

Itinerario ad anello con partenza da Domodossola alla scoperta delle frazioni rurali della bassa Valle Bognanco. La storia degli insediamenti umani sulla fascia pedemontana racconta l'avventura collettiva di piccole comunità rurali costantemente impegnate in una dura lotta contro le asperità e le rudezze della montagna. È una vicenda affascinante; non solo perché tanto lontana da noi, quanto perché ha modellato sapientemente il territorio riuscendo a creare possibilità di vita in un ambiente dominato da coordinate verticali.

L'itinerario parte dalla **stazione internazionale di Domodossola**. Per chi dovesse venire in auto si consiglia l'ampio posteggio "della Vigezzina" in Via Piave, dietro alla stazione ferroviaria.

Usciti dalla stazione si prosegue dritti lungo **Corso Paolo Ferraris**; al secondo incrocio si prende a sinistra lungo **Corso Fratelli Di Dio** raggiungendo la piazzetta del comune, per proseguire dritti lungo **Via Garibaldi** fino alla successiva piazzetta da cui partono diverse strade e si imbecca la seconda a sinistra, **Via Rosmini** che diventa poi **Via Matterella** che arriva ad incrociare la **Tangenziale Dalla Chiesa**. Si sale a destra lungo la Tangenziale, si superano due rotonde e si prosegue fino all'incrocio con **Via Giuseppe Di Vittorio**. Si prende a sinistra e si sale fino a raggiungere il ponte stradale sul fiume Bogna. Si attraversa il ponte e subito dopo si lascia la strada principale per entrare nella stradina lastricata che attraversa il centro di **Mocogna** raggiungendo il piccolo oratorio. Poco oltre si raggiunge una piazzetta con fontana in sasso. Qui inizia la mulattiera per Cisore e Monteossolano (sentiero D00- Via Stockalper Val Bognanco). Si inizia a salire lungo la carale, alla cappelletta si prende a sinistra e si prosegue superando un paio di tornanti fino ad arrivare al paesino di **Cisore** incrociando la strada carrozzabile. Si prosegue ora sulla strada carrozzabile che sale con ripidi tornanti fino a raggiungere **Pregliasca** e infine **Monteossolano**. Superato il posteggio un'ultima ripida tratta conduce al centro del paesino che si attraversa fino a raggiungere la bella Chiesa di San Gottardo con un belvedere sulla valle. Dalla chiesa si riprende il sentiero D00 che prosegue a mezzacosta e che conduce al caratteristico **Oratorio del Dagliano** dedicato a San Rocco. Si abbandona la mulattiera per imboccare dietro all'oratorio un tratturo che scende ripido che diventa una pista a fondo asfaltato grossolanamente che raggiunge il paesino di **Pianezza** che merita una breve visita anche per vedere un caratteristico antico torchio da uva. Da Pianezza, con un ultimo ripido tratto asfaltato, si scende ad incrociare la strada provinciale della valle Bognanco. Si prende a destra e si sale



per circa 150 m fino all'evidente **ponte in pietra** che attraversa il fiume. Si imbecca il ponte e seguendo la mulattiera che presenta alcuni tratti ripidi si sale alla frazione **San Marco**. Da qui si prende la stradina asfaltata che a mezza costa torna ad incrociare la strada provinciale di valle in località **Campeglio** che si segue in salita per circa 300 m fino al bivio per Bosco e Pioi. Si inizia una dura salita a tornanti con alcune tratte molto ripide. I due paesini di **Bosco** e **Pioi** meritano una visita per la bella architettura in pietra e per l'atmosfera di tranquillità che emanano. 200 m prima di Pioi una pista forestale sale verso Alpe Barca e Alpe Manzano. La si percorre per circa 400 metri e al secondo tornante si stacca un sentiero che scende ad incrociare quello proveniente da Pioi (che però in salita non è pedalabile). Si prende a destra e con sentiero a mezzacosta si supera un primo vallone che porta ad un pugno di case rurali, **Crestapiana**, appollaiato su un dosso morenico. Il sentiero prosegue in discesa fino ad un ponticello di legno sul **Rio Molezzano** e si prosegue a mezzacosta, con alcuni tratti impegnativi in cui occorre portare la bici per brevi tratti. Superato un'ulteriore vallecchia si raggiunge il piccolo gruppo di case di **Alpe Pontasca** da dove parte una pista consortile sterrata che scende fino al paesino di **Bei**. Attraversato l'abitato si prende la strada carrozzabile che scende ad incrociare la strada Domodossola – Alpe Lusentino che si segue in discesa fino alle frazioni **Tagliaroli** e **Sala** dove sulla sinistra si imbecca la mulattiera che scende nel centro di **Vagna** con la bella Chiesa parrocchiale di San Brizio. Dal centro del paese una larga mulattiera scende fino in località **Castanedo** dove si incrocia Via Giuseppe di Vittorio percorsa in salita. Seguendo a ritroso il percorso cittadino già fatto all'andata si ritorna alla **stazione di Domodossola**.

