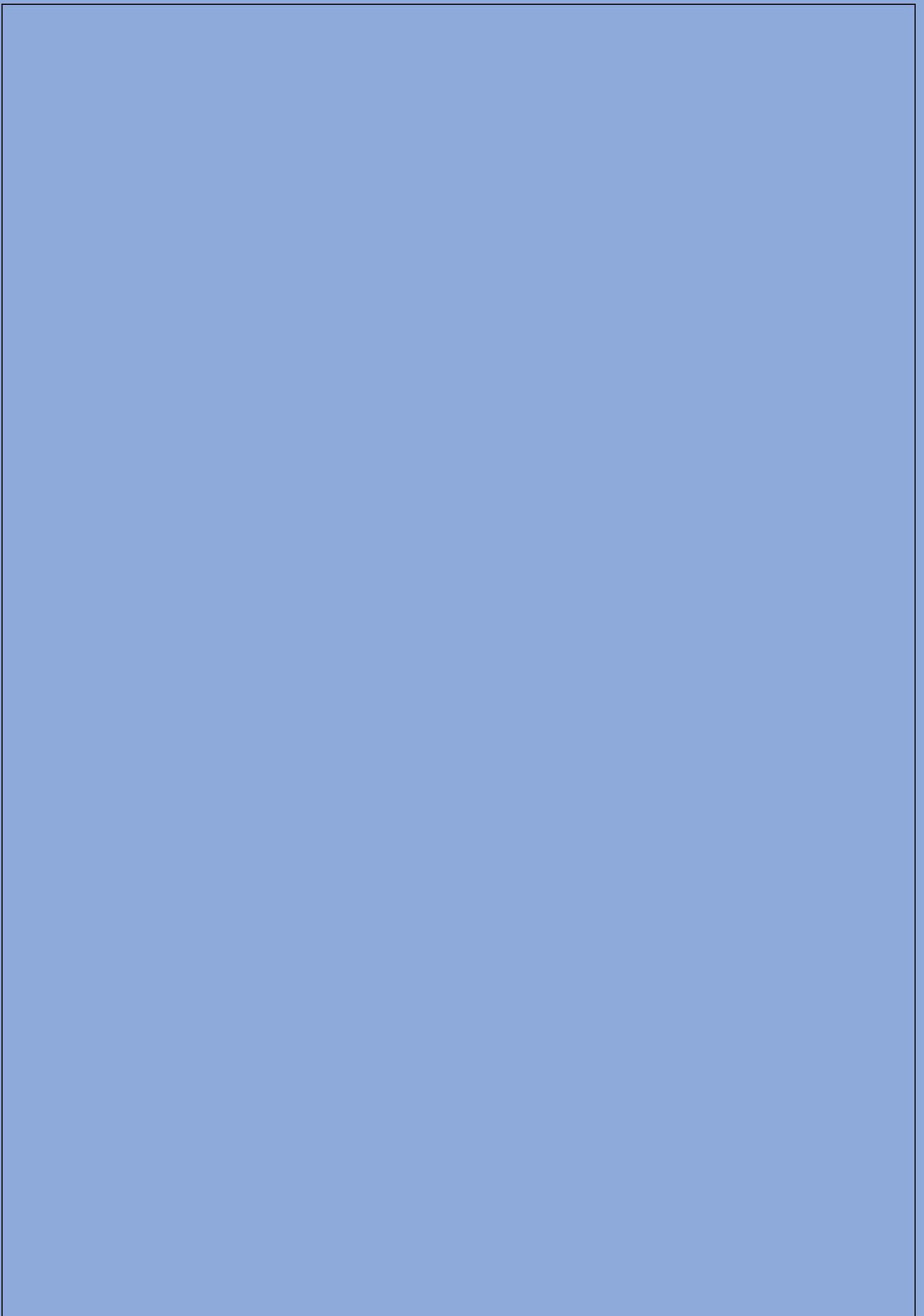
The image is a book cover for a guide to Vicosoprano. It features a photograph of a mountainous landscape. In the foreground, there is a lush green field with yellow wildflowers. In the middle ground, a village is visible, including a prominent church with a tall, square tower. The background shows rolling mountains under a cloudy sky. The title 'Vicosoprano' is written in a large, white, serif font across the middle of the image. Below the title, the subtitle 'Breve guida a qualche passeggiata' is written in a smaller, white, serif font. At the bottom of the image, the author's name 'a cura di Lele Besostri' is written in a white, serif font.

Vicosoprano

Breve guida a qualche passeggiata

a cura di Lele Besostri



Introduzione

Primavera? Estate? Autunno? Inverno? Qual è la stagione migliore per fare una passeggiata sui nostri monti? Non sta a me giudicare ma vi dico, senza ombra di dubbio, che ogni momento dell'anno è "buono" per andare a scoprire le meraviglie che i dintorni del nostro Vico ci offrono. Quale sorpresa trovare i *crochi* in Pescin fioriti fra le chiazze dell'ultima neve di Primavera o incontrare a Luglio un fresco quasi freddo all'ombra del bosco mentre si sale Pi Rapin oppure ancora godersi i colori dell'Autunno che cambiano dal verde al giallo, all'arancione al rosso con una scala cromatica di infinite tonalità e scoprire che la Cascata di Mareiu è costellata di stalattiti di ghiaccio.

Non c'è un "periodo migliore" qui è sempre *tutto bello!*

Non dimentichiamo che siamo sopra i 1000 m... Consiglio, quindi, secondo la stagione, di valutare le condizioni dei sentieri e delle strade, il meteo e tutti quei fattori che non facciano precipitare una bella giornata in un *chi me l'ha fatto fare!*

Lele





Note

Questo mio modesto lavoro non si vuole sostituire alla ben più ampia conoscenza dei luoghi di chi ha maggior esperienza di me ma essere solo un incentivo a visitare quanto di meraviglioso ci circonda quando siamo nel nostro Vicosoprano.

Mi preme sottolineare che le cartine qui riportate hanno solamente uno scopo illustrativo e non devono essere considerate vere mappe. E' utile, direi quasi indispensabile, avere un tracciatore gps, facilmente scaricabile come app gratuita sullo smartphone e che funziona anche in assenza di segnale telefonico (tipo Adidas Running, Strava, Gaia Gps, AlpineQuest, ecc.). Oltre ad avere un innegabile utilità nel caso si perda il sentiero, le app di cui sopra forniscono tantissime informazioni metriche della camminata che si sta facendo.

Le distanze sono state ricavate dal vivo in sopralluoghi fatti sul posto, così come i dislivelli. Il tempo di percorrenza è personale, ho riportato dati medi considerando una camminata tranquilla.

La difficoltà, in ogni itinerario proposto, è sempre esigua, chiaramente, gli itinerari escursionistici, più "duri" tengono conto della distanza unita al dislivello ma, mi ripeto, hanno nulla che contempa passaggi difficili o pericolosi.

Gli itinerari sono per tutti ma bisogna considerare il proprio allenamento e le proprie condizioni fisiche.

Scegliere un abbigliamento consono con scarpe adatte ai sentieri più o meno sconnessi, pantaloni lunghi o calze alte (zecche e rovi sono sempre in agguato), magari una maglietta di ricambio e per le vette una felpa.

Meglio non fare cieco affidamento alle fonti potabili riportate qui, quindi, è consigliato portare al seguito, per le escursioni più lunghe, uno zainetto con acqua, uno spuntino e quanto possa servire (personalmente ho sempre nello zaino una benda elastica, si sa mai, un coltellino e fazzoletti di carta).

Buone camminate!

1.PESCIN

Per il sentiero - Passeggiata per tutti. Tempo stimato medio A/R 1.30h.

