



TOUR DEL CISTELLA MTB



Lunghezza totale dell'itinerario	38 km
Difficoltà complessiva	DIFFICILE (OC)
Località di partenza e quota	Punta del Dosso 2480 (da raggiungere in seggiovia)
Località di arrivo e quota	San Domenico 1410
Dislivello in salita	1350 con l'utilizzo della seggiovia tra San Domenico e Punta del Dosso. 1700 con l'utilizzo della seggiovia solo tra San Domenico e Alpe Ciamporino. 2400 senza l'utilizzo della seggiovia
Dislivello in discesa	2400 con l'utilizzo della seggiovia (consigliato) tra San Domenico e Punta del Dosso. 2200 m se si utilizza la seggiovia solo tra San Domenico Alpe Ciamporino o se non la si usa affatto
Tempo di percorrenza	Da 5 a 7 ore (senza contare le soste)
Informazioni su orari e costi degli impianti di risalita di San Domenico	 www.sandomenicoski.com Tel. +39 0324 780868 E-mail: info@sandobikepark.com

NOTE GENERALI

Il Tour del Cistella MTB rappresenta un anello di 38 km di straordinario interesse attorno alla montagna simbolo dell'alta Ossola. Coinvolge 3 comuni dell'alta Ossola (Varzo, Crodo e Baceno). L'itinerario utilizza una rete di sentieri e di piste agro silvo pastorali e consortili esistenti.

Il giro ad anello può essere affrontato partendo da due località: **San Domenico** (Comune di Varzo) raggiungibile anche con i mezzi pubblici, oppure **Foppiano** (comune di Crodo), non servito da mezzi pubblici, ma che consente di affrontare subito con forze fresche il tratto più impegnativo, la salita al Passo della Colmine.

Il Tour del Cistella è impegnativo, con salite anche molto ripide, per cui è fortemente raccomandato l'uso di una buona E-bike biammortizzata.

Visto il dislivello importante e la durata complessiva del giro, si raccomanda di utilizzare da San Domenico gli impianti di risalita che consentono di guadagnare quota e trasportare le bici fino ai 2500 m della Punta del Dosso. Il Colle di Ciamporino è raggiungibile da San Domenico anche mediante piste di servizio degli impianti ma ne sconsigliamo fortemente l'uso perché poco interessanti, molto ripide, spesso molto rovinare e costringe ad un inutile e rischioso consumo di batteria.

Il percorso va affrontato **solo in senso orario** perché il tratto della Valle Bondolero è fattibile solo in discesa.

DESCRIZIONE

Di seguito si descrive l'itinerario con partenza da San Domenico ma se si parte da Foppiano basta iniziare la lettura da quel punto.

Dall'arrivo della seggiovia di Punta del Dosso si scende al Colle di Ciamporino lungo il bel percorso bike **Easy Dosso 2500** di media difficoltà. Dal colle si scende lungo la pista fino alla stazione di partenza della seggiovia Bondolero. Da qui si scende dritti attraversando subito un piccolo valloncetto che più a valle diventa molto più incassato e scomodo da superare; dopo un primo tratto per prateria d'alta quota cosparso di pietre si incrocia il sentiero segnalato che raggiunge il fondo della Valle Bondolero e quindi con un mezzacosta si scende all'**Alpe Bondolero**, alpeggio dove viene prodotto un ottimo formaggio (prestare attenzione alle mucche al pascolo e a tutto ciò che esse lasciano sul terreno!).

