

VERBANIA CAMPO BASE 2015



Proposta per un Campo Base da effettuare a **Verbania**, sul lago Maggiore, con possibilità di effettuare percorsi sia con la superleggera che con la MTB e l'opportunità di compiere anche visite turistiche alle Isole Borromee, Stresa ed eventuali passeggiate sul lungolago. Per poter abbassare il più possibile i costi si propone il noleggio di un pulmino,

come già fatto lo scorso anno, dove caricare le biciclette ed i borsoni. A Verbania è possibile arrivare, in poco più di 3 ore, con treno e traghetto. Gli itinerari proposti hanno difficoltà molto diversi gli uni dagli altri e, come in un menu alla carta, sarà possibile scegliere quello che ognuno riterrà più appetitoso.

S. POLO D'ENZA - VERBANIA	259 KM	3 H
----------------------------------	---------------	------------

	ITINERARIO	km	Difficoltà
1	SALITA AL MOTTARONE E LAGO D'ORTA VERBANIA - PELLA - ORTA SAN GIULIO - MOTTARONE - VEZZO - BAVENO - VERBANIA	94	**
2	GIRO DEL LAGO MAGGIORE VERBANIA - LOCARNO - LUINO - LAVENO-MONBELLO - ISTRÀ - ARONA - STRESA - VERBANIA	168	***
3	PASSO CUVIGNONE E BRINZIO(LE SALITE DI BASSO E DI BINDA) VERBANIA (TRAGHETTO) - LAVENO - CITTIGLIO - VARANO - CUVIGNONE - MESENZANA - BRIZIO - GEMONIO - EREMO SANTA CATERINA DEL SASSO - LAVENO (67 KM + TRAGHETTO) - SESTO CALENDE E ARONA - VERBANIA (127 KM)	127 (67)	****
4	MONTE OLOGNA (TRACCIATO FINALE 18° TAPPA DEL GIRO 2015) VERBANIA - CANNERO RIVIERA - MONTE OLOGNA - VIGNONE - VERBANIA	75	**
5	MADONNA DEL SASSO E GIRO DEL LAGO D'ORTA VERBANIA - MADONNA DEL SASSO - ORTA SAN GIULIO - VERBANIA	75	*
6	VAL FORMAZZA - LAGO MORASCO VERBANIA - DOMODOSSOLA - VAL FORMAZZA - LAGO MORASCO - DOMODOSSOLA - VERBANIA	185	***
7	ALLE PENDICI DEL MONTE ROSA VERBANIA - MERGOZZO - MACUGNAGA - VERBANIA	117	**
8	VALSESIA OMEGNA - VARALLO - ALAGNA VALSESIA - OMEGNA	128	**
9	SANTUARIO DI OROPA BORGOSESIA - VALLE MOSSO - ZUMAGLIA - SANTUARIO OROPA - CAMPIGLIA CERVO - PORTULA - BORGOSESIA	109	**

1 LAGO D'ORTA E MOTTARONE

Un belvedere tra le Alpi e la pianura

Località di partenza e arrivo: Orta San Giulio (NO), m. 328

Lunghezza km: 98,2

Salite: Mottarone (m. 1.455), km. 20,7 da Baveno (VB); pendenza media 6,0 %, p. max. 13,0 %.

Note: Nel tratto compreso tra Alpino e la vetta, la strada che risale il versante orientale del Mottarone è di proprietà privata; automobili e motociclette sono tenute al pagamento di un pedaggio, mentre l'accesso per le biciclette è gratuito (11/07/2011).



Il Mottarone è una montagna situata di fronte alla catena principale delle Alpi. Sorge tra il Lago d'Orta (ad ovest), il Lago Maggiore (ad est), la pianura padana (a sud) e la piana del Toce (a nord). La posizione isolata ne fa un eccezionale punto panoramico: le Alpi Occidentali (dal Monte Rosa alle Marittime), la sconfinata pianura e le superfici di sette laghi, sono ciò che si può facilmente osservare dalla vetta nelle giornate con il cielo limpido. Dai paesi situati lungo le coste del Lago d'Orta e del Lago Maggiore partono diverse strade dirette al Mottarone; tutte confluiscono ad Armeno (sul versante occidentale) o nei pressi Gignese (sul versante orientale). La salita da Armeno, caratterizzata da pendenze più impegnative, è più panoramica, mentre quella che inizia da Gignese, più incostante ed un po' meno ripida, si svolge in un ambiente vario; i due percorsi si uniscono a circa un chilometro dal culmine. Anche se il Mottarone non è mai stato sede d'arrivo di tappa del Giro d'Italia, la corsa "rosa" è transitata lungo i suoi versanti per quattro volte (1966, 1997,

2001 e 2011); in occasione del passaggio più recente è stata affrontata, per la prima volta, la salita del versante orientale (Stresa-Gignese-Alpino). L'itinerario descritto, che prevede la salita da Baveno (Lago Maggiore), inizia con una breve escursione al Lago di Mergozzo e si conclude con il facile giro del Lago d'Orta. Il percorso si svolge attraverso le province di Verbano-Cusio-Ossola e, in misura minore, di Novara.

DA ORTA SAN GIULIO A BAVENO

I temporali notturni hanno lasciato qualche pozzanghera; dove il sole non è ancora arrivato le strade sono bagnate. L'umidità forma un velo di foschia sulle acque del lago, ma il cielo è azzurro e senza nuvole. Terminati i preparativi per la partenza, percorro a passo d'uomo i vicoli e le strette vie del centro storico di **Orta San Giulio**. Uscito dall'abitato, arrivo alla rotonda posta sulla strada provinciale n° 229; qui, proprio dove un anno fa (6 luglio 2010) prese il via ufficialmente la 5a tappa del Giro Donne (Orta San Giulio-Pratolungo di Pettenasco, km. 122), è situato il punto di partenza e arrivo dell'itinerario. Mi avvio sulla provinciale in direzione di Omeгна. Lungo la strada, che ha un andamento quasi pianeggiante, il traffico è assente.

Da **Omeгна** (km. 10,0), del tutto inaspettato, inizia un falsopiano discendente che termina a Gravellona (il Lago d'Orta, al contrario di quasi tutti i grandi laghi prealpini, ha un emissario che esce dal lago a nord e scorre in quella direzione). Dal centro di **Gravellona Toce** (km. 16,5 - 35'40" - 27,757 km/h) si prosegue in direzione nord-est (Verbania). Superato lo svincolo autostradale si oltrepassa il corso del fiume Toce e, subito dopo il ponte, si prende la deviazione per Mergozzo (km. 18,0). La strada procede all'ombra del Mont' Orfano, una collina boscosa e isolata che si aggira sulla sinistra. E' una piacevole pedalata quella che conduce fino a **Mergozzo** (km. 21,6); dalla piazza del paese si continua lungo la strada che costeggia la riva settentrionale del piccolo lago. Giunti a **Fondotoce** (km. 25,7 - rotonda) si devia verso sud e, superato nuovamente il Toce (qui nel punto dove sfocia nel Lago Maggiore), si prosegue su strada più trafficata in direzione di Baveno e Stresa.

A Feriolo (km. 28,2), con l'immissione sulla strada statale n° 33 del Sempione, si comincia a percorrere la costa occidentale del Lago Maggiore. Nell'abitato di **Baveno**, un breve ponte conduce ad una rotonda; qui si volta a destra (Via Roma), poi subito a sinistra in Via Ghislanzoni. Poco più avanti si passa di fianco alla stazione ferroviaria; in corrispondenza della scalinata che conduce all'entrata principale si può fissare il km. zero [0] della salita al Mottarone (**Baveno**, km. 31,0 - 1h09'07" - 26,911 km/h. In alternativa: giunti alla citata rotonda, si può proseguire diritto lungo la statale per circa 500 metri. Subito dopo la piazza del Municipio -Piazza Dante Alighieri- si trova, sulla destra, Via Monte Grappa; seguendo questa via, poco più avanti inizia la salita per Levo).

DA BAVENO AL MOTTARONE



Lasciata la stazione si volta subito a destra, passando sotto il tracciato ferroviario. Giunti alla rotonda che s'incontra poco più avanti, si prosegue diritto seguendo l'indicazione per Levo; la strada (via Marconi) comincia a salire. Ci si alza gradualmente con vista sempre più ampia sul Lago Maggiore e le Isole Borromeo, mentre si attraversano **Loita** [km. 1,9 di salita], **Campino** [2,8] e **Someraro** [3,8]; con una pendenza che non arriva mai al 10 % (media 7%), la salita risulta piacevole. La prima parte dell'ascesa al Mottarone si conclude a **Levo**, in corrispondenza di un asilo infantile

e di una fontanella ([6,0] km. 37,0 - 1h41'08" - 21,951 km/h); da qui si prosegue su falsipiani per un paio di chilometri (ci sono anche brevi discese), fino a pervenire all'immissione sulla strada che sale da Stresa [8,0].

