

Partner:

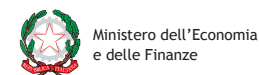


In collaborazione con:



Progetto Julius finanziato nell'ambito del Programma per la Cooperazione Transfrontaliera Italia-Slovenia 2007-2013, dal Fondo europeo di sviluppo regionale e dai fondi nazionali.

Projekt Julius sofinanciran v okviru Programa čezmejnega sodelovanja Slovenija-Italija 2007-2013 iz sredstev Evropskega sklada za regionalni razvoj in nacionalnih sredstev.



COS'È IL NORDIC WALKING

È una camminata sportiva con appositi bastoncini, utilizzati non solo come appoggio, ma come leva su cui spingere. Coinvolge anche la muscolatura superiore del corpo e gli addominali, aumentando la resistenza e il consumo energetico. Rappresenta una tecnica adatta anche per i meno allenati e praticabile in ogni stagione.

IMPARA IL NORDIC WALKING

Per apprendere il Nordic Walking potete rivolgervi agli istruttori certificati dalla **Scuola Italiana Nordic Walking**, garanzia di professionalità e competenza.

SILVA SCARDОВИ
T. 0546 43393
silvascardovi@gmail.com
www.camminonaturale.it

COS'È IL PARCO DI NORDIC WALKING

È una rete di anelli brevi, sommabili fra loro, adatti a chi desidera iniziare a muoversi coi bastoncini, seguendo la segnaletica dettagliata nelle distanze e nelle difficoltà. Gli itinerari permettono di raggiungere i luoghi più caratteristici della Vena del Gesso, attraverso la storia, la geologia e gli straordinari panorami di Brisighella. L'utilizzo dei bastoncini e la tipologia dei percorsi favorisce allenamenti progressivamente più lunghi, migliorando la coordinazione e la resistenza fisica. Ogni itinerario parte e arriva da un parcheggio dove è possibile lasciare l'automobile. Bastoncini in uso gratuito presso l'ufficio turistico di Brisighella e il Centro Visite Ca' Carnè.

COLLEGAMENTO DEI PERCORSI

Il percorso 2 è direttamente collegabile all' 1 e al 3.

- 1+2 = 5,5 km > Facile con brevi salite.
- 2+3 = 8,84 km > Impegnativo con salite e scivoloso in caso di pioggia.
- 2+4 = 7,5 km > Impegnativo con salite e scivoloso in caso di pioggia.
- 1+2+4 = 9,3 km > Facile, ma con salite scivolose in caso di pioggia.
- 1+2+3 = 13 km > Impegnativo con salite e scivoloso in caso di pioggia.
- 1+2+3+4 = 16,5 km > Impegnativo per lunghezza e difficoltà.



1 STORICO e GEOLOGICO

Luoghi di interesse:
i tre colli con la torre, la Rocca, la chiesa del Monticino, museo speleologico all'aperto della Cava dei Gessi, la Via degli Asini.

L'itinerario inizia dalla stazione ferroviaria percorrendo la strada di fronte. Dopo aver superato via Roma percorrere la via che sale dritto (viale Pascoli) per circa 450 m. Girare a destra sull'asfalto verso il centro del paese e dopo 30 m deviare a sinistra salendo una dolce gradinata.

In cima girare a sinistra nel sentiero boschivo che raggiungerà di nuovo la via asfaltata. Percorrerla a destra in direzione della Rocca, poi dritto verso la Chiesa del Monticino (670 m circa di salita).

Sotto la chiesa girare a sinistra per un sentiero contrassegnato da una croce e dal simbolo a chiocciola del Sentiero del Tempo. Proseguire nel bosco per 300 m circa e superato un ponticello accedere alla vecchia cava di gesso dove si consiglia una visita libera al Museo Geologico all'aperto. Qui è possibile collegare l'itinerario 1 con l'itinerario 2 girando a sinistra e seguendo le indicazioni. (1+2=6 km circa, facile con brevi, ma ripide salite). Per completare l'anello dell'itinerario 1, al ponticello girare a destra raggiungendo il parcheggio della Chiesa.

Scendere per 230 m. lungo l'asfaltata come all'andata, fino al muro sotto la Rocca e girare a sinistra nella strada bianca verso la torre per circa 600 m. (possibilità di visitare entrambe nel fine settimana). Meraviglioso panorama dei 3 colli e della vallata del Lamone.

