

# Alpe Foppa - Alpe Duragno

A cura di WWW.ITINERARI-MTB.IT - iMTB. Tracce GPS, schede, foto ed altro ancora per itinerari in MTB.

Tutti i diritti riservati, vietata la riproduzione dei contenuti.

Tutela affidata allo Studio Legale Associato Cunati e Morandi, Varese.

---

Online dal 17-07-2021



[Accedi al set fotografico completo dell'itinerario con note descrittive](#)

## Descrizione itinerario



Il **giro** permette di [visitare l'area del Monte Tamaro](#) in periodi dell'anno in cui l'accumulo della neve impedisce la classica e ben nota salita al Monte Tamaro (anche in considerazione dell'esposizione a Nord del percorso che collega l'Alpe Foppa con la Capanna Tamaro) offrendo la possibilità di una discesa tecnicamente interessante con tratto di non ciclabilità piuttosto contenuto. Si parte da Mezzovico nei pressi della

chiesetta di San Mamete e si segue in direzione nord il percorso ufficiale svizzero per bici nr. 3 per poco più di 5 km di asfalto sino a Rivera, affrontando qualche passaggio in leggera salita; volendo risparmiare questo minimo dislivello (circa 100 metri complessivi) si può optare per la cantonale principale decisamente però più trafficata. Giunti d'ogni modo nell'area degli impianti di risalita del Tamaro si seguono le chiare indicazioni MTB del percorso 362 (Monte Tamaro Bike), inizialmente tratto in asfalto con breve ma ripida salita, poi falsopiano sterrato che conduce a Monte Ceneri (558 mt). Inizia qui la vera e propria salita all'Alpe Foppa, impegnativa per via delle importanti pendenze che in alcuni tratti, fortunatamente prevalentemente in asfalto, toccano il 18-21%: i primi 6,3 km sono su asfalto fin poco oltre i Monti di Tornago e permettono di guadagnare circa 770 metri di dislivello, poi il fondo diviene un buon sterrato che sale con pendenze tendenzialmente più regolari sino ai margini dell'Alpe Foppa. A quota 1.420 circa la strada presenta una deviazione: a sinistra si risale il ripido pendio con fondo molto sconnesso per giungere in direttissima all'area superiore dell'alpeggio (percorso più consono ad e-bike), proseguendo invece dritto si

aggirano le pendenze con un giro più largo seguendo la classica via utilizzata per risalire al Monte Tamaro; seguendo quest'ultima opzione a quota 1.580 si abbandona la via del Tamaro e si scende velocemente nella zona del ristorante e dell'arrivo dell'impianto a fune. Da qui ha inizio il percorso di ritorno. Passando ai margini della stazione di arrivo della cabinovia si seguono le indicazioni escursionistiche per l'Alpe Duragno: il sentiero dapprima scende in maniera facile e divertente, poi giunti ad un guado la ciclabilità si interrompe per una decina di minuti in quanto bisogna risalire di quota su sentiero costellato da pietre e gradini naturali. La ciclabilità riprende di fatto in maniera totale [su bel sentiero panoramico leggermente esposto](#) che conduce all'Alpe Duragno (ultimi metri a spinta per facile superamento della conca creata torrente Duragno); dall'alpeggio segue poi un bel tratto in discesa su sentiero nei pascoli prima di [entrare nel bosco](#) e cominciare a seguire, sempre in decisa discesa, le indicazioni per Mezzovico. Attorno a quota 940, evitando di proseguire diritto per i Monti di Sotto, si scende con tratto di sentiero più tecnico verso Tortoi, si attraversa la strada in asfalto e si continua la discesa su scassata mulattiera che riporta velocemente a Mezzovico

**nazione:** Svizzera

**zona:** Luganese

**cantone:** Canton Ticino - CH

**da:** Mezzovico-Vira

**a:** Mezzovico-Vira

**vista:** Monte Tamaro, Piana di Bellinzona e parte del Piano di Magadino, territorio del Ceneri, Luganese, scorci del Lago di Lugano

## ALTIMETRIA QUOTE E DISTANZA

**dislivello totale salita:** mt 1.380

**quota massima:** mt 1.575

**quota minima:** mt 435

**km totali:** 26,1

## SENSO DI MARCIA

**girare in senso** antiorario

## TEMPO DI PEDALATA

**di puro movimento** 3 ore e 15 minuti

# SINTESI VALUTAZIONI

**panorami:** 8/10

**difficoltà salita:** 6/10

**difficoltà discesa:** 7/10

**impegno fisico:** 7/10

## NOTE GENERALI (ES. NON PEDALABILITA', DIFFICOLTA' PARTICOLARI, NOTE VARIE, ECC.)

**tratto a mano:** 12 minuti su facile sentiero a spinta (scendendo dalla zona degli impianti dell'Alpe Foppa e superato il facile guado del torrente Zarigo a quota 1.460) per superare, un tratto non pedalabile in salita causa pietre sparse; il dislivello a spinta è contenuto, poco meno di 50 metri; inoltre il sentiero che scende dall'Alpe Duragno verso Mezzovico può presentare qualche brevissimo passaggio a mano prudenziale a seconda delle proprie capacità tecniche e del mezzo utilizzato

**salita:** tecnicamente facile anche se in alcuni punti sterrati le pendenze toccano il 13-14%

**discesa:** non sono presenti tratti flow, la parte più semplice è quella iniziale fino alla deviazione per Pian di Mora (il bivio lo si incontra nel bosco dopo l'Alpe Duragno ma l'indicazione non viene seguita in quanto riporterebbe sulla forestale utilizzata per la salita), mentre la parte successiva è più tecnica e richiede buon mezzo ed adeguata esperienza di discesa pur non presentando tratti pericolosi o esposti

**% sterrato/sentiero:** 63%

**ricordarsi:** portare carta di identità per transito in territorio della Confederazione Elvetica

**note:** //

**Avvertenza:** l'utilizzo della traccia è ad esclusivo proprio rischio e lo scarico è reso disponibile per finalità di mera informazione e statistica. Chi decide dunque di affrontare il percorso si assume tutte le responsabilità per rischi e pericoli a cui si può andare in corso, considerando altresì che la percorribilità e lo stato delle strade e dei sentieri muta nel corso del tempo e che non sussiste alcun obbligo di Itinerari-mtb.it a mantenere aggiornate le informazioni essendo un mero sito illustrativo degli itinerari storicamente percorsi dai componenti del Team. Itinerari-mtb.it declina pertanto ogni responsabilità per conseguenze legate all'uso della traccia o delle informazioni legate alle presente scheda di itinerario



**Traccia gps Alpe Foppa - Alpe Duragno 137 downloads 288.23 KB**

**[Download GPX](#)**

