

## PROGRAMMA CICLO

13.06.2019

*Un percorso intriso di storia che ci porterà a scoprire grandi panorami sulla Val Grande e non solo.*

**Montorfano: cultura, storia militare e non solo.**

**Luogo:** Montorfano Vetta **Zona:** Verbano

**Dist.:** 15 km **Dislivello +:** 1000 **Quota Partenza:** 201 **Quota Arrivo:** 794

**Difficoltà:** BC/BC **N. Carta G4M:** 15

13.06.2019

*Percorrendo la linea Cadorna tra cave di marmo, panorami sul lago di Mergozzo e le montagne circostanti.*

**Luoghi dove immaginare la vita dei nostri "Ragazzi del 99"**

**Luogo:** Montorfano Polveriera **Zona:** Verbano

**Dist.:** 13 km **Dislivello +:** 650 **Quota Partenza:** 201 **Quota Arrivo:** 540

**Difficoltà:** MC/BC **N. Carta G4M:** 15

14.06.2019

*Punta Migliandone e Forte di Bara sono la porta di accesso alla bassa Val Toce, percorreremo le storiche mulattiere militari della prima grande guerra.*

**Al cospetto della Val Grande.**

**Luogo:** Magliandone-Cortevocchio **Zona:** Val Toce

**Dist.:** 30 km **Dislivello +:** 1420 **Quota Partenza:** 201 **Quota Arrivo:** 1586

**Difficoltà:** MC/BC **N. Carta G4M:** 14

14.06.2019

*Un percorso di fondovalle con le sue opere militari, la ciclabile del Toce al cospetto delle irte montagne che custodiscono l'accesso alla Val Grande.*

**Alla riscoperta della bassa Val Toce**

**Luogo:** Anello Fondotoce - Forte di Bara (Boden) **Zona:** Val Toce

**Dist.:** 45 km **Dislivello +:** 320 **Quota Partenza:** 201 **Quota Arrivo:** 493

**Difficoltà:** MC/MC **N. Carta G4M:** 14

15.06.2019

*Raggiungeremo il Monte Zeda, una delle più significative montagne della Val Grande, percorrendo vie militari ricche di fortificazioni con un panorama sull'arco alpino a 360°.*

**Monte Zeda, panorama a 360°**

**Luogo:** Piancavallo - Monte Zeda **Zona:** Verbano

**Dist.:** -- km **Dislivello +:** 1100 **Quota Partenza:** 1244

**Quota Arrivo:** 1710 VADA' - 2156 ZEDA **Difficoltà:** MC/MC **N. Carta G4M:** 14

15.06.2019

*Si può considerare un percorso storico a tutti gli effetti data la numerosa presenza di opere di ingegneria militare, non mancano i panorami sulla Val Grande e il Verbano.*

**Due montagne minori, ma non per storia e panorami.**

**Luogo:** Monte Morissolo - Monte Spalavera **Zona:** Verbano

**Dist.:** -- km **Dislivello +:** 450 **Quota Partenza:** 1244 **Quota Arrivo:** 1535

**Difficoltà:** MC/MC **N. Carta G4M:** 14

16.06.2019

*Monte Mottarone: la Montagna dei due laghi situato al centro tra Verbano e Cusio, tra alpeggi e panorami emozionanti!*

**La montagna dei due laghi: Verbano e Cusio.**

**Luogo:** Agrano-Mottarone-Agrano **Zona:** Mottarone

**Dist.:** 23 km **Dislivello +:** 1042 **Quota Partenza:** 450 **Quota Arrivo:** 1492

**Difficoltà:** MC/BC **N. Carta G4M:** 17

16.06.2019

*Monte Falò, per gli abitanti locali: "Tre Montagnette" per la caratteristica di avere tre piccoli dolci cucuzzoli adiacenti, tra alpeggi, panorami sulle montagne circostanti, il Verbano e altri laghi varesini.*

