

# MTB in Val di Sole

15-16-17 Giugno 2012

Manca ancora molto alla vacanza ma per poter dar modo a tutti di decidere al meglio ho iniziato a preparare una piccola guida della vacanza, che verrà integrata nei prossimi mesi con i dettagli che via via perfezioneremo.

Per adesso ho preparato una prima descrizione degli itinerari da fare nei 3 giorni, cercando per quanto possibile - non conoscendo la zona - di scegliere le zone più belle. Punto di riferimento è stato il sito dell'APT: [www.valdisole.net](http://www.valdisole.net) ma ho cercato di raccogliere ulteriori informazioni sui forum ed altri siti internet per capire quali sono i percorsi consigliati; questa breve guida non è sicuramente esaustiva delle possibilità che offre la zona ed anzi se ci sono informazioni utili a migliorarla ben vengano!

Nella tracciatura giornaliera degli itinerari ho considerato inoltre questi elementi:

- lunghezza di circa 50 km e dislivello intorno ai 1500 mt (anche qualcosa di più in qualche caso). Quest'ultimo valore è indicativo sulla difficoltà del percorso, non conoscendo i sentieri della zona; rispetto alle nostre zone la differenza è che avremo lunghe salite che a parità di dislivello forse impegnano meno dei percorsi ondulati.
- sistemazione logistica in zona centrale della valle, con gli itinerari che partono più o meno da lì; potrebbe comunque andar bene qualsiasi altra sistemazione compresa tra Dimaro e Mezzana.
- tenendo presente il punto precedente ho scartato le 2 valli più distanti (Val di Rabbi e Val di Pejo) perché ho visto che il servizio Bicibus nel 2011 era attivo dal 25/6 (noi arriveremo il 15) e per raggiungerle, ancorché ci sia la pista ciclabile, si devono fare molti km. Sono magari le valli più intatte da un punto di vista naturalistico e probabilmente anche molto belle, ma ho timore che i percorsi siano molto più impegnativi e meno "assistiti", cosa per un gruppo numeroso e vario come il nostro non sia un punto a favore. Lo stesso dicasi per un itinerario consigliato che consente di arrivare sul Tonale (il giro dei forti), che potrebbe rientrare in gioco a seconda di dove alloggiamo (se siamo spostati a sx verso Mezzana è di circa 60 km)

Sperando che anche quest'anno la vacanza sia all'altezza delle aspettative, aggiungo solo che la voglia ed entusiasmo di pedalare su strade nuove varrà il 90% del viaggio, il resto lo faranno i magnifici paesaggi del Trentino che credo proprio non ci deluderanno!

## ALBERGO

Per l'albergo sono stati individuati 3, tenendo conto della posizione, del prezzo e dei servizi offerti. Nella scelta potrebbe essere però utile sapere se vi saranno eventuali accompagnatrici, in quanto vi potrebbero essere esigenze diverse dai ciclisti.

In allegato trovate le offerte ricevute da due alberghi selezionati.

Del terzo è arrivata una risposta cartacea. Il sito è <http://www.jobhotel.it/>, il prezzo mezza pensione è 40€ al giorno, con centro benessere.

Date un'occhiata ed eventualmente segnalate eventuali richieste e preferenze.

Altre info sul nostro sito: [http://www.ciclisticavaldarbia.it/cicloturismo/2012/ciclovacanze\\_2012.php](http://www.ciclisticavaldarbia.it/cicloturismo/2012/ciclovacanze_2012.php)

**Direi di trovarsi mercoledì 29 febbraio alle 21,30 al PUB La Galera per fare il punto della situazione e sapere grossomodo quanti saremo.**

Monteroni d'Arbia - 20 Febbraio 2012

# GIORNO 1

## MALE - RIFUGIO PELLER - PIAN DELLA NANA- BIVACCO MEZOL

Il **Monte Peller** è l'ultima propaggine nordorientale delle Dolomiti di Brenta, la sua lunga dorsale si protende a nord est fino alla confluenza tra la Val di Sole e la Val di Non.



