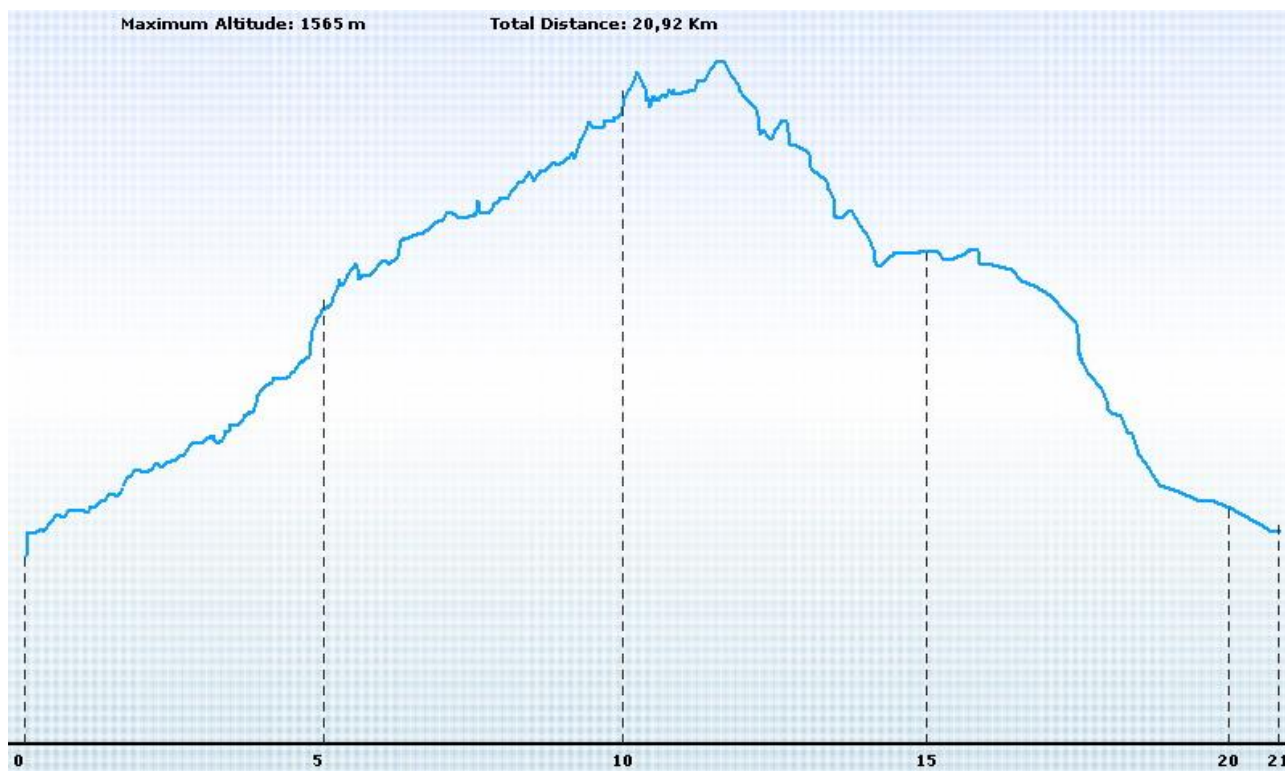




mtbvalcamonica.it

## Valle di Campolungo Bienno

<u>Partenza</u>	Bienno m. 462
<u>Arrivo</u>	Bienno m. 462
<u>Lunghezza</u>	22km
<u>Dislivello max.</u>	1150m
<u>Cartografia</u>	Compass foglio 103 Le tre valli bresciane
<u>Preparazione atletica</u>	Buona
<u>Difficoltà tecniche</u>	Single track molto tecnico a tratti esposto da fare almeno in 2
<u>Periodo consigliato</u>	Maggio - Ottobre
<u>Parcheggio</u>	Campo sportivo Bienno
<u>Note</u>	Per la discesa preferibile bike full e protezioni