Si volta a destra, seguendo l'indicazione per **Gignese**; poco più avanti, al semaforo posto all'entrata del paese [9,4] si segue, ancora sulla destra, la deviazione per Alpino. La strada, ora più stretta, sale in modo deciso; nel giro di poche pedalate ci si trova su pendenze ragguardevoli (è il tratto più ripido del versante orientale del Mottarone). Tra ville e giardini, un percorso tortuoso conduce al termine del primo strappo [10,2]; poi, nell'attraversamento di **Alpino** (Albergo "Alpino Fiorente" [11,0]), la strada spiana un po'. Lasciate alle spalle le abitazioni della frazione, si presenta un altro strappo [11,5], questa volta breve, che si conclude poco prima del Camping "7 Camini" [11,8]. L'asfalto diventa più grezzo e meno scorrevole, ma è sempre in buone condizioni. Al km. 12,7 della salita si perviene al casello dove i mezzi motorizzati pagano un pedaggio (il passaggio per le biciclette, gratuito, si trova sulla sinistra). Dopo ottocento metri di discesa ricomincia la salita, che, da qui in avanti, si stabilizza su pendenze piuttosto sostenute (media 9 - 10%). Si pedala in un fitto bosco, che regala un po' d'ombra anche nelle ore centrali della giornata. Al km. 15,3 della salita si transita davanti a Fonte Vitaliana, oggi silenziosa e apparentemente a secco. La carreggiata è abbastanza larga, mentre sono sempre rari i veicoli di passaggio. Presso un tornante, qualcuno ha scritto "108 c'è", nel ricordo del ciclista Wouter Weylandt (deceduto in seguito ad una caduta durante recente il Giro d'Italia 2011). Nel silenzio del bosco, un sonoro scrosciare d'acqua annuncia la presenza della Fonte Federica [17,7]. Poco più avanti, prima dell'ultimo tornante, sull'asfalto appare la scritta "-3 km." (non si capisce a cosa sia riferita in quanto, da questo punto al termine della salita, mancano poco più di due chilometri). Al di sopra degli alberi si vede sempre più l'azzurro del cielo: s'intuisce che non c'è più molto da salire. A questo punto incontro Marco, un ciclista della provincia di Milano. Poiché la strada è deserta, seguiamo affiancati.

Confine provinciale NO-VB: qui si uniscono le strade che salgono da Armeno e da Gignese.(a sinistra: ultimo km di salita per il Mottarone)

Raggiunto il bivio Armeno-Mottarone [19,6], voltiamo a destra in direzione del monte (al contrario della tappa del Giro). La pendenza non accenna a diminuire, ma pedalando in compagnia sembra di fare meno fatica. Verso il termine la salita comincia a cedere, finché si conclude in una spianata alla base della cima della montagna (**Mottarone**, [20,7] km. 51,7 - 2h57'23" - 17,488 km/h). Parcheggiate le biciclette, a coronamento della salita ci concediamo una bibita al Ristoro "Alp"; poi, dato che scenderemo per versanti diversi, ci salutiamo, diretti ognuno verso la propria strada.

IL CAMPIONE E LA MAESTRA DI SCI

Quando il cielo è sereno il Mottarone è visibile da buona parte della Lombardia. La montagna si staglia nitida e verde sullo sfondo della sagoma chiara e possente del Monte Rosa; la sua forma di testuggine attira sempre il mio sguardo e ora, trovandomi a pochi passi dalla vetta, provo una strana sensazione. Raggiungere la cima da qui è questione di pochi minuti, ma farlo con le tacchette Look sotto la suola delle scarpe non è una buona idea. Del resto, oggi non è la giornata ideale per contemplare il celebre panorama a 360°; la densa foschia che ristagna sopra le valli lascia appena intravedere i due laghi situati alle pendici. Come sempre accade quando ci trova su montagne isolate, anche qui pare di trovarsi ad una quota più elevata. Bellezza naturale, presenza di due lunghe salite e di impianti turistici, non riescono tuttavia ad attrarre con continuità importanti manifestazioni ciclistiche. Qui non si sono mai scritte pagine memorabili nella Storia del Ciclismo; nonostante ciò, all'interno di una cappelletta situata nei pressi della stazione d' arrivo della funivia che sale da Stresa, si trova ancora una Maglia Rosa del Giro d' Italia 1965 vinto da Vittorio Adorni.

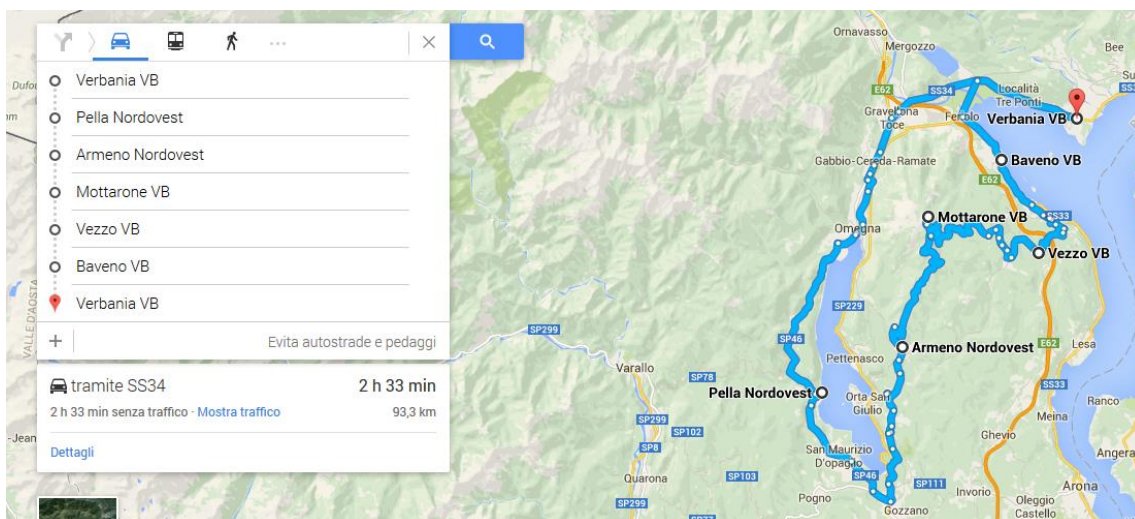
DAL MOTTARONE AL GIRO DEL LAGO D'ORTA

Si torna lungo la via già percorsa in salita, ma al bivio Gignese-Armeno (km. 52,8) la si abbandona proseguendo diritto (direzione Armeno-Orta-Omegna). La strada scende sinuosa lungo l' ampia cresta del Mottarone. La carreggiata è larga e, almeno nei primi chilometri, corre allo scoperto; il Lago Maggiore ed il Lago d' Orta si alternano sullo sfondo, ma in alcuni tratti sono visibili contemporaneamente. Anche se il traffico è scarso, la discesa (veloce e ricca di curve) richiede la necessaria concentrazione; nei punti più ripidi la bicicletta subisce accelerazioni improvvise (uno di questi si trova tra Madonna di Luciago ed Armeno).

Mottarone: discesa verso Armeno (NO).

Raggiunto il centro di **Armeno** (km. 63,4 - 3h14'54" - 19,518 km/h), si seguono le indicazioni per Agrano ed Omegna. Ora la strada è generalmente più stretta, la discesa meno ripida (ci sono anche tratti in contropendenza). Attraversate le frazioni di **Bàssola** e **Pescone**, da **Agrano** si scende a mezzacosta verso il Lago d' Orta. Ripresa la strada provinciale n° 229 (km. 69,5), si prosegue fino ad **Omegna** (km. 71,0 - 3h29'14" - 20,360 km/h). Al contrario di quanto fatto al passaggio precedente, ora si ignorano le indicazioni per Gravellona Toce, seguendo la via che costeggia per un breve tratto la riva occidentale del Lago d' Orta. Poco dopo la strada comincia a salire, allontanandosi dallo specchio d' acqua. La pendenza è modesta e costante (dal 3 al 6%). Superati **Brolo** ("il paese dei gatti") e **Nonio**, si scollina a **Cèsara** (km. 79,3); il lago non è più visibile, in compenso si può osservare tutto il versante ovest del Mottarone.

