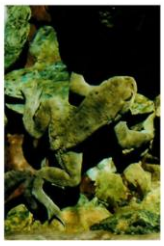
Marzo 2023



Un'idea per il fine settimana

Organo informativo Sezione Escursionismo Cral Galliera

Escursionismo, gite varie, viaggi, vita all'aria aperta... Num. 70

SARDEGNA: NON SOLO MARE

di *Alberto Gava*

Di solito, quando si parla di vacanze trascorse nella 2a grande isola italiana, ci si riferisce a ferie balneari. In realtà, fortunatamente, la Sardegna è anche una meta turistica interessante per coloro che non siano solamente appassionati di tintarelle e bagni di mare. Prima di tutto l'impatto con la natura quasi incontaminata dell'entroterra: le colline (che ricoprono la maggior parte della superficie dell'isola), i monti e persino le pianure presentano una densità abitativa incredibilmente bassa; la maggior parte della popolazione risiede infatti lungo le coste e nella città metropolitana di Cagliari, dove vive più di un quarto degli abitanti dell'isola. L'occhio del viaggiatore che percorre l'interno del paese si perde così in un vero e proprio mare di verde apparentemente dimentico della presenza umana. Ed è appunto in questo territorio che scopriamo il monumento caratteristico della Sardegna, assolutamente unico ed originale, che ha dato il nome all'omonima civiltà: il nuraghe. Solitamente di quest'edificio, o per meglio dire di questo complesso di edifici, conserviamo un ricordo scolastico, legato a non più di un'avara foto impressa sul libro di storia, che ci restituisce l'idea di un anonimo cumulo di pietre di forma cilindrica. Si tratta invece di una costruzione di stupefacente complessità architettonica, molto articolata e suggestiva. Vani ed ambienti di diversa forma e dimensioni che si aprono ad ogni piano, collegati fra loro da condotti verticali, conferiscono al nuraghe un aspetto labirintico. Sempre all'età nuragica appartengono le cosiddette tombe dei giganti (questa la definizione popolare, adottata pure dagli archeologi), così definite per le notevoli dimensioni – anche 30 e 20 metri circa – del corpo tombale e della camera funeraria. Templi, santuari, necropoli e fonti sacre completano il panorama archeologico. Nell'isola la storia passata ha lasciato singolari eredità non solo sotto l'aspetto artistico, ma anche culturale: la città di Alghero e quella di Carloforte. La prima, caratterizzata da un bel centro storico circondato da mura, reca tutt'ora testimonianza della presenza catalana, la cui lingua (in una sua variante algherese) è ancora parlata. La seconda città, il cui nucleo storico principale occupa l'isola di San Pietro, conserva (questa volta parlato dalla maggioranza degli abitanti) il dialetto ligure dei suoi fondatori, profughi provenienti dalla località di Tabarca in Tunisia (pesca del corallo) e definito appunto *tabarchino*. Un curioso dialetto ligure *contaminato* dalla cadenza sarda. Da non scordare, infine, che la Sardegna offre al turista l'occasione di tributare un pellegrinaggio all'isola di Caprera, nel bellissimo arcipelago della Maddalena, ultima dimora di Giuseppe Garibaldi, dove riposano infatti le spoglie dell'eroe dei due mondi.

Alghero, passeggiata a mare lungo le mura della città

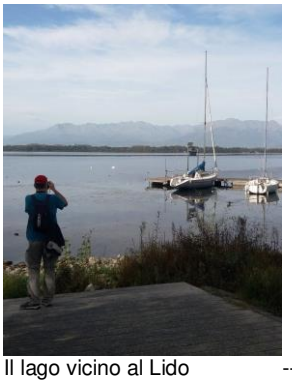
Cattedrale di Sant'Antonio Abate, Castelsardo *A G ©*

Nuraghe di Santu Antine (SS) - Statua Garibaldi, Caprera

https://www.sardegnaturismo.it/ https://www.sardegna.info/
https://www.sardegnacultura.it/argomenti/archeologia/

Stampa in proprio. Gli articoli rispecchiano l'opinione dell'autore con libertà d'espressione. Per i vari percorsi descritti, controllare le possibili variazioni di difficoltà; si declina ogni responsabilità.
Collaborano alla stesura: G. Lo Pinto, M. Lo Conti, P. Landi, F. Arato, A. Gava e M. Sciaccaluga.