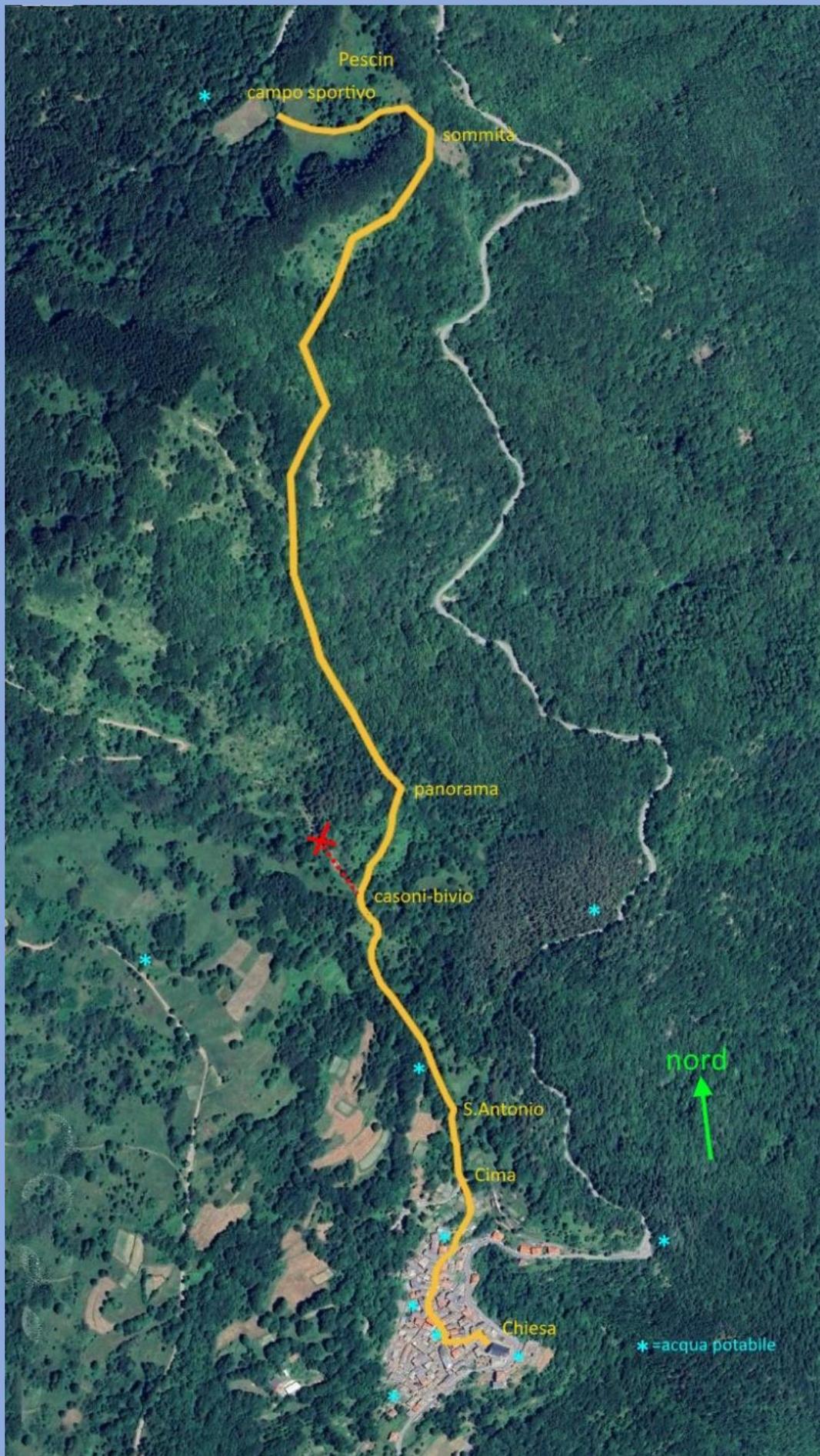
Dal Piazzale della Chiesa (q.1086m) seguire la Strada Comunale che percorre tutto il centro di Vicosoprano fino alla Cima dell'abitato (q.1120m). Proseguire sul sentiero che passa fra un box in lamiera e il fossato. Salendo si incontra una piccola edicola votiva intitolata a S.Antonio (q.1137m), si scavalca il fossato e si continua in salita costeggiando fino a due casoni (uno è crollato). Tenere la destra alla biforcazione (q.1191m). Si cammina fra muretti a secco fino ad un'altura (panorama sulla Val d'Aveto q.1212m) e si svolta a sinistra immettendosi nel bosco. Ora il sentiero è praticamente pianeggiante, lo si percorre tutto fino a sbucare alla sommità di Pescin (q.1210m). Si scende nella traccia erbosa, tenendo la sinistra, fino al Campo Sportivo (q.1183m).

Distanze: Chiesa-Cima paese 0.30km, Cima-S.Antonio 0.10 km, S.Antonio-Casoni bivio 0.25km, Bivio-altura 0.15km, Altura-sommità Pescin 0.88km, Sommità-campo sportivo 0.17km. Distanza totale solo andata 1.85 km. Dislivello +126m

Punti utili: fonti di acqua potabile presenti in paese (3), appena oltrepassata l'edicola di S.Antonio e nelle vicinanze del Campo Sportivo.



Pescin, il bosco sta riconquistando il prato



2.CAPPELLETTA DI CARMO

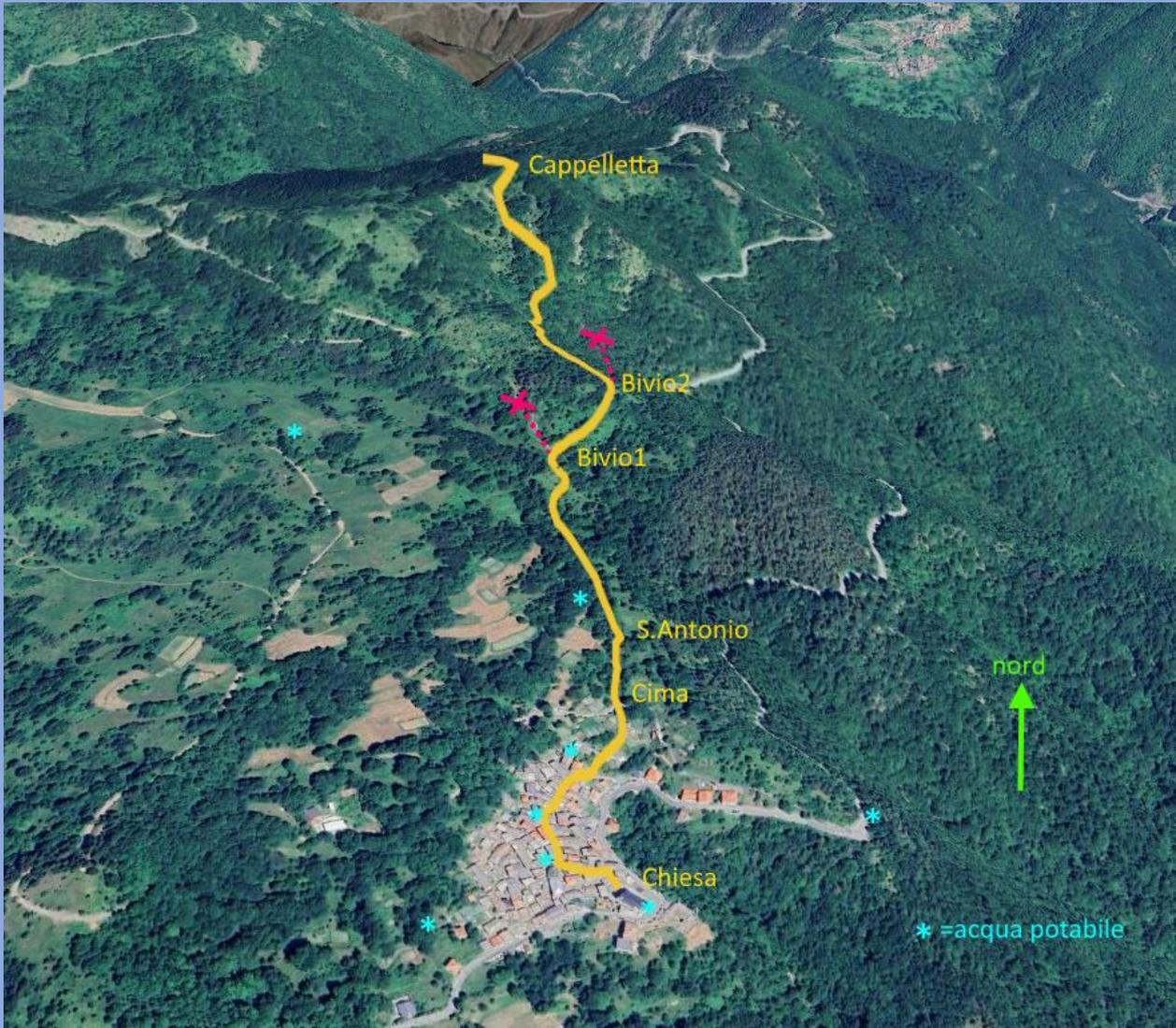
Passeggiata per tutti. Tempo stimato medio A/R 1.20h.