## ASPETTI TECNICI

Il percorso alterna tratti asfaltati anche molto ripidi a tratti su sentiero e mulattiera.

Ricordare sempre che i sentieri e le mulattiere non sono ad uso esclusivo delle biciclette per cui va moderata sempre la velocità, soprattutto in prossimità delle curve o di eventuali punti ciechi. Stesso comportamento va osservato nell'attraversare le piccole borgate e gli alpeggi.

## PUNTI DI ATTENZIONE

Il tratto da Crestapiana all'Alpe Pontasca presenta alcuni tratti di sentiero stretto e un po' esposto e brevi tratti con roccette o gradini in salita che costringono a scendere dalla sella e condurre la bici a mano per pochi metri.

## DATI TECNICI

Area geografica di appartenenza: Verbano Cusio Ossola / Ossola / Valle Bognanco

Luogo di partenza: Domodossola (Stazione Ferroviaria 270 m)

Luogo di arrivo: Domodossola (Stazione Ferroviaria 270 m)

Numero tappe: 1

Lunghezza: 25 km

Ascesa totale: 1100 m indicativa

Discesa totale: 1100 m indicativa

Difficoltà: BC (MEDIA)

Durata media: 2 ore 30 minuti

Quota minima: 270 m slm (Domodossola Stazione Ferroviaria)

Massima quota raggiunta: 907 m slm (tornante pista sopra Pioi)

Grado di ciclabilità: Buona

Periodo consigliato: Aprile - novembre

Presenza di segnaletica dedicata: No

Target di pubblico: Amante mtb

## PUNTI PANORAMICI

Monteossolano, Pioi, Alpe Pontasca, Bei

## PUNTI DI RISTORO

Domodossola, Mocogna, Vagna

## UFFICI DI INFORMAZIONE TURISTICA

DOMODOSSOLA – Piazza Matteotti c/o Stazione Ferroviaria – 28845 Domodossola (VB), Tel. +39 0324 248265, [infopoint@visitossola.it](mailto:infopoint@visitossola.it)

BOGNANCO TERME – Via Cavallini – 28842 Bognanco (VB), Tel. +39 0324 234127, [info.prolocobognanco@gmail.com](mailto:info.prolocobognanco@gmail.com)

## BIKE SERVICE

Ciclomania Barale, **Vendita-Officina-Noleggjo**, Via Papa Giovanni XXIII, 64 – 28845 DOMODOSSOLA (VB), Tel. +39 0324 241203, [info@ciclomania.com](mailto:info@ciclomania.com) , [www.ciclomania.com](http://www.ciclomania.com)

Il Ciclista di Calvetti Fabio & Brusco Stefano, **Vendita-Officina-Noleggjo**, Corso, Via Ferdinando Dissegna, 10 – 28845 DOMODOSSOLA (VB), Tel. +39 0324 227400, [ilciclista.snc@tiscali.it](mailto:ilciclista.snc@tiscali.it), <http://www.ilciclista.com>

