

# ITINERARI ESCURSIONISTICI A PIEDI

**Hiking:** si può passeggiare tranquillamente in tutto il territorio, lungo i numerosi sentieri presenti.

**Trekking:** per una camminata di più giorni, qui suggeriamo la Via dei Monti Lariani e la Via Regina.

**Nordic Walking:** è una disciplina a sé, si pratica su sentieri o meglio sterrati con fondi abbastanza omogenei e con pendenze non superiori all' 8-10%.

## DIFFICOLTA'

Dipende dagli itinerari e dai sentieri, ma varia anche secondo il clima, il tipo di esposizione al sole e le condizioni psico-fisiche dell'escursionista.

## ATTREZZATURA TECNICA

Abbigliamento adeguato alla quota e alla stagione:

- Calzature da trekking con suola specifica tipo Vibram o simile.
- Giacca impermeabile e antivento.
- Underwear di ricambio.
- Guanti, cappello da sole, copricapo per il freddo, occhiali da sole, crema solare, stick per labbra.
- Zaino e copri zaino.
- Bevande (1 litro), qualche barretta energetica per emergenza.
- Carta dei sentieri.

## INFORMAZIONI UTILI

Verificare sempre il meteo, portare con sé un kit di primo soccorso.

Se ci si sente insicuri è consigliato contattare delle guide (rivolgersi uffici Ass.ne Valle Intelvi Turismo).

Corsi base nordic walking comprensivi di fornitura bastoncini.

Istruttore Antonio Cavalleri - A.N.I. Lago di Como.

Per info: 377 2461838 - [associazioneorticultura@gmail.com](mailto:associazioneorticultura@gmail.com)

# PERCORSI SUGGERITI

## La Via dei Monti Lariani - trekking

È un bellissimo percorso escursionistico che da Cernobbio collega località disseminate lungo le montagne della sponda occidentale del lago di Como, giungendo fino a Sorico, dopo un tragitto di 125 km.

Moltissime di queste località, comprese in una fascia variabile dai 600 ai 1200 metri di altitudine, erano un tempo alpeggi (denominati mûnt), da qui il nome "Via dei Monti Lariani", intesa appunto come strada di collegamento tra questi antichi insediamenti. È divisa in 4 tappe:

Sentiero 1: Cernobbio - San Fedele - Lunghezza km 28 - tempo: 9 ore circa.

Sentiero 2: San Fedele - Grandola ed Uniti - Lunghezza km 26 - tempo: 9 ore circa.

Sentiero 3: Grandola ed Uniti - Garzeno - Lunghezza km 30 - tempo: 9 ore circa.

Sentiero 4: Garzeno - Sorico - Lunghezza km 46 - tempo: 15.30 ore circa.

Qui descriviamo il primo e il secondo sentiero, che insistono sul territorio della nostra mappa:

### - SENTIERO 1 DELLA VIA DEI MONTI LARIANI

#### dal Monte Bisbino (mt 1325) ai Monti della Valle Intelvi

Il percorso parte da Cernobbio, Fraz. Rovenna, sale alla vetta del Monte Bisbino, quindi imbocca il sentiero

dietro il Santuario e prosegue attraverso la pineta per i Monti di Scarone, i Monti di Madrona, la Cappella di S. Carlo, fino alla Colma del Bugone (mt 1111) - Rifugio in una ex-Caserma della Finanza.

Aggirando il Poncion della Costa, si raggiunge la Colma dei Murelli (mt 1200) - Rifugio - da dove si può deviare verso la Cima del Monte S. Bernardo (mt 1349), - antica cappella omonima - ampia vista sul Lago di Como. Si raggiunge poi la Colma di Binatte (mt 1300), quindi il Casino dei Signori (località nota per un episodio della insurrezione intelvese del 1848). Si arriva alla Colma di Schignano in località Crocette, si aggira il Sasso di Gordona e si arriva al Rifugio CAI Prabello.