Dal centro di Vicosoprano raggiungere la Cima dell'abitato (q.1120m). Prendere il sentiero che passa fra un box in lamiera e il fossato. Salendo si incontra una piccola edicola votiva intitolata a S. Antonio (q.1137m), si scavalca il fossato e si continua in salita fino a due casoni (uno è crollato). Tenere la destra alla biforcazione (q.1191m). Si cammina fra due muretti a secco fino ad un'altura (panorama sulla Val d'Aveto q.1212m). Si tiene la sinistra e fatti pochi metri, ancora a sinistra (segnaletica presente). Si sale su traccia erbosa fino al limitare di una pineta e giunti in cima si tiene ancora la sinistra fino alla Cappelletta (q.1298m).

Distanze: Chiesa-Cima paese 0.30km, Cima-S.Antonio 0.10 km, S.Antonio-Casoni bivio 0.25km, Bivio1-altura 0.15km, Altura -bivio2 pochi metri, Bivio 2-Cappelletta 0.62km Distanza totale solo andata 1.44 km. Dislivello +212m

Punti utili: fonti di acqua potabile presenti in paese (3), appena oltrepassata l'edicola di S.Antonio





3. BOCCA DELLA SELVA – CROCE

(Sentiero- strada) - Passeggiata per tutti. Tempo stimato medio A/R 1h.

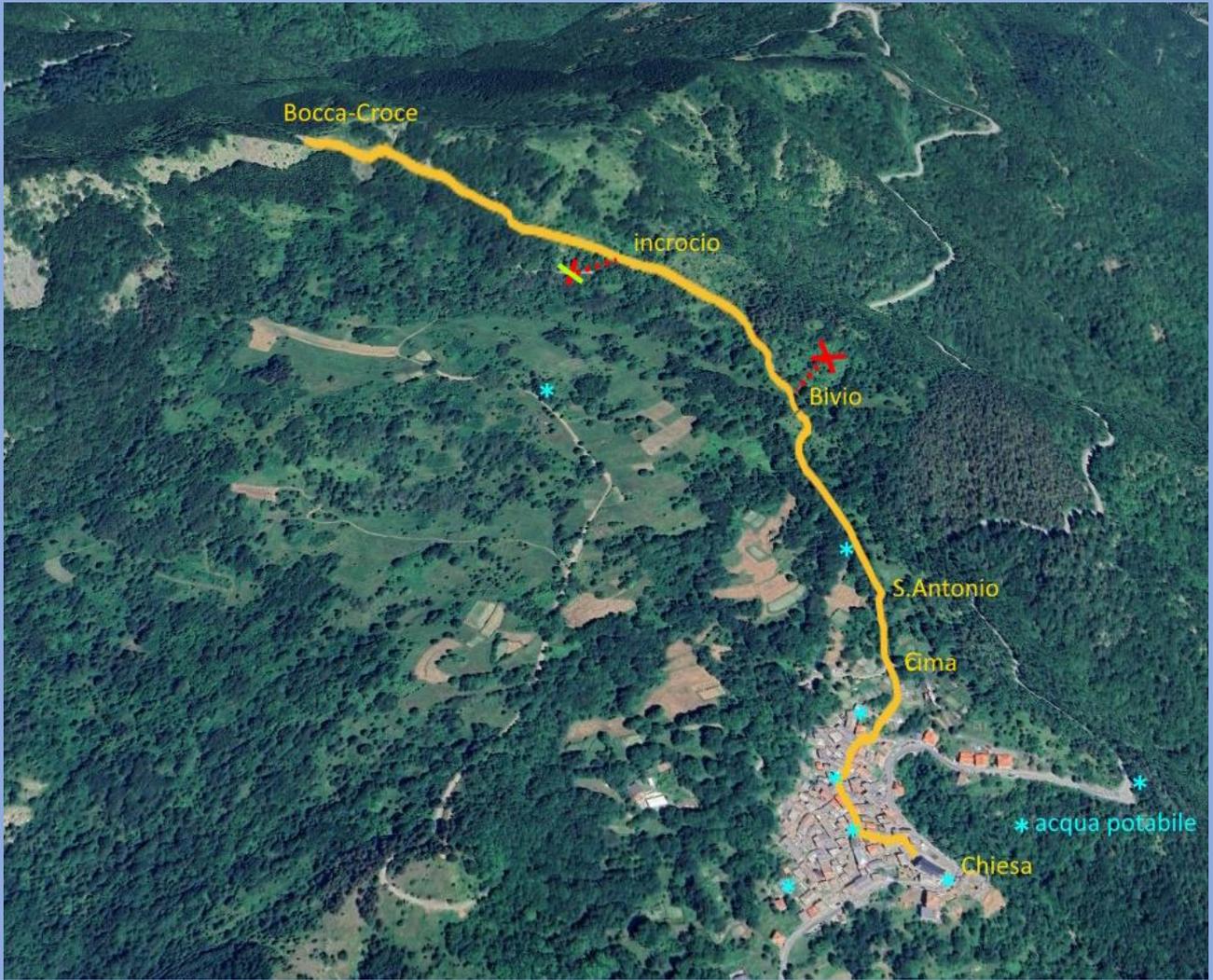
Raggiungere la Cima dell' abitato (q.1120m). Prendere il sentiero che passa fra un box in lamiera e il fossato. Salendo si incontra una piccola edicola votiva intitolata a S. Antonio (q.1137m, si scavalca il fossato e si continua in salita decisa fino a due casoni (uno è crollato). Proseguire dritti alla biforcazione (q.1191m), in salita, fra punti panoramici e zone in ombra fino a incontrare la strada carrabile (q.1238m). Si sale fino ad arrivare alla Bocca della Selva (q.1293m) e alla vicina Croce (q.1300m).

Distanze: Chiesa-Cima paese 0.30km, Cima-S. Antonio 0.10 km, S. Antonio-Casoni bivio 0.25km, Bivio1-incrocio 0.29km, Incrocio-Bocca della Selva, Croce 0.52km Distanza totale solo andata 1.46 km. Dislivello +214m

Punti utili: fonti di acqua potabile presenti in paese (3), appena oltrepassata l'edicola di S. Antonio



Croce della Selva. Panorama in un giorno di Giugno



4.CREMISELLA – PIAN SEJUN - BOCCA DELLA SELVA

Strada - Passeggiata per tutti. Tempo stimato medio A/R 1.45h.

Dal Piazzale della Chiesa (q.1086m) seguire la Strada Comunale che percorre tutto il centro di Vicosoprano fino alla Cima dell'abitato (q.1120m). Prendere la strada carrabile svoltando a sinistra in salita. Si cammina fino ad un tornante molto ampio che aggira tutta il fianco del colle. Sull'altura aggirata si trova l'altare di Cremisella, luogo panoramico (q.1158m) Si prosegue in falso piano a salire fino ai prati di Pian Sejun (q.1214m panorama, fioriture, laghetto stagionale) e si sale infine decisamente fino ad arrivare alla Bocca della Selva (q.1293m) e alla vicina Croce della Selva (q.1300m).