Il lago di Viverone, 6 kmq al servizio della natura... foto di **Patrizia Landi**



Il lago vicino al Lido -- Nel bosco... *L P ©*

Approdo turistico palafitticolo -- Dalla torre panoramica

Lo specchio d'acqua, pressoché al limite tra le prov. di Biella e di Vercelli, si è sempre intravisto dall'autostrada durante le trasferte in Valle d'Aosta ed è così che è nata la curiosità di conoscerlo. È possibile dire che i colori autunnali (mese d'ottobre, data dell'uscita) erano appena accennati. Forse, è il periodo migliore perché l'affollamento è minimo e, comunque, ancora nei We, c'è il battello che fa il giro del lago (ma sulla barca si è rischiato lo stop alla salita, essendo quasi piena!). E' una semplice passeggiata e null'altro, solo un po' lunga (16 km, giro incompleto). Inoltre, con il senno di poi, nel tratto iniziale sarebbe stato interessante lasciare il sentiero Cai dalla chiesa della Madonna del Carmine e seguire la stradina fino a punta Cugno (Cuneo) per vedere la base d'osservazione sopraelevata sull'aerea (meritava?) e ricongiungersi al tracciato segnato, con una diversa via, dal microscopico borgo di Veneria. Ha una profondità max di 50 mt ed è alimentato da sorgenti sotterranee. Gli immissari e gli emissari hanno una portata trascurabilissima e, perciò, il ricambio delle acque è lento (30/35 anni). Le coste (O, SO) sono selvagge ed esaltano gli aspetti naturalistici; svariate specie di uccelli acquatici svernano dal lago (luogo ideale). Il percorso (sterrate, stradine secondarie, boschi...), ha ricordato gli ultimi 120 km del *Camino di Santiago* e risulta, quindi, un ottimo allenamento per chi deve affrontarlo.

Info: http://cralgalliera.altervista.org/ViveroneMap.PNG http://cralgalliera.altervista.org/LagoViverone022.pdf

Foresta Barbottina, Costa dei Balzi Rossi e Bric dell' Agnellino dal colle del Melogno di Giuliano Lo Pinto

La faggeta Barbottina in abito autunnale

GLP ©

Arrivati al colle del Melogno da Finale Ligure (subito dopo l'uscita autostradale prendere a destra alla prima rotonda) e superata la galleria del Forte Centrale, si posteggia nell'ampio piazzale antistante le locande La Baita (dismessa) e Il Rifugio (attiva). Siamo a poco oltre 1000 metri di altitudine. Tornando verso la galleria si prende a destra l'Alta Via dei Monti Liguri (segnale bianco e rosso con scritta AV), che inizia con un breve tratto asfaltato e poi prosegue su ottimo sterrato, passando dietro alle locande. I forti della zona sono stati costruiti nell'800 dopo l'unità d'Italia a scopo difensivistico. Seguire sempre la segnaletica AV trascurando le diramazioni. Dopo circa 30' di regolare e moderata salita si passa un cancello che dà accesso alla parte più protetta della grande faggeta "Barbottina" con faggi di alto fusto. Oltrepassato un secondo cancello si arriva alla Casetta della Forestale dove vi sono tavoli e panche in legno per la sosta. Si prosegue sempre su ampio sterrato verso un tratto roccioso caratteristico (Prie Gianche) con vista verso il mare. Da lì si scende in un'ampia conca alberata e poco dopo si prende a sinistra la variante alta dell'Alta Via, abbandonando la strada sterrata (che rappresenta la variante bassa e porta al Giogo di Giustenice), che sale ripida sino quasi al crinale dove si incontra una palina che invita ad andare a destra per raggiungere in 10' il Bric dell'Agnellino (1335 m) dal quale si gode ampia vista sulla costa e il mare e a destra sul Monte Carmo di Finale. Tornati alla palina, salendo in breve sino al crinale (sella Nord del Monte Agnellino) e poi seguendo la traccia di sentiero che va a sinistra in piano, si raggiunge la rocciosa Costa dei Balzi Rossi dove termina la Ferrata degli Artisti che percorre lo sperone emergente dalla valle Maremola. Da lì si gode un amplissimo panorama sulla costa verso Sud e Sud-Est sino a Portovenere, a ovest sul Pizzo d'Ormea, il Mongioie e l'Antoroto e proseguendo verso nord il MonViso, il Gran Paradiso, fino al Monte Rosa. Andata 2h30 e ritorno 1h30, Dif. E (EE per il sentierino che conduce alla Costa dei Balzi Rossi).

Mappa zona Melogno: https://www.openstreetmap.org/#map=14/44.2140/8.1878

Camino Santiago: http://cralgalliera.altervista.org/SantiagoBuenCamino022.htm

Foto gite sezione: http://cralgalliera.altervista.org/Melogno011.pdf
http://cralgalliera.altervista.org/FaggetaMelogno013.pdf

NB: Il fascicolo si pone l'obiettivo di stimolare la curiosità del lettore che potrà... ad esempio, partecipare alle nostre istruttive gite...

