

# Sentiero-Alpino-Calanca

## Indicazioni per San Bernardino - Santa Maria

Il percorso è speciale per il suo andamento e per la varietà del terreno alpino. Splendidi laghi di montagna, viste mozzafiato e panorami profondi, nonché passaggi grandiosi sono le parole chiave. La flora, i giochi di colore dei larici e, con un po' di fortuna, diversi animali selvatici meritano qualche momento di contemplazione.

### **Carattere**

Il percorso è classificato come T3, quindi richiede una certa dose di resistenza, passo sicuro e assenza di vertigini. I tratti esposti sono protetti da catene. Il sentiero è segnalato integralmente in bianco-rosso-bianco. Va prestata particolare attenzione alle condizioni meteorologiche (influsso sia dal versante nord che da quello sud delle Alpi). Tre giorni senza nebbia e pioggia aumentano il divertimento. Le discese a valle sono possibili solo mediante i sentieri ufficialmente segnalati e mantenuti. Le varianti sono molto pericolose. Oltre a buone scarpe, come attrezzatura sono indispensabili guanti, berretto e cappello. Lungo l'intero percorso di 50 km sono presenti solo alloggi ASAC. È obbligatorio il sacco letto per i rifugi. Si sconsiglia di effettuare l'escursione con i cani, poiché non sono ammessi negli alloggi. Di solito è disponibile acqua a sufficienza. Il periodo migliore è quello che va da inizio luglio a inizio ottobre, anche se alcuni nevai possono essere ancora presenti e difficili da attraversare. Per il tratto Ospizio passo San Bernardino - Pass di Passit, si prega di osservare le indicazioni della piazza di tiro di Hinterrhein ([https://www.vtg.admin.ch/de/aktuell/mitteilungen/schiessanzeigen\\_detail.html/3210.040.html](https://www.vtg.admin.ch/de/aktuell/mitteilungen/schiessanzeigen_detail.html/3210.040.html)).

### **Tempi di percorrenza in sintesi (indicazioni dettagliate nell'ultima pagina)**

#### **Da nord a sud**

Ospizio S. Bernardino (passo)	Rifugio Pian Grand	6.0	h
Villaggio San Bernardino	Rifugio Pian Grand	3. <sup>3/4</sup>	h
Rifugio Pian Grand	Rifugio Ganan	5. <sup>3/4</sup>	h
	Capanna Buffalora	8.0	h
Rifugio Ganan	Capanna Buffalora	3.0	h
Capanna Buffalora	Alp di Fora	5. <sup>1/2</sup>	h
	Sta. Maria	7. <sup>1/2</sup>	h

#### **Da sud a nord**

Santa Maria	Alp di Fora	3. <sup>1/4</sup>	h
	Capanna Buffalora	9.0	h
Alpe di Fora	Capanna Buffalora	5. <sup>1/2</sup>	h
Capanna Buffalora	Rifugio Ganan	3.0	h
	Rifugio Pian Grand	8.0	h
Rifugio Ganan	Rifugio Pian Grand	4. <sup>3/4</sup>	h
Rifugio Pian Grand	Villaggio San Bernardino	3.0	h
	Ospizio S. Bernardino	5.0	h

### **Cartine**

Cartina 267 T San Bernardino

Cartina 1254 Hinterrhein / Cartina 1274 Mesocco / Cartina 1294 Grono

Oppure [www.schweizmobil.ch](http://www.schweizmobil.ch) Percorso no. 712

**Geocaching:** [www.geocache.ch](http://www.geocache.ch) (N46°27.249'E009°10.297?)

[www.sentiero-calanca.ch](http://www.sentiero-calanca.ch)

### Possibile ripartizione delle tappe

Il primo pernottamento a Pian Grand permette poi la miglior ripartizione delle tappe per tutto il Sentiero alpino.

