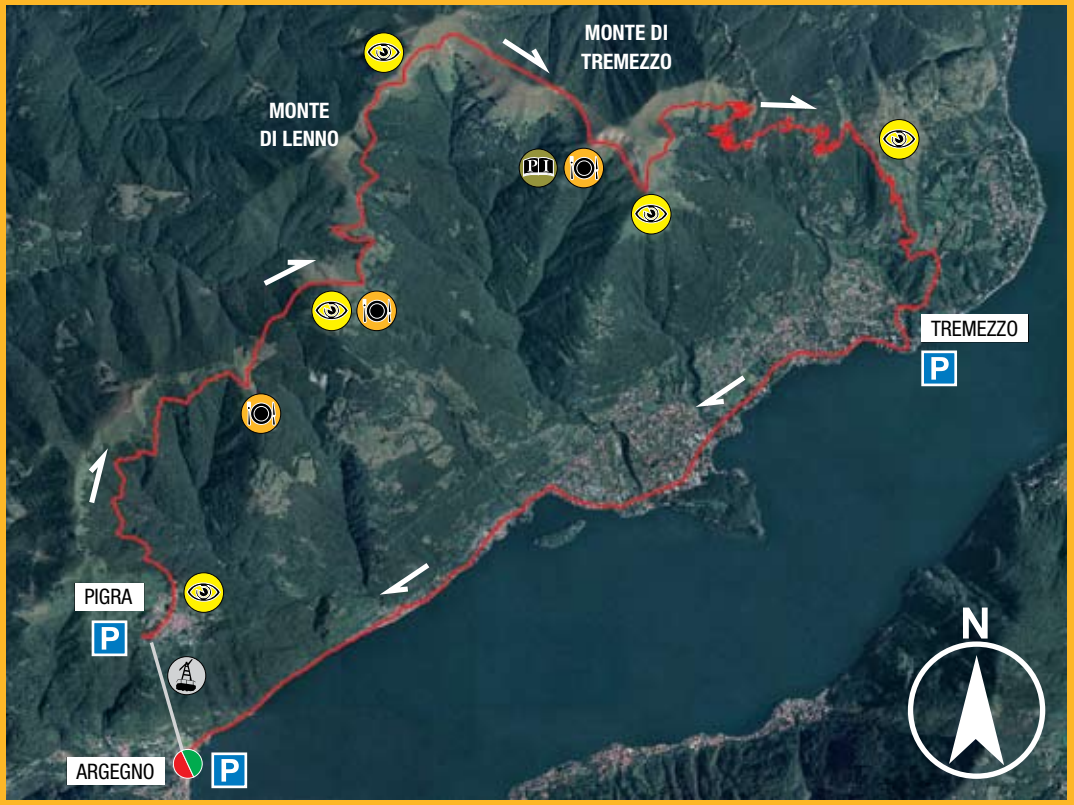
before the Prabello Alpine refuge (1,201 m).
Leave via dei Monti Lariani temporarily and continue cycling towards the Italian-Swiss border along the path on the crest for approximately 750 m. At this point, turn right towards Alpe Casasco, first on the technical path and then onto the dirt road.
Once you have reached the Alp, turn right and start making your way downhill for a couple hundred meters. Then, turn right again in the direction of San Zeno (characteristic promontory with an eponymous church) and enter Bisurco. The path travels across wooded areas and continues downhill until the hamlet of Ovrascio (607 m). Once you have reached the main road, keep right while cycling towards Occagno. Here, before leaving this last hamlet on a long section of straight road, turn left near a half-curve onto a small, steep downhill road. Cycle past a few warehouses and keep going on the path. This will soon turn into a paved, pedestrian road that will take you quickly to Argegno and then to the bank of the river.
Now, keeping a careful eye out for traffic, take the State Road Regina in the direction of Como until you reach Cernobbio, your starting point for this beautiful itinerary.
Alternative routes: *Alternatively, you can extend the route from Alpe Casasco and keep travelling along the ridges on via dei Monti Lariani until San Fedele d'Intelvi.*
Notes: *All of the Alpine refuges along this itinerary were once used as barracks and belonged to the Guardia di Finanza (Finance Police). Smugglers were still in operation in this area up until a few years ago, because of its proximity to the Swiss border. To avoid travelling down the entire state road to the lake, you can take two cars and trim a full 15 km from this part of the itinerary.*

U Argegno - Tremezzo - Argegno

Luogo di partenza: Argegno
Lunghezza: km 35
Dislivello: m 900
Tempo di percorrenza: 4 1/2 / 5 ore
Quota max raggiunta: m 1.575
Grado di difficoltà: impegnativo

Starting point: *Argegno*
Length: *Km 35*
Slope: *m 900*
Travel time: *4 1/2 / 5 hours*
Highest altitude: *m 1.575*
Difficulty level: *hard*





U Argegno - Tremezzo - Argegno

Non può mancare una pedalata al Monte di Tremezzo al ciclista che vuole conoscere il Lago di Como. Da scegliere una bella giornata e godersi l'incredibile e unico panorama sul lago e sulle montagne. La discesa proposta è sicuramente alternativa alle classiche, poco fuoristradistiche che si possono compiere. Non adatta a tutti e in particolare a chi soffre di vertigini. Ma mai pericolosa o inopportuna.