Descrizione:

- Facile in tutte le stagioni.
- Lunghezza km 3,4
- Dislivello in salita e in discesa 136 m
- Durata 50 min circa



Arrivati sotto la torre scendere le scale fino alla piazza (540 m in discesa). In questo tratto non è possibile praticare la tecnica nordica, ma si utilizzano i bastoncini come sostegno. In fondo a sinistra, passando sotto il portico, possibile visita alla Via degli Asini. Girare a destra e imboccare la strada di ciottolato a fianco dell'anfiteatro e seguire la chiocciola del Sentiero del Tempo (350 m). Scendere le scale fatte all'andata e percorrere Viale Pascoli fino alla stazione (450 m in discesa). Possibilità di approvvigionamento acqua alla stazione e in paese.

2 PAESAGGISTICO e GEOLOGICO

Luoghi di interesse:
il museo geologico all'aperto della Cava dei Gessi, il panorama sui calanchi

L'itinerario inizia dal parcheggio della Chiesa del Monticino, a circa 1,5 km dalla stazione ferroviaria. Di fronte all'entrata del parcheggio proseguire sul sentiero nel bosco, contrassegnato dalla croce e dal simbolo della chiocciola del Sentiero del Tempo e percorrerlo fino al ponticello per 300 m. Girare poi a sinistra entrando nel museo geologico della Cava di Gesso fino all'uscita per circa 450 m dove a destra si trova un cancello verde. Superato il cancello proseguire per la strada bianca che costeggia vigneti ed ulivi e imboccare a destra, dopo 200 m, uno stretto sentiero in salita contrassegnato anche dai segnali CAI, dalla chiocciola del Sentiero del Tempo e dalle indicazioni per il Centro Visite Ca' Carnè.

Dopo circa 300 m. di salita, dopo una curva a gomito a destra, si raggiunge una radura. Se si gira a sinistra si può collegare l'itinerario 2 al 4 seguendo le indicazioni (2+4=7,5 km). Per tornare e chiudere l'anello dell'itinerario 2 girare invece a destra e iniziare a scendere per 500 m lungo un sentiero che attraversa un bosco di querce segnato anche CAI n. 511 fino alla strada asfaltata davanti ad un parcheggio con 4 pini e ad un panorama mozzafiato sui calanchi. Senza attraversare la strada asfaltata, girare a destra in dolce discesa per 330 m in direzione della Chiesa e del parcheggio. No approvvigionamento acqua.

Descrizione:

- Facile, ma con brevi, ripide salite e scivoloso in caso di pioggia.
- Lunghezza 2,1 km.
- Dislivello in salita e in discesa 136 m.
- Durata 40 min circa.



3 PAESAGGISTICO e ATLETICO

Luoghi di interesse:
il sentiero sulla cresta dei calanchi, la Grotta Tanaccia

L'itinerario parte dal parcheggio con i 4 pini che si affaccia sui calanchi in via Rontana, a circa 1,9 km dalla stazione ferroviaria. Girare a sinistra scendendo lungo la strada asfaltata per 150 m. Girare a sinistra per una carraia tracciata nell'erba per circa 800 m e arrivati in fondo dirigersi a destra per una sterrata pianeggiante per altri 800 m. Giunti alla strada asfaltata di Rio Chiè girare a sinistra e percorrerla per 1 km fino ad uno stradello privato sulla curva, sempre a sinistra. Scavalcato la catena che delimita la proprietà salire per la carraia che affianca i vigneti (300 m), poi girare sullo stradello a sinistra e continuare a salire fra gli ulivi fino a Ca' di Vicchio (600 m). Proseguire lungo la cresta dei calanchi segnalata col CAI n. 505 tenendo sempre la destra (1400 m) In caso di pioggia questo tratto risulta scivoloso. Arrivati ad un laghetto sulla destra proseguire sullo stesso tracciato CAI fino alla strada asfaltata di via Rontana e percorrerla a sinistra fino al parcheggio della grotta Tanaccia (600 m). Qui entrare nel bosco seguendo la segnaletica della grotta fino alla capanna speleologica (220 m). Possibile visita guidata alla grotta previo accordo col gestore del parco (Ivano Fabbri, T. 0546 80628/C. 339 2407028). Arrivati alla casetta del parco girare a sinistra seguendo una panoramica strada erbosa al

