

# TREKKING MANIA

## APRILE

### Trekking " Le grotte Valsesiane " dislivello mt 600

Domenica  
19

Ritrovo ore alle 9.00 al Bar-Tabacchi della fraz. Bettole di Borgosesia. Escursione con breve visita di grotte. Interessanti aspetti naturalistici e geologici

Come arrivare: dall'uscita Romagnano - Ghemme dell'A26 prendere la statale della Valsesia. Superata Prato Sesia svoltare a destra per Grignasco. Oltrepassare il paese e proseguire in direzione di Borgosesia, arrivando così a Bettole

### Trekking "La dorsale soleggiata" dislivello mt 400

Ritrovo ore 9,00 a Balmuccia, presso bivio che divide la valle di Carcoforo-Rima da quella di Alagna, con posteggio e monumento cascata di ghiaccio al centro della carreggiata. Breve trasferimento con auto proprie.

Itinerario poco conosciuto, attraverso muretti a secco, posti a sostegno del sentiero, che costeggia una bella cascata e raggiunge un alpeggio posto in posizione soleggiata su una dorsale.

Come arrivare: dall'uscita Romagnano - Ghemme dell'A26 prendere la statale della Valsesia, direzione Varallo -Alagna. Oltrepassare Varallo, e dopo circa 10 km si incontra Balmuccia

## MAGGIO

### Trekking " Fotografiamo gli stambecchi " mt 500

Domenica  
3

Ritrovo : ore 9,00 presso ufficio Valsesia Incoming, via Statale 22 Scopello (proprio sulla strada principale, lungo il rettilineo a destra, di fronte alla farmacia). Breve trasferimento in auto.

Itinerario su comoda mulattiera, la giornata sarà caratterizzata da ottime probabilità di avvistamenti di animali (Stambecchi, Camosci, Caprioli). Giornata davvero suggestiva ed emozionante.

Come arrivare: dall'uscita Romagnano - Ghemme dell'A26 prendere la statale della Valsesia, direzione Varallo -Alagna. Oltrepassare Varallo, e dopo circa 15 km si incontra Scopello



### Trekking " Ritorno alle origini " mt 500

Ritrovo ore 9,00 Varallo Sesia. Arrivando dal fondo valle entrare in Varallo alla terza entrata della circonvallazione (indicazioni per Fobello-Rimella). Dopo 200mt superata la salita, troverete un distributore di carburante Agip (luogo del ritrovo). Breve trasferimento con auto proprie.

Domenica 10

Itinerario sconosciutissimo (una nostra caratteristica....), Wilderness allo stato puro..., la meta è un alpeggio dimenticato, la cui caratteristica è una vista panoramichissima.

Come arrivare: dall'uscita Romagnano - Ghemme dell'A26 prendere la statale della Valsesia,direzione Varallo -Alagna.

### Traversata " Valli selvagge " mt 800

Ritrovo : ore 8,00 presso ufficio Valsesia Incoming, via Statale 22 Scopello (proprio sulla strada principale, lungo il rettilineo a destra, di fronte alla farmacia). Breve trasferimento in auto.

Domenica 17

Traversata Val Sesia-Val Sermenza, discesa nella selvaggia Val Chiappa,con moltissimi alpeggi un tempo frequentati durante il percorso.Dislivello mt 800 ( Si richiede un discreto allenamento )  
Organizzazione di pulmini per il rientro

### Trekking " dai 1111 in su tutti si danno del tu..."mt 600

Ritrovo ore 8,45 Varallo Sesia. Arrivando dal fondo valle entrare in Varallo alla terza entrata della circonvallazione (indicazioni per Fobello-Rimella). Dopo 200mt superata la salita, troverete un distributore di carburante Agip (luogo del ritrovo)

Domenica 24

### Trekking "Valli Selvagge" Traversata dislivello mt. 900

Ritrovo : ore 8,00 presso ufficio Valsesia Incoming, via Statale 22 Scopello (proprio sulla strada principale, lungo il rettilineo a destra, di fronte alla farmacia).

Domenica 31

## GIUGNO

" **Il primo insediamento walser** " mt 550. Ritrovo ore 8,45 Varallo Sesia. Arrivando dal fondo valle entrare in Varallo alla terza entrata della circonvallazione (indicazioni per Fobello-Rimella). Dopo 200mt superata la salita, troverete un distributore di carburante Agip (luogo del ritrovo)

Domenica 7



" **Scopritori di itinerari** " Dislivello mt 563. Ritrovo ore 9,00 a Balmuccia, presso bivio che divide la valle di Carcoforo-Rima da quella di Alagna, con posteggio e monumento cascata di ghiaccio al centro della carreggiata. Breve trasferimento con auto proprie.