Il percorso parte da Argegno dal comodo parcheggio di fronte alla chiesa e al porticciolo. Uscire dal parcheggio svoltando a destra immettendosi sulla strada statale Regina fino alla stazione della funivia che porta a Pigra. Prendendola si evitano 640 m di dislivello per diversi km di asfalto. Giunti comodamente a Pigra (860 m) si attraversa la piazza e si prende a sinistra in direzione dell'inizio paese. Qui anzinchè iniziare la discesa si svolta a destra in salita su strada asfaltata che non abbandoneremo più fino al punto più alto del nostro percorso. Pedalando facilmente si raggiunge l'Alpe di Colonno (1.322 m) dopo aver percorso 4,7 km. Il percorso procede in discesa fino al rifugio Boffalora (1.252 m) godendo dei primi fantastici panorami sulla Alpi occidentali e le prealpi orobiche. Si ricomincia a salire in direzione Rifugio Venini a quota 1.576 m (tralasciare le deviazioni) percorrendo gli ultimi 5 km. Qui ci si può rifocillare prima della lunga discesa. Un panorama veramente unico sul lago e sulle pareti rocciose del Tremezzo si unisce ad un percorso impegnativo e di grande soddisfazione. Non adatto a tutti. Il primo tratto prosegue in falso piano su sterrato fino alle vicine trincee della Linea Cadorna . Proseguire sulla destra in leggera discesa per le tracce della ex strada militare, ridotta a sentiero, che aggira il Monte di Tremezzo (1.700 m) con una sensazione di "vuoto" dato dai prati molto scoscesi alla propria destra. Si prosegue sempre in quota in direzione il Monte Crocione (1.641) a "precipizio" sul lago. Al termine di questo primo tratto (abbiamo percorso 3 km) seguire le tracce che scendono lungo il pendio erboso sulla propria destra, a tornanti, che con un po' di tecnica permette di essere sempre sul sellino della propria mountain bike. Ci si addentra nel bosco e il percorso si fa più scorrevole anche se a volte interrotto da piante cadute sul sentiero. Dopo altri tornanti stretti si arriva ad un punto a quota 1.100 m che si deve brevemente spingere la bici su tracce ghiaiose. Si scende sulla propria de-

stra e si scopre che il percorso prosegue in una galleria. La si percorre al buio (si vede da parte a parte) e si fuoriesce in una gola rocciosa selvaggia in un ambiente inaspettato per bellezza e severità. Il sentiero che prosegue permette di percorrerlo in sella, anche se con tratti difficili, fino a dei prati e delle baite dove si incrocia la Via dei Monti Lariani. Qui una strada sterrata aggira una di queste baite e prosegue su fondo cementato per dei tornanti molto stretti al cui termine si prosegue dritti sulla traccia principale fino nei pressi della bocchetta di Nava (848 m). Qui è possibile proseguire in direzione della bocchetta e scendere comodamente fino all'abitato di Croce sopra Menaggio. Ma la nostra proposta, più impegnativa e tecnica, scende a destra su un sentiero tecnico in direzione Griante – Rogaro. Lo si percorre in sella fino ad un dosso panoramico sulle due località, prendiamo a destra sempre per sentiero tecnico. Lo percorriamo finchè riusciamo a restare in sella, l'ultimo tratto non è pedalabile fino a una casa di campagna. Si rimonta in sella e su mulattiera, con strappo finale, si arriva al paese di Cardano (481 m). Anzichè proseguire su asfalto seguire la vecchia strada acciottolata con molte divertenti gradinate in direzione Volesio. Di lì a breve si è di nuovo sull'asfalto e in riva al lago. Ora svoltando ci si riporta a Argegno percorrendo gli ultimi 9,3 Km in riva al lago.

Varianti: è possibile modificare la discesa ritornando dal rifugio Venini fino al rifugio Boffalora, qui, cento metri prima, svoltare a destra sempre su asfalto e proseguire per Ponna (870 m), Laino (676 m) e poi in salita per San Fedele d'Intelvi (750 m) e chiudere l'anello fino ad Argegno.

No cyclist who wants to explore Lake Como can do without a ride to Monte di Tremezzo. Just pick a nice day and enjoy the awe-inspiring, one of a kind landscape of the lakes and mountains of the area. The downhill itinerary described here is certainly a valid alternative to the more traditional routes – with few off-road sections – that can be enjoyed in the area. Although this itinerary is not suitable for everyone, particularly those who are afraid of heights. It is never dangerous or inconvenient.