#### **Primo giorno**

San Bernardino	-	Rifugio Pian Grand	3 <sup>1/2</sup> - 4 <sup>1/2</sup> h
Ospizio San Bernardino	-	Rifugio Pian Grand	6 - 6 <sup>1/2</sup> h

#### **Secondo giorno**

Rifugi Pian Grand	-	Capanna Buffalora	8 - 9 h
-------------------	---	-------------------	---------

#### **Terzo giorno**

Capanna Buffalora	-	Santa Maria	7 <sup>1/2</sup> h
-------------------	---	-------------	--------------------

Tutti i tempi di percorrenza sono calcolati senza pause e possono variare notevolmente a seconda delle condizioni fisiche e del tempo. Se si parte da San Bernardino al mattino, si può raggiungere il Rifugio Ganan in un giorno, ma si devono affrontare due salite faticose nella stessa giornata.

### **Alloggi**

Rifugio Pian Grand  
Rifugio Ganan  
Capanna Buffalora  
Rifugio Alp di Fora

Gas, stoviglie, acqua e coperte di lana sono disponibili in tutti gli alloggi.

Sacco letto per le capanne obbligatorio.

I cani non sono ammessi.

Sul Sentiero e presso gli alloggi la ricezione dei telefoni cellulari è solo parziale.

### **Per tutti gli alloggi è necessaria la prenotazione**

**Telefono: 091 / 828 14 67 o e-mail: [huettenwart@sentiero-calanca.ch](mailto:huettenwart@sentiero-calanca.ch)**

A questo numero è possibile avere anche ulteriori informazioni

### Descrizione del percorso

Il Sentiero Calanca inizia da un importante valico. Il passo del San Bernardino non è solo un confine linguistico, ma anche uno spartiacque significativo. L'acqua scorre in direzione nord nel Reno, verso il Mare del Nord e a sud verso il Mediterraneo. Durante l'era glaciale, sul passo si è creato un paesaggio unico. Il ghiaccio scorreva dal Adula (Rheinwaldhorn) attraverso il Moesano, modellando le rocce a forma di gobbe. Anche il ristorante dell'ospizio merita una visita durante la quale si potrà immaginare come all'epoca delle diligenze ci si potesse ristorare durante tutto l'anno.

Il sentiero inizia di fronte all'ospizio con la demarcazione numero 712 e costeggia il Laghetto Moesola.

Dopo circa 1 km, il sentiero attraversa la strada cantonale e si inoltra nella conca dell'Alp Mucia. La parete rocciosa del Piz Uccello ci saluta da nord-est e a nord-ovest possiamo vedere il Piz Zapport (o Zapporthorn) con i resti del ghiacciaio. Al primo attraversamento del torrente lasciamo il circo glaciale. Un piacevole sentiero ci porta ai piedi del Piz de Confin. Seguiamo le tracce della pista da sci in salita per circa 100 metri verso ovest. Poco prima del primo impianto di risalita, ci dirigiamo verso sud senza guadagnare quota. Ci fermiamo alla sella del di Passit Sopra a 2'205 m s. m. e poi scendiamo di 120 m fino ai laghi. Qui incontriamo anche il sentiero che parte da San Bernardino Villaggio (vedi avvicinati). In direzione ovest, il percorso scende in modo ripido nella Valle Calanca.

Affrontiamo il sentiero verso sud, in direzione sud-est, con una salita di circa 200 metri. Dal Pass di Passit possiamo vedere in un intaglio della cresta l'ometto di sassi del Pass de la Cruseta. Raggiungiamo questa meta in poco più di un'ora. Volgendo lo sguardo alle nostre spalle, il magnifico panorama ci fa dimenticare la fatica. Di fronte a noi, il Piz Pian Grand ci accoglie. Una breve e ripida discesa e un breve tratto pianeggiante di sentiero ci portano alla Bocca de

Rogna. Anche questa vista sulla val Mesolcina e le sue montagne merita una pausa. In parte su massi, scendiamo ai piedi del Piz Pian Grand e poi risaliamo alla stessa altezza fino ai Bivacchi.

