Sentieri degli Spalloni

IL PASSAPORTO dello SPALLONE

13 Percorsi tra l'Alta Valle Ossola e il Ticino, sulle tracce di un'antica storia di frontiera.

Un viaggio a piedi dedicato al
contrabbando di necessità e di fatica,
alla solidarietà tra le genti di montagna e alla memoria viva
di chi ha abitato e abita queste terre di confine.



"Chi cammina su questi sentieri
non calpesta solo terra e roccia:
attraversa la storia di uomini
e donne liberi, la fatica degli spalloni,
il coraggio partigiano,
la fiera dedizione dei pastori
che hanno creato e coltivano gli alpeggi
e presidiano le vette,
e la bellezza di una terra di frontiera
che unisce anziché dividere."

a cura dell'Associazione "Sentieri degli Spalloni APS ETS"





Benvenuto tra le Montagne senza Confini

Ti trovi nel cuore di un territorio alpino condiviso, dove proponiamo itinerari esperienziali per vivere la montagna in modo autentico e profondo. Questi percorsi d'alta quota uniscono l'Italia e la Svizzera, muovendosi lungo la suggestiva linea di confine che connette l'Alta Valle Ossola con il Ticino.

I sentieri collegano la Valle Isorno — la più nascosta e amena delle valli ossolane, incuneata tra la Valle Antigorio e la Valle Vigezzo — con la Valle Maggia (attraverso la Valle Rovana) e la Valle Onsernone (con la Valle Vergeletto). Lontano dalle rotte dell'overtourism, camminerai tra i punti nevralgici del Lago Gelato, del Pizzo Madone e dell'Alpe Cravariola: una terra antica, per secoli contesa, che conserva intatta la sua anima.

Proprio dove un tempo la politica tracciava confini, oggi queste montagne sono diventate un simbolo di profonda amicizia, unità e condivisione. Quando cammini quassù, ti accorgi che la bellezza che ti circonda non è un vuoto palcoscenico naturale. Dietro ogni sentiero transitabile e ogni pascolo verde c'è stato — e c'è tuttora — il lavoro invisibile, fiero e prezioso di pastori, casari e valligiani: i veri custodi e il presidio vivo della montagna.

Ti invitiamo ad attraversare questi luoghi con umiltà e profondo rispetto. Ascolta il suono dei campanacci, respira il profumo del vento e della storia.

Non essere un semplice spettatore: diventa anche tu un alleato di questa montagna vissuta in ogni sua dimensione.

Buon cammino, con il cuore leggero e il passo grato.



Luogo di Rilascio

Data inizio viaggio

N. matricola

Nome

Cognome

Nazionalità

Residenza

tel. mob.

e.mail

FACSIMILE



Validità:
Il passaporto è personale e non cedibile.

① ② ③ ④

Poche regole, ma buone, per camminare da veri Spalloni.

Prima di partire, metti nello zaino queste buone abitudini:

- L'alta quota non si improvvisa. Pianifica l'itinerario con attenzione, controlla sempre le condizioni meteo e verifica la tua reale preparazione fisica e l'attrezzatura.

- Ricorda che stai entrando a casa d'altri, fallo con rispetto. I prati verdi sono la fonte primaria di nutrimento per gli animali: rispetta i recinti, gli animali e il lavoro contadino. Non lasciare tracce di nessun genere del tuo passaggio.

- Se passi da un alpeggio dove si fa il formaggio, fermati. Fai due chiacchiere con i pastori, ascolta le loro storie e, se ti e possibile, sostieni concretamente la loro economia comprando del buon latte, burro o formaggio locale.

- I sentieri e le strutture di quota sono gestiti da volontari. Prenota quando richiesto, lascia tutto pulito e sostieni l'Associazione con un contributo spontaneo per mantenerli vivi.

Firma del Viandante:_____

SP1 - Sentiero Banda Libertà

Cimalmotto (CH) - Masera/Montecrestese (I)

Su questo sentiero, la parola "Libertà" profuma di riscatto e di scelta. Era la fatica della bricolla affrontata dai giovani per conquistare la propria autonomia economica, rifiutando con fierezza le imposizioni di uno Stato lontano. Ma su questi sentieri, la storia personale si è fusa con quella collettiva: fu proprio percorrendo queste vie che Franco Sgrena "ul Ranca" scelse, come altri giovani, di unirsi a una delle prime bande partigiane, trasformando il contrabbando di necessità in lotta civile per la libertà di tutti.
La scelta di questo tracciato e il suo titolo portano la firma e la memoria profonda di Franco, spallone e partigiano di Masera. Questo è il nostro primo sentiero, quello che più ci sta a cuore, inaugurato nel 2015 per dare inizio al viaggio della nostra Associazione. Camminare quassù significa onorare le radici della nostra memoria.