BikeMotion, **Vendita-Officina-Noleggjo**, Corso Colonnello Attilio Moneta, 57 – 28845 DOMODOSSOLA (VB) Tel. +39 349 2562899 [info@bikemotionshop.com](mailto:info@bikemotionshop.com), [www.bikemotionshop.com](http://www.bikemotionshop.com)

Cicli Niccioli, **Vendita-Officina-Noleggjo**, Via Luigi Cadorna, 42 - 28845 Domodossola VB Tel. 0324 45533 / 366 304 9272 [cicli.niccioli@libero.it](mailto:cicli.niccioli@libero.it)

## COLONNINE DI RICARICA

Non sono presenti punti di ricarica ma il dislivello e il numero di chilometri del percorso non richiedono ricariche supplementari

## LUOGHI D'INTERESSE

Lungo il percorso

**Domodossola:** centro storico con la bella Piazza Mercato, i Musei civici di Palazzo Silva e Palazzo San Francesco, la Torretta Medievale, la Collegiata dei SS. Gervasio e Protasio

### La civiltà rurale montana

La fascia montuosa nella porzione inferiore della Val Bognanco, ha visto negli ultimi mille anni lo sviluppo di una civiltà rurale che ha avuto nelle colture su terrazzamento l'anello forte dei sistemi produttivi. Il modello insediativo di villaggi come Vagna, Monteossolano, Cisore, Bosco, Pioi vede gli edifici raggruppati in agglomerati chiusi e disposti linearmente sui pendii di ripidi versanti montuosi. Edifici di pietra aggrappati alla montagna e circondati da campi terrazzati che raccontano la "civiltà rurale montana". Questi villaggi conservano le infrastrutture dell'economia contadina: torchi per pigiare l'uva e ottenere un vino asprigno (il prunent), mulini per macinare segale, orzo e castagne, forni per cuocere il "pansègla" (pane scuro ottenuto con farine di segale e grano), imponenti terrazzamenti che testimoniano fatiche secolari per strappare al pendio piccoli campi, "toppie" (pergolati ottenuti con lastre di pietra a sostenere traverse in castagno per lo sviluppo dei tralci).

### Il Torchio di Monteossolano

Nel centro del paese di Monteossolano si può visitare un grande torchio per la spremitura delle vinacce per la produzione del vino. Questi grandi torchi sono veri capolavori di "ingegneria contadina": i torchi piemontesi a leva. Si trovavano in baite o locali appositi, ed erano costituiti da una grande trave (arvul) di castagno o rovere, che a volte misurava fino a 7 o 10 metri di lunghezza e da una grossa pietra collegata alla trave attraverso una vite realizzata in legno di noce, di pero o in alcuni casi di frassino. La trave costituiva una leva che poteva essere messa in funzione azionando sulla vite, determinandone l'abbassamento sul letto in legno o in pietra su cui era accumulata l'uva da spremere. Il peso del grosso tronco di castagno e della grande pietra incatenata alla vite, era in grado di sviluppare una pressione di diverse tonnellate.

Il torchio di Monteossolano smise di essere utilizzato dalla comunità nei primi anni ottanta del secolo scorso. Il torchio è sempre visitabile da quando è stato dotato di apposita apertura a gettone. Altri torchi da uva ben conservati sono presenti a Cisore e Pontasca. Per la visita bisogna chiedere agli abitanti del posto.

## Norme di comportamento

### 1. Resta sui sentieri

Rispetta il sentiero ed eventuali divieti di accesso. Rispetta la proprietà privata.

### 2. Non lasciare tracce

Rispetta il territorio. I sentieri bagnati e fangosi sono più vulnerabili di quelli asciutti. Resta sui sentieri esistenti e non crearne di nuovi. Non prendere scorciatoie tagliando le curve. Porta via con te gli eventuali rifiuti.

### 3. Guida con prudenza

Un attimo di distrazione può mettere in pericolo sia te stesso che gli altri. Rispetta i limiti di velocità e guida in modo da avere sempre il controllo della bicicletta. Indossa sempre il casco.