Domenica 14

Trekking " Il nido dei Camosci " mt 433

Domenica 21

Trekking "Il Baitone " mt 750

Domenica 28

## LUGLIO



Domenica 5 ASINMANGIANDO trekking enogastronomico a Tappe con gli asini **Gusto della Montagna**

Sab.11 e Dom.12 Trekking con gli asini 2 giorni, pernottamento in rifugio dislivello mt 600 **Gusto della Montagna**

Domenica 19 Trekking " Mulattiera tra i prati rossi " dislivello mt 605

Domenica 26 Trekking " L'antica Festa dell'Alpeggio " Dislivello mt 836

## AGOSTO



Domenica 2 Trekking " Val Nonay' " mt 600

Mercoledì 5 Trekking " Zig-Zag all'alpeggio " Dislivello mt 408

Domenica 9 Trekking " Un Lago nel Caudrò " Dislivello mt 972

Mercoledì 12 Trekking " Conca Giannuaia " Dislivello mt 500



Domenica 16 Trekking " La Carcufina " dislivello mt 400

Mercoledì 19 Trekking " Traversata Gronda.-Sorba mt 1200

Domenica 23 Trekking " Panorama sui Ghiacciai " dislivello mt 796

Domenica 30 Trekking " Il Lago Scovato..." mt 960

## SETTEMBRE



Domenica 6 Trekking " Traversata Biellese-Valsesia " dislivello mt 800

Domenica 13 Trekking " Profumo di funghi " dislivello mt 476

Domenica 20 Trekking " Sara' la volta buona?" Dislivello mt 750

Domenica 27      Trekking " Panorama sul Lago " dislivello mt 450

## OTTOBRE

Domenica 4      Trekking "L'alpeggio Walser dimenticato " dislivello mt 476

Domenica 11      Trekking "I colori Autunnali" dislivello mt 476

Domenica 18      Trekking " La Muflonera " dislivello mt 500

Domenica 25      Trekking con gli asini e "Baldoria" in Rifugio.... mt 800



**E' possibile organizzare escursioni personalizzate in altre date con un minimo di n. 6 partecipanti, anche trekking di piu' giorni, trekking sommessiati e passeggiate con gli asini per bambini.**

**Prenotazioni presso le migliori strutture ricettive: alberghi, b&b, appartamenti e rifugi**

**Le Guide Naturalistiche si riservano la facoltà di cambiare itinerario in base alle condizioni atmosferiche**

Per informazioni e prenotazioni telefonare a:

VALSESIA INCOMING via Statale, 22 – 13028 Scopello (VC)

Tel. 346 3185282 – 0163 73 53 33

[www.valsesiaincoming.it](http://www.valsesiaincoming.it) e-mail: info@valsesiaincoming.it

## TREKKINGMANIA

ecco il perchè

- un trekking ti aiuta a ritornare alla natura, liberandoti dallo stress
- un trekking ti insegna a darti un obiettivo e a raggiungerlo, superando ostacoli e imprevisti
- un trekking ti insegna a limitare i tuoi bisogni all'essenziale: lo zaino pesa
- un trekking ti insegna ad apprezzare le cose semplici: il buon cibo, l'acqua fresca, il fuoco alla sera
- un trekking ti insegna che la lentezza può essere molto meglio della velocità
- un trekking ti insegna che il silenzio dice molte più cose del rumore
- un trekking è sempre una grande esperienza di amicizia

**Abbigliamento e attrezzatura per il trekking**

Innanzitutto le scarpe! Le calzature da trekking vanno da modelli appena più robusti di un paio di scarpe da ginnastica a quelli molto rigidi predisposti per l'attacco dei ramponi da ghiaccio. A voi la scelta a seconda del trekking che volete percorrere, ma che siano comode!

Sempre per il comfort dei piedi, strumenti essenziali per la buona riuscita del trekking, è bene scegliere anche delle calze specifiche. Negli ultimi anni si sono fatti notevoli progressi, eliminando le cuciture in rilievo e realizzando strutture a spessore differenziato, che proteggono molto bene il piede.

L'abbigliamento va scelto, ovviamente, in base al luogo e alla stagione. In ogni caso deve essere comodo e pratico da gestire: ad esempio i pantaloni che si possono accorciare tramite una cerniera o le magliette in materiali tecnici che asciugano rapidamente, sono confortevoli e permettono anche di limitare il numero di capi da portare nello zaino. In ogni caso è bene ricordare che in montagna, con una perturbazione o di notte, la temperatura può calare sensibilmente: è bene essere preparati.

Per ripararsi dalla pioggia la soluzione migliore è avere giacca e sovrapantaloni in materiale impermeabile e traspirante, e magari anche un paio di ghette, che eviteranno di ritrovarsi con i piedi a mollo.

Per quanto riguarda l'attrezzatura, è bene portare:

- bastoncini telescopici da trekking (molto utili con uno zaino pesante)
  - guanti e berretto caldi
  - occhiali, cappello e crema da sole
- saccolenzuolo, igienico ed obbligatorio in tutti i rifugi
- acqua ( 1 litro ) e viveri di emergenza (barrette energetiche)
- telefono cellulare, ricordando che in molte zone non c'è copertura
  - lampada frontale
- pronto soccorso personale
  - coltello multiuso
  - fazzoletti di carta
  - stringhe di riserva

