

## 2ª Tappa

Barbagelata - Cappella di Costa Finale - Lago della Nava - Valico

del Fregarolo - Passo del Gifarco - Passo Prati di Foppiano - pendici

Monte Dego - Ottone

<b>Altitudine partenza</b>	: m. 1115
<b>Altitudine arrivo</b>	: m. 492
<b>Altezza massima</b>	: m. 1450 (pendici Monte Dego)
<b>Dislivello complessivo salita</b>	: m 727
<b>Dislivello complessivo discesa</b>	: m 1350
<b>% ciclabilità salita</b>	: 57,1 %
<b>% ciclabilità discesa</b>	: 100 %
<b>Sviluppo percorso indicativo</b>	: 37,4 Km
<b>Tempo indicativo</b>	: 9 ore

Dall'interno di **Barbagelata (1115 m)** scendiamo verso la strada per Montebruno e quasi usciti notiamo sulla destra un paletto con indicato i segnavia del "O" giallo (che ci accompagnerà fino alla fine del percorso) che in un primo tratto non pedalabile, porta alla **Cappella di Costa Finale (1163 m)**, poi in un tratto pianeggiante (vedi foto 11). e di seguito in leggera salita passiamo le pendici del Monte Posasso per arrivare al **Passo di Cardenosa (1182 m)** (al bivio si prosegue dritti) ed alla vicina **Cappella di Cardenosa (1217 m)** (vedi foto 12) Proseguiamo ora verso il **Passo della Rocca (1245 m)** dopo aver oltrepassato le pendici del

*Monte Collere e raggiungere dopo una difficile discesa le praterie del Lago della*



Foto 11 - Gruppo verso Cardenosa

*Nava (1173 m), che teniamo sulla nostra destra ed una salita impegnativa con la bicicletta la fianco ci permette di raggiungere il **Monte Laghicciola (1260 m)** (antenne televisive) e la discesa verso il vicino **valico del Fregarolo (1203 m)** (se si scende di un poco a sinistra lungo la strada asfaltata un ristorante-bar ci potrà dare ristoro). Il sentiero di fronte a noi (attraversando la strada asfaltata) ci indica un tratto dove dovremo proseguire con la bicicletta al fianco ed poi ad*

*attraversare un tratto in saliscendi alla quota di **1390 m** (tratto a piedi) del **Monte Castello Fante** (bivio a dx) ed la vicino **Passo del Gifarco (1279 m)**. Il nostro sentiero prosegue sempre attraversando le pendici del Monte Gifarco e del Monte Roccabruna sempre con il nostro segnavia "O" giallo, tenendo la nostra destra verso la quota di **1357 m** proseguendo verso le praterie del **Passo Esola (1208 m)***



Foto 12 - La Cappella Cardenosa

*arrivando al **Passo Ertola (1303 m)** dopo una breve salita. Il percorso prosegue sempre con il nostro segnavia verso il **Passo Valtersone (1310 m)** restando sul sentiero sotto le pendici del Monte Montarlone e con alcuni saliscendi raggiungiamo **Rifugio dei Prati di Foppiano***

*(1362 m). Ripartiamo ritrovando come segnava il bollo giallo e due triangoli sempre gialli con salita verso il **Passo dello Sbirro (1445 m)** ed il **Passo del Monte (1416 m)**. Qui si lasciano i due triangoli gialli, sotto le pedici del monte Oramara, per il solo bollo giallo uscendo dal bosco per i prati dove si comincia a vedere il monte Alfeo al di là del Trebbia. Il sentiero scende di un poco per poi svilupparsi in mezza costa per arrivare alla **quota di circa 1450 m** ad incrociare la carrareccia che risale per il vicino Monte Dego nei pressi della Cappelletta della Madonnina (poco sopra noi). Teniamo la sinistra ed il bollo giallo ci accompagna ancora in questa ultima parte e poco più in là un cancelletto a sx da attraversare, e da richiudere, per risalire a piedi la zona prativa sulla nostra sinistra dove inizia la lunga discesa verso Ottone. Arriviamo così ad una fontana in località **Moglia di Sopra (1000 m circa)** e poi in località **Moglia Piccino (900 m circa)** fino alle case di Toveraia ed alla **cappelletta di Toveraia (600 m circa)** dove teniamo la nostra destra e raggiungere la strada asfaltata per la vicina **Ottone (492 m)**.*