Dalla baita dell'Alpe si traversa in piano per 250 m a raggiungere un colletto da cui inizia un tratto di sentiero piuttosto accidentato a mezza costa che raggiunge l'**Alpe Case di Sotto**. Da qui il sentiero inizia a scendere nel bosco in modo più deciso con un tratto che costringe i più a scendere di sella (in alternativa dalle baite di Case di Sotto ci si sposta più a sinistra (scendendo) rispetto al sentiero per prendere un ripido pratone che consente di scendere facilmente senza particolari ostacoli). Alla fine del ripido sentiero si traversa verso destra per raggiungere il fondovalle della Val Bondolero da dove parte una pista di servizio sterrata che scende lungo la valle con alcuni tornanti fino al Piano di Rio Secco. Da qui la pista risale per breve tratto e poi continua in discesa a mezza costa fino alle case di **Agarù** dove ci si immette nella cosiddetta **Veia di Scuetar**, un percorso MTB tra i più apprezzati. Il percorso prosegue su sentiero a mezza costa con pendenza modesta e alcuni ostacoli ma è quasi sempre pedalabile anche se occorre attenzione perché esposto. Si incrocia una pista consortile, la si percorre per breve tratto in discesa e subito dopo si riprende a destra il sentiero che prosegue a mezza costa fino a superare il vallone del **Rio Ghendola** (con un breve portage di 40 metri in salita per superare una gradinata). Da qui inizia un tratto molto divertente, largo e pianeggiante, che porta ad incrociare una bella Via Crucis che collega Cravegna con l'Oratorio della Salèra. Si attraversa la mulattiera e si prosegue in piano lungo un tratturo che porta al cosiddetto **Bacino**, un edificio da cui partono le condotte della centrale di Verampio. Dal Bacino la strada diventa molto più larga e prosegue fino ad incrociare la pista consortile per l'Alpe Deccia. All'incrocio si gira a destra e si comincia a salire lungo la strada asfaltata per alcuni tornanti fino a raggiungere la deviazione per l'**Alpe Voma**. Si imbocca la pista sterrata per Voma, che termina appena prima delle baite, per poi proseguire in piano sul sentiero delimitato da un muretto a secco che va ad attraversare il **Rio Alfenza**. Subito dopo il guado inizia un tratturo in discesa che poco dopo diventa una ripida pista asfaltata che scende a **Foppiano**. Superato l'albergo Pizzo del Frate (l'albergo offre servizio di ricarica per le ebike e rappresenta un ottimo punto di ristoro prima di affrontare la difficile risalita del Passo della Colmine), si prosegue su ampio sentiero per circa 200 m e seguendo la segnaletica si prende a sinistra il sentiero che scende ad incrociare la pista consortile per l'Alpe Cheggio. Si inizia a salire lungo la pista in parte asfaltata per Cheggio per circa 800 m, fino ad incrociare un tratturo che sale ripido a destra per la località **Faiö**. Da qui inizia il tratto più impervio del percorso: la risalita del Passo della Colmine, che rappresenta lo spartiacque tra Valle Antigorio e Val Divedro. All'inizio si segue un ripido sentiero a mezzacosta che in breve con due ripidi tornanti conduce a **Cavruga** (questo tratto è difficilmente pedalabile dato anche il fondo piuttosto sdruciolevole ma complessivamente si traduce in 3-4 minuti di portage). Da qui il sentiero prosegue dapprima con pendenza minore, poi inizia una lunga serie di tornanti alternando tratti più facili a tratti ripidi difficilmente pedalabili. Il sentiero è comunque largo e consente di accompagnare la bici di lato senza doverla sollevare di peso. Un ultimo ampio tornante consente di raggiungere la dorsale boscata e il **Passo della Colmine**. Non immaginatevi grandi panorami, siete immersi in un fitto ma suggestivo bosco di abeti! Dopo aver ripreso fiato inizia la discesa dal passo. Il primo tratto richiede ancora molta concentrazione e buona tecnica perché il sentiero è ripido (prestare attenzione). Se decidete di scendere di sella non preoccupatevi: sono solo 5 minuti! Finalmente si raggiunge un tratto più pianeggiante contraddistinto da una piccola sorgente da cui inizia un nuovo sentiero appositamente realizzato che scende con divertenti tornanti in un bel bosco di abeti e radi faggi fino ad incrociare la pista consortile che risale a Solcio. Si prosegue quindi lungo la pista consortile asfaltata fino a raggiungere il **Rifugio Piero Crosta a Solcio** (il rifugio offre servizio di ricarica gratuita per le ebike e mette a disposizione attrezzi per piccole riparazioni). Dal rifugio si continua su un lungo tratto di ampia e panoramica pista sterrata a mezza costa in quota che porta all'**Alpe Quaté** e a **Moiero**. Da qui

si inizia a scendere, dapprima su sterrato poi su pista asfaltata che conduce a **Dorcia di dentro**. Facendo attenzione alle possibili auto che si possono incontrare si prosegue su un tratto a tornanti molto ripido fino a raggiungere una deviazione su sentiero che conduce al **Bosco delle Fate** e infine si raggiunge San Domenico dove il giro si conclude.

Note: L'itinerario è segnalato con frecce rosse che riportano il codice 50 che identifica il Tour del Cistella MTB.



Alcuni cartelli segnalano la presenza di tratti difficili o pericolosi (tratti ripidi, discese pericolose, curve, incrocio con piste percorse da auto, alpeggi con animali al pascolo). Va inoltre ricordato che questi sentieri non sono ad uso esclusivo delle biciclette ma sono condivisi da anche da escursionisti a piedi. Quindi, soprattutto in discesa, va moderata la velocità, pensate sempre che dietro ad una curva potrebbe esserci qualcuno che sale. I ciclisti devono sempre dare la precedenza agli altri utenti. Ricordarsi anche che i sentieri bagnati sono più vulnerabili di quelli asciutti: restate sui sentieri, non prendete scorciatoie tagliando le curve.



RICORDA: I CICLISTI DEVONO SEMPRE DARE LA PRECEDENZA AGLI ALTRI UTENTI