Dopo una leggera discesa, si prosegue in piano su strada poco frequentata e caratterizzata dalla presenza di boschi. Da **San Maurizio d' Opaglio** (km. 87,3 - 4h13'50" - 20,636 km/h) un tratto pianeggiante conduce in prossimità di **Gozzano**. Alla rotonda che s' incontra alla periferia nord del paese si segue l' indicazione per Orta (SP. 229); poco più avanti, un cartello stradale segnala la presenza di un chilometro di discesa al 10%. Scesi al livello del lago e superata l' insenatura di **Corconio**, si prosegue verso nord costeggiando il lago. In vista dell' isola di San Giulio e della penisola su cui sorge Orta, una breve e facile salita conduce alla rotonda da cui è partito l' itinerario (**Orta San Giulio**, km. 98,2 - 4h37'14" - 21,253 km/h).



VERBANIA - PELLA - ORTA SAN GIULIO - MOTTARONE - VEZZO - BAVENO - VERBANIA **94 KM**

Salita al Mottarone Versante orientale (da Baveno, VB)

Lunghezza salita km: 20,7

Dislivello m: 1.245

Pendenza massima: 13,0 %

Pendenza media: 6,0 %

Rifornimenti lungo la salita: numerose località nei primi 11 chilometri, tra Baveno ed Alpino.

Fontanelle: Levo (km. 6,0), Fonte Vitaliana (km. 15,3), Fonte Federica (km. 17,7).

km 0: Baveno, stazione ferroviaria (quota m. 210)

km 1,9: Loita (m. 333)

km 2,8: Campino (m. 382)

km 3,8: Someraro, deviazione per Stresa (m. 438)

km 6,0: Levo (m. 597)

km 8,0: Bivio Stresa-Gignese (m. 588)

km 9,4: Gignese, semaforo; bivio per Alpino, a dx (m. 674)

km 10,2: Fine tratto più ripido, p. max. 13% (m. 771)

km 11,0: Alpino, Albergo "Alpino Fiorente" (m. 784)

km 11,5: 2° tratto ripido (m. 804)

km 11,8: Camping "7 Camini" (m. 843)

km 12,7: Casello pedaggio per auto e moto (m. 905)

km 13,5: Fine discesa / inizio salita (m. 875)

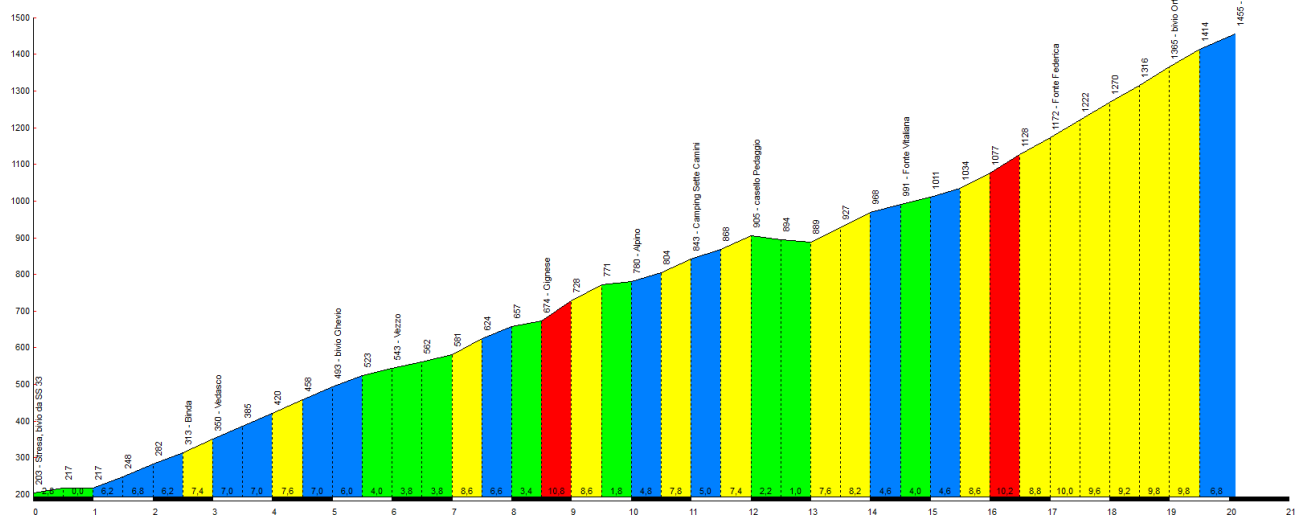
km 15,3: Fonte Vitaliana (m. 991)

km 17,7: Fonte Federica (m. 1.172)

km 19,6: Bivio Armeno-Mottarone (m. 1.365)

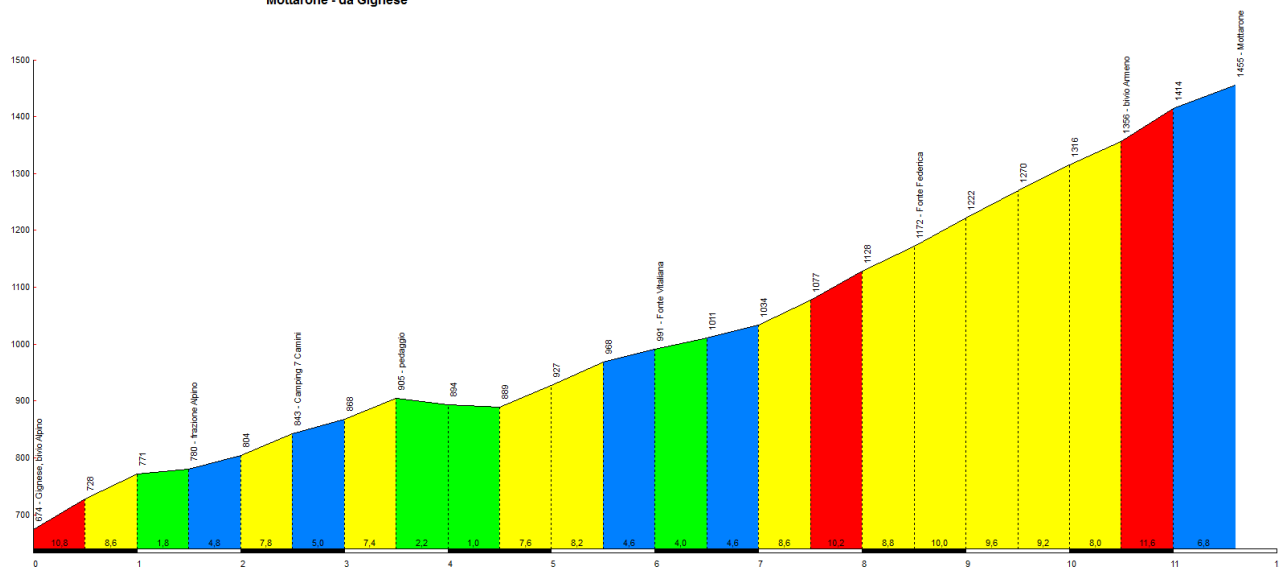
km 20,7: MOTTARONE, fine salita (m. 1.455)

Mottarone - da Stresa



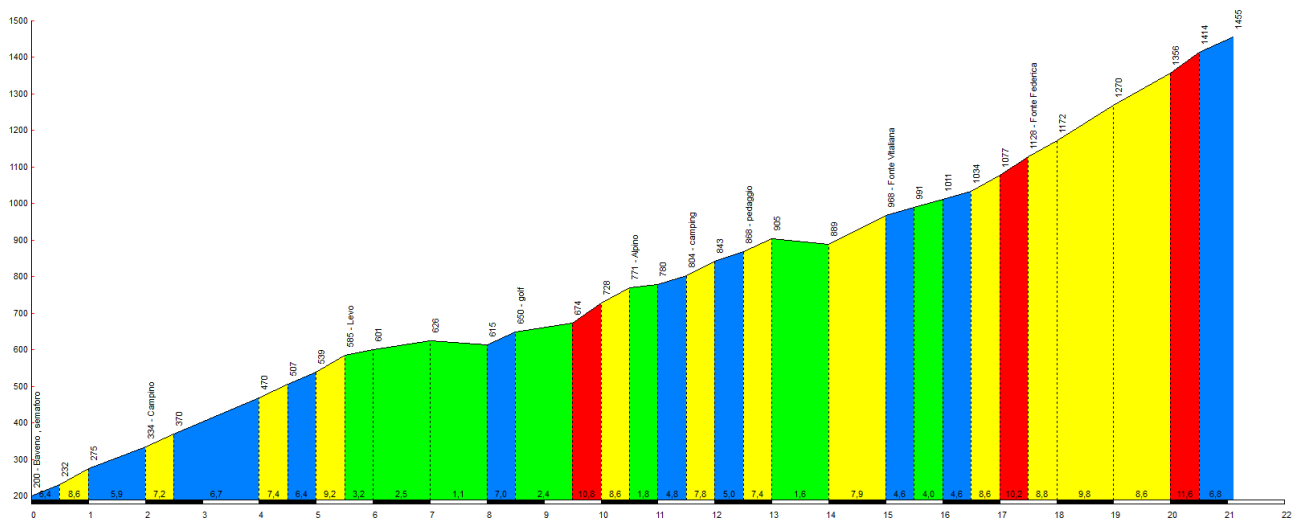
nome	distanza	partenza	arrivo	dislivello	pendenza	difficoltà
Mottarone da Stresa	20,1 km	203 msm	1455 msm	1252 m	6,2 %	958

