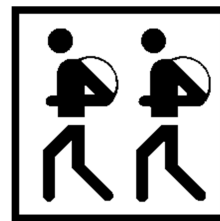




# CAI CINISELLO BALSAMO



## 27 settembre 2025 VALLE ADAME' (BS) PARCO REGIONALE DELL'ADAMELLO

**RITROVO:** ore 6.20 presso Palazzetto dello Sport di Cinisello Balsamo

**PARTENZA:** ore 6.30

**LOCALITA' DI PARTENZA A PIEDI:** Malga Lincino (1588 m s.l.m.),

**ACCESSO:** A4 Milano Venezia uscita Bergamo, seguire per Lovere e Passo del Tonale fino a Cedegolo, quindi per Val Savio. Raggiunto l'abitato di Valle e si prosegue lungo la tortuosa e ripida strada asfaltata che, superato il Rifugio Stella Alpina ed una cappella votiva, porta alla Malga Lincino dove parcheggiamo le automobili.

**CARTE E GUIDE:** Meridiani Montagna – Adamello-Presanella - scala 1:50.000

**DISLIVELLO:** +/- 430 m al Rifugio Città di Lissone - +/- 512 m alla Baita Adamè - +/- 1212 m al Bivacco Baroni

**TEMPI DI SALITA:** ore 3:00 A/R circa 6 km al Rifugio Città di Lissone (circa ore 5 A/R e 12 km se si raggiunge la Baita Adamè - circa 8 ore A/R se si raggiunge il bivacco Baroni)

**DIFFICOLTA':** E (EE per il bivacco Baroni)

**ATTREZZATURA:** da escursionismo

**PRANZO:** al sacco (la Baita Adamè è chiusa, eventualmente si può pranzare al Rifugio Città di Lissone)

**ACQUA SUL PERCORSO:** Sì, Rifugio Città di Lissone

**QUOTA D'ISCRIZIONE:** € 4 Soci CAI

€ 17.00 non soci CAI (La quota comprende iscrizione, soccorso alpino, polizza infortuni, responsabilità civile. Per la copertura assicurativa, i non soci, oltre al nominativo devono comunicare la data di nascita)

**PER INFORMAZIONI:** Irene Gerelli - 3312263629

### DESCRIZIONE

*La Val Adamé è forse la più bella e la più caratteristica delle valli che circondano a raggiera il Monte Adamello. Maestosa valle glaciale, si estende dalla sommità dell'imponente salto roccioso noto come le 'scale' dell'Adamé fino all'omonima Vedretta, la lingua più meridionale del Pian di Neve. Percorsa interamente dal Torrente Poia, serpeggiante tra le piane alluvionali che si susseguono e che precipita in cristalline cascate lungo i gradini glaciali che le separano, questa valle alpina racchiude in sé tutto il fascino e la magia delle grandi opere della natura: dall'imponente seraccata che troviamo alla testata della valle, alle cime rocciose che formano la catena delle Levade e la catena del Salarno; il susseguirsi delle glaciazioni ha lasciato segni evidenti, dalla caratteristica modellazione a 'u' della valle, alle rocce montonate e ai massi erratici sparsi per la valle.*

Dal parcheggio in prossimità della Malga Lincino (1588 m s.l.m.), si segue il sentiero n. 615, che parte nel bosco, ma subito continua tra alcuni sassi tagliati a formare dei gradini, che danno il nome al sentiero di "Scale dell'Adamè". La salita si presenta decisa, ma con frequenti belle viste sul torrente Poia. Si continua a salire con pendenza sostenuta in una lunga serie di zig-zag, alternando terra e tratti di sassi. A circa 1800 mslm diminuisce la pendenza per un tratto, regalando un po' di respiro e una bellissima vista sulla Val Savio, poi riprende a salire con buona pendenza e una ulteriore lunga serie di zig-zag fa rapidamente prendere quota. A circa 1950 mslm il sentiero esce dal bosco e continua a salire tra erba e sassi e, a quota 2005 mslm, fa un ultimo tornante verso destra percorrendo un tratto pianeggiante. Si prosegue quindi sotto il tratto finale della teleferica del Rifugio Lissone e, subito dopo una curva a sinistra, è possibile avvistare il Rifugio Lissone sull'altro lato della diga. La diga non si può attraversare quindi per andare al rifugio occorre costeggiare il lago e attraversare il ponte sul torrente Poia.

Per raggiungere il Rifugio Baita Adamè (2150 mslm), si prosegue sul sentiero quasi in piano che si addentra nella Valle Adamè costeggiando il torrente Poia per circa un'ora (3 km).

Per chi ha ancora voglia di camminare è possibile raggiungere in circa h. 2,00 il Bivacco Ceco Baroni (mt. 2800). Da qui la vista spazia su tutta la Valle Adamè.

La discesa ripercorre il sentiero di salita.

