

Zeitschrift:	Macolin : mensile della Scuola federale dello sport di Macolin e di Gioventù + Sport
Herausgeber:	Scuola federale dello sport di Macolin
Band:	52 (1995)
Heft:	6
Rubrik:	Camminare è bello!

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Camminare è bello!

La Federazione alpinistica ticinese (FAT) in collaborazione con l'Associazione ticinese per i sentieri escursionistici (ATSE), con l'intenzione di promuovere l'escursionismo alpino nel cantone e nelle aree alpine confinanti, desidera festeggiare con il motto camminare è bello gli escursionisti che avranno percorso il maggior numero di itinerari proposti nella rivista FAT "Alpinista ticinese". È il seguito naturale del concorso che proponiamo nelle scuole "Scopriamo i valori del territorio collinare e alpino ticinese". Gli itinerari sono liberi; possono essere percorsi anche accompagnati seguendo i programmi gite delle tredici sezioni FAT o le escursioni accompagnate proposte dalla Federazione e dall'Associazione ticinese per i sentieri escursionistici nella pubblicazione dell'Ente svizzero pro sentieri. Sono indicate escursioni semplici e più impegnative, valutate con un punteggio che non dà importanza ai tempi di percorrenza ma considera l'impegno, la durata, i dislivelli e la lunghezza degli itinerari da percorrere. Ringraziamo per la collaborazione ed il sostegno morale e finanziario il Casinò di Locarno, i Dipartimenti opere sociali, del territorio, dell'istruzione e cultura, le associazioni, aziende, enti turistici e operatori economici che offrono omaggi ai partecipanti.

Regolamento

Periodo di svolgimento: 1 aprile - 30 ottobre 1995

Partecipazione: Gratuita, per singoli, gruppi e famiglie, gruppi scolastici, associazioni. **Non è necessario essere membri di una società alpinistica.**

Tessere di controllo: Per confermare le escursioni e i trekking effettuati ogni partecipante è invitato ad apporre un timbro di passaggio o perforare la tessera di controllo personale o familiare nei punti di percorso indicati. Le tessere di controllo sono pubblicate sulla rivista della FAT "Alpinista ticinese" no. 1 di ogni anno. Possono essere richieste alle sezioni della Federazione alpinistica ticinese, all'Associazione ticinese per i sentieri escursionistici e agli Enti turistici ticinesi.

Itinerari: Sono pubblicati nella rivista della Federazione, "Alpinista ticinese".

Controlli: Timbro nelle capanne e rifugi occupate da un guardiano o in un locale pubblico designato a fondo valle alle partenze e arrivi; pinza perforatrice al passaggio in punti particolari del percorso (bocchette, alpi ecc.).

Scadenza: Le tessere di controllo sono da inviare entro il **30 novembre di ogni anno**, la prima volta il 30.11.1995, alla Federazione alpinistica ticinese, Fabrizio Barudoni, 6745 Giornico.

Punteggi: Sono indicati nella presentazione degli itinerari proposti.

Classifica: Sono premiati gli escursionisti che raccolgono il maggior numero di punti nelle tessere di controllo.

Premiazione: In occasione dell'annuale assemblea dei delegati della Federazione alpinistica ticinese.

Tutti i partecipanti ricevono un attestato, i migliori classificati saranno festeggiati con la consegna di omaggi, di materiale, indumenti e attrezzatura da trekking, di buoni di soggiorno o di risalita.

Premi speciali: Al partecipante più anziano. Al partecipante più giovane. Al gruppo familiare. Al primo gruppo scolastico. A dieci partecipanti, a sorteggio, fra tutti coloro che avranno inviato la scheda di controllo compilata anche con un solo timbro.

Responsabilità: Privata. Nessuna responsabilità assicurativa compete alla FAT e all'ATSE.

Informazioni: Franco Dalessi, presidente FAT, Via ai Monti 12, 6600 Locarno

Partecipate, anche se avete potuto percorrere un solo itinerario!