[www.sentiero-calanca.ch](http://www.sentiero-calanca.ch)

#### **Rifugio Pian Grand**

Posizione: 2'398 metri sul livello del mare, coordinate 732.580/141.670

- 18 posti letto e 3 posti di emergenza
- Area protetta; non è consentito il campeggio
- Un numero sufficiente di coperte di lana
- Gas, stoviglie, niente cibo
- Acqua disponibile
- Senza riscaldamento, chiuso in inverno

Per la lunga tappa fino alla capanna Buffalora, vi consigliamo di partire il più presto possibile, in modo da poter godere dei bellissimi dintorni della capanna, nel tardo pomeriggio.

Il sentiero si dirige ora verso sud, in modo piuttosto ripido, fino a raggiungere l'ometto di sassi sul Fil de Bedoletta, il punto più alto del sentiero. Un'altra traversata con vista magnifica e profondi scorci. La discesa verso il Lagh de Trescolmen è ripida nella prima parte e va affrontata con cautela. Dopo il cartello segnaletico, il sentiero diventa più facile, prima leggermente verso ovest e poi verso sud fino al lago. In seguito, incrociamo il sentiero che da Mesocco porta a Valbella - Rossa sull'Alpe Trescolmen. Dal lago saliamo per ben 100 metri e raggiungiamo la Bochetta del Büscenel con un lungo saliscendi tra gli ontani e i ruscelli. Raggiungiamo il Fil de Ciar a 2346 m, sempre in salita, in parte su massi, con un imponente ometto di sassi sulla sinistra. Una magnifica vista sulla Valle Calanca e verso ovest, sulla conca di Ganan, ci fa dimenticare i tratti esposti che abbiamo superato con attenzione. Dopo un comodo tratto, raggiungiamo il Rifugio Ganan.

#### **Rifugio Ganan**

Posizione: 2'375 metri sul livello del mare, coordinate 732.690/138.140

- Massimo 7 posti letto
- coperte, cuscini e materassi di lana a disposizione
- Cucina a gas, stoviglie e acqua a disposizione
- Ricezione telefonica mobile Swisscom
- Senza riscaldamento, chiuso in inverno

Poco dopo il rifugio, attraversiamo due torrenti ed eventualmente dei nevai che possono essere insidiosi. Al Piz Ganan, che si intraveda già, vale la pena dare un'occhiata alla Val Calanca e alle sue montagne. Il proseguimento presenta tratti scivolosi e richiede una certa prudenza fino al Lagh de Calvaresc (laghetto a forma di cuore). Senza un grandissimo panorama, ma con un'ottima visuale, l'acqua ci incanta con i suoi riflessi. Raggiungiamo l'Alp de Calvaresc attraverso i prati alpini e poi facciamo un ampio arco sui pendii di rose alpine per raggiungere la Capanna Buffalora (che molti desiderano).

#### **Capanna Buffalora**

Posizione: 2'078 metri sul livello del mare, coordinate 731.600/134.720

- Capanna presidiata da guardiani, confortevole, riscaldata e ben attrezzata
- 35 posti con coperte e cuscini di lana, sacco letto obbligatorio (può essere noleggiato)
- camere 2x2, 2x4, 3x6 / dependance "Laghett" 5 posti

- mezza pensione (cena e colazione), cena alle 18.30
- bevande e carta menù giornaliero, provviste per le escursioni
- Aperta da metà giugno a fine ottobre
- prenotazione obbligatoria Tel. 091 828 14 67 o 079 772 45 13 / [www.sentiero-calanca.ch](http://www.sentiero-calanca.ch)

[www.sentiero-calanca.ch](http://www.sentiero-calanca.ch)

Una breve salita, pochi metri nel bosco di larici, poi sulle ormai note sassaie, il sentiero porta al Pass de Buffalora in 30 minuti. Il sentiero conduce verso est a Soazza. Noi scegliamo di nuovo il familiare numero 712, in direzione sud. L'attraversamento della cresta al Pt. 2'427 m s. m. ci conduce a un tratto di sentiero ripido e scivoloso. La scala predisposta è un valido aiuto. Un'escursione rilassante ci porta attraverso i prati alpini di Aion. (All'indicazione per Aion Vec, sulla destra, c'è una discesa ideale in Val Calanca fino a Cauco o, poco dopo, al termine di una breve discesa nel bosco, con un sentiero molto ripido, è possibile raggiungere Selma). Dopo una breve salita, il sentiero conduce, attraverso il bosco e alcune sassaie, alla scala nella gola dell'Auriglia. Scendendo a ritroso, si attraversa il torrente e poi eventualmente un nevaio, che richiede ancora una volta, prudenza. Appena sopra il limite degli alberi, il sentiero conduce ai ripari valangari del villaggio di Braggio. Il bosco di montagna ci accompagnerà ora fino a Santa Maria. Dopo una breve discesa si raggiunge la piccola radura dell'Alp di Fora.