Mottarone - da Gignese



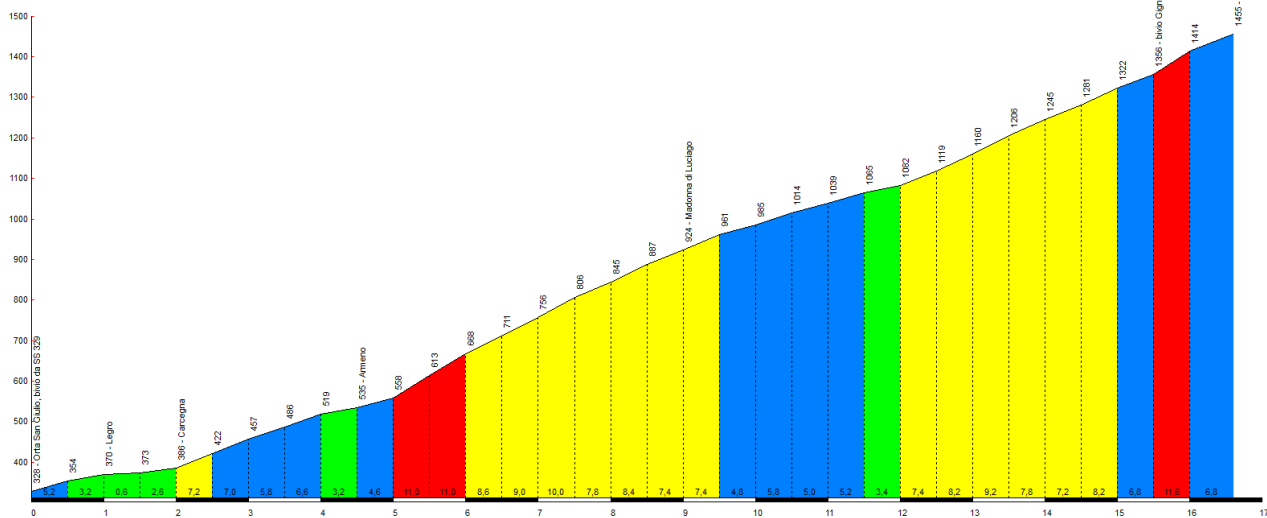
nome	distanza	partenza	arrivo	dislivello	pendenza	difficoltà
Mottarone da Gignese	11,6 km	674 msm	1455 msm	781 m	6,7 %	659

Mottarone , da Baveno

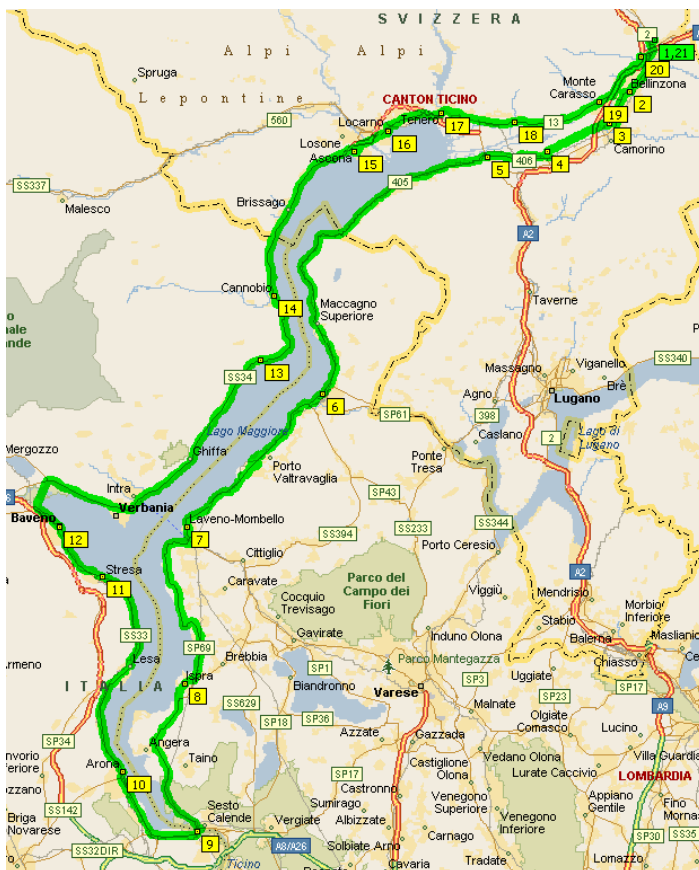


nome	distanza	partenza	arrivo	dislivello	pendenza	difficoltà
Mottarone da Baveno	21 km	200 msm	1455 msm	1255 m	5.9 %	976

Mottarone - da Orta



nome	distanza	partenza	arrivo	dislivello	pendenza	difficoltà
Mottarone da Orta	16,6 km	328 msm	1455 msm	1127 m	6,8 %	868



2 Giro del lago Maggiore

In senso orario

Il perimetro del lago Maggiore (Verbano) misura 170 km interamente percorribili su strada asfaltata, in gran parte su territorio italiano; si presta quindi benissimo per un piacevole e tranquillo giro in bicicletta, anche perché il traffico è scarso, non vi sono particolari pendenze e il panorama è variato e spesso interessante. Il tracciato complessivo misura quasi 200 km partendo da Castione, motivo per cui è consigliabile pianificare un paio di giorni di viaggio, anche se non è impossibile percorrerli tutti in un solo giorno: in questo caso però l'aspetto turistico del giro ne risulta limitato.

Il viaggio

Parto il mattino non troppo presto perché prevedo un viaggio suddiviso in due tappe e non voglio arrivare troppo presto a Stresa (la meta di oggi). Dopo i primi 20 km necessari a lasciarsi alle spalle il **piano di Magadino** e raggiungere l'inizio del lago Maggiore a **Quartino** (è consigliabile

prendere per il piano da Giubiasco per evitare la strada principale, su questo lato del fiume molto trafficata e pericolosa per i ciclisti), si imbocca la strada della costa orientale lungo il **Gambarogno**. Il lago si trova prevalentemente in territorio italiano (la parte svizzera è circa un quinto del totale), quindi attraversati alcuni piccoli paesi si passa ben presto la frontiera e si giunge a **Luino**; ho percorso altri 20 km circa e ne mancano altrettanti alla sosta per il pranzo prevista a **Laveno**, luogo di traghetto con la sponda occidentale (a Intra) e ottimo punto di osservazione per ammirare il panorama davanti a un piatto di pesce (di lago, ovviamente). Ci arrivo prima di mezzogiorno: contando le soste per scattare qualche foto ho viaggiato a un buon ritmo, più veloce del previsto; d'altra parte, ho trascurato il lato turistico del viaggio perché ho già percorso più volte questa tratta, che compone la prima tappa del "mezzo giro del lago", ossia il percorso Locarno-Laveno-Intra-Locarno. Da qui in avanti e fino a Intra invece per me sarà tutto territorio inesplorato. Una volta rifocillato a dovere e riposato quanto basta, percorro 30 km fino alla punta meridionale del lago, a **Sesto Calende** dove il fiume Ticino, che a Quartino si gettava nel Verbano, "rinascere" e riparte per la sua strada verso il Po. È il tratto meno piacevole da percorrere a causa del traffico e del paesaggio quasi industriale, ma dura poco: infatti ad **Arona** riprende la serie di paesi placidamente adagiati sull'acqua dove è difficile resistere alla tentazione di una sosta per il gelato. Si passa per **Stresa**, la cittadina più bella, e qui vale la pena di fare una sosta di un giorno (per chi ha programmato un viaggio in due giornate) e visitare anche le vicine **isole Borromeo**, e in particolare l'isola Bella su cui sorge la dimora della famiglia Borromeo. Io sono decisamente in anticipo: l'orologio segna le 15:30. Fatto qualche veloce calcolo e terminato il gelato decido di rimontare in sella e proseguire per completare il giro ancora in giornata. Attraversata la punta occidentale del lago e la riserva naturale Fondo Toce riprendo a risalire verso la Svizzera, passando per **Intra**, **Cannero** e **Cannobio**. Se ne avete il tempo il tempo prevedete una breve visita dei tre paesi, magari anche solo limitata al lungolago; altrimenti si prosegue fino alla frontiera (siamo a 40 km oltre Stresa) e all'ultimo tratto di strada, tutto svizzero, da **Brissago** a **Ascona**. Gli ultimi 50 km sono tortuosi e a volte la strada si restringe a una sola corsia, ma il traffico è di solito limitato. Da

[Locarno](#) si imbecca la strada principale oppure uno dei percorsi agricoli sul piano di Magadino, dove il traffico è ridotto quasi esclusivamente alle biciclette. Ultimi 20 km e si è di nuovo al punto di partenza.