Itinerari Locarno e valli

		Punti
1	Cardada - Cimetta - Trosa - Monti di Lego - Mergoscia CN 1: 25000 fo 1313	3 E
2	Intragna - Remo - Rasa - Corcapolo - Intragna CN 1: 25000 fo 1312	3 E
3	Spruga - Capanna Salei - Comologno CN 1: 25000 fo 1311	3 E
4	Locarno - Monti di Ditto - Monti della Gana - Sassariente - Monti Motti CN 1: 25000 fo 1311, 1313	5 EE
5	Alpe di Neggia - Monte Gambarogno - Alpe di Cedullo - Sant'Anna - Indemini CN 1: 25000 fo 1332, 1313	3 E
6	Brissago - Capanna Al Legn - Gridone (Limidario) - Capanna Al Legn Capanna Al Legn - Mergugno - Beredo - Alpe di Naccio - Rasa - Corcapolo CN 1: 25000 fo 1332, 1312	5 10 EE
7	Spruga - Alpe Pesced - Capanna Salei Capanna Salei - Capanna Arena - Cimalmotto CN 1: 25000 fo 1311, 1291	3 5 8 E

Indirizzi utili e punti di controllo

1	Cardada, Albergo Colmanicchio, tel 093 31 18 25 Cima del Trosa muretto al punto. 704 330/118 520 Mergoscia, Ristorante della Posta, tel 093 67 15 09
2	Intragna, Ristorante Campanile, tel 093 81 12 22 Rasa, Ristorante Ghiridone, tel 093 83 13 31
3	Spruga, Ristorante Onsernone Capanna Salei, tel 093 85 20 32 Comologno, Ristorante Posta, tel 093 85 14 91
4	Cima Sassariente, croce Monti Motti, Osteria Pifferini, tel 093 67 10 56
5	Neggia, Ristorante Ritrovo, tel 093 61 20 37 Monte Gambarogno muretto 1687 al punto 708 000/107 880 Indemini, Ristorante Indeminese, tel 093 61 12 22
6	Brissago, Ristorante della Posta, tel 093 65 14 27 Capanna Al Legn Rasa, Ristorante Ghiridone, tel 093 83 13 31 Corcapolo, Osteria Salmina
7	Spruga, Ristorante Onsernone Alpe Pesced, cascina 1778 al punto. 686 000/118 200 Capanna Salei, tel 093 85 20 32 Capanna Arena Alpe Sfille, muretto 1666, al punto. 680 230/123 800 Campo Valle Maggia, Ristorante Porta, tel 093 96 12 54

Itinerari Valle Maggia

		Punti
1	Lodano-Ronchi-Solà-Canigee-Castello-Lodano CN 1: 25000 fo 1292	3 E
2	Bignasco - Costa Piana - Someo CN 1: 25000 fo 1292	5 EE
3	Campo - Cimalmotto - Passo Quadrella - Bosco Gurin CN 1: 25000 fo 1291	3 E
4	Broglie - Prato-Sornico - Monti di Rima - Broglie CN 1: 25000 f 1272	3 E
5	Piano di Peccia - Alpe Froda - Lago Froda Rifugio Poncione di Braga - Piano di Peccia CN 1: 25000 fo 1271	5 EE
6	Prato Sornico - Monti Rima - Alpe Brunescio - Alpe Fiorasca - Fontana CN 1: 25000 fo 1272, 1271	5 EE
7	San Carlo (Bavona) - Pian di Crest Pian di Crest - Crosa - Foroglio CN 1: 25000 fo 1271	5 10 EE
8	San Carlo (Bavona) - Robiei - Sfundau - Capanna Cristallina Capanna Cristallina - Passo Naret - Fusio CN 1: 25000 fo 1271, 1251, 1252, 1272	5 10 EE

Indirizzi utili e punti di controllo

- 1 Lodano, Ristorante Cramalina, tel 093 87 11 23
Canigee cascina, al punto 694 650/123 900
- 2 Bignasco, Ristorante Turisti, tel 093 96 11 65
Costa Piana, antenna TV 1885, al punto 692 045/130 300
Someo, Ristorante Morganti, tel 093 87 11 49
- 3 Campo Vallemaggia , Ristorante Porta, tel 093 96 12 54
Passo Quadrella 2137, al punto 679 000/127 090
Bosco Gurin Ristorante Sciovia Grossalp, tel 093 96 17 40
- 4 Broglie, Ristorante Zoppi, tel 093 99 11 13
Prato Sornico, Garni Lavizzara, tel 093 99 14 98
Monti di Rima, fontana 970, al punto 137 880 /693 780
- 5 Piano di Peccia Grotto al Cort, tel 093 99 11 85
Alpe Froda 1745, al punto 688 250/145 020
Rifugio Poncione di Braga, al punto 687 150/ 142 560
- 6 Prato Sornico, Ristorante Garni Lavizzara, tel 093 99 14 98
Alpe Fiorasca, cascina 2086 al punto 689 600/137 140
Fontana, Grotto Baloi, tel 093 96 13 87
- 7 San Carlo, Ristorante Caffè Basodino, tel 093 99 11 92
Rifugio Pian di Crest, tel 093 99 14 14
Laghi Crosa, Capanna, al punto 680 900/ 136 380
- 8 Robiei partenza teleferica, tel 093 99 11 76
Capanna Cristallina, tel 094 88 23 30
Fusio, Hotel Ristorante Pineta, tel 093 99 16 16