**Monte Falò: un luogo di meditazione per tutti.**

**Luogo:** Armeno-Monte Falò-Agrano **Zona:** Mottarone

**Dist.:** 27 km **Dislivello +:** 530 **Quota Partenza:** 520 **Quota Arrivo:** 1050

**Difficoltà:** MC/BC **N. Carta G4M:** 17

## PROGRAMMA EVENTI

**Sabato 8/6**

Presso teatro "Il Maggiore" di Verbania Meeting Nazionale dei Sentieri 10.30 – 16.30 con pausa rinfresco prevista per le 13.00 – Programma dettagliato degli interventi in definizione da parte di sosec Titolo provvisorio Il Sentiero Italia come spina dorsale del Catasto Nazionale dei Sentieri

**Sabato 8/6**

Presso teatro "Il Maggiore" di Verbania Apertura della Settimana Nazionale dell'Escursionismo saranno presenti la Presidente CAI Piemonte Daniela Formica e il Presidente Generale del CAI Vincenzo Torti

**Domenica 9/6**

Giornata Nazionale In Cammino nei Parchi – Presso il Castello di Vogogna – Alla scoperta del parco Nazionale Della Val Grande – presenti Presidente del Parco Massimo Bocci e Presidente Commissione Centrale Tutela Ambiente Montano CAI Filippo Didonato componente Federparchi ore 21.00 Presentazione del libro di Alberto Paleari "L'altro lato del paradiso", Hoepli editore 2018

**Lunedì 10/6**

Serata dedicata ai Rifugi presso teatro "Il Maggiore" di Verbania ore 21.00: Rifugi & Buone Pratiche. Formazione-informazioni per la corretta frequentazione del rifugio. A cura della Commissione Centrale Rifugi ed Opere Alpine.

**Martedì 11/6**

Serata del Parco nazionale della Val Grande presso foyer Teatro Maggiore, Verbania, ore 21.00. Georisorse e geoturismo: la Via GeoAlpina del Sesia Val Grande Unesco Global Geopark, con prof. Marco Giardino (univ. Torino), Tullio Bagnati (direttore del parco)

**Mercoledì 12/6**

I Seniores nell'escursionismo CAI una risorsa da sfruttare - Teatro Il Maggiore Verbania dalle 17.00 alle 19.00

**Giovedì 13/6**

Presso teatro "Il Maggiore" di Verbania "La montagnaterapia cammina nel Parco della Valgrande – esperienze di montagnaterapia nel CAI – convegno dalle 17.00 alle 21.00

**Venerdì 14/6**

Presso teatro "Il Maggiore" di Verbania ore 21.00 Serata Coralità CAI- Armonia tra la montagna e la sua gente - Coro CAI Sondrio - Coro SEO CAI Domodossola, nel 150° Anniversario di Fondazione della Sezione. Presenterà il presidente del centro nazionale coralità CAI Past President generale CAI Gabriele Bianchi

**Sabato 15/6**

Incontro internazionale escursionismo Italia Svizzera Presso la sala del Teatro Galletti di Domodossola ore 10.00

**Sabato 15/6**

Tradizionale cena dei Cicloescursionismo, aperta a tutti gli escursionisti e soci Presso teatro "Il Maggiore" di Verbania

**Domenica 16/6**

Incontro internazionale Italia-Svizzera. Escursioni guidate sul territorio con mezzi pubblici

**Domenica 16/6**

Presso il Teatro Il Maggiore a Verbania Congresso Nazionale Accompagnatori di Escursionismo CAI



21ª settimana Nazionale  
dell'escursionismo  
8 - 16 Giugno 2019



est MONTEROSA



Città di Verbania



Città di Verbania



Struttura Operativa Sentieri e Cartografia



# PROGRAMMA GITE

**09.06.2019**

**Con gli occhi pieni di lago**

**Luogo:** Cannero-Ghiffa-Cannero **Zona:** Verbano **Dist.:** 11,5 km  
**Dislivello +:** 700 **Dislivello -:** 480 **Tempo:** h. 3,45 **Difficoltà:** E **N. Carta G4M:** 15

