



CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI CORSICO



Via Roma, 15 - 20094 Corsico (MI) - Tel. 02.8232.6592
www.caicorsico.it e-mail: cai.corsico@libero.it apertura giovedì h 21-23

sabato 8 giugno 2024

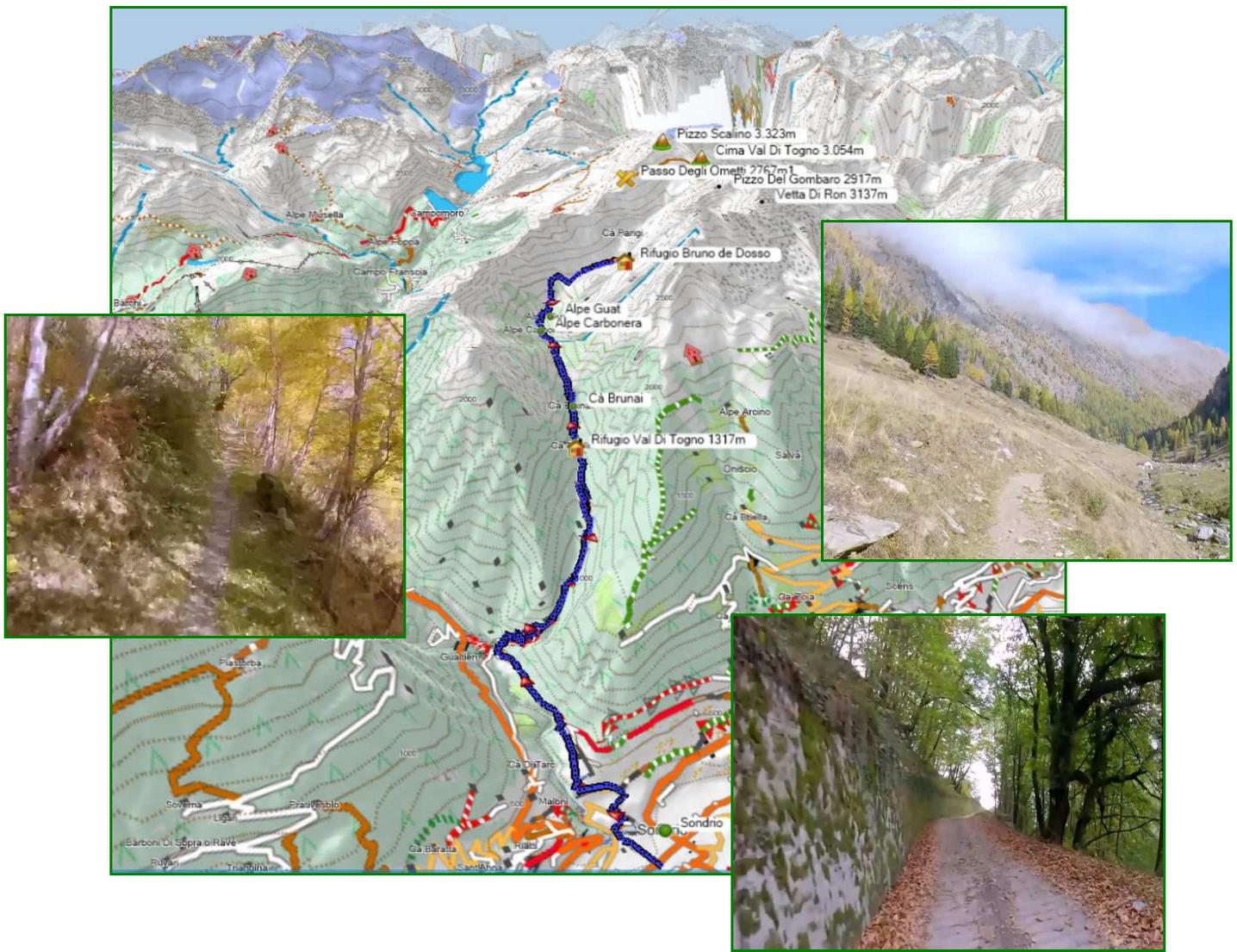
Val di Togno MTB (mountain bike)

DESCRIZIONE

La Val di Togno è una valle molto solitaria ed ancora oggi estranea al turismo di massa, luogo selvaggio e fuori dal mondo, eco di un'antichissima tradizione alpina, povera e aspra, "remota ed isolata gola di nessuno" che sorprende nella sua parte finale (la Val Painale) più aperta e luminosa, incorniciata da vette imponenti, come il Pizzo Scalino e la Vetta di Ron.

Segreto di tanta riservatezza starà nei difficili valichi che la separano nelle adiacenti Valmalenco e Val Fontana o nelle secolari leggende che la narrano come antro di streghe e demoni?