L'itinerario segue in buona parte quello proposto dal Dolomiti di Brenta Bike, un tour di 170 km attorno alle Dolomiti di Brenta, aggiungendo una variante che percorre la spettacolare Pian della Nana e tramite il successivo Valico della Forcola ritorna in Val di Sole, rendendo l'itinerario ancora più suggestivo.

**PERCORSO:** Commezzadura - Dimaro - Malé - Rifugio Peller - Malga Tassulla - Passo Forcola - Prà della Selva- bivacco Mezol – Malé - Dimaro - Commezzadura

### DATI TECNICI:

Lunghezza totale: Km 46

Dislivello complessivo: circa 1900 mt

Tempo di percorrenza: 6 ore

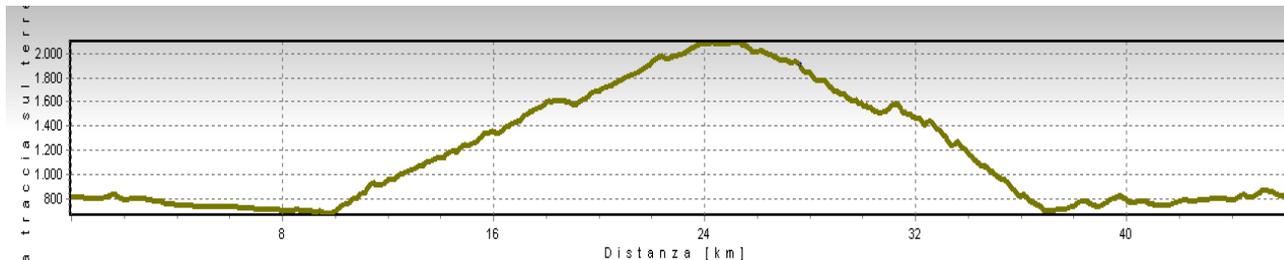
Difficoltà: per esperti

Ciclabile : Km 13

Tratti Asfaltati: km 3

tratti sterrati-sentiero km 30

### ALTIMETRIA:



### DESCRIZIONE PERCORSO:

Si pedala lungo la Ciclabile fino alla **Loc. Molini di Terzolas nei pressi di Male**; qui si possono notare alcune antiche costruzioni che indicano la presenza di opifici lungo il corso del Noce presenti sin dal 1500. Sulla destra una strada prima asfaltata e poi sterrata sale, superando varie zone prative, in direzione "Tovare" (area di sosta con panche, punti fuoco e fontanella). Lasciandola alla nostra sinistra, si prosegue lungo la strada che sale nel bel bosco fitto di abeti rossi e bianchi con pendenza crescente sino ad un tratto cementato che supera un'ampia fascia rocciosa per divenire più moderata e proseguire con numerosi tornanti fino a giungere alla loc. **Prà del Conz**, punto estremamente panoramico sulla bassa Val di Sole e l'angusta Val di Rabbi.

Si discende per un breve tratto sulla sinistra rientrando nel bosco e quindi, seguendo le indicazioni sulla destra per Malga Grumo, si percorre la strada boschiva che con pendenza anche forte giunge alla **Cascina Grum** (1.529 m – fontanella).

Poco oltre, la strada prosegue a mezza costa e scende fino in fondo alla Val del Verdè. Superato un piccolo ruscello, si prosegue sul lato opposto per un breve tratto per poi, sulla destra, percorrere una mulattiera più disagiata e ripida che porta al **Passo le Fraïne** (1.712 m), zona botanicamente molto interessante e luogo in cui si incrocia la strada proveniente da Cles.

Si svolta a destra e con alcune variazioni di pendenza entra nelle ampie praterie alpine sino al **Lago Durigal**



di origine carsica; nei pressi la chiesetta della Madonna della Neve. Dopo averla percorsa per circa un centinaio di metri si incontra un bivio con indicazione Rifugio Peller – Malga Clesera – Malga Tassulla.

