

CAMMINI INDI DI LOMBARDIA

Visto il tema Cre-Grest di quest'anno, ci è parso utile inserire alcune proposte di cammini da percorrere con i nostri adolescenti nelle varie diocesi della Lombardia. È anche un modo per scoprire e conoscere le bellezze dei nostri territori: troverete itinerari più legati alla cultura e alla spiritualità ed altri più naturalistici; anche le lunghezze variano molto, dalla classica gita da fare in giornata al cammino articolato in più giorni. Ecco le schede con alcune note tecniche e i link ai siti di riferimento.

IL CAMMINO MARIANO DELLE ALPI

(DIOCESI DI COMO)

Il Cammino mariano delle Alpi è un progetto di grande valenza religiosa, culturale e turistica che nasce con l'obiettivo di realizzare un itinerario di trekking che, attraverso la Valtellina e toccando alcuni luoghi di devozione mariana della provincia di Sondrio, conduca fino al santuario della Madonna di Tirano, proclamata nel 1946 da papa Pio XII "Celeste Patrona della Valtellina". L'itinerario prevede **due vie** di percorrenza: la Via Occidentale, da Piantedo a Tirano, (completamente fruibile dal 1° giugno 2022) e la Via Orientale da Bormio a Tirano, in fase di progettazione. Qui diamo qualche nota di riepilogo sulla prima.

CHECK LIST

Luogo di partenza: Piantedo (So)

Luogo di arrivo: Tirano (So)

Numero sentiero: segnali contraddistinti dal logo del Cammino

Km: 91 circa, suddivisi in 5 tappe

Dislivello: una tappa in particolare presenta un dislivello più significativo rispetto alle altre

Attrezzatura necessaria: scarponi da trekking, abbigliamento adeguato

Difficoltà: è opportuno allenarsi in modo adeguato a seconda di quante tappe si intende affrontare

Note: Si consiglia di intraprendere il percorso **da marzo a novembre**; non si garantisce la fruibilità nei restanti mesi.

Link: <https://camminomarianodellealpi.it/>



ABBAZIA DI SAN PIETRO AL MONTE

(DIOCESI DI MILANO)

Il complesso benedettino di S. Pietro al Monte in Civate è senza dubbio uno dei complessi abbaziali più interessanti della nostra provincia e dell'intera Lombardia, meta di notevole interesse storico, artistico, religioso. È possibile prenotare delle visite guidate per i gruppi.

CHECK LIST

Luogo di partenza: Civate (Lc), fraz. Pozzo

Luogo di arrivo: San Pietro al Monte, 662 m slm

Numero sentiero: Segnavia n. 10

Km: 2,5 km

Durata: 1 ora circa

Dislivello: 400 m

Attrezzatura necessaria: Scarpe da trekking o scarponcini

Difficoltà: semplice, percorribile da tutti

Note: Il sentiero è un acciottolato di montagna che nell'ultima parte sale a gradoni. Non c'è un punto ristoro all'arrivo, pertanto è necessario organizzarsi per un eventuale pranzo.

Link: <https://www.amicidisanpietro.it/>



IL CAMMINO DI FEDE E SOLIDARIETÀ

(DIOCESI DI MANTOVA)

Il Cammino di Fede e Solidarietà è pensato per conoscere i luoghi di nascita e di vita di San Luigi Gonzaga di Castiglione delle Stiviere, Beata Paola Montaldi di Volta Mantovana e Sant'Angela Merici di Desenzano del Garda. Scoprirete le bellezze paesaggistiche e naturalistiche della regione morenica, un territorio quanto mai importante per la Storia e per gli insediamenti artistici e culturali. Il Cammino è costituito da numerose tappe, si può scegliere quale tratto percorrere.

CHECK LIST

Luogo di partenza: Desenzano del Garda (Bs)

Luogo di arrivo: Ponti sul Mincio (Mn)

Numero sentiero: Segnali turistici (marroni) con il logo del cammino

Km: 75 km

Attrezzatura necessaria: scarpe comode da camminata, abbigliamento adeguato

Difficoltà: semplice

Note: è opportuno allenarsi in modo adeguato a seconda di quante tappe si intende affrontare

Link: <https://collinemoreniche.it/menu/1358306/cammino-fede-solidarieta>



LA VIA MATILDICA

(DIOCESI DI MANTOVA)

La **Via Matildica** è un itinerario lungo 285 km che attraversa in 11 tappe il territorio di 3 regioni italiane (Lombardia, Emilia, Toscana) ricche di cultura, tradizioni e paesaggi, da Mantova a Lucca passando per Reggio Emilia. Un cammino alla scoperta dei territori di Matilde di Canossa da affrontare nella sua interezza oppure scegliendo solo alcune tappe. La Via del Preziosissimo Sangue è il primo tratto, da Mantova a Reggio Emilia ed è a sua volta suddivisa in 3 tappe. La prima ci porta da Mantova a San Benedetto Po, poco oltre il grande fiume ma ancora in territorio lombardo.

