



CAI PADERNO

Club Alpino Italiano

Via Delle Rose, 19 Paderno Dugnano - Tel./Fax 02 99 04 50 33
E-mail: caipaderno@tiscali.it - Sito: www.caipadernodugnano.it
Apertura sede: martedì e venerdì dalle ore 21.00

Domenica 23 giugno 2019

Lago del Cingino (2250 m.), Valle Antrona



Partenza da Paderno Dugnano via 2 Giugno ore 06.00

Inizio escursione:	Lago di Campliccioli 1352 m.
Punto di arrivo:	Lago del Cingino 2250 m.
Dislivello:	898 m.
Ore di cammino:	4 circa (solo andata)
Difficoltà:	E

In caso di condizioni meteo avverse, l'escursione sarà annullata.

Il Lago del Cingino ha una sua bellezza selvaggia e rude, ma ben presente fra le rocce austere che gli fanno da corona, nei fiori che esplodono nella corte stagione estiva, negli stambecchi che vivono incuranti dei rari passanti.

Itinerario:

Dal muraglione della diga di Campliccioli si volge a sinistra in direzione della centralina, per poi attraversare il Rio Banella su di un ponte in cemento.

Si costeggia il lago per un tratto in falso piano, prima di superare una breve rampa che conduce ad un nucleo di baite; oltrepassato un dosso si esce all'alpe Granarioli, si scende di qualche metro per attraversare un canale detritico e giungere in un punto dove si rasenta il torrente Troncone che scorre entro delle belle marmitte.

Si esce pianeggiando all'alpe Casalavera, si lasciano le baite sulla sinistra e, alzandosi per tracce lungo il prato, si costeggia un muretto, per rientrare nella mulattiera che si addentra lungo la valle.

Con un tratto ripido si supera il gradino roccioso, poi la strada riprende ad essere pianeggiante e, nei pressi del solco scavato dal riale Sangoria, si devia decisamente a destra, aiutati dal cartello indicatore in legno (1640 m., ore 2).

Si sale sul dosso lungo un sentiero che si snoda lungo un bel bosco.

Si volge ancora a destra, alzandosi di quota e, nei pressi di una parete rocciosa, si devia a sinistra; per un tratto costruito sulla roccia si esce all'aperto lungo i prati dell'alpe Saler.

Continuando verso sinistra fino ad attraversare un piccolo ruscello, le tracce riprendono a salire piuttosto ripide per poi lasciare spazio ad una lunga diagonale che porta a guardare il torrente Sangoria.

Sull'altra sponda si sale ancora rapidamente per toccare i ruderi dell'alpe Cingino (2042 m., ore 1,30; 3,30); segue una lunga teoria di svolte verso sinistra fra dossi erbosi e blocchi, si interseca un ruscello e, spostandosi verso destra, si giunge alla casa dei guardiani ed in pochi minuti alla diga (2250 m., ore 0,30; 4).