



CAI SULBIATE "Fabio Cavenago"

Via Don Mario Ciceri, 2 - 20884 Sulbiate (MB)
mail: caisulbiate@gmail.com - Sito: www.caisulbiate.it
Codice Fiscale 94067460157
IBAN : IT18J0306909606100000400305



PROGRAMMA ESCURSIONISTICO					
GITA N.	5	TIPO	Escursione giornaliera	DATA	dal 31/05/2026 al 31/05/2026
Itinerario	Anello della Val Mora, Storia e tradizioni Alta Valle Brembana		coordinatori logistici	Silvano Oberti Colnago Marco Paolo Cantù Brambilla Marco	333 1227482 349 3675917 338 3333910 334 9203915

SCHEDA INFORMATIVA

Il percorso inizia a:	Caprile Basso (mt. 840)	
Il percorso termina a:	Caprile Basso (mt. 840)	
	Itinerario A	Itinerario B
Quota altezza massima:	metri 1.790	1.500
Quota altezza minima:	metri 840	840
Dislivello complessivo salita:	metri 950	660
Dislivello complessivo discesa:	metri 950	650
Tempo complessivo A/R:	ore/min 4,5 + 1,5 h	3,5 + 1,5 h
Difficoltà:	EE - Escursionistica Impegnativa	E - Escursionistica
Consigli per l'escursione:	Abbigliamento escursionistico: scarponcini con suola scolpita, bastoncini telescopici ed indumenti adatti.	

DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO

Da Sulbiate si raggiunge Averara (m. 650), seguendo la strada provinciale della Valle Brembana in direzione Passo San Marco con deviazione a sinistra nel centro del paese di Olmo al Brembo, dal paese, poco prima del ponte, si prende la strada di destra con indicazione Valmoresca e si prosegue per circa 2 Km in direzione Caprile Basso (m. 840) dove lasceremo l'auto.

Itinerario A

Lasciata la macchina risaliamo la Val Mora sul lato sinistro (destra orografica) seguendo il sentiero CAI 110, percorrendo l'alta via Mercatorum, nel suo tratto più faticoso e impervio, prima dello scollinamento in Valtellina, dove sono ancora presenti tratti di selciato di un tempo. Passando dalle baite del Lòsc (m.933) e proseguendo con pendenza moderata prima, più sostenuta poi, fino alla casa dei guardiani della diga di Alta Mora. Dopo una breve galleria ed alcuni tornanti si raggiunge la sommità della diga (m. 1546), si continua per la carrareccia che costeggia il lago, si risale l'ampia conca posta sotto il passo San Marco e si raggiunge, infine, la casera Ancogno (m. 1759). Si prende il sentiero CAI 113 con direzione Sud per il dosso della Gambetta, lasciando sulla destra il dosso del Cima Montu (m. 1854). Si prosegue in leggera discesa a quota 1578 si abbandona il sentiero 113 che prosegue per Mezzoldo, e si imbecca a destra il sentiero CAI 133 che scende in direzione Sud/Ovest verso il nuovo Rifugio Alpe di Cantedoldo (m. 1502) dove ci fermeremo per il pranzo.

Itinerario B

Lasciata la macchina prendiamo visione prima della contrada Caprile Basso (m. 840) poi, dopo aver attraversato il fiume Mora, di Valmoresca (m. 850) da dove inizia il cammino che ci porterà con varie soste al rifugio Alpe di Cantedoldo (m.1502) passando per le località di Piazza Selva, Tai Mes, Grasselli fino a Cantedoldo.

Itinerario A e B

Dopo il pranzo, verso le ore 15, riprendiamo il cammino per il ritorno alle macchine prendendo inizialmente il sentiero CAI 133 ed uscendone seguendo la cartellonistica Piazza Selva, Valmoresca fino a Caprile Basso.