I pensieri nella Bricolla (Lo Spazio del Camminatore):
Questo sentiero custodisce dal 2015 i passi dei viandanti e, da molto prima, le scelte coraggiose di Franco "ul Ranca". Nel silenzio di questo cammino che apre lo sguardo sull'Isorno, quale scelta o pensiero di libertà ti porti nel cuore?

FACSIMILE

SP2 - Santer dul Tabac

Cimalmotto (CH) - Oira di Crevoladossola (I)

Scelto con orgoglio come simbolo della propria memoria storica dai rappresentanti del Comune di Crevoladossola, questo cammino è un tributo solenne a tutti gli Spalloni che hanno battuto queste vie. Il sentiero è dedicato, in modo particolare, alla memoria e al ricordo di Enrico Modoni di Oira.
Attraversare questi passi significa rievocare l'epopea del tabacco, che ha segnato l'ultima, intensa stagione di quel contrabbando di pura fatica e necessità. Il tracciato vuole onorare il coraggio silenzioso di uomini che sfidavano la notte, affrontando estenuanti marce al buio e sotto il peso della bricolla, nel costante timore della legge ma guidati dalla necessità di sostenere le proprie famiglie. Oggi, camminare qui alla luce del sole è un atto di profonda gratitudine verso la loro tenacia.

I pensieri nella Bricolla (Lo Spazio del Camminatore):
Laddove un tempo gli spalloni camminavano nel buio fitto della notte, guidati solo dal rumore dei propri passi e del vento, oggi tu respiri la bellezza amena dell'alta quota. Fermati un istante ad ascoltare il silenzio di queste vette: quale emozione o pensiero ti affiora alla mente pensando alla fatica di chi è passato prima di te?

FACSIMILE

SP3 - Sentiero Gigi Bacchetta

Cimalmotto (CH) - Crodo (I)

Scelto con profondo orgoglio dai rappresentanti del Comune di Crodo, questo sentiero custodisce il ricordo dei "pradè", gli storici falciatori di alta quota. Uomini tenaci che trascorrevano l'intera stagione estiva nei ripidi prati della vicina Campo Vallemaggia, in Svizzera, per la dura fatica della fienagione.
Al momento del rientro a casa, per non sprecare il viaggio e con lo spirito fiero di chi non si lascia spaventare dalla fatica — sintetizzato nel celebre motto locale "tant par goda ul viac" (tanto per godere il viaggio) — si caricavano sulle spalle fino a trenta chilogrammi di merci da scambiare a valle. Il cammino è dedicato alla memoria di Gigi Bacchetta, l'ultimo dei "pradè", simbolo di un'epoca in cui il confine non era una barriera, ma un luogo di scambi e di vita vissuta a 360 gradi.

I pensieri nella Bricolla (Lo Spazio del Camminatore):

I "pradè" affrontavano le fatiche del lavoro e della montagna con un sorriso e, molte volte come Gigi, cantando in allegria insieme a conoscenti e sconosciuti. Oggi che cammini tra questi pascoli ameni, qual è la tua ricompensa più bella dopo la fatica? Quale pensiero ti regala questo sentiero sospeso tra pascoli e cielo? Puoi immaginare di sentire cantare Gigi e i suoi amici mentre sfalciano gli immensi prati di Campo Vallemaggia ?

FACSIMILE

SP4 - Sentiero Genesio Forni

Bosco Gurin/Cimalmotto (CH) - Formazza/Premia (I)

Scelto con i Comuni di Premia e Formazza su suggerimento dello storico Ferruccio Del Zoppo, questo sentiero si sviluppa su un'antica via dei Walser per custodirne la memoria. Il cammino è dedicato a Genesio Forni, ex partigiano diciottenne di Premia che nel 1946 affrontò il "viaggio" — il contrabbando in queste valli — con un solo sogno: guadagnare i soldi per un paio di scarponi. Sorpreso da una valanga d'inverno al Passo Guriner Furka, Genesio perse la vita; oggi una targa lo ricorda vicino a un laghetto senza nome. Camminare qui significa onorare il suo sacrificio, il tenace popolo Walser e non dimenticare mai la fame di vita e la fatica delle nostre genti di confine.