Da vedere

- Arona: statua di san Carlo Borromeo (il San Carlone); la piazza
- Stresa: isole Borromee
- Brissago: parco botanico delle isole di Brissago
- Ascona: il lungolago
- Locarno

Il giro del lago Maggiore in bicicletta

Da ACTIVE SPORT TOURS

Tour in bici, cicloturismo sul Lago Maggiore

*Per chi ama distinguersi anche nella scelta delle proprie vacanze, o del proprio tempo libero, il **giro del lago Maggiore in bici** è l'esperienza più "IN" di questi anni ancora poco pubblicizzata, con previsione di crescita di partecipanti per i prossimi. Vuoi essere il primo a raccontarla?*

Il lago Maggiore si estende per la maggior parte della sua superficie sul territorio italiano e per qualche chilometro su quello svizzero. Le sue bellezze richiamano turisti da ogni parte d'Europa e importanti artisti hanno soggiornato in passato, in un clima di relax assoluto, decantandone gli affascinanti luoghi. Negli ultimi anni gli operatori turistici hanno attivato un pacchetto interessante di vacanza alternativa: il turismo sul [Lago Maggiore in bicicletta](#). In linea con le richieste di sostenibilità ambientale, di valorizzazione dei territori lombardi, con la voglia di ritrovare con una tranquilla pedalata la serenità e di condividere momenti divertenti rinsaldando i rapporti personali, il **cicloturismo sul lago Maggiore** sta facendo emergere un lato che ancora il turismo di massa non conosce.

Con i suoi quasi 300 kmq di aree, suddivise in parchi e riserve naturali dove flora e fauna sono sensibilmente protette, borghi di interesse storico, castelli, oltre agli innumerevoli musei, l'area del lago Maggiore vanta infinite proposte turistiche raggiungibili attraverso percorsi attentamente studiati e mappati dagli esperti del settore turistico per poter riscoprire il **lago in bicicletta**. Una delle caratteristiche principali del cicloturismo è la versatilità dei suoi partecipanti: famiglie con bambini, gruppi di amici, appassionati delle due ruote che amano sia i percorsi asfaltati che off road. Le strutture ricettive, per chi opziona il pacchetto turistico per più giorni, sono selezionabili da centinaia di proposte e adatte a tutte le tasche. Tutto è attentamente studiato per fare in modo che gli ospiti, accompagnate da guide preparate in modo ineccepibile, si godano i panorami, le tradizioni, l'arte e le soste enogastronomiche vissute a pieno con il [tour del lago Maggiore in bici](#).

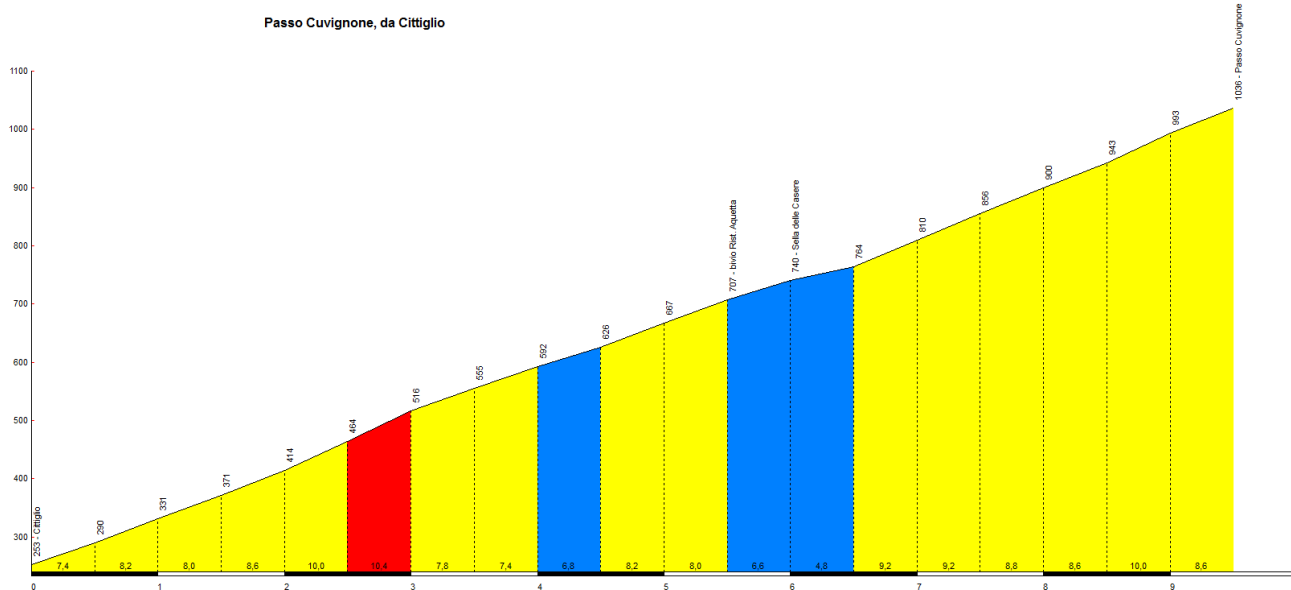
I traghetti sono mezzi utili per agevolare gli spostamenti con bici a seguito. Per chi si appresta a visitare il **lago Maggiore in bici**, immancabile la meta ad [Arona](#) per ammirare la sua gigantesca statua di San Carlo che domina il lago Maggiore, la visita alle isole borromee tra le quali spicca l'isola Bella sede di una delle più splendide ville di architettura barocca lombarda e l'isola Madre in cui ammirare l'incantevole orto botanico.

Flaubert definì tutto questo un paradiso terrestre. Ora attendiamo la tua opinione, monta in sella e non sarai deluso!

Sono 166km esatti e il dislivello sono 800 metri da Garmin Edge 305. Bellissimo giro, il traffico non è mai un problema **unica complicazione l'attraversamento di Locarno**.

Per attraversare Locarno, basta seguire i cartelli della ciclabile, poi giunti a Locarno seguite il lago, al debarcadere state sulla destra, in fondo alla strada arrivate continuate diritto e passerete da una stradina "rossa" uscite a Minusio davanti al campo sportivo e proseguite sino all'aeroporto su stradine per niente trafficate ed il gioco è fatto. Dopodiché prendete per Magadino e continuate sino a Dirinella. Confermo che il giro completo è di 165 km. Lo faccio spesso da Locarno a Locarno ed il giro praticamente è tutto piatto, tranne un paio di mangia e bevi.

3 PASSO CUVIGNONE E BRINZIO



nome	distanza	partenza	arrivo	dislivello	pendenza	difficoltà
Passo Cuvignone da Cittiglio	9,5 km	253 msm	1036 msm	783 m	8,2 %	661

Si parte da Cittiglio, città natale di Alfredo Binda, e subito si affrontano le impegnative pendenze che caratterizzano quasi tutti i 9 chilometri di questa salita. E' sicuramente tra le salite più dure del varesotto; le pendenze si mantengono quasi costantemente sopra l'8% con brevi tratti attorno al 14% attorno al 3 e all'8 chilometro; l'unico punto dove si può prendere fiato è all'attraversamento dell'abitato di Vararo, attorno al 6 chilometro, dove le pendenze scendono per circa 500 metri attorno al 5%. Anche questa salita rientra nel circuito delle "Cronoscalate Mondiali"

Il Cuvignone, tra la Valcuvia e Luino, a pochi chilometri dal confine con la Svizzera, è la montagna dei ciclisti del Varesotto. In cima si arriva a 979 metri, ma si parte dai 190 metri del lungolago. Quasi 800 metri di dislivello in 8 km e poco più di ascesa, con l'8,9% di pendenza media e tratti al 14-15%. E' la salita dove si allenava Alfredo Binda. Ma anche quella di Ivan Basso, che la fa come se bevessse un bicchiere d'acqua 2-3 volte di seguito a tutta, come ripetute, a fine giornata. Un test per il campione: "Da come vado sul Cuvignone capisco il mio stato di forma", ha avuto da dire un giorno al mio socio di pedale FabioVelasco che me lo racconta mentre arranchiamo sui primi tornanti.