Sulla destra si trova il vicino **Rifugio Peller**. Per il giro si tiene invece la sinistra procedendo in salita, con belle rampe alternate a tratti di recupero, fino a raggiungere un parcheggio dove la sterrata risulta chiusa al traffico automobilistico.

Un'altra recinzione metallica segna l'inizio della rampa più dura, superabile in sella solo dai più allenati, che termina nel punto in cui lasciamo a sinistra una croce di legno.

Da qui la pendenza diminuisce e pedaliamo in costa con un meraviglioso paesaggio, a sinistra, sulla Val di Non e su tutti i paesi che la costituiscono. A mano a mano che avanziamo, aggirando la mole del Peller, la vista cambia, offrendoci davanti agli occhi l'intero gruppo delle Dolomiti del Brenta e, più sotto, il Lago di Tovel. Alcuni saliscendi ci consentono di prendere fiato per affrontare l'ultima dura rampa che inizia poco dopo aver fiancheggiato sulla destra una vasca di pietra, utile per abbeverare gli animali al pascolo. Una croce indica l'arrivo sul Dos dei Ceseri, oltre al quale è visibile, ormai vicina, **la Malga Tassulla**. Per raggiungerla non ci resta che scendere dolcemente per un breve tratto e, poi, risalire altrettanto dolcemente.



Davanti alla malga Tassulla, dove è possibile ristorarsi e gustare dell'ottimo formaggio di capra, si estende la grande conca pascolativa **dell'Anfiteatro della Nana**, chiusa da una corona di monti tra i quali spicca, sullo sfondo, il Sasso Rosso. Dalla malga proseguiamo sul tratturo, facendo però attenzione a

lasciarlo quando si dirige verso il fondo della conca, per imboccare uno stretto sentiero che si stacca sulla destra, puntando verso una evidente forcella.

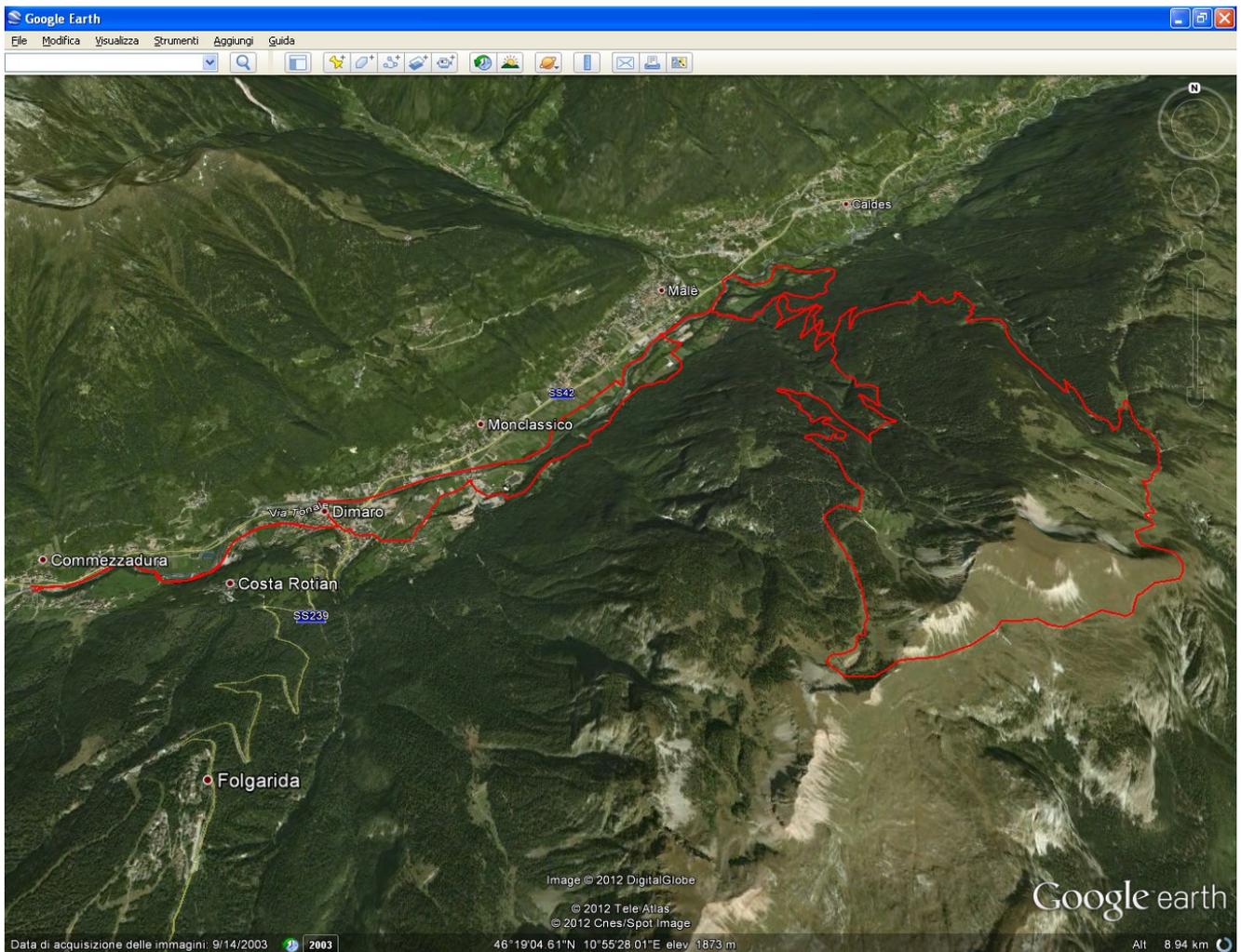
Facendo attenzione a tenere sempre la traccia più alta, che ci consente di non perdere quota, con un'ultima breve rampetta raggiungiamo il **Passo della Forcola**, che ci consente di affacciarci verso la Valle del Sole. Valicata la forcella, scendiamo nell'altro versante, facendo, però, subito attenzione a scartare il sentiero che scende a destra e tenendo, invece, quello che procede in costa (indicazioni per Lago della Salare e Malga Cavalli).