Descrizione:

- Impegnativo per la lunghezza e fangoso in caso di pioggia. Breve tratto d'asfalto.
- Lunghezza 6,5 km.
- Dislivello in salita e in discesa 224 m.
- Durata ore 1,50 circa.

limitare del bosco e degli ulivi per 450 m, poi incontrare nuovamente la strada asfaltata. Percorrere l'asfalto girando a sinistra per raggiungere dopo 400 m il parcheggio dei 4 pini. È possibile collegare l'itinerario 2 col 3, nel punto in cui il sentiero in discesa del 2 incontra via Rontana. Li attraversare la strada e raggiungere il parcheggio dei 4 pini da cui parte il 3 itinerario (2+3=8,84 km).



4 PAESAGGISTICO, GEOLOGICO, ARCHEOLOGICO

Luoghi di interesse: il sito archeologico medievale di monte Rontana, il Centro visite Ca' Carnè con museo della fauna locale e il ristoro del rifugio dove è possibile anche mangiare e dormire.

L'itinerario parte dal parcheggio basso del Centro Visite Ca' Carnè seguendo la segnaletica sulla via Rontana (3,5 km dalla stazione). Dal parcheggio avviarsi lungo la strada panoramica sui calanchi, verso il rifugio per circa 190 m. Prima del cancello d'entrata girare a sinistra per un ripido, ma bellissimo sentiero fra abeti e rocce di gesso, seguendo la grande indicazione su pietra "monte Rontana" e la segnaletica CAI n. 511/a. In questo passaggio il terreno può essere scivoloso e non consente la tecnica Nordic Walking. Salire per circa 500 m in mezzo al bosco fino a raggiungere una radura da cui si scorge la croce di Rontana. Girare a destra per una sentiero boschivo segnalato (250 m in discesa) fino a raggiungere la strada forestale che porta alla croce e al sito archeologico di Rontana (possibile deviazione a sin di 300 m, con visita libera al villaggio medievale e vasto panorama sulla vallata del Lamone). Scendere nuovamente per la forestale, costeggiando il bosco fino a raggiungere la strada asfaltata di via Rontana (400 m). Girare a destra e percorrerla in salita per 250 m, poi in discesa per 200 m, fino a raggiungere a destra la deviazione sterrata in direzione del Centro visite. Scendere per circa 550 m su sterrata comoda fino al Rifugio dove è possibile visitare un piccolo, ma prezioso museo naturalistico e ristorarsi. Per chiudere l'anello girare a destra

Descrizione:

- Facile, ma con una salita impegnativa. Breve tratto d'asfalto.
- Lunghezza 3 km.
- Dislivello in salita e in discesa 148 m.
- Durata 50 min circa.

lungo la strada sterrata costellata da sculture in gesso e descrizioni botaniche, fino a raggiungere nuovamente il parcheggio dopo circa 700 m. Possibile ristoro, pernottamento e approvvigionamento d'acqua presso il Rifugio dove è possibile anche prendere in uso gratuito bastoncini da Nordic Walking. Per prenotazioni e informazioni T. 0546 81468. Per collegare l'itinerario 2 con il 4 è necessario percorrere un tratto pianeggiante di collegamento, di circa 1,5 km totali, segnalato in direzione Parco Carnè. Dalla radura alla sommità della salita dove arriva il 2 girare a sinistra e seguire per 950 m le indicazioni di raccordo per raggiungendo una bella casa in pietra sulla strada asfaltata (casa Liverzani). Proseguire a destra in salita sull'asfalto per 250 metri seguendo le indicazioni per il parco Carnè. Su un tornante a gomito girare a destra sempre in direzione del Parco per altri 300 m circa fino al parcheggio da cui inizia e finisce il quarto itinerario (1,5 km di collegamento).



1 PAESAGGISTICO e GEOLOGICO km 3,4

136 m 50 min. circa

L'itinerario 1 può essere sommato in continuità al 2.

3 PAESAGGISTICO e ATLETICO km 6,5

224 m 1 h e 50 min. circa

2 PAESAGGISTICO e GEOLOGICO km 2,1

136 m 40 min. circa

L'itinerario 2 può essere sommato al 4 con un collegamento di km 1,5 e in continuità con l'1 e il 3

4 PAESAGGISTICO, GEOLOGICO e ARCHEOLOGICO

148 m 50 min. circa km 3