La mulattiera scende al Piano delle Alpi, prosegue per le antiche Cascine di Ermogna e Carolza e raggiunge la Capanna Bruno (Rifugio CAI). Con due possibilità: si scende direttamente attraverso la carrozzabile verso l'Alpe Grande o, proseguendo per i monti, si raggiunge la Bocca di Orimento contornando il Pizzo della Croce, da dove parte il Sentiero per il Monte Generoso.

Da Orimento si scende al Rifugio del Monte Cristè (CAI), quindi costeggiando la piana dell' Alpe Grande (bolle) e transitando dalla località Meriggio si raggiunge S.Fedele (località Postiglione - Rimessa corriere).

## - SENTIERO 2 DELLA VIA DEI MONTI LARIANI

### Monti della Tremezzina

Da S. Fedele si sale alla località Belvedere (vista sulla Valle), alla Bocchetta della Zerla (avanzi di Roccolo), alla Cascina Bassetta (ruderi) e si arriva alla Bocchetta di Colonno.

Si scende al Passo del Boffalora, deviazione possibile per Ossuccio o per Ponna, si risale alla località Pra Grassa da dove due itinerari, attraverso la Bocchetta di Nava, raggiungono Croce (frazione di Menaggio): basso = Piazza, Monti Brente; alto = Alpe Ossuccio, Alpe di Lenno, Rifugio Venini, Alpe di Tremezzo, Monte Crocione, Monti Brente. L'itinerario ripercorre in parte un'antica via dei pastori e permette di visitare i resti di fortificazioni e strade della Linea Cadorna.

## La Via Regina - trekking

Con il nome di "Via Regina" viene indicato il tratto dell'antico percorso che, seguendo la riva occidentale del Lario univa Como con l'alto Lario (Sorico). Parte di un sistema viario dei più antichi fu fondamentale per gli scambi commerciali e culturali tra Italia e Transalpe. Oggi è in parte assorbito dalla Strada statale 340 Regina tuttavia conserva importanti e splendidi tratti storici pedonabili/ciclabili che, adeguatamente interconnessi dalla viabilità minore e dalla sentieristica locale garantiscono la continuità del percorso (vedi sito dedicato [www.viaregina.eu](http://www.viaregina.eu)).

## Monte Generoso (mt 1704)

Il più alto monte della Comunità Montana è il Generoso.

**Orimento - Monte Generoso:** bellissimo itinerario, richiede un minimo di allenamento, in circa due ore e mezza permette di arrivare alla vetta - Difficoltà: E - Periodo: tarda primavera/autunno - Acqua: no. La partenza del sentiero è Orimento (mt. 1275): si raggiunge da S. Fedele (lasciare l'auto in località Postiglione), attraverso un sentiero immerso nei boschi, oppure salendo da Casasco in auto, che consigliamo di lasciare più sotto, al posteggio dell'Alpe Grande, in prossimità dell'area pic-nic.

Gli inverni, spesso molto nevosi, possono creare situazioni di pericolo con scariche e valanghe e persino compromettere il tracciato dei sentieri.

Ci sono due possibili itinerari:

- Sentiero alto, più esposto ma più panoramico e con la possibilità di variante per la via ferrata con difficoltà EEA (obbligatorio kit da ferrata).

- Sentiero basso, più semplice e agevole, con possibile variante per la Grotta Generosa, una grotta carsica in cui sono state scoperte molte ossa fossili, in particolare dell'orso delle caverne. Il sentiero basso in prossimità della vetta prende il nome di Sentiero dei Pianeti e permette di raggiungere l'Osservatorio Astronomico (mt 1600): inaugurato nel 1996 è a disposizione del pubblico nelle serate organizzate dalla Ferrovia Monte Generoso o per i gruppi privati che ne facciano richiesta.

**Erbonne-Monte Generoso:** Partenza alternativa è Erbonne - Comune di S. Fedele (mt 943), raggiungibile con auto da Casasco proseguendo oltre il Pian delle Alpi; piccolo posteggio per lasciare l'auto. È un sentiero sempre in ripida pendenza (meraviglioso il tratto su scalini in pietra) che risale il crinale a cavallo del confine Italia-Svizzera. Portare documenti d'identità. Dislivello: + 800mt - Tempo: 2,5-3 ore - Difficoltà: E.