Distanze: Chiesa-Cima paese 0.30km, Cima-Tornante 0.80km, Tornante-Pian Sejun 0.88km, Pian Sejun-Bocca della Selva 0.87km. Distanza totale solo andata 2.85 km. Dislivello +214m

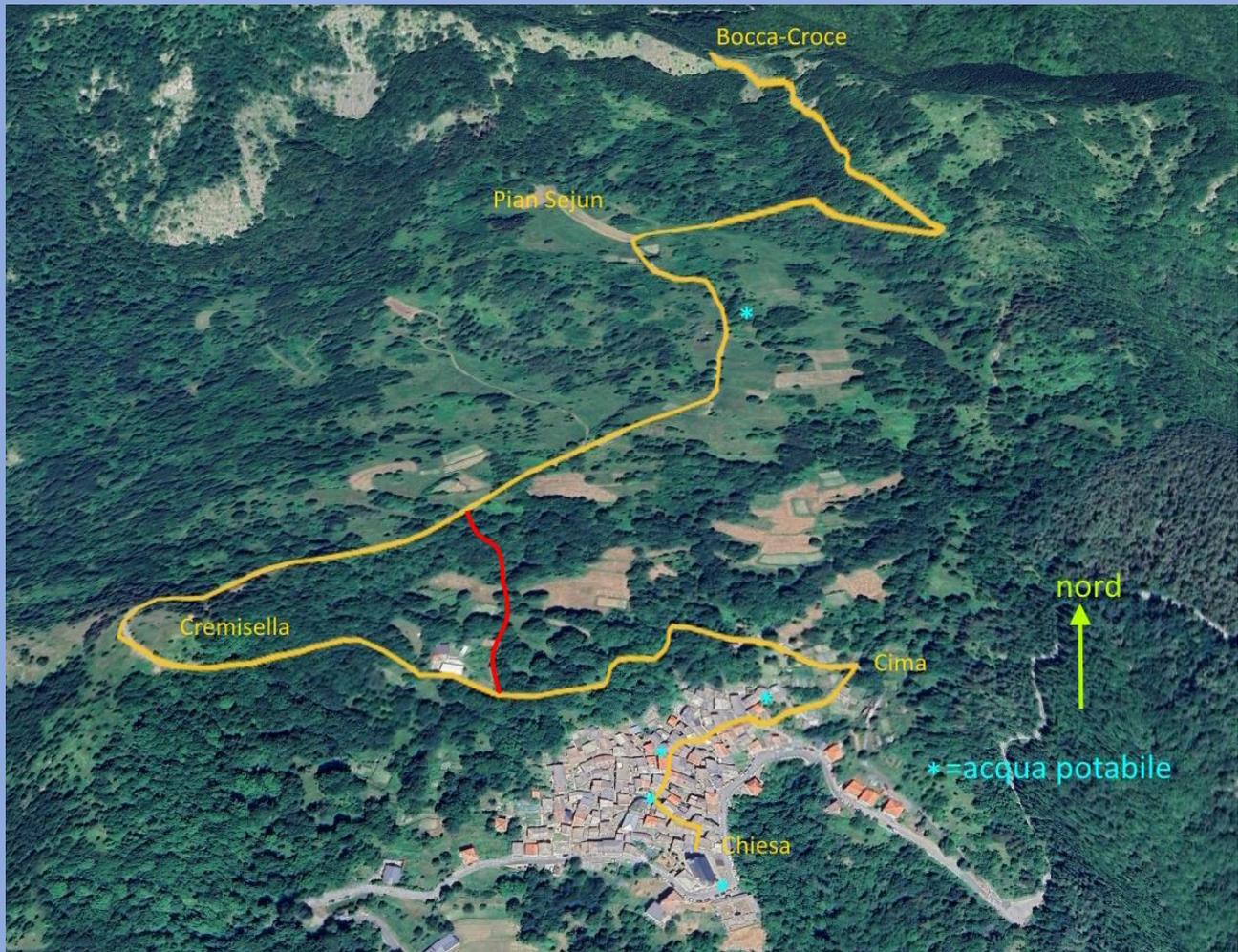
Punti utili: fonti di acqua potabile presenti in paese (3), fonte prima di Pian Sejun.



L'altare sul colle di Cremiasella, sullo sfondo Vicosoprano.



Pian Sejun, autunno. Vista sui monti



L'itinerario segnato in rosso è una "scorciatoia" che si può utilizzare prima di giungere ad alcune costruzioni (garages) sulla strada.

5. MONTE ORAMARA

Per la Costa Scarrubbio – Itinerario escursionistico. Tempo stimato medio A/R 2.30h.

Dalla Bocca della Selva (vedi itinerari precedenti) Si prosegue sempre sulla strada carrabile per alcune decine di metri e si prende la traccia erbosa che si snoda nel bosco restando sempre sulla cresta della Costa Scarrubbio. Se si ha l'accortezza di non scendere sulla destra (si incrocerebbe comunque la carrabile appena lasciata) si arriva dapprima ad una breve discesa (piccolo valico q.1450m) per poi continuare fino alla vetta di Oramara (q.1522m)

Distanze: Chiesa-Cima paese 0.30km, Cima-S.Antonio 0.10 km, S.Antonio-Casoni bivio1 0.25km, Bivio1-incrocio 0.29km, Incrocio-Bocca della Selva, Croce 0.52km, Bocca-Bivio2 qualche decina di metri, Bivio 2-Piccolo valico 0.67km. Piccolo Valico-Vetta Oramara 0.54km Distanza totale solo andata 2.700km. Dislivello +436m

Punti utili: fonti di acqua potabile presenti in paese (3) e appena oltrepassata l'edicola di S.Antonio.



La Croce di vetta dell'Oramara, posata dagli abitanti di Vicosoprano nel 2006



6.MONTE ORAMARA

Via strada consortile – itinerario escursionistico. Tempo stimato medio A/R 2.30h.

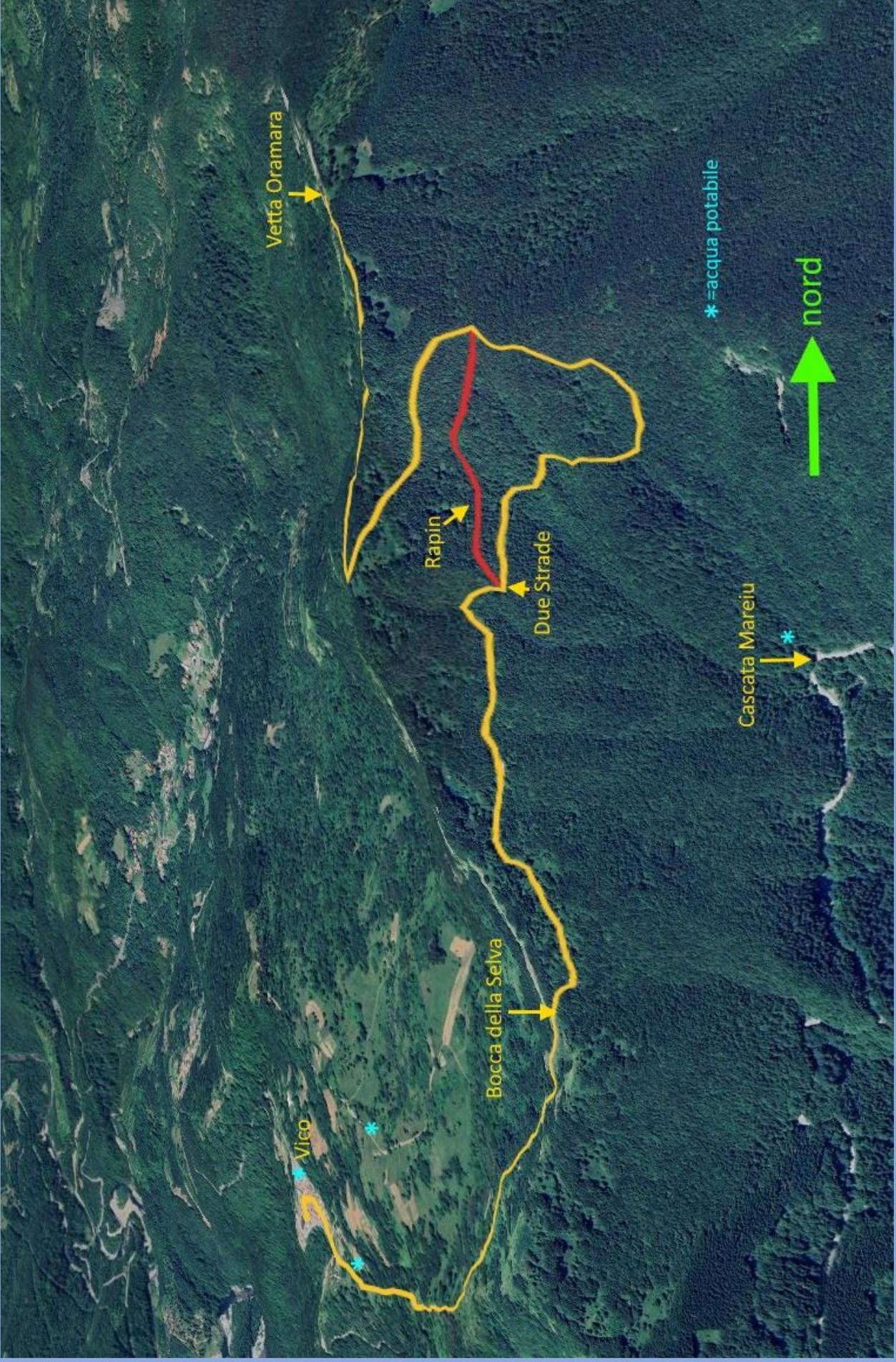
Raggiungere la Bocca della Selva (vedi itinerari precedenti) e proseguire sulla strada carrabile. Giunti ad un bivio ben visibile, un sentiero si snoda in decisa salita a sinistra e la strada prosegue dapprima in discesa e poi salendo. Si può scegliere se intraprendere il sentiero (*Rapin*) ed accorciare o stare sulla strada (mappa). Giunti ad un piccolo piazzale (q.1441m) si “taglia” nel bosco in salita lambendo una palina con alcune indicazioni e seguendo radi segnali bianco-rossi fino ad un piccolo valico (q.1450m.) Continuare svoltando seccamente a destra e restando in cresta fino alla vetta di Oramara (q.1522m).