CHECK LIST

Luogo di partenza: Mantova

Luogo di arrivo: San Benedetto Po (Mn)

Km: 24 km

Durata: 7 ore circa

Attrezzatura necessaria: abbigliamento adeguato e scarpe comode

Difficoltà: nessuna, ma la lunghezza della tappa è significativa

Note: A San Benedetto Po è possibile visitare il monastero e la Basilica di San Benedetto in Polirone.

Link: <https://www.viamatildica.it>



MONTE POIETO

(DIOCESI DI BERGAMO)

Il **rifugio Monte Poieto** è collocato sull'altopiano Selvino-Aviatico a circa 20 km da Bergamo. È raggiungibile a piedi, attraverso numerosi sentieri accessibili a tutti che partono dal paese di Aviatico. Dalla cappelletta sulla vetta potrete ammirare un panorama a 360° veramente unico. Qui proponiamo un itinerario ad anello, che prevede quindi due diversi sentieri all'andata e al ritorno.

CHECK LIST

Luogo di partenza: Aviatico (Bg)

Luogo di arrivo: Vetta del Monte Poieto

Durata: 40-50 minuti per arrivare al rifugio

Dislivello: 350 m

Attrezzatura necessaria: scarpe da trekking

Difficoltà: nessuna

Note: Partendo dal rifugio è possibile esplorare i suggestivi "canyon" di roccia della Cornagera, perla di antica origine dolomitica con possibilità di arrampicata in palestra di roccia.

Link: <https://comunediselvino.it/contenuti/311680/sentieri-monte-poieto>

<https://www.rifugi.lombardia.it/bergamo/aviatico/rifugio-monte-poieto.html>



RIFUGIO ALPE CORTE

(DIOCESI DI BERGAMO)

Il **rifugio Alpe Corte**, facilmente accessibile dal paese di Valcanale, è immerso in una splendida pineta al cospetto di severissime pareti dolomitiche. Si raggiunge tramite un largo sentiero sterrato, alla portata di tutti.

CHECK LIST

Luogo di partenza: Valcanale (Bg)

Luogo di arrivo: Rifugio Alpe Corte

Numero sentiero: CAI 220

Durata: 1 ora circa

Dislivello: 350 m

Attrezzatura necessaria: scarponcini da trekking e abbigliamento adeguato

Difficoltà: semplice, adatto a tutti

Note: Dal rifugio Alpe Corte, proseguendo per poco più di un'ora, si possono raggiungere **il rifugio e il lago Branchino**. La salita richiede di essere un po' più allenati, poiché prevede altri 500 m circa di dislivello.

Link: <https://www.valseriana.eu/sport-e-divertimento/rifugio-alpe-corte/>



DIGA DEL GLENO

(DIOCESI DI BERGAMO)

Escursione unica e ricca di storia: il trekking alla **Diga del Gleno** unisce la bellezza della natura della Val di Scalve al ricordo dell'immane tragedia conseguente al crollo della diga avvenuto il primo dicembre del 1923. Il disastro distrusse le frazioni di Bueggio, Azzone e altre abitazioni fino a Darfo.

CHECK LIST

Luogo di partenza: Vilminore di Scalve (Bg), fraz. Pianezza

Luogo di arrivo: Diga del Gleno

Numero sentiero: CAI 411

Durata: 1 ora circa

Dislivello: 300 m

Attrezzatura necessaria: scarponcini da trekking e abbigliamento adeguato

Difficoltà: Facile

Link: <https://www.valseriana.eu/sport-e-divertimento/trekking-alla-diga-del-gleno/>



IL SENTIERO DEL VIANDANTE

(DIOCESI DI COMO E MILANO)

Il **Sentiero del Viandante** è un **trekking a tappe** che costeggia tutta la sponda orientale del Lago di Como. Percorrendo antiche mulattiere e sentieri, il percorso (che incrocia i paesi sul lago) si sviluppa a mezza costa **da Lecco a Colico**. Le tappe intermedie ufficiali sono 5: da Lecco ad Abbadia, da Abbadia a Lierna, da Lierna a Varenna, da Varenna a Dervio e da Dervio a Colico. A seconda del proprio allenamento però è possibile suddividerle diversamente.

