



## Sottosezione CAI "Cani Sciolti" Cavriago (RE)

Via Roma, 14 – 42025 Cavriago - Reggio Emilia

Sito Internet: [www.caicanisciolti.it](http://www.caicanisciolti.it)

5 MARZO 2017

**ALPI OROBIE**

MONTE AVARO MT 2088 E MONTE TROMEN MT 2251

Ciaspolata ad anello dai Piani dell'Avaro

Monte Triomen è una montagna delle Prealpi Bergamasche alta 2.251 m. È situato nelle Alpi Orobie, in alta Val Brembana. Dalla cima grandioso il panorama, a nord Val Gerola, Valtellina con il Bernina, Disgrazia, Badile, Cengalo a sud le cime della Val Brembana: Pegherolo, Diavolo di Tenda etc. .

**Accesso:** Da Cavriago si raggiunge Bergamo percorrendo la A1 fino a Fiorenzuola e poi la A4, per poi proseguire lungo la SS470, passando per San Pellegrino Terme, fino a **Piazza Brembana** da lì con la SP1 ad Averara poi SP8 a **Piani dell'Avaro** dove inizierà la nostra escursione. (Km.238 - 2 h 50 min. circa)



**Salita:** Ciaspole ai piedi, imbrocheremo il sentiero 109 fino a raggiungere una abbeveratoio. Pieghiamo a sinistra e con moderata salita raggiungeremo un casello di raccolta delle acque. Si prosegue in direzione della cima del Monte Avaro, segnavia 109A, fino a raggiungere un più ampio pianoro, segnaletica per il Rifugio Cà San Marco ed il Rifugio Benigni, segnavia 101 "Alta via delle Orobie". Che prenderemo dopo aver risalito la facile cima del Monte Avaro, facilmente individuabile per la presenza di un enorme omino di pietre. Modesta ma molto panoramica, la cima del Monte Avaro ci consentirà di contemplare i sottostanti Piani dell'Avaro, le Grigne, il Pizzo Tre Signori e le cime del Monte Cavallo e del Pegherolo. Ritornati sui nostri passi fino all'incrocio prenderemo il sentiero 101 direzione Rifugio Cà San Marco. Proseguendo a mezza costa (possibili scariche di neve) fino a raggiungere il sentiero 109 proveniente dai Piani dell'Avaro, che prenderemo al ritorno per tornare alle auto, proseguendo in direzione laghetti di Ponteranica raggiungeremo un punto panoramico, grosso omino di pietre. Da lì risalendo la facile e larga dorsale raggiungeremo l'anticima omino di pietre, ed infine in vetta al Monte Triomen. Una volta ammirato il panorama, ritorneremo sulle nostre tracce fino all'incrocio segnavia 109, lungo il quale scenderemo ai Piani dell'Avaro e quindi all'omonimo rifugio punto di partenza.

**Note:** Abbigliamento di stagione. Ciaspole e ramponi nello zaino

**Durata:** 4.00/4.30 percorso ad anello

**Dislivello:** 600m circa (salita) Punto d'appoggio il Rifugio Piani dell'Avaro (possibilità noleggio ciaspole)

**Difficoltà:** E/AI

**Accompagnatori:** Giuseppe Benecchi tel. 347.2522683  
Elio Eufemi tel. 348.8405332

**Trasferimento:** Con mezzi propri, partenza dal Centro Commerciale Pianella a Cavriago alle ore 6.00

**Prenotazione:** Entro e non oltre martedì 28 febbraio 2017