**09.06.2019 \***

**Tra rocce e castelli**

**Luogo:** Vogogna e la Rocca **Zona:** Val Toce **Dist.:** 6,5 km  
**Dislivello +:** 202 **Dislivello -:** 197 **Tempo:** h. 2 **Difficoltà:** T **N. Carta G4M:** 14

**09 -10.06.2019**

**Nel cuore della Val Grande**

**Luogo:** Traversata : Malesco-Premosello-Malesco **Zona:** Val Grande interna  
**Posto Tappa:** Bivacco In La Piana **Dist.:** 15+15 km  
**Dislivello +:** 1111+784 **Dislivello -:** 897+1506 **Tempo:** h. 5,5+6  
**Tempo salita:** h. 4+3 **Difficoltà:** EE **N. Carta G4M:** 14

**10.06.2019**

**Cultura dell'uomo**

**Luogo:** Cossogno - Giro breve dei 7 campanili **Zona:** Verbano  
**Dist.:** 10 km **Dislivello +:** 331 **Dislivello -:** 331 **Tempo:** h. 2,45  
**Difficoltà:** E **N. Carta G4M:** 15

**10.06.2019 \***

**Gli alpeggi della fatica**

**Luogo:** Premosello e Alpe Capraga **Zona:** Val Grande esterna  
**Dist.:** 12,5 km **Dislivello +:** 778 **Dislivello -:** 778 **Tempo:** h. 4,25  
**Difficoltà:** E **N. Carta G4M:** 14

**10.06.2019**

**La valle degli scozzesi**

**Luogo:** Gurro-La Piota-Gurro **Zona:** Val Cannobina  
**Dist.:** 16 km **Dislivello +:** 1200 **Dislivello -:** 1200 **Tempo:** h. 6,3  
**Tempo salita:** h. 4,30 **Difficoltà:** EE **N. Carta G4M:** 13

**10.06.2019**

**Panorami della Vigizzo**

**Luogo:** Patqueso e il Pizzo Ragno **Zona:** Val Vigizzo  
**Dist.:** 14 km **Dislivello +:** 1380 **Dislivello -:** 1380 **Tempo:** h. 6,55  
**Tempo salita:** h. 4,05 **Difficoltà:** EE **N. Carta G4M:** 14

**10-11.06.2019**

**Nel cuore della Val Grande**

**Luogo:** Traversata: Premosello-Malesco-Premosello **Zona:** Val Grande interna  
**Posto Tappa:** Bivacco In La Piana **Dist.:** 15+15 km  
**Dislivello +:** 1506+897 **Dislivello -:** 784+1111 **Tempo:** h. 6,30+5,25  
**Tempo salita:** h. 4,30+2,45 **Difficoltà:** EE **N. Carta G4M:** 14

**11.06.2019 \***

**Tra uomo e natura**

**Luogo:** Cicogna, Alpe Pra, Pogallo, Cicogna **Zona:** Val Grande esterna  
**Dist.:** 10 km **Dislivello +:** 688 **Dislivello -:** 688 **Tempo:** h. 3,55  
**Tempo salita:** h. 1,5 **Difficoltà:** E **N. Carta G4M:** 14

**11-12-13.06.2019**

**Vivere i contrasti della Val Grande**

**Luogo:** Trontano, Rif.Parpinasca, Ragozzale, Trontano **Zona:** Val Grande interna  
**Posto Tappa:** Rif.di Parpinasca **Dist.:** 8,5+16,5+8,5 km  
**Dislivello +:** 1224+1032+270 **Dislivello -:** 564+1032+950 **Tempo:** h. 5+6,2+2,55  
**Tempo salita:** h. 3,55+4,3+0,45 **Difficoltà:** EE **N. Carta G4M:** 14

**11-12.06.2019**

**Nel cuore della Val Grande**

**Luogo:** Traversata : Malesco-Premosello-Malesco **Zona:** Val Grande interna  
**Posto Tappa:** Bivacco In La Piana **Dist.:** 15+15 km  
**Dislivello +:** 1111+784 **Dislivello -:** 897+1506 **Tempo:** h. 5,5+6  
**Tempo salita:** h. 4+3 **Difficoltà:** EE **N. Carta G4M:** 14