Itinerari Valli superiori

		Punti
1	Biasca - Püsced - Sobrio - Biasca CN 1: 25 000 fo 1273	3 E
2	Piotta - Ritom - Capanna Cadagno - Passo dell'Uomo - Passo Lucomagno CN 1252, 1232	3 E
3	Olivone - Biasca Sentiero basso CN 1253, 1273	3 E
4	Olivone - Biasca Sentiero alto CN 1253, 1273	5 EE
5	Biasca - Sval 1407 - Capanna Cava - Biasca CN 1273	5 EE
6	Airolo - Madrano - Buco di Cè - Cadlimo Cadlimo - Lago di dentro - Capanna Cadagno - Piotta CN 1232 CN 1252	5 10 EE
7	Giornico - Altirolo - Chironico - Capanna Sponda Capanna Sponda - Doro - Gribbio - Chironico CN 1 : 25000 fo 1273, 1272	5 10 EE
8	Airolo - Capanna Cristallina Capanna Cristallina - Campo la Torba - Passo Sassello - Capanna Garzonera Capanna Garzonera - Ambrì - Airolo CN 1252 CN 1251	3 5 13 EE

Indirizzi utili e punti di controllo

- 1 Biasca, Albergo Ai Giardinetto, tel 092 72 17 71
Püsced, cascine
Sobrio, Ristorante Ambrogini, tel 092 74 13 18
- 2 Piotta, Ristorante Loris Gobbi, tel 094 89 11 73
Capanna Cadagno, tel 094 89 13 23
Passo Lucomagno, Ristorante Acquacalda, tel 092 70 11 57
- 3 Olivone, Albergo Olivone Posta, tel 092 70 13 66
Acquarossa, Ristorante Stazione, tel 092 78 11 23
Biasca, Albergo Nazionale, tel 092 72 13 31
- 4 Nara, Ristorante La Pernice, tel 092 78 14 25
- 5 Sval 1407 al pto. 720 060/137 200
Capanna Cava. tel 092 76 14 44
- 6 Airolo Albergo Forni, tel 094 88 12 97
Capanna Cadlimo, tel 094 88 18 33
Capanna Cadagno, tel 094 89 13 23
- 7 Giornico, Ristorante Giornico, tel 092 74 22 15
Capanna Alpe Sponda, tel 092 74 23 52
Gribbio, Ristorante Ul Ciurlin, tel 077 86 78 89
- 8 Capanna Cristallina, tel 094 88 23 30
Passo Sassello, muretto al pto. 149 320/691 950
Capanna Garzonera, tel 094 89 11 77

Itinerari Sottoceneri

Punti

- | | | | |
|----------|--|----------|-----------|
| 1 | Tesserete - Bigorio - Condra - Gola di Lago
Picchetto - Campestro - Tesserete | 3 | E |
| | CN 1: 25000 fo 1333 | | |
| 2 | Sentiero delle meraviglie Novaggio -
Aranno - Novaggio | 3 | E |
| | CN 1: 25000 fo 1353 | | |
| 3 | Sonvico - Cimadera - Capanna Pairolo - Foirorina -
Denti della Vecchia - Passo e Alpe Piancabella -
Cimadera | 3 | E |
| | CN 1: 25000 fo 1333-1334 | | |
| 4 | Capolago - Bellavista (trenino) - Stazione
terminale (a piedi) - Alpe Nadig - Roncapiano -
Alpe Muggiasca - Bellavista | 3 | EE |
| | CN 1: 25000 fo 1353, 1373 | | |
| 5 | Capolago - Generoso (trenino) - Bellavista
(discesa) - Alpe di Melano - Rovio - Melano | 5 | E |
| | CN 1: 25000 fo 1353, 1373 | | |
| 6 | Riva S.Vitale - Monte S.Giorgio - Alpe Brusino -
Riva S.Vitale | 5 | E |
| | CN 1: 25000 fo 1373, 1353 | | |
| 7 | Rivera - Tamaro - Monte Lema - Miglieglia | 5 | E |