Il luogo è magico, circondato da una vallata selvaggia e poco abitata. Lussureggiante in questa giornata di inizio primavera. L'asfalto a tratti è bagnato dai mille rivoli di acqua che scendono dal monte, neve sciolta al sole. Di auto non se ne vedono molte. La fortuna di questo posto è stata quella di non avere subito la cementificazione delle seconde case negli anni 60-70. Questa sensazione di abbandono, di mancato sviluppo, è stata la sua salvezza. Un posto che consiglio a tutti per immergersi in un panorama intatto a poca distanza dalla Lombardia dei capannoni industriali, dalla Milano-Varese urbanizzata a ogni metro.

Il Cuvignone è una sorta di rito iniziatico per tutti i ciclisti che vogliono cimentarsi con le salite, un battesimo di fuoco o paradiso del pedale, a seconda dei punti di vista. Il momento è arrivato. Dal lungolago si svolta a destra e subito si comincia a salire scalando al rapporto più agile e poi ancora a quello più agile ancora, fino a non averne più. Il primo e l'ultimo tratto sono i più duri.

I quattro dell'apocalisse cominciano la loro "impresa". Ognuno al suo passo, chi davanti e chi, da subito, indietro. E' una bella giornata. Pedalo agile, incurante dell'ascesa. Voglio godermi tutte le sensazioni che verranno, conquistando una pedalata dopo l'altra, una stilla di sudore dopo l'altra.

Con questi tre amici, tra qualche giorno andremo a seguire il Giro d'Italia, in bici ovviamente, nella tappa che scollina sulle Alpi francesi, con l'arrivo al mitico Galibier... Non so se avete presente. Faremo tutta la salita prima, molto prima dell'arrivo del Giro, e poi aspetteremo l'arrivo, magari tra concioni sul vino rosso, sui monti, sulla vita e chissà cos'altro... Insomma da compagni di scuola.

Quella di oggi è una sorta di prova generale prima dei 30 k di salita del Galibier. Una prova della via crucis, prima della via crucis.

Il Cuvignone - cavoli non riesco a ricordarlo proprio 'sto nome - tira subito "di brutta". Si attraversa Cittiglio, con le case, villette vista lago, sulle collinette che danno sulla strada. Ci sono davvero tanti ciclisti che si cimentano su questa salita. Una scritta perentoria con una bomboletta spray su una colonna di un cancello ci saluta tutti in un modo insolito, nel momento più acuto della sofferenza, con la pendenza al 14%, un muro che sale, tra le case, frutto della trovata di qualche buontempone della zona. Recita così: "Ciclista! Tua moglie è a casa a scopare", sottinteso: mentre tu fatichi sui pedali. Inevitabile una risata. Ci aiuta comunque a relativizzare la salita e l'ansia di prestazione che nessuno di noi, a dire il vero, sembra avere più di tanto. La scritta del buontempone merita una sosta comunque per una foto. E via si riparte, nel vento del Cuvignone e tra i boschi che cominciano lasciando alle spalle le ultime case di Cittiglio.

Cittiglio è il paese natio del grande Alfredo Binda: tre volte campione del mondo, tante classiche epiche (famosa la vittoria al Giro di Lombardia del 1926 - quella della foto sopra - quando dà 29 minuti di distacco al secondo, dopo aver trangugiato 28 uova), 5 giri d'Italia stravinti, primato eguagliato solo da Fausto Coppi ed Eddy Merckx. Insomma, uno dei più forti corridori di sempre, l'unico pagato dagli organizzatori (con la bella somma 22.500 lire, equivalente a un super ingaggio annuale per un campione di allora) per non partecipare a un Giro d'Italia, anno domini 1930, perché con lui non c'era gara. Inutile farla. Si sapeva già il nome del vincitore.

Binda, la sua storia, le sue vittorie ma anche le vicende attorno allo sport e alla sua vita, raccontano di un ciclismo epico, operaio, eroico, da pionieri. Fatto di fatica e di pane e salame. Le bici migliori pesano una dozzina di chili e per cambiare rapporto, prima di una salita come questa, bisogna fermarsi. Decimo di 14 figli, a 17 anni Binda raggiunge il fratello a Nizza. Vuole imparare a fare il decoratore, stucchi e gessi, fregi sulle pareti, come usa allora in piena Belle Epoque, da uno zio che ha una ditta nella città transalpina. Trova la bici e la gloria. Vince subito tanto. La squadra La Française lo ingaggia e lo tesserà tra i professionisti. Stipendio: 800 franchi al mese. La bici diventa il suo lavoro al posto dei fregi. Nel 1924 ha già vinto 38 corse. Rapidamente la fama del giovane emigrante italiano, fenomeno del pedale, si diffonde in tutto il paese. I francesi lo chiamano "la Gioconda" perché è bello dicono come il capolavoro del Louvre e lo adorano.

Torna in Italia da campione e vince da subito con la maglia della Legnano. Ingaggiato per 12mila lire l'anno. Il suo mito è Costante Girardengo, l'omino di Novi, campione, rivale che supera in fretta sulle strade sterrate dell'Italia del primo dopoguerra. Al suo primo Giro del 1925 viene lasciato libero di fare la sua corsa. E vince rifilando quasi 5 minuti a Girardengo.

Era uno scalatore fortissimo Binda. E il Cuvignone, proprio sopra al suo paese tanto amato, era la sua palestra. Anche il Brinzio - che ho scoperto essere la salita che faremo dopo - era suo pane quotidiano. C'è una foto che lo ritrae in gara sulle strade bianche del Brinzio, il tubolare di scorta incrociato sulle spalle, lo sguardo perso nella fatica.

Binda era un campione ma anche un gentiluomo, uno che aveva rispetto degli avversari. Quando si parlava delle sue rivalità, rideva raccontando che erano solo i giornalisti a crearle per far vendere più copie. Lui rivali non ne aveva. Arrivava semplicemente primo. Più tardi fu commissario tecnico della nazionale, negli anni di Coppi e Bartali. E' celebre la foto di lui in auto, al tour del '48 vinto da Bartali, foulard, megafono in mano che incita il campionaccio toscano. La sua capacità di appianare, di creare squadra, ponti, alleanze, fu una delle ricette vincenti di quegli anni così ricchi di successi per il ciclismo italiano ma anche di rivalità.

Ripenso alla sua storia mentre continuo, nel mio piccolo, a pedalare sulla salita del Cuvignone. Il mio amico Massimo è rimasto indietro, allora mi metto a fare il gregario e lo aspetto... E' la prima volta forse che inforca una bici quest'anno. Ma è un fenomeno perché al suo passo, lento lento, arriva, soffrendo, sempre fino in fondo. A volte è capitato, inaspettatamente, che ha battuto Fabio Velasco, l'omo da tour: la cosa ha scatenato una ridda di polemiche sulla validità della prova (due volte narrano i ben informati: sul passo Sella e sul Campolongo, grazie alla tattica e al gioco di squadra) ... Una sorta di teatrino, divertente, andato avanti per mesi...

Siamo alla fine della prima parte della salita. Si intravede in lontananza un tratto che quasi spiana. Un po' di respiro. Quando si sale sulle gambe spingendo sui pedali, vincendo la fatica a ogni metro, magari a zig e zag come capita nei punti più duri, vedere oltre l'orizzonte che la linea di asfalto si interrompe, che lascia intravedere - che so io - un lieve avvallamento, un pezzettino in piano, prova nei ciclisti la stessa sensazione che deve provare un uomo nel deserto, sotto il sole, quando intravede le palme, un'oasi, il miraggio. E' così per noi. Il miraggio della pianura, che dura poco però, avviene a mezza costa. Località Vararo.