Our itinerary begins in Argegno, in the spacious parking lot in front of the church and the small portico. Leave the parking lot and turn right onto State Road Regina. Keep going until you reach the cableway station that takes you to Pigra. Take the cableway to avoid the 640 m incline as well as various km of paved road. Once you have comfortably reached Pigra (860 m), cross the piazza and turn left towards the outskirts of the town. Here, instead of starting to make your way downhill, turn right onto the paved road that will be your companion up until the highest point of the itinerary. Alpe di Colonno (1,322 m) is just a comfortable, 4.7 km ride away. Then, continue keep going downhill towards the Boffalora Alpine refuge (1,252 m) and enjoy your first, wonderful views of the western Alps and Bergamo Alps from here. Now, start climbing again towards the Venini Alpine refuge, which is located at an altitude of 1,576 m (ignore the deviations), and keep going down the last 5 km. You can take a break here, before the long trip back down. This itinerary combines a truly unique landscape that features the lakes and rocky peaks of Tremezzo with a challeng-

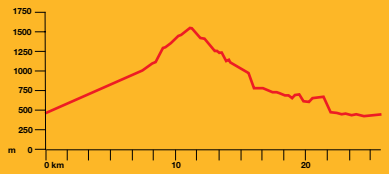
ing and highly satisfactory route. However, it is not suitable for everyone. The first section then continues on a false level dirt road until it takes you to the trenches of the Cadorna Line. From here, continue on your right and make your way slightly downhill on the former military road – which has become a path – that circles around Monte di Tremezzo (1,700 m). The very steep meadows on you right will give you the feeling of cycling over a "drop". Keep going towards Monte Crocione (1,641 m), "overhanging" the lake. At the end of this first leg (you will have travelled 3 km), follow the trails down the grassy slope on the right, taking their hairpin bends. With a little bit of skill, you will be able to remain on your bike. Now, make your way into the woods as the trail becomes less arduous, even if it may at times be interrupted by plants that may have fallen on the path. A few other tight hairpin bends will take you to a point at an altitude of 1,100 m, where you will have to push your bike over a gravel trail for a brief section. Make your way down on your right, keep going through a dark gallery (you can see from one end to the other), and come out on the other side. You will find yourself in a wild, rocky gorge with a strikingly beautiful, rugged landscape. The path which follows can be travelled by bike - even if it is challenging at times - and will take you to a series of meadows and Alpine houses, where it meets Via dei Monti Lariani. Here, you will find a dirt road which circles around one of the Alpine farmhouses, before becoming paved and continuing through a series of very tight hairpin bends. Once you have reached the end, keep going on the main trail until you find yourself near Bocchetta di Nava (848 m). At this point, you can continue towards Bocchetta and make your way comfortably down to the hamlet of Croce Sopra Menaggio. However, we also have a more technically challenging suggestion: cycling down on the technical trail on the right towards Grianteo-Rogaro. Keep going until you reach a hummock with a panoramic view of both towns. At this point, take a right, while still on the technical trail. Follow the trail, remaining on your bike as far as you can since the last section that takes you to a country home cannot be cycled. At this point, get back on your bike and take the mule track. One last effort will get you to the town of Cardano (481 m). Instead of taking the paved road, take the old cobbled road with its entertaining steps towards Volesio. From there, you will soon reach a new paved road and the banks of the river. Turn here to return to Argegno, cycling the last 9.3 km of the route along the banks of the lake.

Alternative routes: *Alternatively, you can change the return leg of the itinerary from the Venini Alpine refuge to the Boffalora Alpine refuge. One hundred meters before this spot, turn right on the paved road and carry on until you reach Ponna (870 m), Laino (676 m) and the uphill climb to San Fedele d'Intelvi (750 m), to finish up in Argegno.*

V Corrido - Passo San Lucio - Corrido

Luogo di partenza: Corrido
Lunghezza: km 25
Dislivello: m 1.180
Tempo di percorrenza: 3 / 4 ore
Quota max raggiunta: m 1.541
Grado di difficoltà: impegnativo

Starting point: *Corrido*
Length: *Km 25*
Slope: *m 1.180*
Travel time: *3 / 4 hours*
Highest altitude: *m 1.541*
Difficulty level: *hard*



V Corrido - Passo San Lucio - Corrido

Percorso che porta al confine italo-svizzero e permette di conoscere la Val Rezzo e la Val Cavargna, passando dal fondovalle agli alpeggi di quota con una vista spettacolare su Alpi e Prealpi Orobiche.