### 4. Non spaventare gli animali

Gli animali si spaventano facilmente per un approccio brusco, un movimento improvviso o un forte rumore. Lascia loro sufficiente spazio e tempo per adattarsi alla tua presenza.

### 5. Dai la precedenza correttamente

Questi sentieri non sono ad uso esclusivo delle biciclette ma sono condivisi anche da escursionisti a piedi. Quindi, soprattutto in discesa, va moderata la velocità: dietro ad una curva potrebbe esserci qualcuno che sale. Fai in modo che gli altri fruitori dei sentieri sappiano che li stai per sorpassare grazie ad un saluto amichevole o all'utilizzo del campanello. I ciclisti devono dare la precedenza a tutti gli utenti non motorizzati dei sentieri. I ciclisti che procedono in discesa devono dare precedenza a quelli che stanno salendo. Fate in modo che ogni sorpasso avvenga nella maniera più sicura e gentile possibile.



**RICORDA:**

**I CICLISTI DEVONO SEMPRE DARE LA PRECEDENZA AGLI ALTRI UTENTI**

## NORME DI COMPORTAMENTO PER BIKER

Fin dalla comparsa delle prime mountainbike, la N.O.R.B.A. (National Off Road Bicycle Association) stilò un codice di comportamento teso a regolamentare l'attività off-road nel pieno rispetto della natura e degli altri frequentatori delle montagne e dei sentieri.

Il Codice N.O.R.B.A. è stato adottato da tanti club, enti, associazioni e scuole presenti sul territorio italiano. Si tratta di una serie di consigli di ordine generale che, se seguiti con attenzione, possono contribuire a rendere più piacevole a tutti questa pratica sportiva ed escursionistica tanto in voga oggi.

### Codice N.O.R.B.A.

1. Dare sempre la precedenza agli escursionisti a piedi.
2. Rallentare e usare la massima cautela nell'avvicinare e nel sorpassare escursionisti a piedi o altri ciclo escursionisti, facendo sempre in modo di segnalare il proprio arrivo con debito anticipo; evitare schiamazzi o urla, anzi scusarsi e salutare in modo garbato.
3. Tenere sempre sotto controllo la velocità della mountainbike e affrontare le curve con estrema cautela, prevedendo ostacoli improvvisi. L'andatura deve essere commisurata al tipo di terreno, al tipo di percorso e all'esperienza di ciascuno.
4. Rimanere sempre all'interno del percorso tracciato, riducendo così al minimo l'impatto ambientale (danni permanenti alla vegetazione circostante e conseguente erosione del terreno).
5. Non disturbare o spaventare gli animali, siano essi domestici o selvatici; dare loro il tempo di allontanarsi e di spostarsi dal percorso.
6. Non lasciare per alcun motivo rifiuti a seguito del proprio passaggio; è opportuno raccogliere i propri e, quando possibile, anche quelli abbandonati da altri escursionisti "distratti".
7. Rispettare sempre le proprietà private e quelle pubbliche, lasciando cancelli, barriere mobili o sbarre così come vengono trovati. In ogni caso, se possibile, rivolgersi direttamente ai proprietari dei fondi per chiedere il permesso di transito. "Vietato l'ingresso" spesso significa solo "Per favore, se volete passare chiedete il permesso".
8. Durante la cicloescursione è sempre opportuno essere autosufficienti. La meta da raggiungere e la velocità con cui ci si sposta devono essere proporzionate alla preparazione psicofisica e



all'abilità del guidatore, all'equipaggiamento, all'ambiente, al terreno e, soprattutto, alle condizioni meteorologiche.

**9.** Non intraprendere mai da soli una cicloescursione, salvo cause di forza maggiore. Non transitare in zone isolate e distanti dalle principali vie di comunicazione e lasciare sempre chiare indicazioni riguardo il percorso da effettuare e l'ora prevista per il rientro.

**10.** Ridurre al minimo l'impatto con la natura: rubare solo immagini e ricordi, e lasciare, al massimo, l'impronta appena percettibile delle ruote del proprio mezzo.