I pensieri nella Bricolla (Lo Spazio del Camminatore):

Su questi passi Genesio ha perso la vita a soli diciotto anni, inseguendo il sogno semplice di un paio di scarponi per camminare verso il futuro. Oggi che attraversi il Passo Guriner Furka con attrezzature moderne e passi sicuri, ferma lo sguardo su quel laghetto senza nome. Dedica un pensiero di gratitudine a Genesio e all'antico popolo Walser, che con fatica e coraggio ha colonizzato queste terre alte. Custodisci la memoria del loro cammino e la fortuna di poter vivere, oggi, la montagna in tempo di pace.

FACSIMILE

SP5 - Sentiero del Negus

Cimalmotto (CH) - Arvogno (I)
(via Passo Porcaresc e Passo Madei)

Nella storia del contrabbando ossolano spicca una figura leggendaria e carismatica: il Negus. All'anagrafe Bartolomeo Pietro Margaroli, nativo di Mozzio in Valle Vigezzo (classe 1888). Negli anni Trenta e nella successiva epoca del riso, il Negus divenne un vero punto di riferimento, arrivando a coordinare diverse decine di spalloni per notte lungo le vie di frontiera.
Una vita intensa, quella di un uomo che, come si raccontava, "amava soprattutto tre cose: il vino, le donne e il contrabbando". Ma per lui la frontiera fu soprattutto una passione viscerale: le merci che fece transitare attraverso i valichi vigezzini non lo arricchirono mai; al contrario, il suo lavoro servì a sfamare i tantissimi spalloni che a lui si rivolgevano nei momenti di bisogno. Scelto e condiviso con orgoglio dai rappresentanti della Valle Vigezzo, questo sentiero celebra la generosità e lo spirito di un'intera comunità.

I pensieri nella Bricolla (Lo Spazio del Camminatore):

Il Negus non cercava la ricchezza per sé, ma usava la sua passione per dare dignità e sostentamento a chi viveva in queste valli. Pensa al valore della solidarietà di montagna: quale gesto di accoglienza o quale incontro speciale lungo la via ti ha fatto sentire parte di questa grande comunità delle terre alte?

FACSIMILE

SP6 - Sentiero della Speranza

Valle Onsernone (CH) - Arvogno (I)
(via Valle dei Bagni di Craveggia)

La storia del contrabbando nelle Alpi è legata a filo doppio alle vicende umane e intime delle popolazioni che le abitano. Gli Spalloni, trasportando con le loro bricolle ogni genere di merce, furono parte integrante di una povera economia di sussistenza, basata sull'agricoltura e l'allevamento di montagna, che doveva fare i conti con le prime forme di industrializzazione a valle.
Nei capitoli più cruciali e drammatici della grande storia, guerre comprese, il contrabbando seppe adeguarsi ai tempi: gli spalloni si trasformarono spesso in "passatori", mettendo a rischio la propria vita per guidare profughi ed esuli verso la salvezza oltre il confine. È una storia fatta di fatiche immense, coraggio, violenze subite, ma anche di straordinaria generosità e di una sconfinata, tenace Speranza in un futuro migliore. Voluto fortemente dagli Amici della Montagna di Vigezzo, questo percorso è stato battezzato così su prezioso suggerimento del compianto scrittore Benito Mazzi, come un profondo e imperituro omaggio ai viaggi della speranza di tutte le genti delle nostre terre alte.

I pensieri nella Bricolla (Lo Spazio del Camminatore):

Questo sentiero ha visto passare uomini carichi di fatica e persone in fuga, tutti uniti dallo stesso sguardo rivolto al domani e guidati dalla speranza. Oggi che cammini su questi sentieri in tempo di pace, libero da pesi e da paure, quale speranza o quale desiderio profondo ti accompagna lungo il passo? Affida la tua voce a queste pagine.

FACSIMILE

SP7 - Sentiero F.lli Bevilacqua

Arvogno (I) - Masera (I)

Questo cammino ripercorre il tragico tracciato su cui, all'inizio del 1894, persero la vita due giovanissimi fratelli di Masera: Severino, di vent'anni, e Giovanni, di soli quindici. Vennero ritrovati senza vita, sepolti dal gelo e dalla neve. Sulle loro spalle portavano ancora le bricolle, cariche di un'essenziale speranza di sopravvivenza: appena cinque chili di zucchero l'uno e quattro chilogrammi di caffè l'altro.

