

Val Mesolcina: Passo del San Bernardino

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 15-10-2025

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

 [Guarda il tour sul canale YouTube di Itinerari-mtb.it!](#)

Descrizione itinerario



Da Mesocco si risale su asfalto la Val Mesolcina in direzione di Pian San Giacomo; poco prima del ponte sul torrente Moesa si abbandona la strada principale seguendo uno stradina che conduce alle abitazioni di Sei dove si prosegue dapprima su sterrato e poi su forestale/sentiero (“strada de Pignela”) con tratti ripidi sino alla diga del Lago d’Isola; la si attraversa e si prosegue poi su sterrato e breve tratto su sentiero fino a San Bernardino dove si prosegue seguendo la strada in asfalto che sale con pendenze regolari e relativamente impegnative fino al Passo del San Bernardino. Per il ritorno occorre inizialmente affrontare un tratto difficoltoso in salita su sentiero per superare i dossi che sovrastano il Passo, seguendo le indicazioni del percorso ufficiale per MTB; successivamente l’itinerario diviene semplice e poco impegnativo attraversando, prevalentemente su sentiero, pascoli e boschi sino ad arrivare a Pian San Giacomo. Infine una tranquilla strada in asfalto riporta a Mesocco.

Difficoltà tecniche complessive piuttosto contenute in via generale; il tour risulta però piuttosto impegnativo per alcuni tratti ripidi su sterrato/sentiero salendo al Lago d’Isola, per il lungo chilometraggio complessivo prima di arrivare al Passo del San Bernardino e, come accennato in precedenza, per un breve tratto a mano dopo il Passo per superare i dossi circostanti. L’itinerario è consigliato in periodo autunnale prima

dell'arrivo della neve, sia per gli ottimi colori offerti dal panorama, sia dal poco traffico presente sulla strada che sale al Passo del San Bernardino.

nazione: Svizzera

zona: Val Mesolcina

Cantone: Cantone dei Grigioni

da: Mesocco

a: Mesocco

ALTIMETRIA QUOTE E DISTANZA

dislivello totale salita: mt 1.450

quota massima: mt 2.110

quota minima: mt 775

km totali: 38,9

SENSO DI MARCIA

girare in senso orario

TEMPO DI PEDALATA

di puro movimento 4 ore e 15 minuti

SINTESI VALUTAZIONI

panorami: 10/10

difficoltà salita: 5/10

difficoltà discesa: 5/10

impegno fisico: 8/10

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

tratto a mano: circa 10 minuti a spinta nel complesso dopo aver imboccato il sentiero che sale dal Passo del San Bernardino dovendo affrontare passaggi con rocce impossibili da pedalare con bici muscolare; lo scenario altamente panoramico mitiga le (poche) fatiche per spingere il mezzo

salita: prima di giungere alla diga del Lago d'Isola occorre affrontare un ripido tratto su sentiero con molteplici tornanti abbastanza stretti e con pendenze che arrivano anche al 17-18%; tale tratto è preceduto da una forestale in ottime condizioni che sale

da Pian San Giacomo con pendenze nell'ordine del 10-12%; molto abbordabile risulta infine la salita al Passo su asfalto con pendenze che raramente superano il 7-8%

discesa: piuttosto semplice, non si segnalano particolari tratti di difficoltà tecnica ne tratti esposti

% sterrato/sentiero: 52%

ricordarsi: portare carta di identità per attraversamento territorio 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 Val Mesolcina: Passo del San Bernardino 12 downloads 433.11 KB

[**Download GPX**](#)