#### **Rifugio Alp di Fora**

Posizione 1'844 metri sul livello del mare, coordinate 731.020/128.700

- Ampia cucina riscaldabile con fornello a legna
- Gas, legna e stoviglie a disposizione
- 16 letti con coperte di lana
- Nessun cibo
- Le bevande possono essere acquistate

Andando a destra al cartello segnaletico, si può prendere una scorciatoia molto utilizzata per raggiungere Braggio. Un'ora di cammino fino a questo villaggio e poi è possibile usufruire della funivia per Arvigo. Il sentiero conduce ora comodamente per un chilometro al punto panoramico di Pian di Renten. Da questo punto, il sentiero scende in modo molto ripido sul lato della val Mesolcina fino ai Rustici di Nadi. La via diventa ora più agevole fino alla stradina per Dasga, che ci porta alla nostra meta di Santa Maria.

La salita da sud a nord sta diventando sempre più popolare e le ripide discese possono essere affrontate in salita.

#### **Dalla storia del Sentiero alpino**

L'opera di costruzione del sentiero alpino è iniziata con l'idealismo e la perseveranza di un uomo. Wilfried Graf, di Binningen BL. Egli acquistò una casa di villeggiatura a Selma nel 1973 e negli anni successivi percorse le montagne della Val Calanca con la sua famiglia. Poiché i sentieri segnati sulla mappa erano quasi introvabili, Wilfried Graf e la sua famiglia hanno deciso di renderli nuovamente percorribili con picconi, pale e seghe.

Nel 1977 ha lavorato al sentiero da Bersach a Stabgel con i giovani nell'ambito di un programma di scambio internazionale di studenti. Solo allora ebbe l'idea di creare un sentiero continuo da Aion a Santa Maria. Nel 1978 si svolse il campo di lavoro "Sentiero Molera" sull'Alpe Aion Vec con studenti e alunni delle scuole secondarie. In poche settimane fu costruita la maggior parte del percorso da Aion Vec a Mottone.

In seguito, estese il progetto a San Bernardino. Il tentativo, in gran parte fallito, di raccogliere fondi per il progetto da privati portò alla fondazione di un'associazione. Il 4 novembre 1978 si tenne a Selma la riunione di fondazione dell'Associazione Strada Alta della Calanca (ASAC).

L'associazione è stata poi ribattezzata "Associazione Sentieri Alpini Calanca".

Ogni estate, fino al 1983, giovani volontari, apprendisti e scolaresche di otto Paesi hanno lavorato al completamento del Sentiero. In precedenza, esistevano solo tratti di sentiero disconnessi e non curati. La costruzione del sentiero è stata finanziata dalle quote associative dell'ASAC, alcune delle quali sono state arrotondate in modo considerevole. L'associazione ha ricevuto notevoli donazioni per la costruzione del rifugio Buffalora nel 1981. Negli anni successivi, l'ASAC ha costruito i bivacchi Ganan (1983) e Pian Grand (1985). Nel 2006, uno dei due rifugi di Pian Grand è stato sostituito da uno più grande.

Una valanga distrusse il rifugio di Buffalora nell'aprile 1985. Solo nella tarda estate del 1987 fu poi possibile aprire la seconda capanna in legno, costruita in un luogo sicuro, su una cresta. L'imponente opera, che aveva richiesto tanto entusiasmo e perseveranza, era per il momento conclusa. Nel 2013/2014 la Capanna Buffalora è stata nuovamente ristrutturata e adattata alle esigenze attuali. Nell'agosto 2000 è stata messa in funzione la terza capanna dell'Alpe di Fora. Da allora, il compito principale dell'associazione ASAC è stato quello di mantenere e migliorare il sentiero di montagna, la segnaletica e i quattro rifugi.