Distanze: Chiesa-Cima paese 0.30km, Cima-S.Antonio 0.10 km, S.Antonio-Casoni bivio1 0.25km, Bivio1-incrocio 0.29km, Incrocio-Bocca della Selva, Croce 0.52km, Bocca-Bivio2 0.73km, Bivio2-Piazzale 0.72km Piazzale-Piccolo Valico 0.60km Piccolo Valico-Vetta Oramara 0.54km Distanza totale solo andata 4.20km. Dislivello +455m

Punti utili: fonti di acqua potabile presenti in paese (3) e appena oltrepassata l’edicola di S.Antonio.



Mattina d'estate salendo all'Oramara



Vetta Oramara

Rapin

Due Strade

Bocca della Selva

Vico

Cascata Mareiu

* =acqua potabile

nord

7. MONTE ARLU' (sulle carte Monte Montarlone)

itinerario escursionistico. Tempo stimato medio A/R 3.30h.

Raggiungere la Bocca della Selva (vedi itinerari precedenti) e proseguire sulla strada carrabile. Giunti ad un bivio ben visibile un sentiero si snoda in decisa salita a sinistra, la strada prosegue dapprima in discesa e poi salendo. Si può scegliere se intraprendere il sentiero e accorciare o stare sulla strada (mappa). Giunti ad un piccolo piazzale (q.1441m) tenere la destra continuando su larga e pulita strada nel bosco. Quando il bosco termina ci si trova in un ampio prato in cresta (q.1420m) solcato da un sentiero. Seguire questo sentiero svoltando a sinistra. Si oltrepassano brevi radure e un lungo tratto boscato fino a giungere al Rifugio dei Prati di Foppiano (q.1340m). Presente una fonte non sempre attiva. Si prosegue sul sentiero dapprima in piano e giunti ad un bivio (omino di pietra) si tiene la sinistra salendo decisamente il fianco del Monte Arlu'. Non c'è un vero e proprio sentiero ma si riconosce la traccia di chi ci ha preceduti. Si sale lambendo alcune rocce fino alla nuda e molto panoramica vetta a 1500m.

Distanze: Chiesa-Cima paese 0.30km, Cima-S.Antonio 0.10 km, S.Antonio-Casoni bivio1 0.25km, Bivio1-incrocio 0.29km, Incrocio-Bocca della Selva, Croce 0.52km, Bocca-Bivio2 0.73km, Bivio2-Piazzale 0.72km Piazzale-Prato 0.680km, Prato-Rifugio 1.60km, Rifugio-omino di pietra 0.40km, Omino-vetta 0.45km Distanza totale solo andata 6.040km. Dislivello +414m

Punti utili: Fonti di acqua potabile presenti in paese (3), appena oltrepassata l'edicola di S.Antonio, al Rifugio Prati di Foppiano e qualche ruscello stagionale.

Rifugio Prati di Foppiano, incustodito ma ben fruibile (si confida nella civiltà degli utilizzatori).



Dalla vetta del Monte Arlu' verso la Val Trebbia in un mattino di Giugno. Si riconoscono i Monti Alfeo, Lesima, Legnà e Cavalmurone.



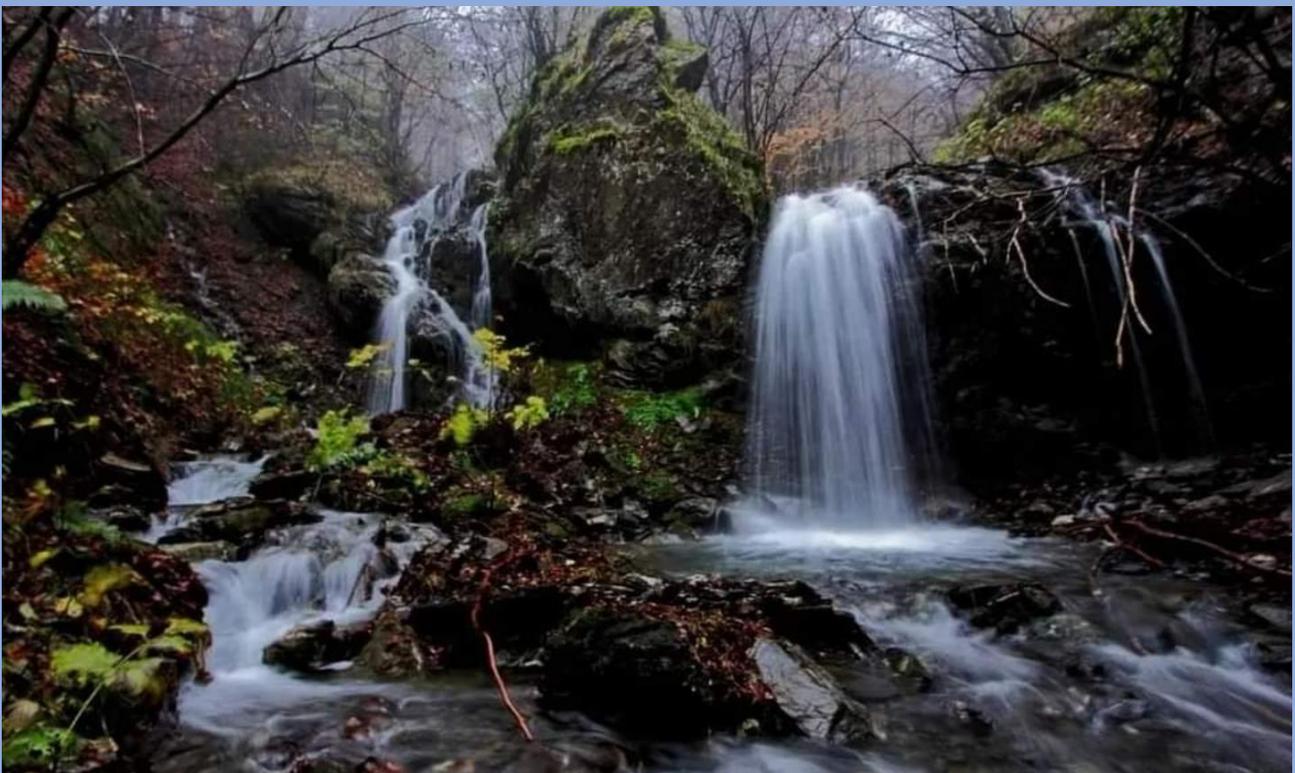
8. DA VICOSOPRANO ALLA “TORA” (confine Genova-Piacenza).

Passeggiata (lunga) su asfalto, per tutti. Tempo stimato medio A/R 2.45h.