Consigliamo di partire da Corrido (470 m), evitando così il primo tratto su asfalto da Porlezza, parcheggiando presso la posta o presso il cimitero.
Seguire la strada che porta in Val Rezzo prendendo le indicazioni per il Rifugio Garzirola. La salita su asfalto, con brevi tratti impegnativi, porta in Val Rezzo fino all'abitato di Buggiolo (925 m). All'inizio del paese tenere la destra e percorrere tre ripidi tornanti, per poi uscire dal paese e giungere alla località Dasio. Qui termina il tratto asfaltato; in corrispondenza di una caserma della Guardia di Finanza abbandonata si svolta a sinistra proseguendo verso la meta (indicazioni Passo San Lucio e Rifugio Garzirola). Il fondo cementato, a tratti molto ripido, si alterna a brevi parti sterrate. Il livello è impegnativo. La pendenza diminuisce nei pressi di una cappella posta a 1.330 m, dove è possibile rifocillarsi e dove è presente una fonte d'acqua.
Si prosegue, sempre su fondo sterrato, con brevi tratti cementati, fino ad un incrocio; tenere la sinistra seguendo le indicazioni Rifugio Garzirola, tracciato principale. In breve la strada porta ad un tornante cementato che porta sulla propria destra al passo San Lucio ed all'Oratorio di San Lucio posto sul confine italo-svizzero e meta del percorso.
La vista è impagabile sul versante svizzero e su quello italiano, dove dominano il Pizzo di Gino, il Monte Tabor e, in lontananza, le Alpi orientali e centrali.
La discesa inizia dal passo per una traccia di sentiero stretta – non segnalata – che parte proprio dal retro dell'Oratorio, in diagonale, lungo i pascoli. È percorribile tutta in sella, evitando le parti più disagevoli del sentiero passando sui prati. Dirigersi verso le baite di Colonè, ben visibili (600 m di percorso).
Svoltare a sinistra su strada sterrata e seguirla in discesa fino a un tornate; proseguire per circa cento metri e abbandonare la strada sterrata poco prima dell'Alpe Marda per svoltare repentinamente a sinistra in discesa su sentiero. Tutto percorribile rimanendo in sella, il sentiero prosegue su un single trek – bello e divertente – fino al fondovalle, dove si attraversa il torrente Cuccio su un ponticello.
Il percorso continua, con piccoli sali/scendi pedalabili, nei boschi prima su sentiero e poi su mulattiera fino all'abitato di Cavargna, raggiungibile con una scalinata che porta in discesa al sagrato della chiesa.

Qui recuperare la strada asfaltata, da percorrere in discesa, in direzione San Bartolomeo.
Sconsigliamo di seguire la prima parte della Via del Ferro, in quanto il tratto che porta all'abitato di Sora è parzialmente inagibile e franato, oltre che pericoloso.
Giunti alle porte di San Bartolomeo Val Cavargna su asfalto, dopo un tratto in salita girare a destra per la località Sora. Appena giunti in paese, in prossimità di una piazzetta con curva verso destra, su un garage è posta l'indicazione Via del Ferro che è il percorso da seguire: svoltare quindi a sinistra per la disce-

sa ripida e su fondo cementato. Il percorso poi prosegue alternando mulattiera e fondo sterrato. Superati alcuni resti con indicazioni dell'antica Via del Ferro, la traccia inizia a salire – sempre all'interno del bosco – con tratti mai troppo impegnativi. Riprendere la discesa in prossimità di una fonte d'acqua e di una cappella (640 m), per giungere in breve all'antico ponte di Maggione che supera, su una spettacolare forra, il torrente Cuccio. Circa duecento metri dopo si torna su asfalto e si entra nel paese di Carlazzo. Giunti a una grande rotonda all'interno del paese, svoltare a destra per Corrido dove, sempre su asfalto, con saliscendi, si torna al punto di partenza.
Varianti: è possibile ridurre il chilometraggio e percorrere la parte sterrata del percorso fino al Passo San Lucio da dove, svoltando a sinistra per la cresta di confine e seguendo i cippi italo svizzeri, si raggiunge il colle di San Bernardo. Si fa ritorno sul versante italiano svoltando a sinistra per sentiero fino all'Alpe Colmino e poi su sterrato ci si riporta sul tracciato di salita. Per chi invece intende allungare il tragitto esistono numerosi percorsi che portano in Svizzera ottimamente segnalati.
Note: l'Oratorio di San Lucio, posto all'omonimo passo, risale al XIV secolo. In ottimo stato di conservazione, ha a pochi metri il rifugio San Lucio, possibile punto di appoggio. La Via del Ferro è l'antica via dove lo sfruttamento delle vene ferrose e la conseguente lavorazione del materiale estratto costituirono uno degli aspetti più rilevanti per l'economia della Valle Morobbia e della Val Cavargna. In Val Cavargna vi sono notizie d'attività siderurgica dall'VIII secolo.

This itinerary will take you to the Italian-Swiss border and will give you a chance to explore both Val Rezzo and Val Cavargna. It passes through the bottom of the valleys to reach Alpine summer pastures at high altitudes, with spectacular views of the Alps and Bergamo Alps.