**11-12.06.2019**

**Sulle creste tra wilderness e lago**

**Luogo:** Scareno, Pian Cavallone, Zeda, Scareno **Zona:** Val Grande esterna  
**Posto Tappa:** Rif.Piancavallone **Dist.:** 9+17 km  
**Dislivello +:** 1170+750 **Dislivello -:** 140+1610 **Tempo:** h. 5,00+6,30  
**Tempo salita:** h. 4,45+3,30 **Difficoltà:** E-EE **N. Carta G4M:** 15

**12 -13.06.2019**

**Nel cuore della Val Grande**

**Luogo:** Traversata : Malesco-Premosello-Malesco **Zona:** Val Grande interna  
**Posto Tappa:** Bivacco In La Piana **Dist.:** 15+15 km  
**Dislivello +:** 1111+784 **Dislivello -:** 897+1506 **Tempo:** h. 5,5+6  
**Tempo salita:** h. 4+3 **Difficoltà:** EE **N. Carta G4M:** 14

**12.06.2019**

**Una cresta vertiginosa sospesa nel verde**

**Luogo:** Ruspeso-Cima Corte Lorenzo-Rupesio **Zona:** Val Grande esterna  
**Dist.:** 6 km **Dislivello +:** 1229 **Dislivello -:** 1229 **Tempo:** h. 8,15  
**Tempo salita:** h. 4,35 **Difficoltà:** EEA **N. Carta G4M:** 14

**12.06.2019 \***

**Il fascino della Linea Cadorna**

**Luogo:** Piancavallo-Morissolo-Piancavallo **Zona:** Verbano  
**Dist.:** 6,5 km **Dislivello +:** 245 **Tempo:** h. 1,55  
**Tempo salita:** h. 1,25 **Difficoltà:** T **N. Carta G4M:** 15

**12.06.2019**

**Gli antichi rituali del commercio**

**Luogo:** Via del Mercato-Masera **Zona:** Valle Vigizzo  
**Dist.:** 16 km **Dislivello +:** 544 **Dislivello -:** 238 **Tempo:** h. 4,15  
**Tempo salita:** h. 4 **Difficoltà:** T **N. Carta G4M:** 12

**12-13.06.2019**

**Nel cuore della Val Grande**

**Luogo:** Traversata: Premosello-Malesco-Premosello **Zona:** Val Grande interna  
**Posto Tappa:** Bivacco In La Piana **Dist.:** 15 km  
**Dislivello +:** 1506 **Dislivello -:** 784 **Tempo:** h. 6,30  
**Tempo salita:** h. 4,30 **Difficoltà:** EE **N. Carta G4M:** 14

**13.06.2019**

**Un Monte isolato tra natura e storia**

**Luogo:** Montorfano da Mergozzo **Zona:** Verbano  
**Dist.:** 12,5 km **Dislivello +:** 597 **Dislivello -:** 597 **Tempo:** h. 4  
**Tempo salita:** h. 2,15 **Difficoltà:** E **N. Carta G4M:** 14

**13.06.2019 \***

**I luoghi all'entrata della Val Grande**

**Luogo:** Cossogno-Ponte Casletto-Cossogno **Zona:** Val Grande esterna  
**Dist.:** 15,5 km **Dislivello +:** 708 **Dislivello -:** 708 **Tempo:** h. 5  
**Tempo salita:** h. 2,1 **Difficoltà:** E **N. Carta G4M:** 14

**13.06.2019**

**Una cima panoramica**

**Luogo:** Malesco e La Cima **Zona:** Val Vigizzo  
**Dist.:** 11,5 km **Dislivello +:** 1108 **Dislivello -:** 1108 **Tempo:** h. 5,45  
**Tempo salita:** h. 3,4 **Difficoltà:** E **N. Carta G4M:** 13

**14.06.2019 \***

**Tra storia e wilderness**

**Luogo:** Cicogna e il Pian di Boit **Zona:** Val Grande interna  
**Dist.:** 16 km **Dislivello +:** 654 **Dislivello -:** 654 **Tempo:** h. 4,55  
**Tempo salita:** h. 2,5 **Difficoltà:** E **N. Carta G4M:** 15