Ancora una volta, dei figli delle nostre valli avevano sacrificato la propria giovinezza nel disperato tentativo di sostenere la famiglia. Voluto con profonda commozione dai rappresentanti del Comune di Masera, questo sentiero nasce per raccontare e non dimenticare quegli anni di grande povertà. I nomi di Severino e Giovanni splendono quassù in quota in rappresentanza di tutti i ragazzi che su queste montagne hanno perso la vita, ricordando a ogni viandante il valore sacro della dignità e della memoria.

I pensieri nella Bricolla (Lo Spazio del Camminatore):

Giovanni e Severino camminavano su queste montagne con il peso della povertà sulle spalle, ma guidati dall'amore per la loro famiglia. Oggi che attraversi questi stessi sentieri panoramici liberi e silenziosi, fermati un istante. Quale pensiero o quale messaggio di gratitudine desideri dedicare a questi due fratelli e a tutti i giovani custodi che la montagna ha tenuto con sé ?

FACSIMILE

SP8 -
Sentiero Montagna e Solidarietà
Cimalmotto (CH)- Premia/Crodo (I)

Voluto intensamente dall'Associazione in stretta collaborazione con il Soccorso Alpino Valdossola e il Soccorso Alpino Ticinese (SATI), questo tracciato ripercorre in parte la via dello SP3 ma si sviluppa sul sentiero alto che passa dall'Alpe Magnello. La via dello SP3 nasce con l'intento profondo di far riflettere sul valore immenso della Solidarietà. La storia delle nostre terre alte è da sempre intrisa di vicinanze, collaborazione e aiuto reciproco, indispensabili per sopravvivere in quota.
Questo cammino prende spunto dai tragici fatti degli otto ragazzi di Forno (nel Vallone) e dallo sforzo straordinario di chi, avvicendandosi per mesi e mesi, si adoperò senza sosta nelle loro ricerche, concluse purtroppo con un esito drammatico. Il sentiero vuole portare il viandante a interrogarsi sul valore etico e morale che spinge, ieri come oggi, al reciproco soccorso in montagna. Sottolinea l'opera insostituibile di volontariato che gli uomini e le donne del Soccorso Alpino svolgono ogni giorno a rischio della propria vita, invitando ognuno di noi a onorare e rispettare questo impegno attraverso una condotta prudente, umile e consapevole lungo i sentieri.

I pensieri nella Bricolla (Lo Spazio del Camminatore):
La solidarietà in quota non conosce confini politici, ma unisce le genti d'Italia e di Svizzera in un unico abbraccio di protezione. Quale riflessione ti suscita l'impegno silenzioso dei volontari del Soccorso Alpino? Scrivi un pensiero sull'importanza di vivere la montagna con responsabilità e rispetto per chi è sempre pronto a tenderti la mano.

FACSIMILE

SP9 - Sentiero 8 Ragazzi di Forno
Crodo - Premia - Crodo (I)

Nel piccolo e silenzioso cimitero di Crego di Premia riposano otto ragazzi. Erano partiti il 10 gennaio del 1933 da alcune frazioni di Crodo e da Crego, andando incontro a un destino fatale che ha segnato per sempre la storia di queste valli. La loro vicenda è stata descritta con profonda emozione e precisione da Ferruccio Del Zoppo nel suo libro "1933-2013 Otto, ottant'anni dopo... (ancora fra noi)".
Realizzato in collaborazione con il Comune di Premia, questo sentiero vuole mantenere vivo il ricordo di quei giovani. Nei piccoli paesi di montagna, otto ragazzi non sono solo un numero: rappresentano quasi un'intera generazione che scompare. Sono storie spezzate, ma anche mani e braccia forti che sono venute a mancare al lavoro quotidiano della terra e degli alpeggi, lasciando un vuoto incolmabile e un immenso dolore sociale. Camminare qui significa inchinarsi davanti al ricordo di una comunità ferita che ha saputo resistere, per continuare a far vivere la voce di chi non è più tornato.

I pensieri nella Bricolla (Lo Spazio del Camminatore):
Quegli otto ragazzi erano la linfa e il futuro di queste montagne. Oggi che attraversi questi luoghi, fermati a guardare la pietra delle case e i prati: quale pensiero ti suscita il sacrificio e il valore di quella generazione perduta? Affida una tua riflessione a questa pagina per far sì che il loro ricordo rimanga ancora fra noi.