mtbvalcamonica.it

Premessa Itinerario circolare parzialmente su asfalto nella parte in salita, che presenta dei tratti con buona pendenza fino alla località Sesa (Sesa di mezzo). In seguito attraversando il ponte in ferro sulla Grigna si entra nella splendida valle di Campolungo che costeggia il torrente "valle dei forni" dove si possono ammirare piccole cascate e rocce levigate dalla forza dell'acqua. Dopo un breve tratto con "bici in spalla" si raggiunge il tracciolino di Val Gabbia. Lo si percorre per circa 1 Km, dopo il quale a destra inizia la discesa su un single track molto tecnico immerso nella pineta, dove sono presenti passaggi su pietre e radici veramente spettacolari. Al bivio si attraversa il "put di Berto" sino ad arrivare al tracciolino di val Bonina (siamo sopra le forre delle Tambusine) e dopo un breve tratto pianeggiante si arriva al "Put della Singla". Prosegue la discesa che è percorribile in tranquillità ma con attenzione, dato il fondo con presenza di sassi a volte smossi; ad un certo punto esiste (descritta di seguito) una variante consigliata solo con bike full e almeno la prima volta accompagnati da qualcuno che l'ha già fatta.

Tutto il giro è caratterizzato da viste a strapiombo veramente mozzafiato sulla valle del torrente grigna, e la valle di Campolungo. Bello il colpo d'occhio sull'altopiano del Sole e la valle di Lozio, a nord è ben visibile il gruppo della Concarena con cima Baruselli e la Bacchetta, spaziando poi verso ovest vediamo il Sossino, il pizzo Camino e il gruppo del Moren. Fa da sfondo la bella e superba Presolana.

### Descrizione:

Partenza e arrivo a Bienno, per comodità di parcheggio è consigliabile lasciare l'auto in zona campo sportivo.

Da qui si Parte!! Direzione Prestine. Di fronte al municipio (di Prestine) girate a sx e dopo subito a dx, si prosegue per il centro storico. Arrivate sino ad una fontanella sulla dx, proseguite x 100mt per girare a dx, scendete per poi attraversare il ponte (prendete fiato!!). Dopo 100mt a sx, da qui inizia la salita



mtbvalcamonica.it

asfaltata, proseguite per circa 5km sino al ponte di ferro sul torrente Grigna che si attraversa per imboccare la valle di Campolungo; altri due Km di salita abbastanza tosta. Giunti ad un cartello del parco si prende la dx, (non la strada che sale per Campolungo) indicazioni sentiero italia, (si passa sotto un muro in pietra) si attraversa un ponte in legno che affianca il vecchio ponte pericolante (put de Preda) ad arco romano. Tenere la sx sino a trovare, percorrendo il prato, un altro piccolo ponticello in legno, dopo il quale bisogna prendere la bici in spalla e portarla per 5min.

La salita è finita!!!! Proseguite al piano per circa 1 Km dove, all'inizio di una curva, si imbecca a destra l'inizio del single track. Si scende ora divertendosi fino ad arrivare al bivio del "put de Berto", lo si attraversa e continuando la discesa si arriva al prato di "Faisecco di mezzo". Tenendo la sx si prosegue (attenzione al fondo piuttosto smosso del sentiero) sino ad intersecare il tracciolino (strada piana e larga) di "val Bonina". Dopo aver ripreso fiato, tenendo la sinistra arriviamo al bel prato di "Faisecco di sotto" (attenzione ad attraversare la galleria quasi sempre con fondo d'acqua). Dopo circa 1km si arriva al "put della Singla" da dove inizia la discesa che senza deviazioni porta nuovamente fino a Bienno (circa 3\4 Km). Verso la fine della discesa la strada si divide (rif. Santellina di Don Bosco), tenere la dx e proseguire per la strada piana non asfaltata altrimenti si arriva a Berzo.

#### **VARIANTE.**

**N.B. Percorso molto tecnico e in alcuni punti esposto la prima volta farlo con qualcuno che la già fatto, consigliato solo a bike full.**

Dopo circa 2km di discesa dal "put della Singla" all'altezza di un fontana sulla sx dopo 30mt si prende un sentierino sulla dx che va percorso sino ad un grande prato (piana di Nessalveno)

Mantenendo la dx si prosegue lungo il prato per poi imboccare nuovamente un sentiero che porta in località Isola e quindi a Bienno (attenzione a due punti particolarmente esposti sulle forre sottostanti).



mtbvalcamonica.it

**BUON DIVERTIMENTO!!!!!!!!!!!!!!**

**A cura BIKERS Valgrigna**