Ci aspettano al cartello gli altri due moschettieri che sono andati in fuga. Il panorama si apre su una bella vallata verde. Il cielo è limpido, pieno sole. Ci prendiamo un po' di tempo per le foto e ripartiamo. La seconda parte del Cuviglione è più "montagna", la strada si fa più stretta e taglia un bosco fitto di castagni che fa ombra e rende meno faticosa l'ascesa nelle ore più calde della giornata, si arriva fino al passo immersi nel bosco, con solo un breve tratto senza alberi che si apre alla pianura padana, con il fondo stradale rovinato e il sole, prima di reimmergersi nel bosco per gli ultimi metri fino al valico. In alto, oltre a un gruppo di escursionisti in cerca di funghi, c'è il solito spettacolo di rifiuti lasciati per terra dai ciclisti passati già di qua. Certo mancano i cestini, ma sarebbe tutto pulito se tutti gli amanti del pedale imparassero la semplice tecnica, una volta consumate, di rimettersi in tasca i contenitori vuoti delle loro cibarie e diavolerie energetizzanti varie.

La discesa verso la valle dà sull'altro versante del monte. E' immersa nel bosco, con dei tratti veloci e tante curve, molto tecnica. Facile prendere velocità, più facile cadere. Scendiamo in qualche modo. Di solito il nostro Nibali, pazzo per le discese, è il vecchio Flavio che si lancia, memore dei ricordi di tempi migliori, di passati trascorsi agonistici tra esordienti e allievi, si lancia a missile, rischiando non poco, acrobata sul filo, e non frena mai (proprio così) fino all'ultimo cm utile prima di curvare. Lo lasciamo andare nella sua simpatica follia. E arriviamo anche noi in qualche modo in fondo. Dopo un forcing tra le prime colline e saliscendi nella strada che va verso Casalzuigno ci fermiamo a un fontanile. Via i tacchetti, Clac, le bici appoggiate al muro e andiamo a riempire le borracce continuando a scherzare. Dall'altro lato della strada ci osserva un bambino con uno sguardo inquisitorio, fortemente inquisitorio.

Il piccolo Daniele (mi sembra si chiamasse così) ci dice che è lì sulla strada, ma che quella non è la sua casa. Suo padre fa l'idraulico e sta rifacendo un bagno. E lui, che si annoia evidentemente, costretto a seguirlo la domenica mattina, è lì a guardare il suo Giro d'Italia personale. Con i ciclisti che passano. In due minuti ci ha raccontato la sua vita. Davvero un fenomeno. Siamo pronti per ripartire. E lui è pronto per emettere la sua sentenza. "Quella lì - dice puntando il dito - quella bici lì fa proprio schifo". Nooo!, ci guardiamo tutti attoniti. Adesso scoppia la guerra mondiale. Sta puntando proprio la bici di Fabio Giani, l'unico ciclista vero tra noi, quello sempre a posto, sempre avanti di un metro... Per fortuna Fabio Velasco sta al gioco. Incassa il colpo. Gli scappa anche a lui un sorriso sotto i baffi che non ha mentre ripartiamo allegramente. Leggeri e lontani da tutto. Questa simpatica passeggiata tra le salite del varesotto non è finita qui.

Mi dicono che ci sono ancora due valichi da conquistare: il Brinzio e, tanto per gradire, il Sacro Monte, sopra Varese. Una simpatica passeggiata che rischia di diventare un incubo dopo tre ore e passa di bici. Il cielo a questo punto è diventato pieno di nuvole e rischia di piovere. Pensavo di ritornare a casa in tempo per il pranzo. Ma i tempi del pedale sono diversi da quelli programmati di un'auto dove basta pigiare il pedale per arrivare prima. Qui bisogna pedalare. Una pedalata dietro l'altra e ogni volta le variabili sono tante. Ogni volta una storia a sé. Con la bici però c'è il gusto della strada, un senso di precarietà che si è perso nell'era della velocità automunita. Pazienza, salterò il pranzo domenicale... Intanto i ragazzi mi dicono che sul Brinzio hanno una scommessa per chi arriva per primo in cima. Il Brinzio è meno impegnativo del Cuvignone. Si va più veloci. E' una salita che tutti gli amatori della zona conoscono, non troppo lunga, con pendenze dolci, ma che fa parte della storia del ciclismo. Su queste strade sono passate tante gare. Complice il fatto che a un certo punto c'è un monumento dedicato ai ciclisti. La Madonnina del ciclista con un bassorilievo dedicato Luigi Ganna, vincitore del primo Giro d'Italia nel 1909 e a Binda che su queste erte correva, la polvere in faccia della strada sterrata mischiata al sudore, verso un'altra delle sue vittorie. Incontriamo diversi ciclisti sulla strada. A un certo punto mi passa davanti uno con una super Wilier ultimo modello, una 0.7, una di quelle che pesano poco più di sei chili. Non se ne vedono tante in giro. Incuriosito da quella bici quasi gemella a quella che ho in uso in questi mesi, provo a stargli dietro. Vince viene dall'Australia, mi racconta che con un amico di Varese ha aperto un'agenzia turistica, la Punto Tours, dedicata alle persone che dall'estero vengono in Italia e in Francia per provare che cosa significa la parola ciclismo nei paesi dove questo sport è nato. La sua agenzia, tra gli altri, organizza proprio viaggi nelle terre e nelle colline dove è nata la Wilier... Da qui la passione di Vince per il marchio de "Viva l'Italia libera e Redenta". Ci diamo appuntamento per la tappa del Giro sul Galibier: "Devo portare su un gruppo di australiani che vengono per vedere l'arrivo. Sai c'è la crisi. Ne arrivano meno in Italia, ma arrivano". Curioso che dall'Australia Vince, sia arrivato in Italia - di questi tempi succede il contrario - e che sia riuscito a trasformare la sua passione in un lavoro.

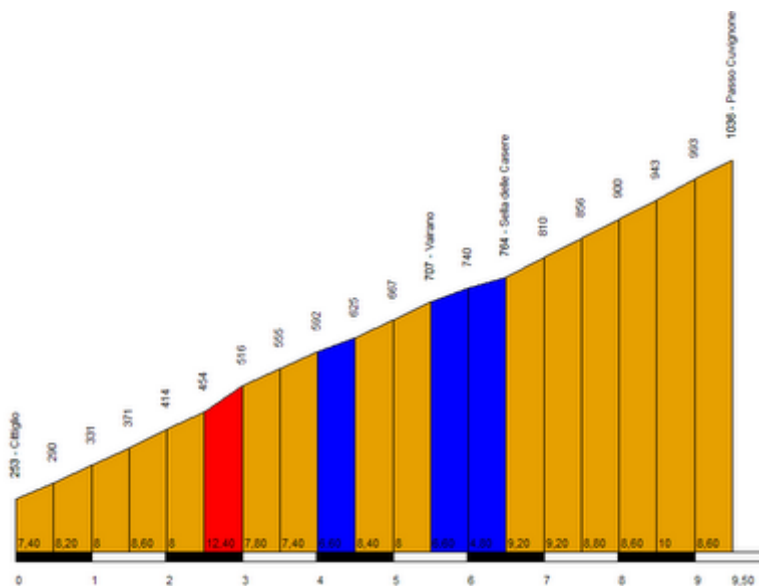
Finalmente siamo arrivati a Varese. Ma non è finita qui. L'ultima tappa della Via Crucis prevede anche la salita del Sacro Monte. Altri 11 km di salite per circa 700 metri di dislivello, insomma non è una passeggiata soprattutto a fine giornata con lo stomaco che continua a reclamare un po' di attenzione e la lampadina della riserva di carburante che a questo punto si è accesa sul rosso fisso. Il presidente ci saluta e punta direttamente al parcheggio sul lungo lago con il pensiero al tavolo imbandito di casa e al momento in cui ci metterà le gambe sotto quel tavolo. Ok vengo, non mi tiro indietro. Ci sono salito qualche giorno fa lì, da solo sotto la pioggia. Un tempo da lupi. Dai forza.

Parto agile, forse troppo veloce e insolitamente passo senza apparente fatica anche FabioVelasco che di solito ci precede di una spanna... Flavio è rimasto indietro, ma a un certo punto mi imballo anche io e mi appoggio a un muro per riprendere fiato: la stanchezza comincia a farsi sentire. Il mio amico FabioVelasco mi passa ma poi, poco prima dell'arrivo, torna indietro e con perfetto spirito sportivo da Fufu Runner (vince chi arriva ultimo) mi viene in soccorso. Arriviamo al piazzale dell'elicottero con una sensazione di sollievo, di fine della storia, dopo quasi 5 ore di pedalate, 77 km e 1700 metri di dislivello. Galibier arriviamo.