FACSIMILE

SP10 -
Sentiero Partigiano della Memoria
Cimalmotto (CH) - Cravariola (I) - Cimalmotto (CH)

Realizzato in collaborazione con ANPI VCO e l'Associazione Casa della Resistenza, con il supporto anche della Comunità di Lavoro Regio Insubrica, questo itinerario attraversa i pascoli della Cravariola. È stato inaugurato nell'80° anniversario del rastrellamento del luglio del 1944 per ricordare come, su queste montagne, si siano incrociati destini travolti dal conflitto. Da un lato vi fu il coraggio dei giovani partigiani, impegnati a guidare i perseguitati politici oltre confine; dall'altro il dramma silenzioso di pastori e casari, civili che pagarono la loro semplice presenza negli alpeggi con il saccheggio dei beni, la deportazione e la morte. Questa delicata vicenda umana è stata esplorata dal ricercatore Andrea Pozzetta nel libro "Passaggi di Speranza".
Info utili lungo il percorso: per approfondire la storia durante il cammino, sono presenti dei totem con QR-code che rimandano ai preziosi contributi artistici del CTF Ossola.

I pensieri nella Bricolla (Lo Spazio del Camminatore):
Tra le pietre e i pascoli della Cravariola si sono intrecciati il coraggio dei giovani partigiani, la disperazione di chi fuggiva per salvarsi e la vita laboriosa e secolare dei pastori. Mentre cammini lungo questa frontiera di pace, quale riflessione ti suscita questo immenso e silenzioso sforzo collettivo per proteggere la vita umana ?

FACSIMILE

SP10a - Sentiero Luigi Fradelizio

Premia (I) - Corte Rossa (I) - andata e ritorno

Il sentiero Luigi Fradelizio è stato realizzato in stretta collaborazione con l'ANPI VCO e l'Associazione Casa della Resistenza. L'itinerario è dedicato alla memoria di Luigi Fradelizio, un giovane partigiano senz'armi trucidato a Premia nel 1944, mentre era addetto al coraggioso compito di rifornire di viveri i compagni presenti in Cravariola. Il suo corpo venne lasciato senza sepoltura per giorni, finché un gruppo di giovani e una coraggiosa donna di Premia affrontarono i militi di guardia per far sì che venisse finalmente data dignità a quel povero corpo martoriato. Camminare qui significa non dimenticare il suo sacrificio e prendere fermamente le distanze dalla crudeltà e dalla disumanità della guerra.
Per via del suo profondo valore educativo, questo itinerario si presta perfettamente per le scolaresche come percorso sul campo di approfondimento storico.
Per immergersi ancora di più nelle atmosfere della storia, si suggerisce di contattare il CTF Ossola per informazioni sulle repliche del monologo teatrale "Il Silenzio tra le braccia di un castagno", un'opera dedicata proprio alla vicenda di Luigi.

I pensieri nella Bricolla (Lo Spazio del Camminatore):

Luigi Fradelizio camminava per nutrire e sostenere i compagni; la gente di Premia ha rischiato la vita per non lasciarlo senza sepoltura. Quale riflessione ti ispira il profondo senso di umanità e di cura verso il prossimo che le genti di montagna hanno saputo difendere nel momento più buio?

FACSIMILE

SP11 - Sentiero dei Cippi

Cimalmotto (CH) - Cravariola (I) - Cimalmotto (I)

Questo cammino rappresenta il coronamento di un lungo percorso di memoria dedicato al 150° anniversario della posa dei cippi di confine tra Italia e Svizzera in Cravariola, avvenuta nel 1875 in seguito allo storico arbitrato internazionale dell'ambasciatore americano George Perkins Marsh. Gli eventi celebrativi, fortemente supportati anche dalla Comunità di Lavoro Regio Insubrica e dal Consiglio Regionale del Piemonte, hanno riportato l'attenzione su una delle frontiere più affascinanti delle Alpi.
Camminare lungo questa linea di pietra significa toccare con mano la travagliata e coinvolgente storia della Cravariola. Per comprendere appieno l'anima di questo luogo, l'Associazione suggerisce tre preziosi strumenti di approfondimento: la lettura del testo "L'Alpe della dote (Cravariola)" di Enrico Rizzi (all'interno del volume I de Rodis e Premia), la visita della mostra omonima allestita in varie occasioni e la visione del documentario "Cravariola, l'Alpe della dote", realizzato da Pixelpro Produzioni per l'Associazione.
Una memoria visiva e scritta per non dimenticare la storia di questo straordinario angolo di mondo.

