ESCURSIONE E TREKKING

MAGGIO 2010

newsletter:
Rivista collegata alla Sezione Montagna del Gruppo Sportivo e Ricreativo della Polizia Locale di Milano

Cervino dalla vetta del Castore

QUELLO CHE LA SEZIONE MONTAGNA SI PROPONE...

Vuoi vivere nella natura e vedere paesaggi mozzafiato?

Sei un avventuroso e cerchi emozioni forti?

Vuoi conoscere quali sono i tuoi limiti quando sei a contatto con la natura?

Se cerchi tutto questo la risposta è: andare in montagna!!

Spazi incontaminati, prati in fiore, laghi, cascate, animali allo stato libero, grandi montagne innevate, ghiacciai, pareti di roccia e ghiaccio, confortevoli rifugi, bivacchi, tutti luoghi dove puoi ancora trovare una tua dimensione e un tuo spazio.

Lo sai che nel Gruppo Sportivo e Ricreativo della Polizia Locale di Milano c'è la sezione montagna?

Dei colleghi promuovono a vari livelli le attività e le discipline che la montagna comporta; principalmente l'escursionismo e il trekking di più giorni per arrivare all'arrampicata sportiva, alle ascensioni in alta montagna, alle scalate su cascate di ghiaccio.

Questi colleghi con competenza mettono a disposizione, a tutti gli interessati, la loro esperienza e conoscenza legata agli ambienti e alle relative tecniche alpinistiche al fine di favorire la formazione, in assoluta sicurezza, che l'attività stessa compromette, tenendo anche conto dell'aspetto etico e comportamentale del rispetto dell'ambiente, che la gente di montagna, generalmente, offre.

Newsletter
Questa pubblicazione vuole essere un contributo alla divulgazione di notizie del GS che stimolino gli appassionati della montagna a ritrovarsi ed a trovare neofiti che voglio cimentarsi in nuove esperienze di vita in mezzo alla natura.

Cervino dalla vetta del Castore

IL CERVINO...

Questa foto, come quella sopra che ritrae il Cervino dal versante del Castore, sono state scattate e fornite da una collega che di montagna se ne intende e la frequenta con quella passione e dedizione quasi monastica; di chi ama sfidare i propri limiti fisici e mettere in gioco la propria resistenza. La sua tenacia è conosciuta ai più che frequentano la montagna come il suo compagno d'avventure Alberto. La collega ci propone a pag. 4 un nuovo percorso sul Monte Bregagno con paesaggio unico e la sua foto nel riquadro lo testimonia.

MONEGLIA-FRAMURA

foto MOWA

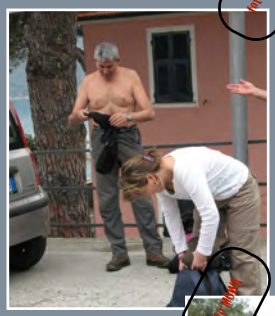


foto MOWA

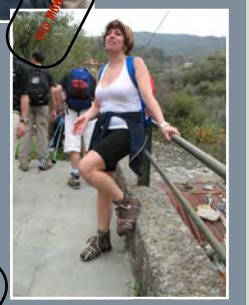
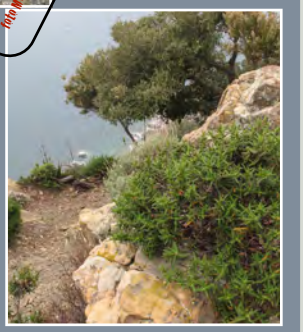


foto MOWA



La Liguria...

Perchè è bella la Liguria? Perchè ha diversi paesaggi in pochissimo spazio, si passa dalla spiaggia di sabbia a quella rocciosa, sino ad arrivare a sentieri ripidi tra vegetazione che varia nelle sue tonalità di verdi. Possiamo dire che la Liguria è un lembo di terra contenuto ma ricco di... sensazioni.

Viaggio con scarpe da trekking e...

Giornata a Milano bellissima, benchè di mattina presto (h.6,30) il giorno 21 aprile 2010.

Raccolta, non di rifiuti, ma dei colleghi e delle colleghe dalle varie località in via Famagosta per poi proseguire, dopo la agognata colazione del bar all'angolo, per la destinazione ligure: Moneglia.