### Lanzo-Monte Generoso | Pello-Monte Generoso:

Questi due percorsi si intrecciano all'interno della "FORESTA REGIONALE MONTE GENEROSO" (sup. 237 ettari).

- Da Lanzo è possibile raggiungere l'Alpe di Orimento (e da qui la vetta del Generoso) con un percorso boscoso attraverso la Valle dell'Inferno, che parte dall'imbocco della Val Mara, sale fino alle Baracche (riparo costruito per le

truppe) e prosegue sino al Barco dei Montoni: è conosciuto come "Percorso delle Trincee" perché oltrepassa alcune fortificazioni della Linea Cadorna.

- Il tracciato incrocia presso "le Baracche" la mulattiera proveniente da Pello Superiore, Alpe Lissiga (altro possibile punto di partenza), conosciuto come "Percorso dei Contrabbandieri", ricordando l'antica funzione: testimone ancora vivo è il "Foo di Paròl" (faggio che custodisce sulla corteccia i messaggi dei contrabbandieri).

Dal Barco dei Montoni si scende al Filone del Monte Cristè (abetiaia), poi all'Alpe Nuovo, si costeggia il Dosso Brione fino al Pian delle Noci, vicino ad entrambi i punti di partenza.

**Capolago (CH) - Monte Generoso:** la vetta è solitamente raggiungibile anche con un comodo trenino a cremagliera che parte dalla stazione sul Lago di Lugano (riapertura 2016).

Varianti:

- **Orimento - Alpe di Gotta:** breve percorso attraverso Barco dei Montoni e Foresta del Maggiociondolo - unica in Europa! Consigliabile il mese di maggio, quando si può ammirare la bellissima fioritura del bosco di maggiociondoli, pianta generalmente solitaria.

- **Alpe Grande - Pizzo della Croce:** lasciando l'auto in località Alpe Grande, si segue per Orimento e si prosegue lungo il crinale che porta fino alla vetta del Monte, familiarmente chiamato "Crocione": un punto di eccezionale vista a 360°.

- **Da Erbonne - una facile passeggiata oltreconfine.** Altre vie caratteristiche sono quelle che un tempo erano percorse dai nostri contrabbandieri: ne esistono diverse ma qui ricordiamo quella forse più tipica, attraverso la Valle di Muggio: si attraversa il caratteristico paesino di Erbonne, dove pare che il tempo si sia fermato. Dal sagrato della chiesina un sentiero scende tra i prati poi, attraverso uno scenografico ponte a campata in legno si arriva al versante svizzero e camminando tra i boschi si raggiunge Scudellate (Comune di Muggio - CH), mezz'ora di cammino.

## Monte Galbiga (mt 1698):

È il secondo monte del territorio per altezza.

Vivamente consigliata la partenza da **Argegno** con funivia sino a Pigra (mt 880).

**Pigra - Monte Galbiga:** attraverso il sentiero "strada ai monti" si arriva in quota (mt 1700) in un paio d'ore. Prima si incontra l'Alpe di Colonno (mt 1237) - con ristorante - si prosegue incontrando Boffalora (mt 1252) - c.a 20 minuti - con ristorante. Da Boffalora la strada militare sale e porta al Rifugio Venini (mt 1576), gestito dall'ANA di Lenno, quindi sale all'Alpe di Ossuccio e infine all'Alpe di Lenno, ancora utilizzati dagli allevatori (rivendite formaggi). La vetta del Galbiga non è lontana ma da qui il sentiero è più scosceso. Dalla vetta si consiglia di continuare la cresta fino al Monte Crocione (30 minuti, evidente Croce metallica) con spettacolare vista sul lago di Como. Sul Monte Galbiga sono visibili i resti di fortificazioni e la strada militare della guerra 1915-'18, riutilizzate come postazioni di avvistamento antiaereo nella guerra 1940-'45. All'interno di una trincea ormai crollata, a circa cento metri dal retro del rifugio Venini, è stato costruito un **Osservatorio Astronomico**: solo la cupola di 4 metri è visibile all'esterno; la gestione è affidata al Gruppo Astrofili Lariani, che ha fornito la strumentazione (sede: Albavilla-CO - Tel: 347 6301088, da lunedì a sabato, ore 18.00-20.00).