I pensieri nella Bricolla (Lo Spazio del Camminatore):
I cippi posati nel 1875 segnavano un confine rigido e conteso; oggi quegli stessi blocchi di pietra sono testimoni di un'amicizia profonda e senza barriere tra i popoli della montagna. Mentre cammini lungo questi sentieri, guardando la linea immaginaria che unisce l'Italia e la Svizzera, quale riflessione ti suscita questo cammino?

FACSIMILE

SP12 - Sentiero dei Ribelli

Cimalmotto (CH) - Alpe Cavegna (I) - Larecchio (I) - Masera (I)

Scelto dall'Associazione e promosso in collaborazione con il Museo dello Spallone di Masera, questo sentiero nasce per celebrare un traguardo storico: i 10 anni di cammini dell'Associazione. Il percorso è un tributo solenne a tutti gli Spalloni e, in modo speciale, alla memoria profonda di Franco Sgrena, Antonio "Lele" Filippini e Francesco Cortella. Nel 2002, questi uomini chiesero con forza al Comune di Masera di sdoganare culturalmente il contrabbando di necessità e fatica.

Se oggi possiamo parlare apertamente e con orgoglio di questa identità, lo dobbiamo anche alla loro determinazione nel liberare il passato dall'ombra del pregiudizio, restituendo finalmente dignità e verità storica alle nostre genti. Abbiamo voluto dedicare questo tracciato — che tocca volutamente il cuore degli alpeggi di Vigezzo e la sinistra idrografica del torrente Isorno — a tutti coloro che, oltre ogni limite, si sentono profondamente Liberi sulle nostre montagne. Camminare qui significa raccogliere il loro testimone e continuare a far vivere, alla luce del sole, l'anima autentica delle terre alte.

I pensieri nella Bricolla (Lo Spazio del Camminatore):

Franco, Lele e Francesco si sono impegnati per restituire dignità e verità alla storia di queste valli, permettendoti oggi di camminare qui a testa alta. In questo territorio sospeso tra l'Isorno e gli alpeggi vigezzini, cosa provi sapendo che ogni tuo passo è un atto di memoria viva? Affida a questa pagina la tua riflessione sulla libertà e sulla bellezza amena che hai attraversato.

FACSIMILE

SP13 - Sentiero L'Eco dei Silenzi

Montecrestese (I) - Montecrestese (I)

Voluto intensamente dall'Associazione in occasione del 2026, Anno Internazionale dei Pascoli e dei Pastori proclamato dalle Nazioni Unite, questo itinerario si sviluppa lungo alpeggi un tempo densamente caricati di vita, storie e bestiame, e attualmente avvolti da un profondo silenzio. Ma è un silenzio che custodisce una memoria vibrante: grazie a un prezioso lavoro di interviste sul campo — che vi invitiamo a scaricare preventivamente dal nostro sito internet — potrete riascoltare in quota l'eco di quelle esistenze passate.
Questo cammino intende rompere l'oblio che sta cadendo sulle nostre terre alte e onorare i pastori e i casari di ieri e di oggi, veri e insostituibili custodi della terra. Chiediamo a chi frequenta questa via di andare oltre gli stereotipi moderni della montagna facile o da cartolina: vi invitiamo a mettervi in ascolto e ad apprezzare il valore immenso del lavoro contadino.

I pensieri nella Bricolla (Lo Spazio del Camminatore):
Hai camminato rompendo il silenzio di questi alpeggi e ascoltando le voci vere di chi ha speso la vita quassù. Oggi che le Nazioni Unite celebrano i pascoli e i pastori di tutto il mondo, cosa ti porti a valle di questo incontro con la realtà del lavoro contadino? Condividi una riflessione che vada oltre le apparenze e tocchi l'anima profonda della montagna vissuta.

FACSIMILE

timbri

SP 1

SP 2

FACSIMILE

SP 3

SP 4

SP 5

SP 6

timbri

SP 7

SP 8

SP 9

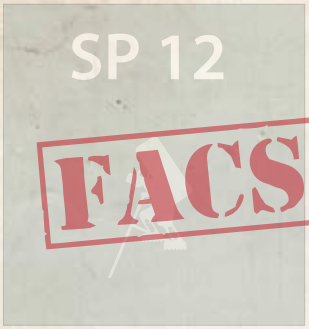
SP 10

FACSIMILE

SP 10a

SP 11

timbri





FACSIMILE

Ottenimento timbri:

Il timbro si ottiene consumando, pernottando o visitando i punti di controllo accreditati indicati sulla pagina dedicata su **www.sentieridegliSpalloni.com**



I Sentieri del Cuore

Questa rete è composta da sentieri che si intrecciano, si sovrappongono e si connettono tra l'Alta Valle Ossola e il Ticino.