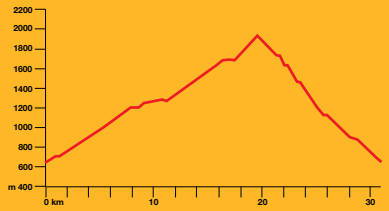
We recommend setting off from Corrido (470 m) to avoid the first leg of the itinerary on the paved road from Porlezza. Park your car near the post office or cemetery, and take the road to Val Rezzo. Follow the signs to the Garzirola Alpine refuge. Cycle up the paved road – which has some tough parts - to Val Rezzo and up to the hamlet of Buggiolo (925 m). Once you reach the beginning of the town, keep right and take three steep hairpin bends to leave the town and reach Dasio. The paved leg of the itinerary ends here. Turn left near the abandoned Guardia di Finanza (Finance Police) barracks and keep going towards your goal (follow the signs to Passo San Lucio and the Garzirola Alpine refuge). Here, the paved roadbed – which can be very steep at times – alternates with short sections of unpaved road. This is a challenging itinerary. As the road becomes less steep, you will find yourself near a chapel located at an altitude of 1,330 m, where you can take a break and quench your thirst at the spring.
Keep going on the dirt road, with its brief paved sections, until you reach a crossing. At this point, keep left and follow the signs to the Garzirola Alpine refuge on the main trail. A short road leads to a paved hairpin bend on your right which will take you to Passo San Lucio and the Oratorio di San Lucio, near the Italian-Swiss border. This is the final destina-

tion on our journey.
The view from here over the Swiss and Italian borders is truly exceptional and is dominated by the Pizzo di Gino, Monte Tabor and – in the distance – the eastern and central Alps.
You can now start making your way back down from the pass. Take the narrow, unsignposted, trail that begins right behind the oratory and cuts diagonally through the meadows. The whole trail can be travelled by bike, avoiding the most awkward sections by passing on the meadows. Make your way towards the Alpine houses of Colonè, which are easily visible (600 m away).
Turn left on the dirt road and follow it down until the hairpin bend. At this point, keep cycling for approximately one hundred meters and leave the dirt road right before reaching Alpe Marda. Take a quick turn to the left and travel downhill on the path. Its whole length can be travelled by bike. The path will continue as a – charming and exhilarating – single track to bottom of the valley, where you can cross the River Cuccio by cycling over a small bridge.
Keep going on the path inside the woods, with its ups and downs, first on the trail and then on a mule track until you reach Cavargna. The hamlet can be reached using the stairs going down to the church courtyard.
At this point, take the paved road down to San Bartolomeo.
We do not recommend taking the Via del Ferro, since the section that takes you to the hamlet of Sora is dangerous, as well as partly inaccessible and collapsed in parts.
Travelling on the paved road, once you have reached the outskirts of San Bartolomeo in Val Cavargna, climb briefly uphill and turn right towards Sora. On reaching the town, you will see a sign to the Via del Ferro on a garage near a small piazza with a bend to the right. Turn left down the steep slope on the paved road. The itinerary continues, alternating between a dirt road and a mule track. Once you have passed a few ruins with a sign for the old Via del Ferro, the trail will beginning climbing upwards – still inside the woods – but will never become too challenging. Start making your way back downhill near the water spring and chapel (640 m), and cycle over the ancient bridge of Maggione that connects the banks of the River Cuccio above a spectacular gorge. Get back onto the paved road two hundred meters further on and enter the town of Carlazzo. On reaching the large roundabout inside the town, turn right towards Corrido. A paved road with a series of ups and downs will take you back to your starting point.
***Alternative routes:** Alternatively, you can reduce the total length of the itinerary and travel the unpaved section of the route until Passo San Lucio. From here, turn left for the border crest and follow the Italian-Swiss border stones to reach Colle San Bernardo. Make your way back on the Italian side, turning left for the path to Alpe Comino. Then, take the dirt road back to the uphill trail. For those who would like to lengthen the itinerary, a number of excellently signposted trails are available here and will take you to Switzerland.*
***Notes:** The Oratorio di San Lucio is found on the eponymous pass and dates back to the 14th century. It is excellently preserved and is just a short distance away from the San Lucio Alpine refuge, where you can take a break. The Via del Ferro is an age-old road. Iron mines and works played a key role in the local economy of Valle Morobbia and Val Cavargna. Mentions of iron working activities in Val Cavargna date back to the 8th century.*

Z Garzeno - Passo San Jorio - Garzeno

Luogo di partenza: Parcheggio di Garzeno (sopra Dongo)
Lunghezza: km 32,5
Dislivello: m 1.350
Tempo di percorrenza: 3 ½ / 4 ore
Quota max raggiunta: m 2.012
Grado di difficoltà: impegnativo

Starting point: *Garzeno parking lot (above Dongo)*
Length: *Km 32,5*
Slope: *m 1.350*
Travel time: *3 ½ / 4 hours*
Highest altitude: *m 2.012*
Difficulty level: *hard*



Z Garzeno - Passo San Jorio - Garzeno

Tragitto impegnativo per la lunghezza e lo sviluppo che nella prima parte, su asfalto e sterrato, offre un'incomparabile visione del Lago di Como e del Monte Legnone, per poi percorrere la Valle San Jorio fino al passo omonimo, sul confine italo-svizzero, in un ambiente montano di rara bellezza.