Un viaggio alla scoperta di una valle chiusa e nascosta, ancora meta di alpigiani d'alpe produttori di formaggi e ricotte, ci attende!



Partenza	Ritrovo alle ore 8:30 nel piazzale antistante la stazione Ferroviaria di Sondrio.
Suggerimenti per il viaggio	Treno Regionale Milano Centrale (6:20) – Sondrio (8:20). Spesa biglietto persona (circa 11,50 euro sola andata) + trasporto bici (3,00 euro valido per 24h) acquistabili in stazione tramite bancomat / carta alle biglietterie automatiche. Mezzi propri: SS.36 Milano-Lecco-Colico. A Colico proseguire sulla SS.38 in direzione Sondrio: uscita Sondrio/Valmalenco. Possibilità di parcheggio nei pressi della stazione, in via Tonale.
Ritorno	Treno Regionale Sondrio – Milano (ultimo treno 20:41 in partenza da Sondrio).
Iscrizioni	Tramite e-mail o WhatsApp, da inviare agli organizzatori. Versamento delle quote il giorno stesso della gita. Data di chiusura iscrizioni: giovedì 6 giugno 2024.
Quote	soci: euro 5,00 - non soci euro 15,00 . La quota comprende soccorso alpino, polizza infortuni, responsabilità civile. Per la copertura assicurativa, i non soci, oltre al nome devono comunicare la data di nascita.
Abbigliamento/ Equipaggiamento	Da ciclismo (pantaloni lunghi o corti, maglietta, maglione o pile, giacca antivento, cappellino sottocasco, guanti leggeri) in base alle temperature del periodo. Si consigliano maglietta di cambio e occhiali da sole (meglio se con lenti chiare). Obbligatorio casco e luci fronte/retro da posizionare sulla bici (consigliata sempre la frontale).
Attrezzatura	Bici mountain-bike (FULL o FRONT) , camere d'aria in caso di foratura (se ne consigliano due), piccolo zaino, borracce o bottiglie d'acqua.
Pranzo	Pranzo al sacco in autonomia: Il rifugio Val di Togno non fa servizio di ristorazione! Si consigliano, sempre, barrette /cibi energetici da consumare lungo l'itinerario, anche al di fuori del pranzo.
Premi sezionali	Premio Fedeltà: 1 punto.
Organizzazione	Claudio Terenzi (347.9494989), claudio.terenzi@gmail.com

ITINERARIO

1° PARTE: Partendo dalla stazione di Sondrio (300m), attraversare il centro storico della città e in direzione nord giungere fino all'abitato di Arquino (480m). Stando sempre sul lato orografico sinistro del torrente Mallero, lasciare la strada asfaltata e svoltare a dx sulla strada carrabile, parzialmente sterrata/cementata, diretta in Val di Togno. Per 7 km risalire la tortuosa strada che si inerpica nella vallata fino a giungere dopo 840 m di dislivello al rifugio omonimo, ex caserma delle Guardie di Finanza (1.320m).

2° PARTE: Da qui fino alla fine della vallata, per 6,5 km, addentrandosi nella stretta vallata percorsa dal torrente Antrognasco, la carrareccia lascia il posto ad un sentiero (single track) più tecnico, che alterna tratti pietrosi con fondo sconnesso (che può comportare la spinta a mano della bici) a tratti più sterrati e ciclabili, fino a giungere ad un ampio e luminoso alpeggio, l'alpe Painale (2.120m) e al rifugio Bruno del Dosso (non custodito).

Tipologia	4,5 km (25% strada asfaltata); 7 km (40% carrareccia cementata/ sterrata) 6,5 km (35% single track sterrato)
Lunghezza	18 km salita / 18 km discesa
Dislivello	1.820m (salita) / 1.820 (discesa)
Tempi di percorrenza	5:00 ore (salita) / 3:00 (discesa)
Difficoltà tecnica	MC (fino al rifugio Val di Togno) – OC (dal rifugio fino all'Alpe Painale)
Impegno fisico	Per chi volesse, possibilità di percorrere solo la 1° PARTE, fermandosi nei pressi del rifugio Val di Togno. 1° PARTE: MEDIO su facile percorso cementato / sterrato 1°+2° PARTE: MOLTO ALTO: idoneo a persone con una OTTIMA preparazione fisica, in grado di percorrere salite ripide con fondo sconnesso e anche in single track.
Bellezza paesaggio / natura	Valle isolata e poco frequentata, che offre, a chi la percorre, di immergersi in una natura di altri tempi!

IN CASO DI CONDIZIONI METEO ED AMBIENTALI NON IDONEE, POSSIBILITÀ DI RINVIO AL GIORNO DOPO, O MODIFICA DEL TRACCIATO, O ANNULLAMENTO!