Così facendo arriviamo in vista del piccolo **Lago della Salare**, che sorge sulla nostra destra: qui occorre prestare un po' di attenzione, dato che la traccia non è molto evidente. Alla fine del lago, dobbiamo lasciare la traccia che proseguirebbe dritta in costa e piegare, invece, sulla destra puntando in direzione di una piccola baita di legno che sorge al di là del lago. Attraversiamo così dei prati e, aggirando il lago, tenendolo sulla nostra destra, raggiungiamo la baita, dopo la quale la traccia diventa più evidente e risulta evidenziata da segnavia bianco-rossi. Da questa proseguiamo, rasentando ancora il lago sulla destra, superando una piccola conca e risalendo, poi, brevemente.



Dopo la risalita la traccia si trasforma in un largo tratturo dal fondo prativo e troviamo indicazioni per la **Malga Clesera**. Una bella discesa su terreno che può essere in alcuni tratti fangoso ci porta su una sterrata più importante che imbrocciamo a destra, procedendo, poi, in falsopiano sotto al bosco fino alla Malga Clesera, in prossimità della quale il sentiero n. 308 discende, con alcuni tratti abbastanza ripidi, sino ad incontrare la strada boschiva che sale dal Prà della Selva - Rif. Mezol. Mantenendoci sempre sulla destra si giunge a uno spiazzo "Prà della Selva" si prosegue dal "Prà della Selva" sulla destra verso il **Bivacco Mezol**.

Dietro il bivacco si stacca sulla sinistra una strada ed ancora a sinistra al primo tornante si incrocia il sentiero 374 che prosegue verso il monte Peller. Lo imbrocciamo in direzione opposta in discesa: un divertente single track che mette a dura prova freni e muscoli! Una volta rientrati in val di Sole il percorso a ritroso verso Dimaro può variare imboccando alcune deviazioni qua e là sempre nel bosco, può essere fatto su ciclabile oppure seguendo le indicazioni, questa volta nella direzione corretta, della Dolomiti di Brenta bike (percorso nero).