Marco Sciaccaluga L'isola di Giannutri, una terra nel mare a forma di mezzaluna

Nell'estate 2022, ho visitato un posto magnifico ed incredibile: l'isola di Giannutri (500 metri in larghezza e 5 km in lunghezza). È quella più meridionale dell'arcipelago toscano ed è compreso nell'omonimo Parco Nazionale. L'appartenenza ad un'area protetta, unita alla completa assenza di sorgenti, l'ha preservata da uno sfruttamento turistico incivile e dalle relative colate di cemento: l'isola è ancora un luogo selvaggio ed originale, a due passi da casa. Dopo la caduta dell'impero romano, proprio la mancanza d'acqua dolce e la relativa impossibilità di qualunque coltivazione, ha fatto sì che l'isola sia rimasta disabitata, salvo sporadiche presenze di formazioni di pirati saraceni. Alla fine del XIX secolo, un garibaldino vi si ritirò con la sua famiglia. I residenti fissi sono, appena, 8 ed in estate, al massimo, salgono a un centinaio di persone, proprietarie delle poche case edificate. La costa è prevalentemente rocciosa: vi sono solo 2 calette, con un ridotto molo d'imbarco, e le piccole spiagge dove è possibile la balneazione: Cala Maestra e Cala Spalmatoio. Ovunque domina la bassa macchia mediterranea costituita da rosmarini, mirti e lentischi, cui nella parte settentrionale si aggiungono boschetti di leccio e querce. Tipica dell'isola è la Euforbia arborea, pianta adattata ai climi particolarmente secchi: infatti fiorisce d'inverno e perde le foglie d'estate, resistendo così meglio ai periodi di siccità. Per quel che concerne la fauna, causa la scarsità di acqua, è in pratica assente, tranne i gabbiani reali e le berte maggiori che prosperano, in quanto poco disturbate dagli uomini. Da segnalare l'esistenza dei ruderi di un'antica villa romana, forse del periodo tardo repubblicano e probabilmente della famiglia dei Domizi Enobarbi (la documentazione non è chiara al riguardo) che ora, infine, è cintata e sorvegliata. Purtroppo, per molti anni, è stata abbandonata a sé stessa ed i mosaici presenti sono stati saccheggiati. Una curiosità: per l'approvvigionamento idrico i romani costruirono delle cisterne, tuttora esistenti ed in parte utilizzate raccogliendo l'acqua piovana, durante le rare piogge invernali. La visita, ovviamente pedonale, è libera solo nel piccolo villaggio sopra cala Spalmatoio e nel cosiddetto "Corridoio Libero" tra le due cale: per il resto è necessario essere accompagnati da una guida autorizzata del parco sia nel sito archeologico che lungo l'escursione al faro. Quest'ultima è molto interessante e la consiglio per gli aspetti paesaggistici e quelli naturalistici. Se servono ulteriori informazioni, riguardanti l'isola e le possibilità di visita, suggerisco una mail a: *parco@islepark.it* e *sentieriditoscana@libero.it*

Cala Maestra

La piazzetta

M S ©

Ruderi della Villa Romana

L'arrivo all'isola di Giannutri in barca…

Notizie varie:
https://www.giglioinfo.it/arcipelago-toscano/isola-di-giannutri/
https://www.infoelba.it/isola-d-elba/parco-nazionale-arcipelago-toscano/isole-arcipelago/giannutri/
https://www.islepark.it/visitare-il-parco/giannutri

Mappa Giannutri: https://www.openstreetmap.org/#map=16/42.2544/11.1033

Foto gite ultimi anni: http://cralgalliera.altervista.org/menu08.htm

Sez. Escursionismo Cral Galliera, Mura delle Cappuccine 14, GE – Fond.ne: 2000 – 1° n. "Un'idea": mag. '04 – Anno XVIIII – Tel. 010 563 2217 \ 2760 (ufficio) Email: locontim at libero.it Info: http://www.cralgalliera.altervista.org/esc.htm - Calendario 2023: http://www.cralgalliera.altervista.org/calendario2023.jpg Programma gite 2023: http://cralgalliera.altervista.org/gite023.pdf Info: http://cralgalliera.altervista.org/TesseramentoSezEscCralGalliera023.pdf

Per saperne di più: https://www.visitvaldinon.it/it Altre Info: http://cralgalliera.altervista.org/MapCemiglio.jpg Gita dell'estate 2021. Foto alla 5a riga di http://cralgalliera.altervista.org/Folgarida021.htm