Varianti:

- **dall'Alpe di Colonno** si può scendere in c.a 20 minuti all'**Alpe di Sala** - con agriturismo.

- Da Boffalora la mulattiera che congiunge all'Alpe di Ponna fa parte del tradizionale **Sentiero dei Benedettini** che congiungeva le proprietà dei frati in Valle Intelvi a quelle della Tremezzina. Scendendo verso il lago ci sono due possibili itinerari:

- In un paio d'ore la ripida mulattiera (dislivello -833) seguendo la segnaletica (Difficoltà F) porta al **Santuario della Madonna del Soccorso** (mt 419), Sec. XVI-XVIII, che si erge a picco sull'orrido del tufo. Dal Santuario, scendendo a ritroso il viale con le 14 cappelle dei misteri del Rosario, dopo un'altra mezz'ora di cammino si arriva sulla riva del lago, ad Ossuccio.

- Il sentiero alternativo porta direttamente all'**Eremo di S. Benedetto** in Val Perlana, di origine medievale (mt 800), immerso tra i boschi: il sentiero non è agevole (Difficoltà EE).

- **L'Abbazia dell'Acquafredda** (Sec XVI) mt 319, a un Km da Lenno, è connessa da un lato all'Eremo di S. Benedetto e dall'altro al Santuario del Soccorso, che a loro volta sono connessi da un impervio tragitto, in una sorta di tracciato ad anello.

## Monte di Tremezzo - (mt 1639) - Alpe di Mezzegra

Si tratta di un itinerario di un certo impegno in ragione del disvello che supera i 1.300 m (i tracciati sono comunque sempre facili), che consente di ripercorrere i percorsi che collegavano i paesi del lago agli alpeggi più alti. Il punto di partenza dell'itinerario è la Parrocchiale di Mezzegra (mt 273). Si imbecca la strada che costeggia il cimitero tenendo la sinistra. Oltrepassate le case di Mugnana (mt 340) si prosegue lungo la ripida mulattiera. Dopo aver

superato la Cascina Lincarga (mt 850), ci si immette nella Via dei Monti Lariani (Sentiero 2). Seguire la direzione per Monti Brente. Ci si trova a percorrere la mulattiera militare della cosiddetta "Linea Cadorna", che sale con pendenza costante e moderata (e numerosi tornanti). Di qui attraverso i pascoli si prosegue oltre grande Bolla sino ad incontrare la strada sterrata che giunge rapidamente all'Alpe di Mezzegra (mt 1616). È l'Alpe a quota più elevata di tutto il Lario Intelvese, collocata di poco al di sotto della vetta del Monte di Tremezzo. Oltrepassando il dosso e un ripetitore si possono scorgere i suggestivi ruderi dell'Alpe di Tremezzo: proprietà di tre diverse famiglie l'Alpe aveva l'aspetto di un piccolo villaggio, una tipologia unica nella zona.

### **Percorso Vita San Fedele - Laino**

Itinerario facile, da S.Fedele Sup. (Fraz. Casa Vacanze)Z e da Laino (Cappella degli alpini), due sentieri attrezzati si uniscono a formare un anello. Per passare anche mezza giornata tra relax e fitness.

### **Sasso Gordona (mt 1410)**

Monte simbolo della Valle Intelvi. È consigliabile arrivare da Casasco in auto fino all'Alpe di Cerano, detta familiarmente Pian delle Alpi: qui si trova un'area di sosta pic-nic; bisogna poi proseguire a piedi per un'ora fino al Prabello, dove c'è un rifugio del CAI di Monte Olimpino: per salire in vetta alla cima più caratteristica della Valle Intelvi l'ascesa, di circa un'ora, è ripida e sdruciolevole, ma ripagata da una bellissima vista. Scendendo dall'altro versante del Sasso Gordona si arriva alla Colma delle Crocette, raggiungibile anche con mulattiera da Posa (Schignano) e congiunta alla Via dei Monti Lariani.

