



CLUB ALPINO ITALIANO  
SEZIONE DI PARMA  
GRUPPO ESCURSIONI ALTAVALTARO



IL GRUPPO CAI "ALTAVALTARO" ORGANIZZA L'ESCURSIONE

## Anello del torrente Cogna – 19 novembre 2023

DIRETTORI ESCURSIONE: Adriano Colombini (Cell. 335-477491) Giovanni Poggi



INFORMAZIONI ORGANIZZATIVE	
Data e Luogo Ritrovo	Parcheggio Ostia Parmense (incrocio SP e via stazione)
Orario ritrovo	08:20 del 19/11/2023
Orario Partenza dal luogo ritrovo	Partenza dal parcheggio a piedi alle 08:30
Tempo di percorrenza	6 ore (soste escluse)
Apertura iscrizioni	01/11/2023
Chiusura iscrizioni	17/11/2023
PRANZO	AL SACCO
Lunghezza: 13/14 Km a seconda della possibilità di guardare il Cogna. Dislivello positivo/negativo: 670 Mt circa	
Soci CAI	€ 0
Non Soci CAI	€ 7,50
Rifornimento acqua: in loco e da casa	
INFORMAZIONI TECNICHE	
Difficoltà (scala CAI)	E
EQUIPAGGIAMENTO	
<ul style="list-style-type: none"><li>- Scarponi da montagna impermeabili con suola Vibram. (vietate scarpette da ginnastica)</li><li>- Giacca a vento e cuffia</li><li>- Borraccia con almeno 1,5 lt. di acqua.</li><li>- Bastoncini e (CIASPOLE in caso di neve)</li><li>- Quant'altro necessario a garantire la propria sicurezza</li></ul>	

Dalla frazione di Ostia, saliamo (sentiero CAI 830) in direzione di Fusinelli e seguendo il vecchio sentiero arriviamo al borgo medioevale di Belforte punto strategico della valle dove sorgeva un piccolo castello. Scendiamo e dopo aver imboccato il sentiero 833 ci dirigiamo verso il Groppo delle Tassare un ammasso di ofiolitico da cui si ha una magnifica veduta del monte Molinatico e della valle del Taro. Proseguiamo verso il torrente Cogna che raggiungeremo al km 6, dove, immerse in una selva e incontaminata natura, raggiungeremo 4 punti da cui vedere le turbinose acque che formano le cascate e le "marmite". Dopo un breve ristoro al sacco, per il ritorno vi saranno 2 soluzioni: 1) se sarà possibile guardare il torrente si proseguirà sulla sponda sx attraversando un antico castagneto e giunti alla frazione di Costaerbosa si scenderà al luogo di partenza Km 14; 2) se non sarà possibile, per ragioni di sicurezza, ci si dirigerà verso la località la Pietra e ai piedi di Belforte torneremo sul sentiero di andata per poi rientrare al luogo di inizio giro Km 13.

### Avvertenze specifiche e note importanti

L'escursione prevede dislivelli e percorrenze discretamente impegnative, si consiglia comunque una sufficiente preparazione fisica.

### Modalità d'iscrizione

Inviando una mail a [GRUPPOCAIVALTARO@GMAIL.COM](mailto:GRUPPOCAIVALTARO@GMAIL.COM) (per i non soci completa di: Cognome, Nome, data di nascita, indirizzo residenza, cellulare).

Oppure via WHATSAPP del gruppo CAI VALTARO; contattando il Direttore di Escursione al numero di cellulare sopra indicato.

Per ulteriori indicazioni sui regolamenti CAI Escursioni, vai sul sito [WWW.CAIPARMA.IT](http://WWW.CAIPARMA.IT) e cerca il documento

"Regolamento CAI Escursioni"