## GIORNO 2

### VAL MELEDRIO, MADONNA DI CAMPIGLIO E LE DOLOMITI DI BRENTA



La Val Meledrio è una delle più belle zone MTB della Val di Sole. Si tratta di un'incredibile mulattiera scavata nella roccia che permette di passare da una parte all'altra di una stretta gola che si incunea in direzione di Madonna di Campiglio. La valle era chiamata un tempo anche la via degli imperatori in quanto ci passarono tutti i grandi condottieri che da Nord volevano raggiungere il Mediterraneo.

Il percorso, che resta immerso quasi sempre nel parco naturale Adamello Brenta, è reso ancor più suggestivo con il passaggio presso i pascoli di Malga Mondirfrà da dove si scorgono le cime del Brenta. L'orientamento è agevolato dalle indicazioni del DBB (Dolomiti Brenta Bike) che si seguono in salita. Giunti a Madonna di Campiglio si prende la Funivia per il Monte Spinale per una breve ma spettacolare escursione in quota ad oltre 2000 mt, al cospetto delle cime più alte del Brenta sul sentiero che conduce al Passo Groste', dopodichè si ritorna al Passo di Campo Carlomagno e si inizia il rientro verso la Val di Sole.

Ultima sosta al rifugio Orso Bruno a 2179 mt, dove il panorama spazia su tutto il gruppo del Brenta e la Val di Sole e non è difficile avvistare fauna locale (con un pò di fortuna si potrebbe ammirare anche l'orso!).

**PERCORSO:** Dimaro - Carciato – Val Meledrio - M.Mondirfrà – Passo C.C.Magno – Madonna di Campiglio - Funivia Monte Spinale – Malga Boch - Passo C.C.Magno – Malga Dimaro - M.Haut - Rif.Orso Bruno - Dimaro

#### DATI TECNICI:

Lunghezza totale: Km 50

Dislivello complessivo: m. 1900 circa

Tempo di percorrenza: h 6/7

Difficoltà: per esperti

Tratti Sterrati: Km 40 - Tratti Asfaltati: Km 10

#### ALTIMETRIA:



## DESCRIZIONE PERCORSO:

Dal paese di Dimaro (da ammirare l'ardito campanile cinquecentesco della chiesa) si seguono le strade comunali sino alla frazione di Carciato.



Dalla piazzetta di Carciato si imbecca a dx una strada in leggera salita asfaltata; la si percorre seguendo le indicazioni de DBB (Dolomiti Brenta Bike) ignorando bivi minori che si incontrano. Il percorso inizia a costeggiare il **Rio Meledrio** (che rimane sulla dx). Si prosegue fino all'altezza di un ponte di legno che permette di passare dall'altra parte della valle sulla sx orografica del Rio Meledrio.

Si attraversa il ponte e ci si porta sull'altra parte della valle (sx orografica) proseguendo a sx sulla bella strada sterrata che passa nei pressi di una bella "calchera" (calcare per fare la calce). Dopo aver superato il "**Ponte Calchera**" la strada presenta una serie di tornantini ripidi che permettono di guadagnare velocemente quota fino ad un tornante sinistro dove si incontra un bivio (Madonnina) per "Ex Malga Brigida".

Si prende invece la stradina a dx che partendo dal tornante (seguendo sempre le indicazioni DBB) percorre il tratto di gola sospeso sul Rio Meledrio. Una stretta forra rocciosa obbliga il torrente Meledrio a formare una possente cascata: **la cascata del Pison**. La strada corre intagliata nella roccia viva e rappresenta uno spettacolare punto di questo itinerario. Superato il caratteristico ponte con tettoia in legno si continua dritti in salita fino ad arrivare ad una larga sterrata che sale a fianco del pascolo per entrare poco dopo nell'ombroso bosco di giganteschi abeti .



Si prosegue con pendenza varia in direzione Passo Campo Carlo Magno. Il nome, che farebbe pensare ad un transito del famoso imperatore Carlo Magno fra l'VIII ed il IX secolo, fu in realtà inventato per il passo solo a fine 1800. Il paesaggio si fa più aspro e selvaggio con la splendida vista sulla Val di Centonia e le cime che ne fanno contorno.