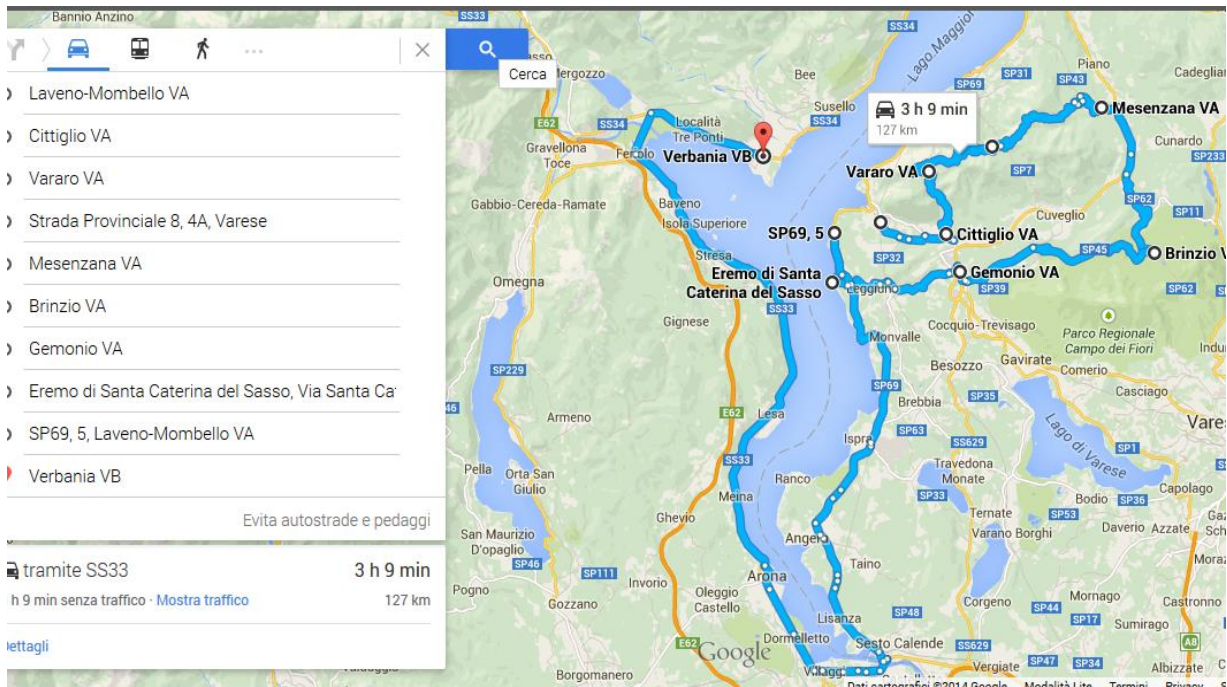
Cuvignone e Brinzio meraviglie terribili (2° scheda)

Ieri uscita in bici di gruppo, ci troviamo alle 8:30 al solito posto e siamo un bel gruppetto. La giornata è freddina nonostante il sole splendente e il cielo sgombro da nubi. Partiamo direzione Varese, in programma c'è la salita del Cuvignone e il Brinzio per poi tornare da Gallarate. Mentre pedaliamo sento discutere di questa famigerata salita, indiscutibilmente la più dura del varesotto. Ma nessuna descrizione, per quanto accurata, può farti capire la fatica e il sudore che lascerai su quell'asfalto fin quando non la percorrerai tu stesso metro dopo metro. Si parte da Cittiglio, città natale di Alfredo Binda, e subito si affrontano le impegnative pendenze che caratterizzano quasi tutti i 9 chilometri di questa salita. Le pendenze si mantengono quasi costantemente sopra l'8% con brevi tratti attorno al 14% al terzo e all'ottavo chilometro; l'unico punto dove si può prendere fiato è all'attraversamento dell'abitato di Vararo, attorno al 6 chilometro, dove le pendenze scendono per circa 500 metri attorno al 5%. Le gambe mi bruciano mentre affronto i tratti più duri e non riesco ad andare più veloce di 9-10 km/h. Verso metà salita mi supera un gruppetto di 3 ciclisti che salgono con una facilità impressionante spingendo un rapporto molto più duro del mio...non capisco come facciano...per me sono extraterrestri...La strada sale, sale, sale, non finisce più, ormai sono 35 minuti buoni che soffro e dietro ogni curva spero di vedere l'arrivo, ma niente, solo asfalto che sale. Attraverso il centro abitato di Vararo, la strada spiana un pochino. Sollievo. Ma poi la salita riprende più dura di prima senza mai un attimo di tregua. Comincio a vedere cumuli di neve ai lati della strada, ormai dovrei esserci. Infatti dopo ancora qualche curva arrivo sul pianetto dove trovo gli altri ad aspettarmi. Alla fine 57 minuti per fare 9 km, dura, durissima!

Ripartiamo tutti uniti e devo dire che la discesa è quasi difficile come la salita, non si fa certo fatica, ma è molto tecnica, con pendenze ripidissime e con l'aggiunta della neve che certo non aiuta l'aderenza. Il freddo fa il resto... Comunque arriviamo giù tutti uniti e riprendiamo verso Varese, ma prima ci aspetta il Brinzio, una salita tutto sommato pedalabile e che scavalco senza troppi problemi. Ma tutti questi saliscendi segnano le gambe che perdono fluidità, le sento dure e deboli quando dal Brinzio andiamo verso Varese e poi verso Gallarate passando da Cavaria. Gli ultimi 15 km solo e controvento sono veramente tosti, ma non cedo e arrivo a casa tutto sommato in buone condizioni.



Altimetria passo Cuvignone

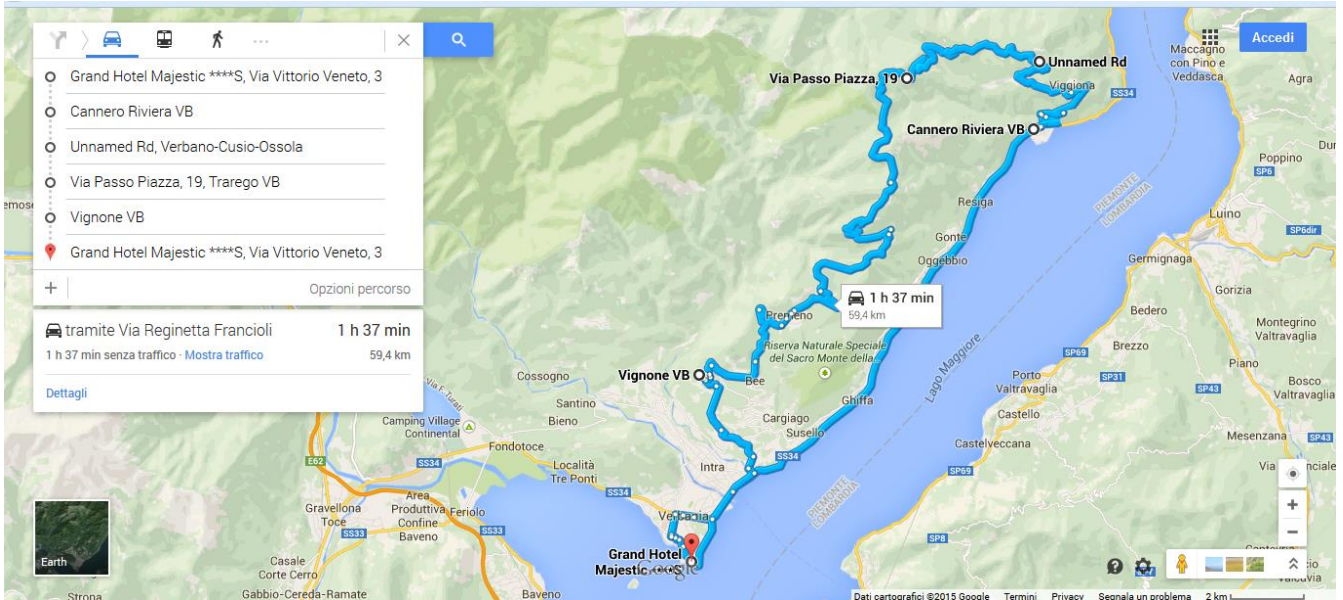


PASSO CUVIGNONE E BRINZIO

E' possibile anche un giro di soli 70 km traghettando anche al ritorno da Laveno a Verbania

4 Monte Ologno

Tracciato finale della 18° tappa del Giro d'Italia 2015 (60 km)



MONTE OLOGNO
 Lugh.: km 10.4
 Disl.: m 931
 Pend.med.: 9.0%
 Pend.max: 13%