Non c'è un unico modo di percorrerli: ogni camminatore può comporre il proprio itinerario personalizzato in base al tempo, alle proprie gambe e alle storie che desidera incontrare.
Per aiutarti a scegliere, abbiamo selezionato alcuni percorsi che consideriamo il vero cuore pulsante di queste montagne:



1.

L'Anello dell'Est
Il Grande Anello Transfrontaliero

Tappe:
Masera/Montecrestese (I) ~ Cimalmotto (CH) ~ Arvogno (I) ~ Masera/Montecrestese (I).

Tracciati inclusi:
SP1 (Sentiero Banda Libertà)
SP5 (Il Sentiero del Negus)
SP7 (Sentiero F.lli Bevilacqua).

FACSIMILE

2.

L'Anello dell'Ovest
La Via dei Walser e del Tabacco

Tappe:
Crevoladossola/Montecrestese (I) ~Cimalmotto (CH)~ Bosco Gurin (CH) ~ Formazza/Premia (I) ~ Crevoladossola/Montecrestese (I).

Tracciati inclusi:
SP2 (Ul Santer dul Tabac)
SP3 (Sentiero Genesio Forni)
da Premia rientro in bus a Crevoladossola/Montecrestese

FACSIMILE

3.
L'Anello d'Antigorio
Montagna e Solidarietà

Tappe:
Crodo/Premia (I) ~ Cimalmotto (CH) ~ Crodo (I).

Tracciati inclusi:
SP9 (Otto Ragazzi)
SP8 (Montagna e Solidarietà)
con rientro su SP3 (Gigi Bacchetta).

4.
Le Trame della Memoria
L'Anello dei Cippi e della Memoria

Tappe:
Cimalmotto (CH) ~ Confine di Stato (I~CH) ~ Cravariola (I)~Cimalmotto (CH)

Tracciati inclusi:
SP10 (Sentiero Partigiano della Memoria)
SP11 (Sentiero dei Cippi)
È possibile seguire la variante verso Premia lungo il tracciato SP10a (Sentiero Luigi Fradelizio).

INFO UTILI : Punti sosta in quota

Per pianificare al meglio le tue escursioni e i tuoi pernottamenti lungo la rete dei sentieri, ecco l'elenco dei punti sosta in quota, rifugi e bivacchi disponibili nelle varie località:

Cimalmotto (CH)

- Agriturismo Munt la Reita
  (Possibilità di pernottamento e piccoli acquisti di prodotti alimentari locali.)
- Rifugio La Reggia

Bosco Gurin (CH)

- Ostello Giovanibosco
- Rifugio Capanna Grossalp

Vergeletto-Onsernone (CH)

- Capanna Arena
  (raggiungibile con un deviazione dal SP5 - per info e prenotazioni hut-reservation.org)

Montecrestese (I)

- Alpe Coipo: Bivacco/Rifugio
  (Apertura prevista nel 2027 - per informazioni Comune di Montecrestese +39 324 35106).
- Alpe Lago: Bivacco Sironi
  (per info Pro Loco Montecrestese - promontecrestese.it)
- Alpe Lago: Rifugio Ilario Punchia
  (per info e prenotazioni Pro Loco Montecrestese - promontecrestese.it).

Cravariola (I)

- Alpe Corte Rossa: Bivacco Corte Rossa
  (per info e prenotazioni www.sentierideglispalloni.com)
- Alpe Bosa: Bivacco Stefano Punchia
  (per info www.sentierideglispalloni.com)
- Alpe Corte Nuova: Rifugio
  (Apertura prevista nel 2027)

FACSIMILE

Premia (I)
- Crego : Rifugio Monte Zeus

Toceno (I)
- Alpe Cavegna: Bivacco Cavegna
  (per informazioni Comune di Toceno +39 324 98035)
- Rifugio Bonasson
  (per informazioni, aperture e prenotazioni www.caivigezzo.org)

Arvogno (I)

- Rifugio Del Moro

- Bar Ristorante Rifugio Arvogno "da Pio"

Valle dei Bagni di Craveggia (I)

- Rifugio Fondo Monfracchio
  (per informazioni e prenotazioni www.caivigezzo.org)

Alpe Soglio di Druogno - Alpe Piana (I)
- Bivacco Alpe Soglio
  (per informazioni Comune di Druogno + 39 324 93071)

Alpe Galeria (I)
- Bivacco Alpe Galeria
  (per informazioni Comune di Druogno + 39 324 93071)

Masera (I)
- Alpe Cazzola (Bivacco di prossima apertura).
  (per informazioni Comune di Masera +39 324 35252)

FACSIMILE



I Pensieri nella Bricolla

La montagna regala passaggi stretti ma apre pensieri immensi. Cosa ti hanno lasciato questi sentieri in alta quota? Quale incontro, quale profumo di alpeggio o quale emozione ti porti nello zaino dopo aver camminato su questi sentieri di confine?
Non tenere queste riflessioni solo per te.
Condividi la tua esperienza per aiutare a mantenere viva la voce delle nostre terre alte.

