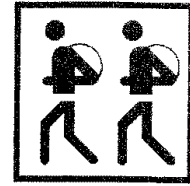




# CAI CINISELLO BALSAMO



≡ MARZO 2008  
**RIFUGIO MENAGGIO**

**RITROVO:** ore 6.30 presso il Palazzetto dello Sport di Cinisello Balsamo

**LOCALITA' DI PARTENZA:** Breglia

**ACCESSO:** Superstrada Mi-Co. Da Como si prende la Strada Regina che costeggia il lago, fino a Menaggio, quindi in direzione di Porlezza seguendo l'indicazioni per Plesio e Breglia

**CARTE E GUIDE:** carta Kompass 1:50.000 (91) Lago di Como - Lago di Lugano

**DISLIVELLO:** +- 650

**TEMPI SALITA:** ore 1,30

**DIFFICOLTA':** E

**ATTREZZATURA:** da escursionismo

**COLAZIONE:** al sacco e/o in Rifugio

**QUOTA D'ISCRIZIONE:** € 3,00

**DIRETTORE DI ESCURSIONE:** AE Luciano Oggioni

Da Breglia (m 749) una strada forestale asfaltata, porta ai sovrastanti Monti di Breglia (m 996). Superati questi, si continua per la strada carrareccia e poco oltre l'ingresso nella Valle di Greno, si trova sulla sinistra un sentiero per il Rifugio (cartello).

Si sale in direzione di una baita (fontana), si superano altre baite tra ginestre, piegando a sinistra nel bosco di betulle, ci si porta alla cinta di un'area di rimboschimento. Si piega a destra costeggiando le recinzioni, poi passati a monte della zona forestale, si inizia un lungo traverso in costa che porta in Val Pessina. Si supera il rio e si risale l'opposto costone erboso (incrociando il sentiero n. 57 che sale da Plesio) fino al ben visibile rifugio Menaggio (m 1400).

Dal rifugio Menaggio si stacca verso monte il sentiero che risale la costa erbosa e, dopo aver lasciato a destra, l'itinerario che porta alla Sella di Sant'Amate, ci si porta alla depressione della cresta nord-est del Monte Grona "la Forcoletta" (m 1627). Da qui, prima sul filo di cresta, poi attraversando in costa il dirupato fianco occidentale del monte, una tortuosa traccia porta alla base della vetta, che si vince superando facili roccette (m 1736 ore 1).

#### **ALTERNATIVA:**

Alle spalle del rifugio Menaggio si prende il sentiero che sale verso nord rimontando la costa erbosa, al primo bivio si prende a destra e si descrive un'ampio giro a mezzacosta lungo la testata della Val Pessina. Si raggiunge la quota 1643 e si discende alla cappella di Sant'Amate (m 1621 ore 0,30) posta sull'omonima sella erbosa del Costone del Bregagno.

*Sant'Amate, così come scritto sulla tavoletta militare, chiamato localmente Sant'Amàa, non è altro che San Mama, ricordato in Val Solda come San Mamete, originario di Cesarea in Macedonia.*