Superato il bivio Malga Centonia (ponte sulla sx) la strada si fa più impegnativa fino a Malga Prà del Mazza. Sulla dx si scorge la SS239, si prosegue in piano fino a superare il ponte sul Meledrio e riprendere a salire in direzione di **Malga Mondifrà** (= Monte dei frati: in antico era un beneficio dei religiosi che custodivano l'ospizio di S. Maria in Campiglio - 1632 m.) posta proprio al di sotto delle pareti dolomitiche.

Raggiunta la Malga si continua in piano lungo i bei prati da pascolo e, dopo un'ulteriore salita, si giunge alla spianata dei campi da Golf di Madonna di Campiglio. Ci si immette sulla SS239 e si scende a Madonna di Campiglio per prendere **la funivia del Monte Spinale**, al cui cospetto ci si offrono magnifici panorami sulle Dolomiti di Brenta.



Dalla vetta del Monte Spinale si percorre il sentiero n. 331 in direzione del **Rifugio Graffer** e si attraversano le malghe Boch seguendo le indicazioni per il DBB; in corrispondenza del bivio che porta al rifugio Graffer si svolta invece a sx in discesa per ritornare nuovamente verso il Passo di Campo Carlomagno, ove si seguono

le indicazioni per Dimaro. Dopo circa 1 km, in prossimità di una curva, si svolta a sinistra su una strada sterrata con indicazioni Malga Darè, da cui si godono bellissimi panorami sulla Val di sole. Superata la malga si entra in una zona paludosa, sconnessa e con poche indicazioni, ma evidenti tracce di passaggio ci conducono fino alla Malga di Dimaro (1662 mt). Di qui a sinistra per una strada sterrata prima con pendenza varia e poi forte, si sale compiendo alcuni tornanti sino alla località Malghet Haut (1861 mt. - impianti di risalita – bar - rifugio).

Ancora sinistra in direzione del Monte Vigo - rif. Orso Bruno seguendo lo strada, che con pendenza varia, luogo i pendii a sud del Monte Spolverino porta al Rifugio Orso Bruno, punto ristoro e suggestivo panorama sul sottostante Lago Malghette e sulla Val di Sole.



Dal rifugio si discende per strada molto sassosa verso Malga Panciana, dove diviene più scorrevole e permette una veloce discesa incrociando la Strada Provinciale n. 206 di Marilleva. Percorrendo tale strada per circa 1 km si entra nei pascoli del malghetto di Mestriago, dove compie un ampio tornante con magnifica vista sulla bassa Val di Sole; da qui una strada sterrata a destra si innalza gradualmente per circa 1 km attraversando alcuni rivi.

Si prosegue dapprima in forte discesa a fianco della Malgo di Almazzago e quindi con pendenza più moderata si giunge all'abitato di Costa Rotian ed in breve a Dimaro



## GIORNO 3

### II LAGO DEI CAPRIOLI E LA CASCATA DEL SASS PISADOR



Itinerario di media difficoltà ma che permette alcune variazioni di percorso, in ambiente naturalisticamente interessante e ricco d'acqua; meritano una sosta la Cascatella "Sass Pisador" ed il "Lago dei Caprioli". Unisce le due tracce proposte dall'APT: Sulle orme dei Caprioli e Adamello Bike Ors.

