



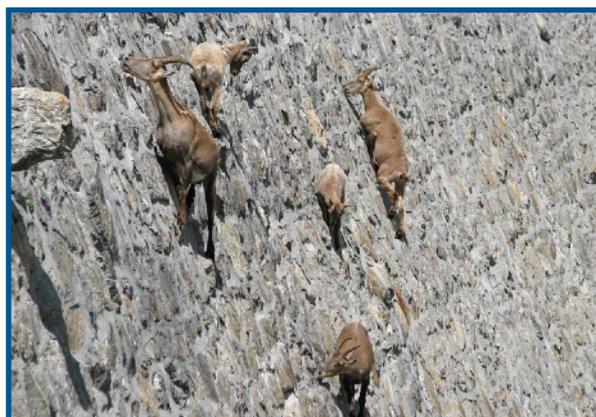
# CLUB ALPINO ITALIANO

## SEZIONE DI INVERUNO



## “Escursione alla Diga del Cingino”

Domenica 16 settembre 2018



### Presentazione dell'escursione

Nel parco naturale della Valle Antrona, in Piemonte, la diga del Cingino è alta 49 metri ed formata da pareti quasi verticali.

Lungo i muraglioni sostano quasi regolarmente gli stambecchi che sfidano la forza di gravità per arrampicarsi sulla parete scoscesa attirati dal salgemma presente sulla muratura. La diga è infatti anche conosciuta come la *"palestra degli stambecchi"*.

L'escursione si svolge in un ambiente ricco di cascate e corsi d'acqua; per la prima parte in fondo valle attraversando un bosco di larici anche di notevoli dimensioni, poi il sentiero tra pietraia si fa più ripido con decisa salita verso la diga.

Località di partenza: Lago di Campliccioli (Antrona VB)	Difficoltà: EE
Dislivello in salita: 960 m	Tempi di salita: 4 ore
Quota cima: 2.250 m (Lago Cingino)	Tempi di discesa: 3 ore

**CONSIDERATI LUNGHEZZA (CIRCA 19 KM.) E DISLIVELLO, LA PARTECIPAZIONE ALL'ESCURSIONE E' RISERVATA A PERSONE CON BUON ALLENAMENTO.**

**Partenza:** Ore 6.30 dalla pesa pubblica (sede Moto Club) - **Rientro:** Ore 20.00 circa

**Attrezzatura:** Il tradizionale da escursionismo (Scarponi, giacca antipioggia/antivento, occhiali, cappello, guanti, zaino, borraccia, bastoncini). Si raccomanda un'adeguata scorta di acqua perché lungo il percorso non sono presenti punti per l'approvvigionamento.

\*Obbligo di assicurazione per i non soci da versarsi all'atto dell'iscrizione comprensiva di copertura infortuni e soccorso alpino.

## Accesso

Autostrada per Gravellona Toce fino all'uscita di Villadossola.

Seguire indicazioni per Valle Antrona e all'ingresso di Antrona Piana seguire i cartelli per "lago". Il parcheggio è situato nei pressi del lago di Campiccioli dopo aver percorso una stretta strada di proprietà dell'ENEL.

## Descrizione dell'escursione

Lasciata la macchina nel piccolo posteggio prima della diga del Lago di Campiccioli si prende la strada che percorre la corona della diga. Attraverso una galleria stradale che porta alla centrale dell'Enel. Dopo la centrale inizia il sentiero che costeggia il lago. Giunti alla fine del lago, si raggiunge le belle case dell'Alpe Granarioli (1.414 m), dove confluisce il sentiero che costeggia il lato opposto del lago. Ci si inoltra nella valle risalendo lungo il corso del Torrente Troncone, restando alla sua sinistra orografica.

Il sentiero prosegue dolcemente tra i larici, passa dall'Alpe Casaravera (1.433 m). Poco prima dell'Alpe Ombraoro e in vista dell'omonima cascata si devia a destra in direzione del Cingino. Il sentiero si impenna e sale ripido a tornanti. Passate le alpi Sasso (1.807 m) e Saler (1.912 m), in spazi aperti si arriva all'Alpe Cingino (2.042 m). Proseguendo la salita fra prati e massi si raggiunge la diga (2.250 m).

Per maggiori informazioni contattare il direttore di escursione: Magna Laura

Per iscrizioni: SEDE CAI il giovedì sera dalle 21 alle 23 o al 3458522121

### RESPONSABILITÀ E CONSENSO INFORMATO

Per sua natura, l'ambiente montano presenta dei pericoli oggettivi. La frequentazione dell'ambiente montano ci espone a dei rischi soggettivi o di gruppo che sono variabili in funzione della preparazione con cui si affronta la montagna.

Questo concetto deve essere chiaro a tutte le persone, Soci e non soci, che decidono di partecipare ad una qualsiasi attività organizzata dal CAI.

*La montagna sicura non esiste.*

*Tutta l'attività del CAI è basata sul volontariato prestato in modo individuale, spontaneo e gratuito.*

L'accompagnatore è una persona titolata CAI ed è colui che conduce il gruppo, conosce le tecniche di sicurezza e di soccorso e si assume l'onere dell'affidamento degli accompagnati offrendo loro collaborazione e protezione al fine di consentire lo svolgimento dell'escursione limitandone così l'esposizione al rischio.

*Non tutte le attività organizzate si avvalgono della figura dell'accompagnatore.*

Il capo gita o coordinatore è normalmente un Socio esperto ed è incaricato dal Presidente, è colui il quale rende possibile lo svolgersi dell'attività stessa: si preoccupa di raccogliere le adesioni e le eventuali quote, prenota ove previsto il pullman e/o il rifugio, redige la relazione di presentazione dell'escursione con tutti gli elementi tecnici riferiti alla difficoltà del percorso per raggiungere la meta e ritornare.

La persona che decide di partecipare ad una qualsiasi attività organizzata, ha l'obbligo di informarsi in modo chiaro ed esaustivo sulle difficoltà che l'attività stessa comporta e pertanto le condivide e ne accetta il rischio intrinseco.

E' dovere di ogni partecipante presentarsi debitamente allenato, preparato tecnicamente e munito di abbigliamento ed attrezzatura adeguati per affrontare l'escursione.

L' accompagnatore o il capo gita hanno la facoltà di prendere tutte quelle decisioni che ritengono più opportune per la riuscita dell'escursione, nel massimo della sicurezza possibile, e a tali decisioni i partecipanti sono tenuti ad attenersi.

Seguici anche su  [CAI Inveruno](#)