A Dongo seguire le indicazioni per Stazzona, Germasino e Garzeno. Al secondo tornante di Garzeno svoltare a destra e parcheggiare: sono presenti le indicazioni per il Passo San Jorio e il Rifugio Motta Foiada.
Percorrere la strada consorziale per i monti su asfalto, sempre ombreggiata e con pendenza varia per 8 km. Alla Bocchetta di Sant'Anna parte lo sterrato, pure questo sempre ombreggiato, con poca pendenza e fondo compatto; seguendo le indicazioni per Passo San Jorio, si raggiunge il Rifugio di Motta Foiada dopo 4 km (punto di sosta con acqua).
Al bivio per il rifugio prendere a sinistra per il Passo San Jorio (è comunque piacevole una sosta, prendendo a destra, al rifugio di Motta Foiada, aperto dal 1° maggio, per uno spuntino). Qui il percorso prosegue su ottimo sterrato, in salita, con alcuni tornanti che portano fuori dal bosco e ai pascoli di alta montagna, arrivando fino al bivacco Il Giovo (mt 1.706 e 5,6 km) spartiacque tra la Valle San Jorio e la Valle Albano. Si prosegue per l'ultimo tratto su percorso impegnativo, prima su fondo cementato per un tornante e poi su fondo sterrato con brevi tratti cementati verso il Rifugio San Jorio e l'omonimo passo. Dopo gli ultimi tornanti e dopo aver raggiunto il rifugio, si arriva al passo San Jorio, la nostra meta al confine italo-svizzero al cospetto della cima più alta che è la Marmontana.
Inizia il ritorno percorrendo lo stesso percor-

so fino al bivacco Il Giovo; qui passando a destra per evidente strada sterrata che gira attorno al bivacco seguire la strada militare costruita durante la prima Guerra Mondiale che scende dal versante opposto rispetto a quello di salita, in valle Albano.
La discesa presenta tratti impegnativi e ripidi, alternati a tratti divertenti, tutti su strada ex militare, superando l'Alpe Brento e l'abitato di Piazza Cavada e alcuni alpeggi fino a giungere, dopo tortuosi e ripidi tornanti, a quota 1.000 m circa, dove lo sterrato diventa quasi pianeggiante. Finisce la sterrata e prosegue la strada asfaltata che con breve e continua discesa, porta all'abitato di Garzeno e a concludere il percorso al punto di partenza con 32,5 km fatti di cui 20 di salita, ma di gran soddisfazione e in un paesaggio molto bello e vario.
Varianti: è possibile ridurre il percorso accontentandosi di aver raggiunto il bivacco Giovo all'omonimo passo. Sconsigliamo di percorrere al contrario il percorso, per la valle Albano.
Note: la Valle Albano ha sempre ricoperto un ruolo di notevole rilievo nell'ambito delle vie di comunicazione tra il territorio lariano e la Svizzera. Sembra che i primi tracciati risalgano ai Celti, intorno al VI secolo A.C.. La storia più recente vede l'utilizzo della strada al passo San Jorio per scopi militari, a metà dell'800 e durante la Prima Guerra Mondiale, quando la strada che saliva verso la Valle Albano venne trasformata in strada militare e compresa nelle opere di fortificazione della linea Cadorna e Frontiera Nord–V Armata (1916), poste a difesa di Milano, nel caso di una violazione della neutralità svizzera da parte dell'esercito tedesco.

This itinerary is described as challenging both because of its length and because of the features specific to its first leg. It takes place along both a paved road and a dirt road, and offers bikers an unsurpassed view of Lake Como and Monte Legnone before travelling through Valle San Jorio to the eponymous pass on the Italian-Swiss border, surrounded by a breathtaking mountain landscape.

From Dongo, follow the signs to Stazzona, Germasino and Garzeno. On reaching the second hairpin bend in Garzeno, turn right and park here. You will see the signs to Passo San Jorio and the Motta Foiada Alpine refuge.
Take the paved consortium road towards the mountains. This road is 8 km long, always shady and has a range of different gradients. The dirt road begins at Bocchetta di Sant'Anna. This path is always shady as well, with a slight incline and a compact roadbed. Follow the signs to Passo San Jorio and you will reach Motta Foiada Alpine refuge after 4 km (rest area with water).
At the crossing for the refuge, turn left towards Passo San Jorio (a small break for a snack is always pleasant. Turn right to reach the Motta Foiada Alpine refuge, which is open from May 1).
The itinerary continues along an excellent, uphill dirt road with a few bends. It will lead you out of the woods and to high mountain pastures before reaching camp Il Giovo (1,706 m and 5.6 km) which marks the boundary between Valle San Jorio and Valle Albano. Keep pedalling and take the last challenging section of the itinerary. The first part will take you on a paved road and through a hairpin bend before a dirt road with brief, paved sections, to the