[www.sentiero-calanca.ch](http://www.sentiero-calanca.ch)

## Accessi

### **San Bernardino Villaggio - Pass di Passit - Pian Grand ca. 4 ore e mezza**

Dal paese alla stazione a valle della funivia, ben visibile presso l'edificio della polizia. Qui si trova anche un buon parcheggio. Seguire la strada sterrata che attraversa il ponte, circa 300 metri in direzione sud, poi salire dolcemente a destra su vari massi e ruscelli fino ai prati alpini sopra l'Alpe d'Occola.

Al Pass di Passit si raggiunge nuovamente il Sentiero.

### **San Bernardino - Alpe d'Occola - Pian Grand, ca. 3 ½h**

Dal paese alla stazione a valle della funivia, ben visibile presso l'edificio della polizia. Qui si trova anche un buon parcheggio. Seguire la strada sterrata che attraversa il ponte per una buona mezz'ora, in leggera discesa.

Accompagnati dal rumore dell'autostrada nel bosco fino all'Alpe d'Occola, si passa davanti al rifugio, alle rose alpine e al rado bosco di larici per una brevissima salita. Segue un tratto molto ripido fino alle rovine di Pt. 2'001, dopodiché il sentiero sale dolcemente all'Alp Arbeola. Dopo circa mezz'ora si raggiunge il Sentiero Calanca, un'altra mezz'ora per i Bivacchi.

## Dalla Valle Calanca

### **Rossa - Capanna Buffalora**

Il sentiero principale per la Capanna Buffalora parte dalla fermata dell'autobus postale e passa davanti alla chiesa procedendo poi alla sua destra. Seguiamo il pendio verso sud e poi saliamo ripidamente attraverso cespugli di ontano fino all'Alp Ö. Il sentiero attraversa ora il bosco di abeti fino alle malghe di Calvaresc-Sot. Tenendo la destra al cartello segnaletico, si sale attraverso un rado bosco di larici fino all'ampia zona pianeggiante dove sorgeva il vecchio rifugio Buffalora. Il nuovo rifugio si trova un po' più in alto, in direzione ovest.

### **Cauco - Lascial,**

### **poi La Motta - Alp d'Aion o**

### **La Motta - Rod gel - Aion Vec**

Una strada forestale in asfaltato conduce con ampi tornanti a Lascial e poi a Braggio. Poco dopo Cauco, incontriamo il sentiero escursionistico segnalato. Questo ci conduce attraverso l'insediamento di Artoalla fino a La Motta. Poco dopo raggiungiamo la forcella Aion / Stabgel. Attraversiamo il torrente d'Aion su una passerella di cemento e raggiungiamo l'omonimo alpe attraversando il bosco montano. Dopo altri 200 metri di dislivello, si raggiunge il Sentiero alpino presso le rovine di Aion Vec. Al bivio citato, il sentiero sale ripidamente attraverso il Bosch di Ligné fino all'Alp Stabgel (cartello segnaletico: discesa via Bersach a Selma). Si raggiunge il Sentiero alpino su un sentiero a zig-zag presso la testata della Motta del Perdül.

### **Selma / Cauco - Bersach**

Raggiungiamo Bersach su sentieri ben segnalati. Ora si sale verso l'ometto di sassi (1'470 m s.m.), vicino a Stabgel. Il sentiero proveniente da Cauco si unisce al sentiero presso un rifugio in rovina con un cartello segnaletico. Sotto la Motta del Perdül incontriamo il Sentiero alpino.

### **Bersach - Cort di Settel**

A Bersach si percorre la strada forestale asfaltata in direzione di Braggio, la si abbandona in corrispondenza di una curva a sinistra e si imbecca il vecchio sentiero per Braggio, che conduce attraverso la gola dell' Auriglia. Ora dobbiamo seguire la strada asfaltata per qualche centinaio di metri prima di raggiungere il bivio per Cort di Settel. Raggiungiamo quindi il Sentiero alpino su un percorso vario.