### **Monte San Zenò: (mt 1025)**

Altro Monte simbolo della Valle Intelvi, con vista privilegiata del Lago e dell'Isola Comacina. La chiesetta, già meta dei pellegrini medievali, è stata recentemente ricostruita in stile romanico, con bella torre campanaria. Un percorso facile e di breve durata (un'oretta) partendo dal Pian delle Alpi. L'itinerario diventa più impegnativo se si parte da Schignano o da Cerano.

### **La Conca di Schignano**

L'itinerario si snoda con un percorso ad anello attraverso la "**FORESTA REGIONALE "VALLE INTELVI"**" (sup. 81,85 ettari). Partenza e arrivo: Schignano - Fraz. Perla - Distanza 9 Km tempo ore 3.30. Difficoltà T. Salire per la ripida mulattiera in direzione dell'Alpe di Bedolo e proseguire in salita sino alla strada militare che aggira le pendici del Sasso Gordona, superare la Colma di Schignano, quindi scendere prima attraverso il prato poi nel bosco verso il Roccolo del Messo. Si raggiunge in piano il punto panoramico del Pian d'Erba e si scende all'Alpe di Comana (agriturismo). Da qui si scende nel pascolo fino all'Alpe Nava, si abbandona la mulattiera per Fontanella (faggio monumentale) e si scende ad Almanno, infine dal Cugnolo si scende sino a Vesbio e si torna a Perla.

### **Sentiero Botanico Brieno - Schignano (per i più sportivi)**

Sentiero con segnaletica delle specie arboree (attenzione ai tratti franati). L'impegnativa salita parte dal centro di Brieno (mt 203) con buona pendenza fino al Pian d'Erba (mt 1165), da cui si può godere uno splendido panorama sul primo bacino del Lario, poi una discesa lungo mulattiere porta all'Alpe di Comana e quindi scende a Posa, Schignano. Da qui si può tornare sul lago con autobus o tramite le belle mulattiere sino ad Argegno - Periodo: estate - inizio primavera - tardo autunno. Dislivello: +960; -330 mt - Tempo: 3,5 ore + rientro - Difficoltà E - Acqua: piccola e periodica sorgente (Torbole) dopo la "scala santa" - Attrezzatura: da escursioni prealpine.

### **Argegno - Pigra - Colonno**

Un bell'itinerario, percorribile anche da biker esperti, che comincia con la salita in funivia da Argegno a Pigra. Poi per vecchie mulattiere e sentieri scende ripido con stupende vedute sul lago fino a Colonno. Da Colonno ad Argegno per chi è a piedi consigliamo l'autobus. Itinerario: Argegno - Pigra - Corniga - Colonno - Argegno - durata totale ore: 2-2,5 - dislivello: 90 m. circa - difficoltà: facile ma con tratti di ripida mulattiera in discesa.

### **Lanzo - Sighignola (mt 1302), Balcone d'Italia**

È una meta comodamente accessibile da Lanzo (partenza dalla vecchia sciovia) sia per chi va a piedi che per i biker: lungo il percorso si trova un'area per pic-nic attrezzata dall'Amministrazione Comunale. Evitare le possibili deviazioni dalla traccia principale perché alcune conducono a dirupi. In vetta, dal cosiddetto "Balcone d'Italia", si gode di un panorama che spazia dal lago di Lugano, alle Alpi Grigionesi, al Monviso fino agli Appennini. Tempo: 1,5-2 ore - Difficoltà: F+.

## Lanzo - Monte Caslè (mt 1045) e Monte Pinzernone (mt 1175)

Lasciata l'auto in prossimità del Centro Ortopedico Fisioterapico, si può agevolmente raggiungere in 15' la cima del Monte Caslè, sulle cui pendici sono i resti di un castelliere preistorico, risalente a circa 3.000 anni fa, e di un masso cupelliforme. Proseguendo per un'oretta si raggiunge la vetta del Monte Pinzernone e i bellissimi panorami sul Lago di Lugano e sulla Valsolda che questo itinerario può offrire.