Come partecipare:

1.
Fotografa la pagina del passaporto dove hai scritto il tuo pensiero (oppure trascrivilo in un testo).

2.
Scegli uno scatto: allega anche una fotografia che ti ritrae nel luogo esatto del sentiero che ha fatto nascere la tua riflessione.

3.
Invia tutto via email a: sentierideglispalloni@gmail.com indicando il tuo nome e il numero di matricola, condividi la tua foto e taggaci sui social!

Il tuo premio: la memoria condivisa

I pensieri più profondi e le immagini più significative verranno premiati con la pubblicazione, in uno spazio speciale sul nostro Sito Ufficiale. La tua voce e il tuo volto si uniranno a quelli degli spalloni e dei pastori i veri "custodi" di questi luoghi.

FACSIMILE



Con il Sostegno di:

CONSIGLIO REGIONALE DEL PIEMONTE

SCANSIONAMI

Con il Patrocinio

PROVINCIA VERBANO CUSIO OSSOLA

DISTRETTO TURISTICO DEI LAGHI

Lago Maggiore
Lago d'Orta
Lago di Mergozzo
Monti e Valli d'Ossola

ANNO INTERNAZIONALE DEI PASCOLI E DEI PASTORI 2026

Comune di Crodo

Comune di Montecrestese

Comune di Crevoladossola

Comune di Masera

Comune di Premia

Comune di Santa Maria Maggiore

Comune di Toceno

Comune di Campo Vallemaggia (CH)

10 anni di Sentieri: Grazie a tutti voi...

Comunità di Lavoro Regio Insubrica

ctf ossola

Associazione val Rovana è...

Comune di Druogno

Comune di Craveggia

Comune di Malesco

Comune di Re

Comune di Villette

Comune di Trasquera

Comune di Baceno

Comune di Premia

Comune di Formazza

Comune di Onsernone (CH)

Comune di Bosco Gurin (CH)

Unione Montana Alta Ossola

Unione Montana Valle Vigezzo

Unione Montana Valli dell'Ossola

COMUNE DI VARESE

Via Alta Vallemaggia

Ticino Sentieri

CAI Sez. Vigezzo

CAI Sez. Domodossola

Struttura Operativa Sentieri e Cartografia

Soccorso Alpino Ticino

Club Alpino Svizzero CAS Sez. Locarno

Soccorso Alpino Valdossola sez. Domodossola, Baceno e Vigezzo

Volontari AIB Montecrestese

La Via Francisca del Lucomagno

Associazione Amici della Montagna Vigezzo

Amici di Cimalmotto

Amici di Bee

Amici di Comologno

Amici del Monte Orsa

Info Point Onsernone

Karakorum Teatro

Insubrica Historica (TI)

Centro Studi Piero Ginocchi Crodo

Centro di Documentazione Casa della Resistenza

Comitato Provinciale Verbano Cusio Ossola

FONDAZIONE ALPE MAGNELLO

Gruppo Alpini Toceno

Gruppo Alpini Masera

Gruppo Alpini Crevoladossola

Gruppo Alpini Premia

Gruppo Alpini Montecrestese

Pro Loco Montecrestese

Pro Loco Crodo

Pro Loco Baceno

Pro Loco Premia

Pro Loco Masera

Consorzio Alpe Pescia

Consorzio Alpe Aleccio

CONSORZIO ALPE AGUA

Corpo Musicale San Rocco

Musica di Oira

Il Rosa

Periodico di cultura alpina fondato a Macugnaga nel 1962

Aree protette dell'Ossola

Centro Servizi per il Territorio

Linea Studio

Comunicazione - Stampa - Grafica

animos

Associazione Sentieri degli Spalloni APS ETS
Via Carale Piazza Marconi, 1
28855 Masera (VB)

sentierideglispalloni@gmail.com
info@sentierideglispalloni.com
www.sentierideglispalloni.com