In rete: https://trentinoxp.it/intinerari/lago%20cemiglio.html – https://it-it.facebook.com/RifugioMaddalene/

Il lago Cemiglio, una piccola gemma sperduta tra i monti della val di Non

Passeggiate in Trentino di Maurizio Lo Conti

Introduzione - Nel cuore del gruppo delle Maddalene, con una ambientazione d'alta montagna molto bella, sorge l'omonimo rifugio (24 posti letto in quattro stanze: 2+6+6+10) a 1925 metri, ristrutturato nel 2009 dal comune di Rumo e ricavato da un antico edificio (Malga Val). Tra il 2017 e il 2022, l'attività è stata guidata da Elisabetta e Mattia che, poi, hanno rinunciato (estate '22: non gestito). Un vero peccato, perché sono persone gentili e disponibili: il loro mezzo attrezzato è sceso a valle dal posteggio 'Pont dal Vat', recuperandoci entrambe le volte che abbiamo visitato l'area (facilitando le gite, con il trasporto auto fino al rifugio ad un costo minimo - *0 nel 2017, 5€ nel 2021*).

Come arrivare - L'accesso in macchina avviene tramite la SS42. Dalla val di Sole, a Ponte di Mostizzolo, si gira a sinistra, mentre in val di Non è necessario superare Romallo, Revò e Cagnò. In entrambi i casi, bisogna dirigersi per Livo, Preghena, Marcena, Mocenigo e la frazione di Lanza. In cima al piccolo villaggio, si piega a sinistra (via Val) su una rotabile che diventa cementata e senza vincoli fino al 'Pont dal Vat', 1256 m. Di solito, nei week end estivi e per una decina di giorni a metà agosto è possibile proseguire, invece negli altri periodi serve un permesso (informazioni dal comune di Rumo, tel. 0463530113, e presso alcuni esercizi commerciali della zona). Però, è bene considerare che la strada è davvero stretta e molto ripida (al rientro, i freni dei veicoli normali potrebbero surriscaldarsi per l'uso eccessivo!), diversamente, a piedi, sono circa 3h15 in più (A/R).

Il percorso - L'area è al confine tra le valli di lingua tedesca e italiana, al di fuori dei flussi turistici tradizionali. Nel 2017, si sono visti due specchi d'acqua nascosti (lago Cima Lavazzè Superiore, 2297 m, *Goldlahnsee*, e quello di Cima Lavazzè Inferiore, 2226 m, *Samersee*) con foto che sono disponibili alla 7a riga di http://www.cralgalliera.altervista.org/Trentino017.htm Nell'estate 2021, la meta scelta ha riguardato il lago Cemiglio, che è oggetto del seguente approfondimento. Grazie alle paline, è facile orientarsi (a destra, spalle al rifugio - n. 133), ma il giro non è breve o comodo. Dopo un primo tratto semplice (a un bivio a destra - n. 113B), c'è un pezzo poco banale. Si tagliano pendii molto scoscesi (estrema cautela, se bagnati) su una traccia stretta (in discesa... cioè rende più complicata la cosa! Al ritorno è meglio , essendo in salita). Questo comporta una percorrenza lenta rispetto al solito, con diversi saliscendi. Finalmente, c'è l'incrocio con la via principale e la situazione migliora. Ci si alza (n. 113A), a fatica, sfiorando dei ruderi (Bait dele Beze, 2168 m). Una prima pozza è toccata, però, attenzione, non è il traguardo… Il lago Cemiglio (lungo 75 m, largo 50 m e con una profondità, ridotta, di circa 2 metri) si trova, invece, appena sopra, ad alcuni minuti di distanza (2269 m - and. 2h05). Il posto è magnifico e ripaga degli sforzi profusi, malgrado il poco dislivello! Una sosta è d'obbligo... Il rientro richiede 1h40 per la strada dell'andata e, sullo sfondo, risalta il grande specchio d'acqua di Santa Giustina. È un po' tardi all'arrivo: quasi le 14h, ma un buon pasto è consumato dalla baita (ottima la polenta di Storo con formaggio! ***https://www.agri90.it/***) e, poi, regna il riposo, in attesa del passaggio per ritornare all'auto, nel tardo pomeriggio (intorno alle 17.30). In sintesi, tracciato base dal rifugio: dif. E+ (di livello medio super) - disl. 400 mt - 7 km - 3h45 tot. più tutte le pause, per osservare bene i vari luoghi che si incontrano. Comodità di percorrenza media: a tratti scarsa. Interesse gita: alto. Tempo: discreto/buono.

Il rifugio

Retrospettiva verso inizo giro - Prima del pezzo ripido

Il lago