CHECK LIST

Luogo di partenza: Lecco

Luogo di arrivo: Colico

Numero sentiero: Tutto il percorso è contrassegnato molto bene grazie alla presenza di targhette arancioni (bande bianche e rosse tra Lecco e Abbadia), oltre ai bollini blu delle Vie del Viandante (vedi link).

Km: 49 km

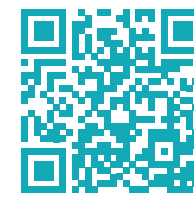
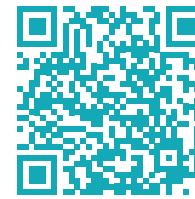
Dislivello: alcune varianti di tappa presentano un dislivello significativo, altre sono più pianeggianti

Attrezzatura necessaria: abbigliamento adeguato e scarponcini da trekking

Difficoltà: Il Sentiero del Viandante non presenta difficoltà tecniche particolari e per questo è adatto a tutti. Tuttavia è opportuno allenarsi un po' prima di affrontarlo, soprattutto se si desidera intraprenderlo tutto.

Link: <https://www.trekkinglecco.com/sentiero-viandante/>

<https://www.leviedelviandante.eu/it/home/> (qui si trovano anche indicazioni per i pernottamenti)



VIA FRANCIGENA

TRATTO LOMBARDO (DIOCESI DI VIGEVANO, PAVIA E LODI)

La Via Francigena è un itinerario culturale che attraversa l'Europa da Canterbury a Roma per un totale di 1.800 km di lunghezza. Nel territorio lombardo, nelle diocesi di Vigevano, Pavia e Lodi, il cammino si sviluppa per circa 107 km suddivisi in 5 tappe: da **Robbio a Mortara** (14,2 km), da **Mortara a Garlasco** (20,7 km), da **Garlasco a Pavia** (24,6 km), da **Pavia a Santa Cristina e Bissone** (28 km), da **Santa Cristina e Bissone a Corte S. Andrea** (19,4 km). La Via Francigena arriva in territorio lombardo lasciandosi alle spalle i paesaggi alpini e collinari, e qui si aprono i vasti orizzonti della Pianura Padana, caratterizzati da rettilinei interminabili, geometrie dei campi e paesaggi assoluti. Camminando lungo l'antica Via Francigena in Lombardia sarete avvolti da un profondo silenzio, rotto solo dall'improvviso volo degli aironi.

CHECK LIST

Luogo di partenza: Robbio (Pv)

Luogo di arrivo: Corte Sant'Andrea (Lo)

Numero sentiero: cartelli con il logo della via Francigena

Km: 107 circa

Link: <https://giteinlombardia.it/notizia/i-cammini-di-lombardia-la-via-francigena/>

<https://www.viefrancigene.org/italia-il-percorso/>



IL CAMMINO DI CARLO MAGNO

(DIOCESI DI BERGAMO E BRESCIA)

Il Cammino prende il nome da una **leggenda del XV secolo**. Carlo Magno lungo il suo percorso conquista i castelli dei signori locali costringendoli alla conversione. Per celebrare le sue vittorie il sovrano fa costruire numerose chiese, a volte sopra i ruderi dei castelli precedentemente distrutti. Tra battaglie contro i pagani e fondazioni di nuove chiese passa per Monno dove si narra che, al Passo del Mortirolo, sgominò con violenza le truppe longobarde. Da qui Carlo Magno risale per il Passo del Tonale dove prosegue il suo viaggio in Trentino fino a Carisolo. Le **tappe** del Cammino di Carlo Magno sono **12** per un totale di **quasi 225 km da percorrere a piedi** da **Bergamo**, alle **Valli d'Argon**, la **Val Cavallina**, la **Val Borlezza**, la **Valle Camonica**, la **Val di Sole** e la **Val Rendena**, in 3 province (Bergamo, Brescia e Trento) e due regioni (Lombardia e Trentino Alto Adige).

CHECK LIST

Luogo di partenza: Bergamo

Luogo di arrivo: Carisolo (Tn)

Numero sentiero: segnaletica specifica con logo del Cammino o lettere CM

Km: 225

Dislivello: *vedi note*

Attrezzatura necessaria: scarponi da trekking, abbigliamento adeguato

Difficoltà: Il percorso si snoda prevalentemente a mezza costa e, nonostante sia un **itinerario di media difficoltà**, presenta comunque **alcuni tratti in salita e in discesa abbastanza impegnativi** soprattutto per superare i due passi alpini del Tonale e di Campo Carlo Magno.

Note: Sul sito si trovano indicazioni tecniche molto dettagliate sulle varie tappe (dislivello, durata, descrizioni). Questo è molto utile per valutare bene quali scegliere di affrontare.

Link: <https://www.camminodicarloomagno.it/>