Indirizzi utili e punti di controllo

- 1 Tesserete, Ristorante Stazione, tel 091 91 15 02
Gola di Lago, Grotto Luera, tel 091 91 23 14
- 2 Novaggio, Ristorante della Posta, tel 091 71 13 49
Aranno, Ristorante del Tiglio, tel 091 77 11 71
- 3 Capanna Pairolo, tel 091 97 11 56
Alpe Piancabella, cascine al pto. 726 400/102 800
Sonvico, Ristorante Ticinese tel 091 91 26 43
- 4 Generoso, Bellavista Stazione, tel 091 68 76 60
Alpe Muggiasca al pto. 772 780/85 530
- 5 Generoso, Stazione terminale Ristorante Vetta,
tel 091 68 77 22
Alpe di Melano al pto. 721 200/86 700
Melano, Ristorante Sport, tel 091 48 26 49
- 6 Riva San Vitale, Osteria San Giorgio, tel 091 48 11 80
Monte San Giorgio, muretto al pto. 717 340/86 000
Alpe di Brusino, muretto al pto. 716 900/86 620
- 7 Tamaro, Capanna Tamaro, tel 091 77 11 80
Monte Lema, Seggiovia, tel 091 57 13 53
Miglieglia, Ristorante Negresco, tel 091 77 11 80

E Percorso escursionistico facile

Sempre su sentieri segnati o ben tracciati ma che richiede un certo allenamento per la lunghezza del percorso e per i dislivelli da superare.

EE Percorso per escursionisti esperti

Impegnativo, che richiede un buon allenamento, esperienza nel sapersi orientare su sentieri poco tracciati, sicurezza nel superare tratti esposti.



Itinerari trekking

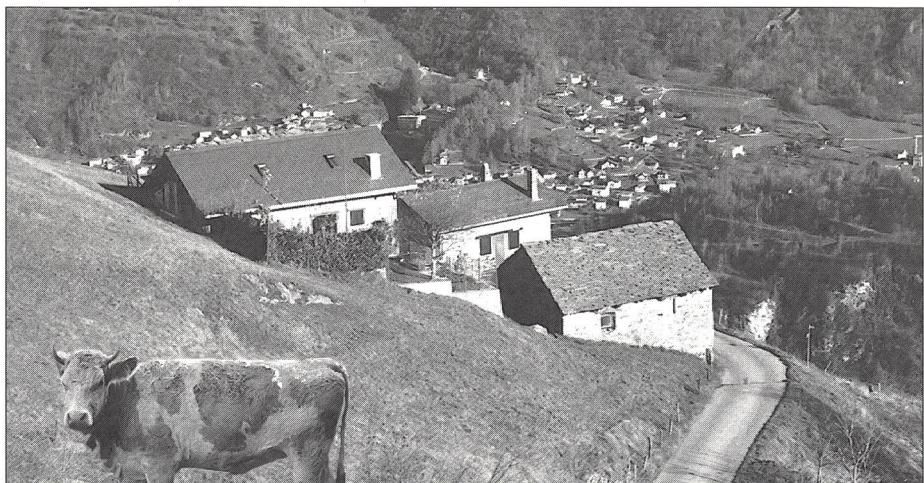
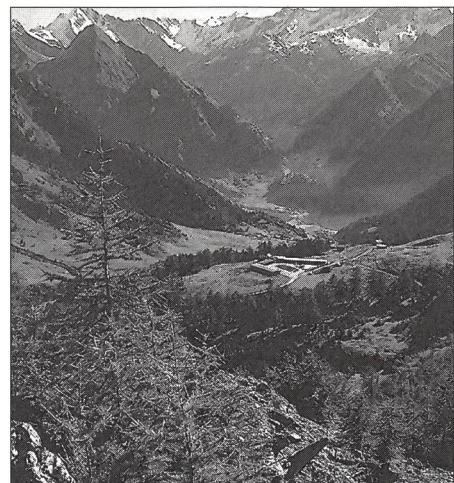
		Punti
Trekking del 700°		
1	Mesocco - Landarenca	5 E
2	Landarenca - Capanna Cava	5 EE
3	Capanna Cava - Biasca	3 E
4	Biasca - Capanna Efra	5 EE
5	Capanna Efra - Sonogno	3 E
6	Sonogno - Prato Sornico	5 E
7	Prato Sornico - Fontana	5 EE
8	Fontana - Pian di Crest	3 EE
9	Pian di Crest - Formazza	5 EE
<i>Abbuono per il trekking completo</i>		18
Prospecto illustrativo ETT/FAT		
Info Franco Dalessi, Via ai Monti 12, 6600 Locarno		
Trekking alta Val di Blenio		
1	Olivone - Capanna Dötra	3 E
2	Capanna Dötra - Capanna Bovarina	5 EE
3	Capanna Bovarina - Capanna Scaletta	5 EE
4	Capanna Scaletta - Olivone	5 EE
<i>Abbuono per il trekking completo</i>		8
Info Ente turistico di Blenio, 6716 Acquarossa		
Trekking attorno al Basodino		
1	S. Carlo (Bavona) - Capanna Maria Luisa	5 E
2	Capanna M. Luisa - Lago Nero (I) - Tamierpass - Capanna Pian di Crest	5 EE
3	Pian di Crest - Laghi Crosa - Foroglio	5 EE
Variante discesa S. Carlo		3
Info Franco Dalessi, Via ai Monti 12, 6600 Locarno		