Si compongono gli equipaggi sulle vetture e ... via!

Arrivati dopo poche ore a destinazione, parcheggiamo la vettura in quel francobollo di paese e ci accingiamo a vestirci di tutto punto per iniziare la dolce e poco impegnativa escursione.

Si superano le ultime avvisaglie paesano-balneari quali cartelli poco rincuoranti con diciture come "Morteo Lemeglio" e spiagge per poi inerpicarci su sentieri provati dalle acque piovane, lasciando solchi e difficoltà non tranquillizzanti.

Ci si veste meglio perché la temperatura corporea camminando sale al punto di mostrare le parti migliori di noi stessi... (sic!)

Il paesaggio però tutt'intorno è decisamente suggestivo perché confondono i colori della vegetazione e della terra con quelli del mare che, piacevolmente, placano l'energico contrasto cromatico e gli sbuffi di chi arranca sulle salite della costa.

Tra un'arrampicata o inerpicata ed una discesa si incontrano paesini abbarbicati sulle rocce... belli ma la domanda è d'obbligo: "ma per i viveri o le cure mediche come fanno?"

Proseguendo con il dubbio amletico si arriva alla fine del percorso dopo aver bivaccato a metà percorso e divorato tutto quello che ognuno di noi aveva di commestibile nello zaino.

Qualcuno offre del caffè, qualcun'altro dell'ottimo liquore e taluni altri, ancora, si scambiano ricette e consigli sul come fare prima a preparare le vivande per le gite.

Stravolti dalla stanchezza ma felici nel cuore e negli occhi ci adagiamo sulle poltrone del treno che ci riporta al paesello per recuperare le vetture ...e via sulla strada del ritorno: Milano!

di Walter Montella

foto MOWA

rifiniture di pregio...

foto MOWA

MONTE BREGAGNO 2107 M

Regione: Lombardia (Como) Alpi Occidentali
Alpi Lepontine Gruppo Catena Mesolcina

vista dal rifugio Menaggio sulle pendici del Bregagno

Provincia: Como
Punto di partenza: Monti di Breglia (q, 996 m)
Versante di salita: S
Dislivello di salita: 1245 m
Dislivello totale: 2490 m
Tempo di salita: 3,5 h
Tempo totale: 5,5 h
Difficoltà: E
(scala difficoltà)
Periodo consigliato: tutto l´anno

Valutazione:

Punti di appoggio: Rifugio Menaggio (q. 1383 m)
Tipo di salita: Sentiero e traccia segnata

Attrezzatura:

Introduzione:
Escursione fattibile tutto l'anno, molto paesaggistica e remunerativa. Permette di raggiungere, seguendone il largo costone, la vetta del Monte Bregagno. Dalla cima lo sguardo spazia al massiccio delle Grigne, ai rilievi Valtellinesi, alla Valchiavenna, alla catena Mesolcina e, oltre, ai grandi quattromila. Il lago di Como, duemila metri più in basso, è invece il principale protagonista di questa gradevole escursione. E' interessante sapere che la cresta del Bregagno si estende da sud a nord con una lunghezza di 4 chilometri circa, congiungendo la Val di Menaggio (a sud) alla Val di Dongo (a nord). Dai versanti occidentali ed orientali discendono invece, in più o meno dolce digradare, numerose dorsali e si dipartono altrettante valli e gole.

Accesso:
Percorrere la Statale Regina, da Como, in direzione nord, superando l'abitato di Argegno e giungendo a Menaggio. Svoltare a sinistra in direzione di Porlezza, San Moritz e, poco prima della rotatoria di accesso alla galleria, svoltare a destra in direzione di Plesio e Loveno. Seguire le indicazioni per Plesio e la fonte "Chiarella", sopraggiungendo alla frazione di Breglia. A sinistra, oltre il cimitero, su carrareccia, proseguire in salita tra ripidi tornanti (direzione Rifugio Menaggio) giungendo poco oltre al termine del tratto asfaltato, ove è possibile parcheggiare sul ciglio della strada; si può anche proseguire in auto per ulteriori 2 chilometri circa, evitando il primo tratto di sentiero e parcheggiando più a monte in una piazzola recentemente disboscata.

