



Trekking&Terme

Anello del Monscera

Val Bognanco (Piemonte) 8 dicembre 2018

Termine iscrizioni 6 dicembre 2018

"Non bisogna tenere in massimo conto il vivere come tale, bensì il vivere bene."
Platone



Bellissimo itinerario per ciaspolare a pochi chilometri da Domodossola. Siamo a San Bernardo, in valle Bognanco, laterale della val d'Ossola. Classico e facile itinerario, conosciuto come anello del Monscera, ha una lunghezza di circa 7 chilometri per un dislivello attorno ai 500m. Il punto di partenza è la chiesa di San Bernardo, dove è facile e comodo parcheggiare, ma è possibile, in caso di copiose nevicate che la strada sia chiusa più a valle. Al termine della nostra ciaspolata andremo alle terme di Bognanco, dove potremo rilassarci e godere delle terme.

Guida: AmM Lombardia con qualifica di IML-UIMLA Nicola Dispoto.

Località: San Bernardino 1608 mt nel Canton dei Grigioni (Svizzera).

Dislivello: ↑ 500 mt - ↓ 500 mt circa.

Quota min/max: 1628 m / 2103 m.

Sviluppo: 7 km circa.

Difficoltà: WT2 percorso lungo sentiero innevato.

Impegno fisico: medio.

Durata escursione: 4.30 ore soste escluse.

Orario e luogo di ritrovo: ore 7.00 presso il parcheggio dell'Autogrill, uscita autostrada A9 Saronno (Va). Rientro previsto per le ore 20.00. Se i punti di incontro non ti vanno bene, contattami per vedere se è possibile concordare uno più agevole. Per maggiori informazioni scrivimi o contattami al 373 82 78 296.

Mezzo di trasporto: auto private, spese di viaggio divise tra gli equipaggi delle auto ad esclusione della guida e del conducente.

Quota di partecipazione: € 19, la quota comprende accompagnamento con guida International Mountain Leader-UIMLA, assicurazione RC guida. Il pranzo è al sacco. Adatto a ragazzi sopra i 12 anni che pagano una quota di partecipazione di € 15.

Rifugi: lungo il percorso sono presenti 2 rifugi, rif. Gattascosa e il Dosso.

Non comprende: spese di viaggio divise tra gli equipaggi delle auto esclusa la guida e gli autisti, terme (€ 9 ingresso piscina 2 ore, da € 30 a € 55 percorsi benessere + piscina 2 ore). Tutto ciò che non è espressamente menzionato.

Partecipanti: min 5 max 15.

Attrezzatura: zaino 25/30 lt, ciaspole, ghettoni, bastoncini telescopici (con rondelle larghe invernali), ARTVA, pala e sonda (**ogni partecipante dovrà essere dotato obbligatoriamente di ARTVA**). Possibilità di noleggio ARTVA previo preavviso a € 5 giornalieri (anche per i minori), scarponi alti con suola scolpita, abbigliamento da escursionismo invernale, termos, crema solare con stick per labbra.

Note: iscrizioni entro giovedì 6 dicembre 2018, chi necessita noleggiare l'ARTVA, dovrà darne comunicazione entro mercoledì 5 dicembre. Attenzione: se decidi di iscriverti solo il giorno prima rispetto alla data dell'uscita, per farlo è necessario telefonare direttamente. Il programma potrebbe subire delle variazioni in base alle condizioni meteorologiche e a seconda delle capacità soggettive dei partecipanti, a discrezione della guida. Se un partecipante non dovesse essere nelle condizioni fisiche e tecniche adatte all'escursione, la guida potrà suggerire allo stesso di fermarsi alla base di partenza. I metri di dislivello e i tempi dell'escursione sono indicativi e dipendono dalle capacità del gruppo. Il tempo indicato per le escursioni è considerato come tempo effettivo di cammino. La guida Nicola Dispoto è a disposizione per ulteriori informazioni su itinerario, difficoltà, attrezzature necessarie, ecc.

Nicola Dispoto – Trekkingalp

Accompagnatore di media Montagna

International Mountain Leader UIMLA

Accompagnatore eBike – Scuola Italiana eBike

Guida Parco Orobie Valtellinesi - Guida Parco Nazionale dello Stelvio

+39 373 82 782 96

nicola.dispoto@gmail.com

<https://www.facebook.com/trekkingalp.it/>

<https://www.facebook.com/architrek.it/>

<https://trekkingalp.com/> - <https://www.architrek.it>