E Percorso escursionistico facile

Sempre su sentieri segnati o ben tracciati ma che richiede un certo allenamento per la lunghezza del percorso e per i dislivelli da superare.

EE Percorso per escursionisti esperti

Impegnativo, che richiede un buon allenamento, esperienza nel sapersi orientare su sentieri poco tracciati, sicurezza nel superare tratti esposti.



Indirizzi utili e punti di controllo

Trekking del 700°

- 1 Mesocco, Ristorante Beer, tel 092 92 12 82
- Passo Trescolmen, muretto al pto. 734 150/140 220
- Selma Ristorante Auriglia, tel 092 84 12 06
- Stazione funivia Landarenca, tel. 092 84 12 69
- 2 Bocchetta Pianca Geneura, muretto 2366 al pto. 725 480/132 400 Alpe Örz, cascine patriziato al pto. 724 680/133 100
- Capanna Cava, tel 092 76 14 44
- 3 Forcarella di Lago, muretto al pto. 722 100/134 800
- Biasca, Albergo Giardinetto, tel 092 72 17 71
- 4 Passo del Gagnone, segnavia
- Capanna Efra, tel 093 67 28 87
- 5 Sonogno, Osteria la Pista, tel 093 90 11 48
- 6 Bocchetta di Redorta, muretto
- Prato Sornico, Ristorante Garni Lavizzara, tel 093 99 14 98
- 7 Bocchetta di Brunescio, muretto
- Alpe Fiorasca, cascina 2086 al pto. 689 600/137 140
- Fontana, Grotto Baloi, tel 093 96 13 97
- 8 San Carlo (Bavona) Caffè Basodino, tel 093 99 11 92
- Rifugio Pian di Crest, tel 093 99 14 14
- 9 Tamierpass, muretto 2772 al pto. 679 090/139 240
- Formazza Fraz. Canza Ristorante Edelweiss, tel 095 63 033

Trekking alta Val di Blenio

- 1 Capanna Dötra, tel 092 70 11 29
- 2 Capanna Bovarina, tel 092 70 16 97
- 3 Capanna Scaletta, tel 092 70 26 28
- 4 Olivone, Albergo Olivone e Posta, tel 092 70 13 66

Trekking attorno al Basodino

- 1 San Carlo, Ristorante Caffé Basodino, tel 093 99 13 97
- Bocchetta di Vallemaggia, muretto al pto. 678 600/143 650
- 2 Capanna Maria Luisa, tel 095 63 086
- Tamierpass, muretto al pto. 679 090/139 240
- 3 Rifugio Pian di Crest, tel 093 99 14 14
- Laghi Crosa, Capanna al pto. 680 900/136 300
- Foroglio, Ristorante La Froda, tel 093 96 11 81



Quando contano fiducia e sicurezza, il vostro partner è ...

ALDER & EISENHUTAG

Fabbrica di attrezzi da ginnastica e sport
8700 Küsnacht ZH 9642 Ebnet-Kappel SG
Tel. 01/910 56 53 Tel. 074/3 24 24
Fax 01/910 57 10 Fax 074/3 24 03



Ristorante di montagna con ambiente familiare situato a 2200 m di altezza, paradiso dello sci e delle escursioni sull'Alpe di Fiesch e sul ghiacciaio dell'Aletsch

Ideale per gruppi, scuole e associazioni

Per qualsiasi informazione:

Cornelia e Beat Schmid

3984 Fiesch / Kühboden
Telefono 028 71 13 77
Fax 028 71 36 22

Dove c'è un cielo
da colorare!

heimgartner
I bandera!