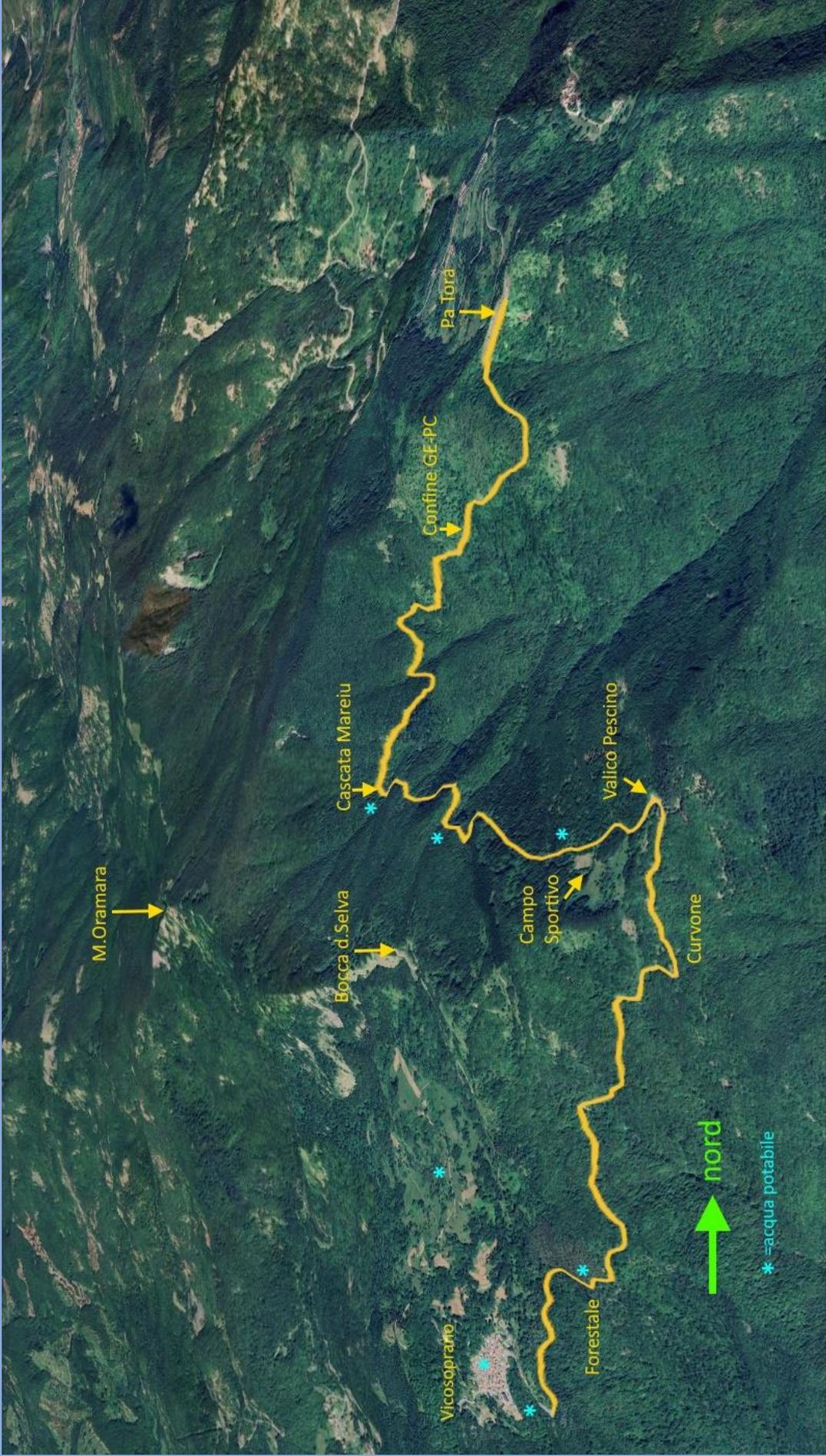
Da Vicosoprano proseguire per la “Costa” (q.1092m, fonte, edicola votiva) e continuare sulla strada asfaltata. Dopo 0.58km si incontrano i ruderi della Casetta Forestale (fonte sempre attiva) e proseguendo, attraverso punti panoramici, per ulteriori 1,80km, si giunge al Valico del Pescino (q.1178m, frutti silvestri, fioriture, panorama, fonte, campo sportivo). Qui è d’obbligo una sosta per qualche fotografia. Si continua raggiungendo la cascata del Rio Mereto, molto caratteristica per cui vale la pena un’altra sosta. Camminando sempre all’ombra si giunge al confine di Provincia. Ora la strada abbandona il bosco e offre un grandioso panorama sulla Val d’Aveto con i monti del Maggiorasca, il Crociglia e tanti gruppi di case sparse sull’altro versante vallivo. Il valico della “Tora” si affaccia sulla valle laterale del paese di Orezza e lo sguardo spazia fino ai monti del piacentino (Alfeo, 1651m) e pavese (Lesima, q.1724m, Penice q.1460m).

Distanze: Vicosoprano-Costa 0.30km, Costa-Forestale: 0.58km – Forestale-Pescin 1.80km, Pescin-Cascata 1.66km, Cascata-Confine 1,20km, Confine-Tora 0.97km. Distanza Totale solo andata 6.50km – Dislivello+ 205m

Punti utili: Fonti di acqua potabile presenti in paese (3), per la Costa, alla Forestale, a Pescin, alla Cascata.



Cascata del Rio Mereto (Mareiu)



9. Giro ad anello *Pa Costa-Cappelletta-Pa Costa*

Passaggiata per tutti. Tempo stimato 0.30h

Da *Pa Costa* salire verso la Cima del Paese e, una volta giunti svoltare a sinistra in discesa verso il centro abitato. Percorrere la strada pubblica fino alla terza fontana (*Pravilla*) e svoltare a destra mantenendosi poi a sinistra in discesa. Percorrere tutta la strada fino all'ultimo edificio (Scuola) e continuare su ampia traccia fino a giungere alla strada della Cappelletta degli Alpini. Svoltare a destra. Lasciata la Cappelletta tornare sui propri passi stando però sulla strada asfaltata fino al Parco Giochi. Qui tenere la sinistra, in salita e percorrere la strada asfaltata fino al punto di partenza.

Distanze: Giro ad anello di 2. 00km. Dislivello+ 48m



Cappelletta di N.S. della Guardia a Vicosoprano edificata dopo la Prima Guerra Mondiale



Pa Costa, Edicola votiva e fontanella



La proseguendo con la traccia in rosso si raggiunge la Quercia, luogo anche denominato u Poessu, caratteristico (aggiungere 450m di distanza al totale).

10.MONTE DEGO

itinerario escursionistico. Tempo stimato medio A/R 3.30h.

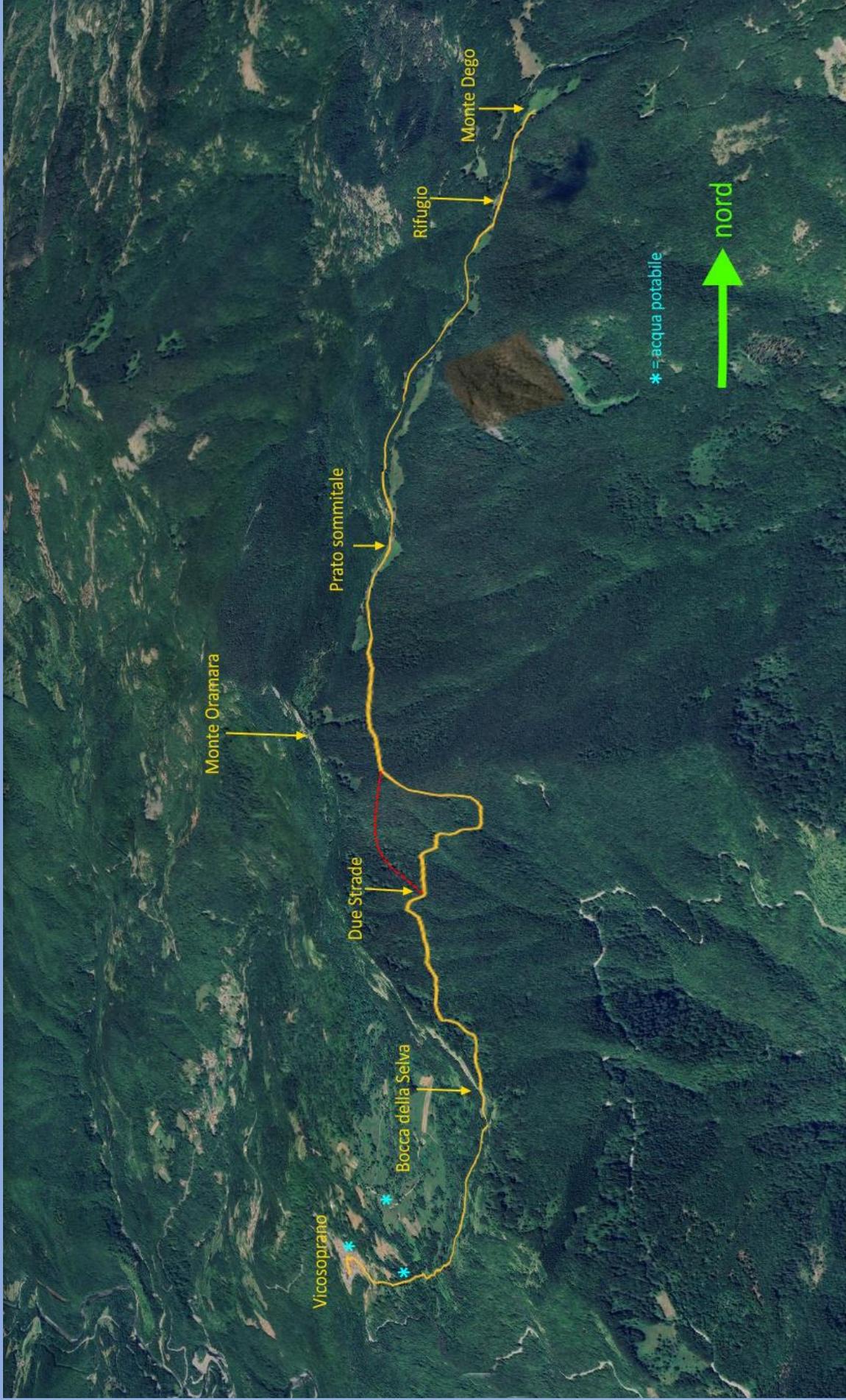
Raggiungere la Bocca della Selva (vedi itinerari precedenti) e proseguire sulla strada carrabile. Giunti ad un bivio ben visibile, un sentiero si snoda in decisa salita a sinistra, la strada prosegue dapprima in discesa e poi salendo. Si può scegliere se intraprendere il sentiero (*Rapin*) ed accorciare o stare sulla strada. Giunti ad un piccolo piazzale (q.1441m) si tiene la destra su ampia traccia nel bosco a tratti carrabile. Giunti al limitare della macchia si prosegue dritti attraversando un prato sommitale e si segue il sentiero che attraversa tratti boscati e radure. Il sentiero è, a parte qualche sali-scendi, in piano. Cammin facendo si transita in fregio al Rifugio Monte Dego e salendo a sinistra, in circa 0.3km si giunge alla Vetta del Dego ove è presente una chiesetta dedicata alla Madonna di Lourdes.