**14.06.2019**

**Un avamposto storico della Val Grande**

**Luogo:** Scaredi e la Bocc.di Campo - Fondo di Gabi **Zona:** Val Grande interna  
**Dist.:** 13 km **Dislivello +:** 1050 **Dislivello -:** 1050 **Tempo:** h. 5,4  
**Tempo salita:** h. 3,25 **Difficoltà:** EE **N. Carta G4M:** 14

**14.06.2019**

**Giornata della Montagnaterapia,**

**Cammino nel Parco Valgrande su "Un sentiero per tutti"**

**Luogo:** Castello di Vogogna

**14-15.06.2019**

**Sulle creste tra wilderness e lago**

**Luogo:** Cossogno, Pian Cavallone, Zeda, Scareno-Cossogno  
**Zona:** Val Grande interna **Posto Tappa:** Rif.Piancavallone **Dist.:** 10+17 km  
**Dislivello +:** 1380+750 **Dislivello -:** 250+1610 **Tempo:** h. 5,30+6,30  
**Tempo salita:** h. 5+3,30 **Difficoltà:** E-EE **N. Carta G4M:** 15

**15.06.2019**

**Insieme per immergerci nel bello**

**Luogo:** Zeda dal Pian d'Arla **Zona:** Val Grande esterna  
**Dist.:** 21 km **Dislivello +:** 849 **Dislivello -:** 849 **Tempo:** h. 6,45  
**Tempo salita:** h. 3,5 **Difficoltà:** EE **N. Carta G4M:** 15

**15.06.2019**

**Musica in quota - Note musicali in Val Grande**

**Luogo:** Pian d'Arla **Zona:** Val Grande esterna

**16.06.2019**

**Vita di montagna e vita d'arme**

**Luogo:** Monte Carza, Viggiona - Chiglio  
**Zona:** Verbano **Dist.:** 7 km **Dislivello +:** 421 **Dislivello -:** 421 **Tempo:** h. 5,1  
**Tempo salita:** h. 2,4 **Difficoltà:** E **N. Carta G4M:** 15

**16.06.2019**

**Paesi antichi della Piana del Toce**

**Luogo:** Masera e le sue frazioni **Zona:** Verbano **Dist.:** 5,5 km  
**Dislivello +:** 302 **Dislivello -:** 302 **Tempo:** h. 2 **Difficoltà:** T **N. Carta G4M:** 12

## NOTIZIE UTILI

**Logistica:** Disponibilità di pernottamento di ogni genere e categoria- vedi su sito Centro informazioni e punto di ritrovo Teatro Maggiore Via S. Bernardino,49 VB

**Info escursioni:** Le iscrizioni alle escursioni si effettuano unicamente sul sito  
Si raccomanda di valutare attentamente difficoltà, durata e descrizione dell'escursione prima di effettuare una scelta.

La struttura Bivacco in la Piana è nel cuore della Val Grande, non ha letti ne servizi igienici, ne custode, ne possibilità di comunicazione. Adatta ad escursionisti abituati al disagio. Molti percorsi possono presentarsi più impegnativi rispetto a quanto percorso abitualmente. Gli accompagnatori gestiranno i gruppi ma la responsabilità del percorso resta individuale. In generale ma particolarmente nei percorsi che entrano in Val Grande sono presenti zecche e vipere. Si raccomanda il rispetto delle norme di sicurezza.

\* l'asterisco significa "con le Guide del Parco"

**Organizzatori:** La SNE è organizzata dall'Intersezionale Cai Est Monte Rosa con la collaborazione del Parco Nazionale Val Grande e con l'ausilio tecnico della Scuola di Escursionismo Est Monte Rosa. Si ringraziano: Cai Centrale, Cai Piemonte, Sosec Piemonte.

**Riferimenti:** Per ogni tipo di comunicazione si rimanda agli indirizzi contenuti nel sito ufficiale [www.settimanaescursionismo.cai.it](http://www.settimanaescursionismo.cai.it)