Heimgartner Bandiere SA Wil
Zürcherstrasse 37
9500 Wil/SG
Telefono 073 22 37 11
Telefax 073 22 56 48

Domandate il nostro catalogo!



*Donate il
vostro sangue
Salvate
delle vite!*

**Lo
sportivo
legge
Macolin**

*la rivista di educazione sportiva
della Scuola federale di Macolin*

**Sconto speciale per i viaggi in
gruppo di Gioventù+Sport**

In treno, bus o battello ...
65% di riduzione sui prezzi normali.

Chiedete il prospetto presso il vostro Ufficio G+S.

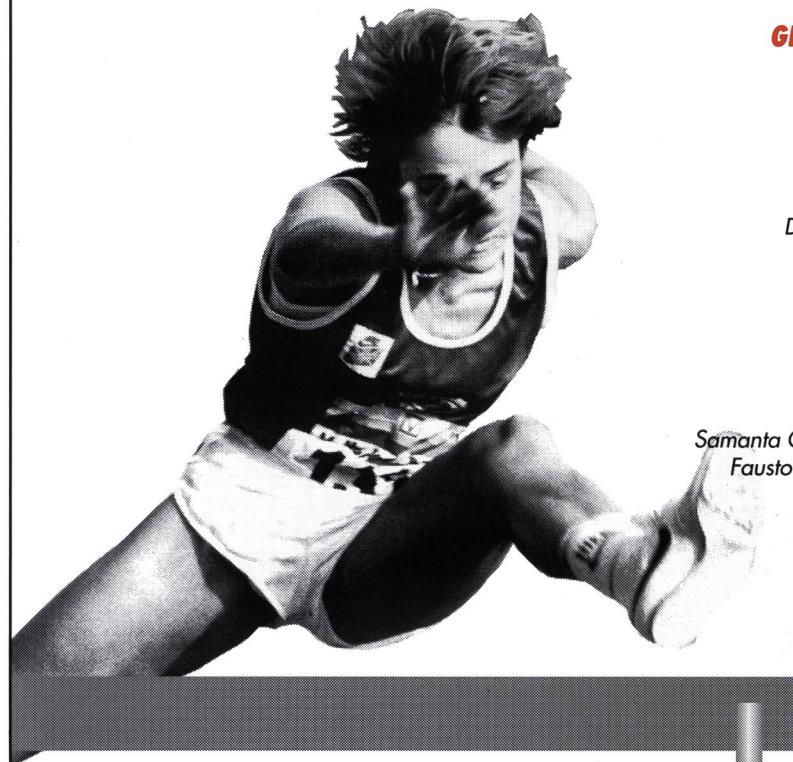
FFS

Forza Ticino

Un'estesa campagna a favore dello sport ticinese.



Fondazione Aiuto Sport Svizzero



Un'azione promozionale della Fondazione Aiuto Sport Svizzero a sostegno dello sport cantonale.
L'aiuto concreto dell'industria, del commercio e della finanza ticinesi a beneficio degli atleti del nostro cantone.

Un futuro un po' meno duro per lo sport ticinese.
La possibilità per i nostri sportivi di competere ad alto livello.

**LA FASS RINGRAZIA SENTITAMENTE I
PARTNER DELL'AZIONE FORZA TICINO.**

GINNASTICA RITMICA SPORTIVA

Laura Beffa

CANOTTAGGIO

Ivan Pin

ATLETICA

Massimo Balestra Isabella Moretti
Daniela Pagani Monica Pellegrinelli

GOLF SU PISTA

Jean-Louis Cazzato

TIRO PRATICO

Miro Mazzucchelli

NUOTO

Samanta Cavardini Eliana Fieschi Nathalie Inderbitzin
Fausto Mauri Marco Minonne Christian Narra
Katia Olivi Nanette Van der Voet

PALLAVOLO

Anne-Lyse Gobet

SCI NAUTICO

Cristina Muggiasca

SCI NORDICO

Natascha Leonardi

Centro Breggia Balerna



Centro Panoramica Cadro



POST COMPUTER NCR
093 32 25 65

BSI 1873
Banca della Svizzera Italiana

db
gaggini-bizzozero sa

laRegione

CORRIERE DEL TICINO

CecodelloSport

Giornale del Popolo