San Jorio Alpine refuge and the pass bearing the same name.
Once you have passed the refuge, you will reach Passo San Jorio after a few hairpin bends. This is our destination on the Italian-Switzerland border, near its highest peak, the Marmontana.
To make you way back, take the same route you travelled previously until you reach camp Il Giovo. From here, turn right onto the clearly signposted dirt road that travels around the camp and follow the military road built during the Great War down the slope opposite the one you climbed on your way up, in valle Albano.
The descent has a number of steep, challenging passages that alternate with fun parts. The whole trip takes place on a former military road. You will reach a number of Alpine pastures after Alpe Brento and the hamlet of Piazza Cavada. Keep travelling on the steep, tortuous hairpin bends until you reach a height of approximately 1,000 m, where the dirt road becomes almost level, before ending. Keep going down the paved roads. A short, continuously downhill section will take you to the hamlet of Garzeno, where the itinerary ends as you reach the starting point. The whole route is 32.5 km long, of which 20 km are uphill. However, it is both highly rewarding and features a very varied and attractive landscape.
***Alternative routes:** Alternatively, you can reduce the length of the itinerary by turning back at camp Giovo once you reach the eponymous pass. We do not recommend travelling the same route back to valle Albano.*
***Notes:** Val Albano has always played a leading role in terms of the routes that connect the Lario area and Switzerland. Apparently, the first trails in the area can be traced back to the Celts, around 600 BC. More recently, the road to Passo San Jorio was used for military purposes in the mid-19th century and during the Great War, when the road up to Valle Albano was turned into a military road following the fortification works carried out on the Cadorna line and the Frontiera Nord–V Armata (1916). Their purpose was to defend Milan should the German army have breached Swiss neutrality.*

Codice di comportamento

1) Rallenta e dai sempre la precedenza ai pedoni
2) Usa cautela ed avvisa prima di sorpassare
3) La velocità deve essere sempre rapportata alle proprie capacità e al tipo di fondo.
4) Resta sempre su sentieri consentiti
5) Non spaventare gli animali sia quelli domestici che quelli selvatici
6) Rispetta la natura riportando a casa i tuoi rifiuti
7) Rispetta le proprietà pubbliche e private
8) Adegua il tipo di percorso al clima e al meno allenato dei compagni di uscita
9) Usa sempre casco,occhiali e guanti
10) Non viaggiare mai da solo e comunica sempre a qualcuno l'itinerario

Esistono inoltre delle regole non scritte ma che vanno rispettate sia quando è un'uscita di gruppo sia quando è un'uscita solitaria. Queste regole sono una consuetudine per i biker più esperti ma sono sconosciute alle "matricole". Chi percorre in discesa un sentiero deve dare la precedenza a chiunque provenga in senso opposto, sia esso un escursionista o un altro biker. Il biker che deve sorpassare deve avvisare colui che lo precede con un "attento a sinistra" o "a destra" a seconda dei casi ed essere sicuro che il messaggio sia stato sentito; una volta effettuata la manovra ringraziare per il via libera. Se durante una gita si incontra qualcuno fermo con dei problemi è correttezza chiedere se ha bisogno di aiuto. Se durante una discesa o una salita vi accorgete che sta sopraggiungendo un biker più veloce di voi fatelo passare senza mettere lui e voi stessi in situazioni pericolose. Mentre si effettuano percorsi non conosciuti tutti i componenti del gruppo devono rimanere al massimo ad una distanza visiva, questo evita che qualcuno si perda e che si debbano impiegare tempo e fatica per ritrovarsi. I componenti del gruppo più veloci ogni tanto devono aspettare anche l'ultimo ritardatario e non ripartire immediatamente appena arriva al punto d'incontro: attendere invece almeno qualche momento. Cosa molto importante è viaggiare per fila indiana durante la percorrenza di strade asfaltate aperte alla circolazione dei veicoli per evitare incidenti.

Behaviour code

1) Always slow down and give precedence to pedestrians
2) Be careful and always signal before overtaking
3) Always moderate your speed to suit both your skills and the terrain
4) Do not stray from the trails
5) Do not frighten the wildlife or any animals you might encounter
6) Respect nature and take home all your rubbish
7) Respect private and public property
8) Choose your route based on the climate and the least fit member of your party
9) Always wear a helmet, glasses and gloves
10) Do not travel alone and always tell someone about the trail you will be taking

A number of unwritten rules - which must nevertheless be respected both when travelling alone and with a party - also exist. These rules become a mere mater of habit for more experienced bikers, but are often little known to “newbies”. Anyone riding downhill on a path must give precedence to anyone coming in the opposite direction, be they bikers or trekkers. When overtaking, a biker must first signal the person in front of him by saying “careful on your right” or “left” depending on the situation and must be certain that the other biker has heard him. On overtaking, always thank those who have moved aside. On meeting someone who has stopped because of a problem, always ask if they need help before continuing on your way. When travelling uphill or downhill, if you notice a faster biker approaching, allow him to overtake you without placing either yourself or him in danger. All members of a party must remain within sight when travelling on an unknown route. This avoids members of the party getting lost and wasting time and effort to find them again. The fastest members of the party must, once in a while, stop and wait for any stragglers and must not pedal off as soon as they arrive at the meeting point. They must, instead, wait for at least a few moments. Always travel in single file along any paved roads open to vehicle traffic in order to avoid accidents.