Distanze: Chiesa-Cima paese 0.30km, Cima-S.Antonio 0.10 km, S.Antonio-Casoni bivio1 0.25km, Bivio1-incrocio 0.29km, Incrocio-Bocca della Selva, Croce 0.52km, Bocca-Bivio2 0.73km, Bivio2-Piazzale 0.72km, Piazzale-Rifugio 1.80km, Rifugio-Vetta 0.3km Distanza totale solo andata 5.10km. Dislivello +370m

Punti utili: fonti di acqua potabile presenti in paese (3) e appena oltrepassata l'edicola di S.Antonio.

Rifugio Monte Dego sempre aperto, incustodito ma ben fruibile.





Monte Oramara

Prato sommitale

Rifugio

Monte Dego

Due Strade

Bocca della Selva

Vicosoprano

* = acqua potabile

nord

11. Punti di interesse al Monte Dego

1) Sulla strada per il Monte Dego, arrivati al prato sommitale (Prato di Lippin), abbandonando il sentiero si tiene la destra raggiungendo la vera e propria cresta della dorsale, caratterizzata da macchie di faggio e praterie. Qui è presente una minuscola pozza d'acqua (denominata *Laghetto*) dove, a volte, è possibile l'incontro con cavalli bradi.



Il Laghetto un giorno di primavera. Il Monte Bue, sullo sfondo, è ancora abbondantemente innevato

2) nei dintorni del Monte Dego, intorno all'Anno 1000 fu costruito un edificio di accoglienza per i viandanti che a quel tempo percorrevano le creste sommitali come vie da e per i centri abitati. La custodia di questa costruzione fu affidata ai Monaci di S. Pietro in Ciel d'Oro di Pavia, già presenti nelle valli Trebbia ed Aveto. Questo edificio, oggi non più esistente e di impossibile ubicazione era chiamato "Convento".



3) Cento metri dopo il Rifugio Monte Dego (salendo), in un prato a sinistra si possono notare i ruderi di una chiesetta edificata intorno al 1840 da Monsignor Gianelli, già Vescovo di Bobbio, sui terreni appartenenti ad alcune famiglie di Vicosoprano. I ruderi, ormai interrati e coperti dal manto erboso sono segnalati da una piccola edicola votiva costruita in tempi più recenti.



Due immagini dell' edicola sacra: una degli anni '80 ed una attuale.