## La Greenway

Si tratta di una passeggiata dolce da Colosso a Cadenabbia di Griante lunga ca. 10 km che segue tratti dell'Antica Strada Regina. Itinerario: Colosso, Sala Comacina, Ossuccio, Lenno, Mezzegra, Tremezzo, Griante. Durata totale ore: 3.30 - dislivello: 100 m. - Difficoltà: Turistica.

## San Martino di Griante (mt 475)

Il Santuario di San Martino si trova sul pendio del Sasso di San Martino in uno dei punti più panoramici della zona del centro lago. Lungo la mulattiera sono situate le cappelle devozionali che rappresentano i Misteri del Santo Rosario. Il percorso si snoda attraverso prati e boschi del Parco Oasi Naturale di San Martino: sulla roccia a strapiombo nidificano alcune specie protette di rapaci. Itinerari possibili: Cadenabbia - Griante - San Martino/Tremezzo - Rodero - Cadenabbia - San Martino (seguire i cartelli con l'indicazione S.Martino). Durata totale ore: 1.15 - dislivello: 275 m circa. Difficoltà: itinerario quasi interamente in salita ma senza difficoltà tecniche.

## Claino - Santa Giulia

Si parte da centro paese e si seguono le indicazioni per Oratorio S. Giulia - Alpe di Claino, camminando sulla comoda strada acciottolata tra boschi di latifoglie, che ricalca l'antica strada che conduceva a Porlezza. Lungo il percorso è visibile la Cascata di Rescia e l'invaso artificiale dell'Enel. Infine si attraversa un ponte e finisce la strada: eccoci a S.Giulia. Durata: 1.30 - Dislivello di circa 150 m.

## Sentée di Sort (da Rovenna a Moltrasio)

Il percorso storicamente era utilizzato per raggiungere Moltrasio e le Osterie dove si ballava la domenica. È interessante per i suoi panorami sul lago e per la possibilità di visitare le antiche cave di pietra moltrasina. Partendo da Rovenna attraverso la mulattiera si raggiungono le Cave del Niasc, ora dismesse, di cui si possono osservare ancora gli scivoli per lo scorrimento delle pietre tagliate. Si prosegue per Casarico (frazione di Moltrasio), dalla Cappellina si sale ai Monti di Lenno (in Comune di Cernobbio), con ampia vista, e da qui si raggiunge la mulattiera che dal Bisbino scende a Rovenna, passando dalle Cascine di Scarone.

## Sentiero mezza costa

Già presente su molte vecchie carte il sentiero, raggiungibile dalla strada che sale al Bisbino (5° tornante), parte in prossimità dei Monti Lenno e collega i comuni di Cernobbio, Moltrasio, Carate Urio, Laglio fino al centro di Brienno, per una lunghezza complessiva di circa 12 km, sempre ad una quota tra mt 600 e mt 700, per scendere a mt 300 circa in prossimità nel comune di Brienno. Durata: ca. 4 ore. Pur non presentando particolari difficoltà è sconsigliato ad escursionisti poco allenati considerando la lunghezza ed i tempi di percorrenza.

## La Valle dei Mulini (Dizzasco - Cerano)

Dal centro di Dizzasco una mulattiera scende per la Valle dei Mulini, così chiamata perchè un tempo qui erano attivi numerosi opifici a forza idraulica: mulini a macina, a percussione e magli idraulici. Risalenti al 1600-1700, erano utilizzati per macinare grano e castagne e per fabbricare utensili agricoli. Il mulino dei Traversa fu l'ultimo a smettere di macinare nel 1975: si possono ancora ammirare la ruota e la ciminiera. Nei pressi un bel ponte medioevale a schiena d'asino attraversa il Torrente Telo, quindi la mulattiera raggiunge la Loc. Storta e il Comune di Cerano.