**PERCORSO:** Mestriago - Ossana – Vermigliana – Volpaia – Val di Barco – Sass Pisador - Lago Caprioli - Malga Fazzon Alta - Mestriago

#### DATI TECNICI:

Lunghezza totale: Km 44

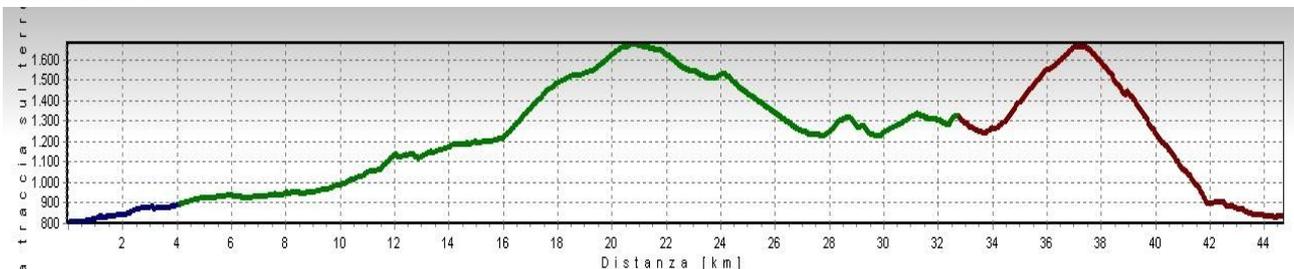
Dislivello complessivo: m. 1600

Tempo di percorrenza: h 5

Difficoltà: per esperti

Tratti Sterrati: Km 26 - Ciclabile: Km 15 – Asfaltati: Km 3

#### ALTIMETRIA:



Da Mestriago seguendo il tratto di pista ciclabile che sale verso il Tonale si arriva all'abitato di **Ossana**. Dall'abitato di Ossana in direzione Fucine, poco dopo il suggestivo **castello medievale**, sulla sinistra una stretta stradina, tra alcune ville nel bosco, sale in direzione del Passo Tonale. Superato un largo piazzale a fianco del rumoroso torrente Vermigliana la strada si fa più ripida e tecnica e ci conduce nei bei prati della **Loc. "Poia"**, situata sul lato meridionale della Val Vermiglio. Il percorso, con numerosi saliscendi, entra nel fondovalle sino alla **località "Volpaia"** (agriturismo) posta nell'ampia piana di Stavel al cospetto dell'ardita cima della Presanella (alta 3.556 m con una vertiginosa parete ghiacciata).

Si sale ora verso i Masi di Palù e Solcar, lungo la forestale Barco-Palù. Si oltrepassa il bivio del sentiero che porta al lago di Barco, poi un sentiero a tratti paludoso attraversa numerosi ruscelli; si scende con una ripida discesa e poi nel fitto bosco di abeti una strada a tornanti ci porta verso la Loc. S. Antonio.



La strada ora supera il bosco divenendo pianeggiante ed a fianco del torrente Foss entra nell'ampia conca prativa della valle (bar-ristoro, area attrezzata). Proseguendo a destra è possibile una deviazione di percorso seguendo le indicazioni per Malga Val Piana e da qui alla cascata "Sass Pisador" (è il vecchio nome solandro delle cascate).

Si torna indietro e poi a sinistra si prende una larga strada sterrata che sale con pendenza moderata nel fitto bosco di abeti, finché si giunge in discesa al parcheggio del **Lago Caprioli-Fazzon**; qui presso la malga Bassa Fazzon recentemente ristrutturata è possibile visitare un centro del

Parco Naturale Adamello Brenta incentrato sull'orso bruno.

Il Lago, che non è naturale ma di sbarramento, è comunque molto suggestivo. Dalle sue sponde si ritorna per la strada percorsa in andata superando il parcheggio in direzione Pellizzano sino alle ultime villette della Località Fazzon (prestare attenzione a destra alle indicazioni per Malga Fazzon Alta). Una strada sterrata, a tratti molto ripida, sale alla **Malga Fazzon Alta**, la supera a sinistra in **direzione Marilleva** (indicazioni) dove ha termine dopo circa 1 km.

Ora uno stradino di nuova realizzazione continua per circa 300 metri sino ad incontrare la strada sterrata che proviene da Marilleva, stazione turistica attivissima specialmente in inverno. Dopo circa 500 metri a sinistra una tipica strada boschiva molto ripida ed in alcuni tratti ciottolosa ci riporta in prossimità del **Centro Sportivo di Mezzana**, dove si riprende la ciclabile per percorrere in tranquilla discesa gli ultimi chilometri.