[www.sentiero-calanca.ch](http://www.sentiero-calanca.ch)

### **Braggio - Cort di Settel o Alpe di Fora**

Dalla frazione di Stabbio, un sentiero sale fino alle baite di Mondent, per poi addentrarsi nel bosco verso sud attraverso i valloni del riale Val Meira. A un bivio si può scegliere tra il sentiero per Cort di Settel e quello per Alp di Fora.

### **Pian d'As - Alp de Lögna - Val di Passit - Pass di Passit**

L'escursione attraverso la ripida e selvaggia Val di Passit fino al Passo di Passit è un'esperienza unica, anche nella direzione opposta. I pendii scivolosi rendono talvolta difficile il mantenimento del sentiero e del passo. Pian d'As si trova alle spalle della Val Calanca. Una piccola strada asfaltata conduce da Rossa al maggengo di Valbella; in seguito si cammina su di una stradina sterrata. A Pian d'As, il sentiero sale dapprima ripidamente e poi attraversa la Calancasca. A questo punto scegliamo il vecchio sentiero (vicino al fiume) o il nuovo sentiero per l'Alp de Lögna. Qui attraversiamo il torrente Passit su una passerella e scendiamo verso valle. A quota 1'747 m s.m., i pendii con pietraie costituiscono un ostacolo. L'attraversamento del riale Passit è spesso coperto di neve da valanga fino all'estate inoltrata (attenzione ai ponti di neve!). Il percorso successivo verso il valico è facile ma ripido.

### **Valbella - Alp del Largè - Bocchetta del Büscenel o Alp de Trescolmen**

Dopo le ultime baite di Valbella, si attraversa il ponte sulla Calancasca e si sale in Val Largè. Il sentiero alterna prati e boschi di montagna a nord del torrente Rià de Campalesc. Dopo il rifugio Cascinot, si attraversa il torrente e si sale all'Alp del Largè. Poco sotto la Bocchetta del Büscenel incontriamo il Sentiero alpino. Se vogliamo raggiungere l'Alp de Trescolmen, da Cascinot rimaniamo sul lato destro del torrente.

### **Dalla val Mesolcina**

#### **Soazza - Alpe di Bec - Passo di Buffalora - Capanna Buffalora**

Nella pittoresca Soazza, la strada per l'Alp de Bec (15 km) si dirama sopra il villaggio. È asfaltata e liberamente percorribile. La scorciatoia per gli escursionisti attraversa boschi di latifoglie e abeti nella stessa direzione. Dall'Alp de Bec (parcheggio), un sentiero ben segnalato conduce attraverso prati alpini e boschi di larici fino al Pass de Buffalora (2'261 m s.m.). Qui si raggiunge il Sentiero alpino e si scende a destra fino alla Capanna Buffalora, che diventa gradualmente visibile.

### **Topografia**

Il Sentiero alpino segue la dorsale principale della catena montuosa che separa la Valle Calanca dalla val Mesolcina, in direzione nord-sud. Le cime più alte sono al di sotto dei 3'000 metri.

La catena montuosa è formata principalmente da para-gneiss stratificati, ossia materiale sedimentario trasformato e cristallizzato dalla pressione della roccia.

In alcuni punti, gli strati sono intervallati da bande di quarzo bianco. Questo tipo di gneiss viene estratto nella cava di Arvigo.

Il Sentiero si snoda principalmente sul versante Calanchino della catena montuosa, con solo la salita da San Bernardino e la discesa dal Pian di Renten a Santa Maria sul versante Mesolcinese.

La maggior parte dei circa 50 km di percorso, per lo più solitario, si trova al di sopra del limite degli alberi, cioè sopra i 2'000 metri. I radi boschi di larici, che attraversiamo in più punti, sono un'attrazione particolare del sentiero di montagna. Un'indimenticabile festa per gli occhi sono i pendii pieni di rose alpine, che dispiegano il loro splendore floreale in giugno e luglio. A settembre, i larici gialli ci incantano, mentre a ottobre i sottili aghi brillano di giallo oro alla luce del sole.