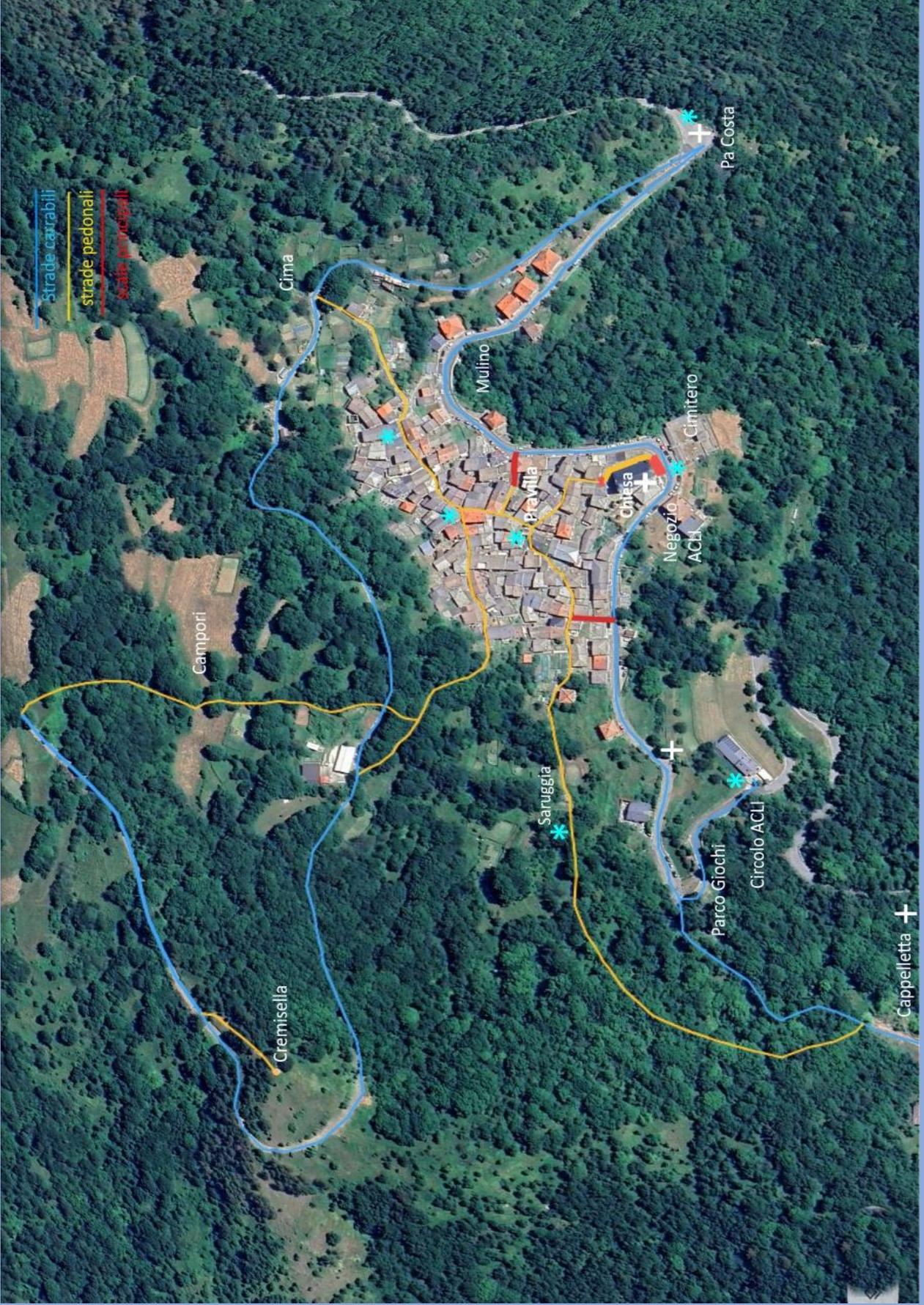


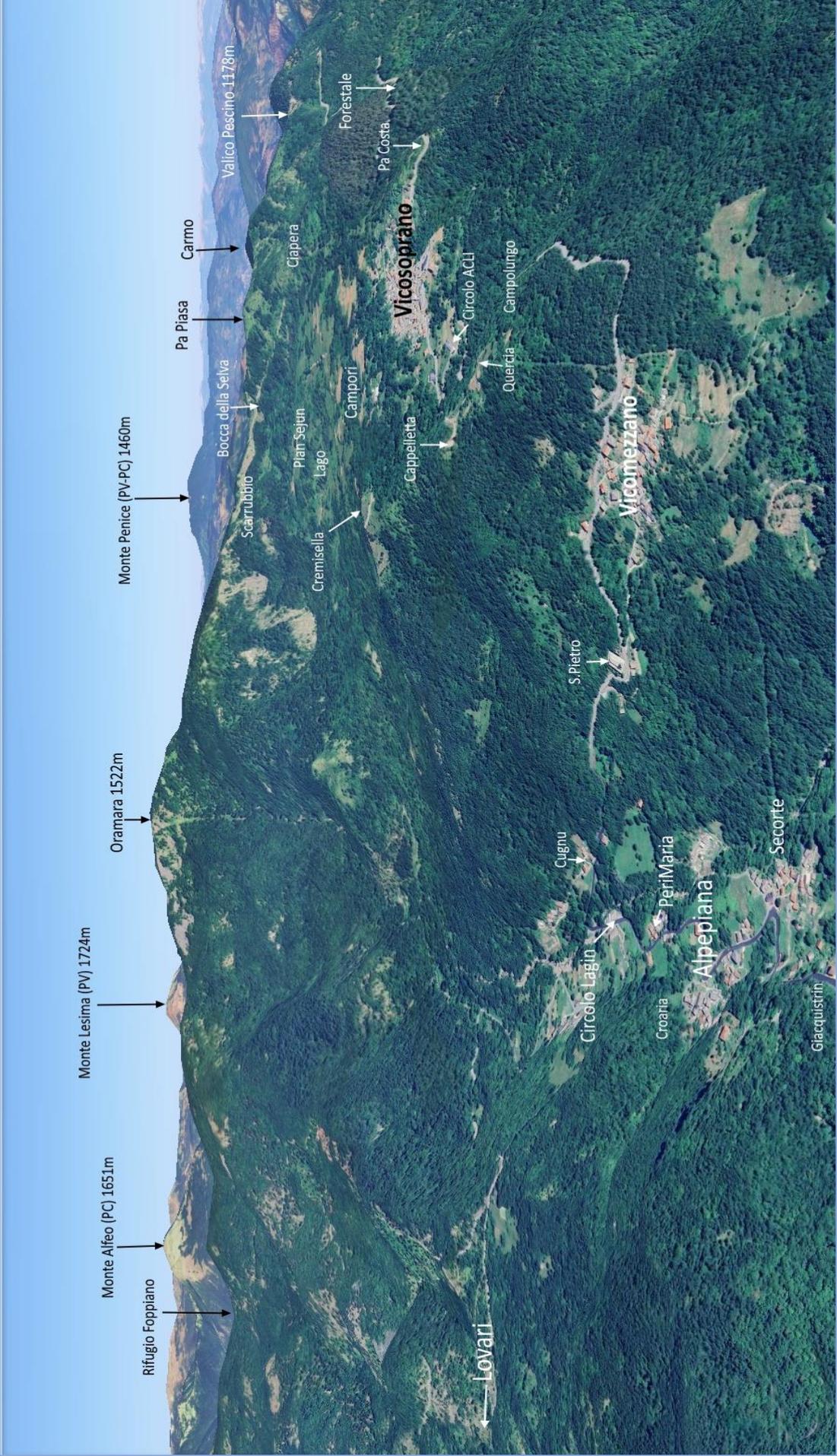
Da un'ortofoto del 1973 si può ben notare la pianta a croce dell'edificio. Oggi è molto meno leggibile.

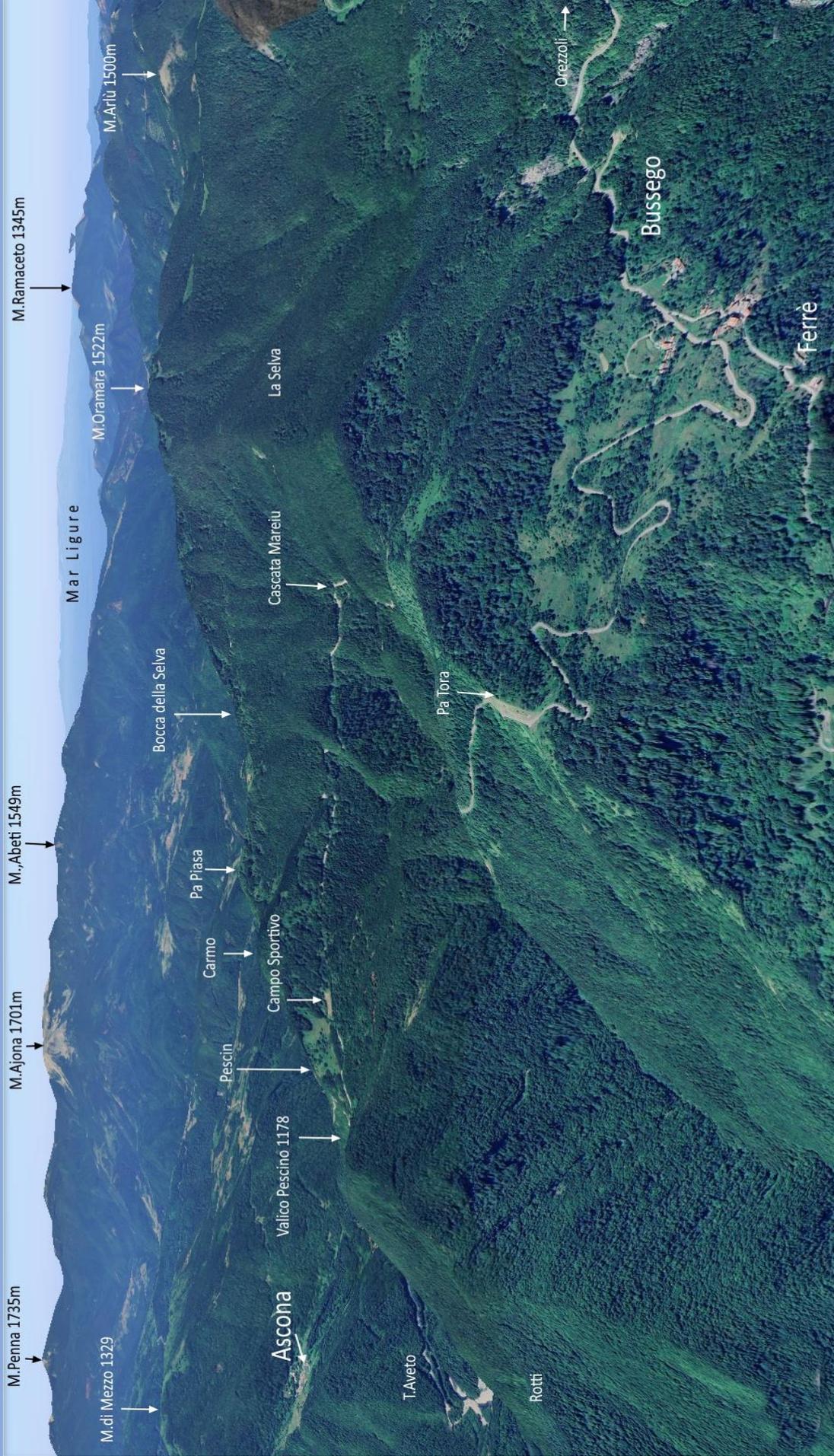
12. Due passi in paese (o appena fuori).

Inutile elencare quanti passi possiamo fare nei vicoli o immediatamente fuori dal centro abitato di Vicosoprano. Spesso mi trovo a fare questi “due passi” nel silenzio di un giorno deserto, guardo le pietre delle case e i panorami che le aperture mi offrono. Che bello stare a Vico...











Finito di comporre il 31 ottobre 2024

Nelle copertine:

Vicosoprano visto dai prati sopra il paese – Strada per Pian Sejun, mattina d'autunno



Se qualcuno ritenesse... fate un'offerta per i lavori al Campo Sportivo di Pescin!