Descrizione della salita:
Prima parte: alla Cappella di Sant'Amate
Partenza: 996 m., Breglia.
Arrivo: 1621 m., Sant. Amate.
Profilo altimetrico: 625 m.
Tempo medio di percorrenza: 1 ora e 30'.
Tipo ambiente: sentiero.
Difficoltà: E.
Segnaletica: bandierine rosse e bianche.

Lasciata l'auto si prosegue seguendo le indicazioni per il Rifugio Menaggio, inerpicandosi attraverso il bosco di betulle in costante ascesa. Poco oltre è già visibile in alto a sinistra il rifugio; il Monte Grona domina invece con la sua mole la testata della Val Pessina il cui versante sinistro noi stiamo risalendo. Dopo circa 45' (1120 m. circa, palina di indicazione) si imbocca la deviazione indicata a destra, proseguendo lungo la direzione per Sant'Amate ed il Monte Bregagno. Si transita nei pressi di un ripetitore e, continuando a seguire la traccia di sentiero, si sale in direzione di una evidente bocchetta rocciosa. Da qui si sbocca sul costone destro orografico della Val di Greno e, a mezza costa, lo si risale verso la graziosa cappella di Sant'Amate che risulta già visibile in alto, raggiungendola in circa 1 ora e 30' complessivi (1621 m.). In condizioni di innevamento od in presenza di ghiaccio il traverso della Val di Greno può risultare pericoloso; se non in possesso dell'adeguata esperienza è preferibile percorrere il sentiero alto, non imboccando la deviazione prima descritta e proseguendo invece verso il Rifugio Menaggio, svoltando a destra al successivo bivio (sentiero alto o panoramico) e percorrendo la facile cresta che raccorda il Monte Grona alla base del costone del Bregagno.

Seconda Parte: vetta Quota di partenza: 1621 m., Sant'Amate.
Quota Cima: 2107 m., Monte Bregagno.
Profilo altimetrico: 486 m. in salita, con perdita di quota di 60 m. e risalita conseguente.
Tempo medio di percorrenza: 2 ore.
Tipo ambiente: cresta, prato.
Difficoltà: E
Segnaletica: bolli rossi e bianchi, traccia di sentiero.

Lasciata la selletta ove sorge la cappella si prosegue verso nord, su traccia di sentiero o comunque su percorso non obbligato (presenti comunque segnavia bianco-rossi), risalendo il pendio sino a raggiungere l'ometto sommitale della vetta di quello che localmente viene denominato Monte Bregagnino (1950 m.). E' possibile a questo punto ammirare la lunga dorsale che dovremo percorrere e l'ampio panorama che si dischiude dinanzi ai nostri occhi verso la Val Chiavenna a nord e la catena Mesolcina e la Val Cavargna ad occidente. Scendendo per poche decine di metri sino a quota 1883 m. il percorso si snoda senza possibilità di errore lungo l'ampio spallone dapprima in leggera salita, poi in ascesa più sostenuta sino alla vetta del Bregagno (2107 m., 2 ore da Sant'Amate).

Terza parte: discesa
Partenza: 2107 m., vetta.
Arrivo: 996 m., Breglia.
Profilo Altimetrico: 1160 m. circa.
Tempo medio di percorrenza: 2 ore e 30' circa.
Difficoltà: E.
Individuazione del percorso: bandierine bianco-rosse e traccia di sentiero.

Discesa:
Come per la salita.

avvertenza:
Questa newsletter non costituisce testata giornalistica in quanto viene pubblicata senza alcuna periodicità. Non può pertanto considerarsi un prodotto editoriale ai sensi della legge n. 62 del 7 marzo 2001. Chiunque possa vantare diritti d'autore su immagini, testi ecc. contenuti può segnalarlo all'indirizzo e-mail sotto indicato; i contenuti saranno rimossi o ne verrà citata la fonte.
Walter.Montella@comune.milano.it

Ogni articolo, foto sono consegnati alla pubblicazione dall'autore sotto la propria responsabilità civile e penale declinandone la rivista stessa.

ESCURSIONE E TREKKING

newsletter collegata alla Sezione Montagna del Gruppo Sportivo e Ricreativo della Polizia Locale di Milano