Numeri Utili / *Useful Numbers*

Ufficio Informazioni Turistiche Como
Piazza Cavour, 17
22100 Como (CO)
Tel. 031 269712
Fax 031 240111
lakecomo@tin.it
www.lakecomo.it

Ufficio Informazioni turistiche Bellagio
Piazza Mazzini
22021 Bellagio (CO)
Tel./Fax 031.950204
prombell@tin.it
www.bellagiolakecomo.com

Ufficio Informazioni turistiche Menaggio
Piazza Garibaldi, 8
22017 Menaggio (CO)
Tel./Fax 0344.32924
infomenaggio@tiscali.it
www.menaggio.com

Comunità Montana Triangolo Lariano
Via Vittorio Veneto, 16
22035 Canzo (CO)
Tel. 031 672000
Fax 031 670248
info@cmtl.it
www.cmtl.it

Comunità Montana
Alto Lario Occidentale
Via Pelaschini, 3
22015 Gravedona (CO)
Tel. 0344 85218
Fax 0344 85237
info@comalo.it
www.comalo.it

Comunità Montana Lario Intelvese
Via Roma, 9
22028 San Fedele dIntelvi (CO)
Tel. 031 830741
Fax 031 831740
info@lariointelvese.eu
www.lariointelvese.eu

Comunità Montana Alpi Lepontine
Via Cuccio, 8
22018 Porlezza (CO)
Tel. 0344 62427
Fax 0344 02445
info@cmalpilepontine.it
www.cmalpilepontine.it

Consorzio Parco Pineta
di Appiano Gentile e Tradate
Via Manzoni, 11
22070 Castelnuovo Bozzente (CO)
Tel. 031 988430
Fax 031 988284
www.parcopineta.org

Parco Regionale
Spina Verde di Como
Via Imbonati, 1
22020 Cavallasca (CO)
Tel. 031 211131
Fax 031 535864
segreteria@spinaverde.it
www.spinaverde.it

Soccorso sanitario 118

Carabinieri 112

Polizia 113

Numeri Utili / *Useful Numbers*

Ufficio Informazioni Turistiche Lecco
Via Nazario Sauro, 6
23900 Lecco (LC)
Tel. 0341 295720 – 0341 295721
Fax 0341 295730
info.turismo@provincia.lecco.it
www.turismo.provincia.lecco.it

Ufficio Informazioni
Turistiche Barzio
Piazza Garibaldi
23816 Barzio (LC)
Tel. 0341996255
Fax 0341910103

Comunità Montana Valsassina,
Valvarrone, Val d'Esino e Riviera
Via Fornace Merlo, 2
23816 Barzio (LC)
Tel. 0341910144
Fax 0341910154
www.valsassina.it
info@valsassina.it

Comunità Montana
della Valle San Martino
Via Galli, 48
23801 Calolziocorte (LC)
Tel. 0341621011 - 20
Fax 0341621031
www.martinet.lc.it
cmvsm@martinet.lc.it

Comunità Montana
del Lario Orientale
Via Vasena, 4
23851 Galbiate (LC)
Tel. 0341240724
Fax 0341240734
www.cmlarioorientale.it
info@cmlarioorientale.it

Parco Adda Nord
c/o Villa Gina
via Padre Calvi, 3
Concesa di Trezzo sull'Adda (MI)
Tel. 02 9091229
Fax 02 9090096
www.parcoaddanord.it

Parco Monte Barro
Via Bertarelli,
presso Villa Bertarelli
Tel. 0341 542266
Fax 0341 240216
www.parcobarro.it

Parco della Grigna Settentrionale
c/o Comunità Montana Valsassina, Valvarrone,
Val D'Esino e Riviera.
Via Fornace Merlo, 2
23816 Barzio (LC)
Tel. 0341 910144
Fax 0341 910154
www.valsassina.it

Parco di Montevecchia
e della Valle del Curone
Loc. Butto, 1
23874 Montevecchia (LC)
Tel. 039 9930384
Fax 039 9930619
www.parcocurone.it

Soccorso sanitario 118

Carabinieri 112

Polizia 113

Provincia di Como

Provincia di Lecco

SISTEMA TURISTICO LAGO DI COMO