Val Vigezzo – Alpe di Ruggia

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 08-10-2026

Accedi al set fotografico completo dell'itinerario

Guarda il tour sul canale YouTube di Itinerari-mtb.it!

Descrizione itinerario



L'Alpe di Ruggia, con il vicino laghetto inferiore di Muino, sono due perle nascoste della Val Vigezzo, al di fuori delle classiche rotte di chi pratica la MTB. Indispensabile l'e-bike in quanto i ripidi sono decisamente importanti in questo itinerario:
– la ripida forestale che sale da Taceno alla Piana di Vigezzo (molto rovinata dalle piogge con pendenze mai non inferiori al 12% e tendenzialmente tra il 15 ed il 21%
– il sentiero che sale dapprima alla bocchetta di Muino ed il ritorno alla stessa dall'Alpe di Ruggia presenta pendenze da capogiro su fondo molto mosso, occorre saper gestire l'e-bike su assistenze medio-alte
– la divagazione panoramica iniziale alla Cima e quella a metà giro sotto il Trubbio risalgono piste da sci, in particolare la prima presenta pendenze oltre il 25%.
Si parte dalla pineta di Santa Maria Maggiore e passando da Taceno (deviazione su sentiero per evitare asfalto che tuttavia richiede faticoso guado di modesto ruscello) si sale alla Piana di Vigezzo su ripida forestale. Dalla Piana si punta poi il Trubbio risalendo anche qui una ripida traccia per deviare poi sul sentiero molto ripido e dal fondo molto mosso (pietrame e sporadiche traversine) verso la splendida Bocchetta di Muino. Il sentiero che dalla Bocchetta scende all'Alpe di Ruggia è panoramicamente strepitoso e tecnicamente piuttosto semplice.
Il ritorno avviene sullo stesso sentiero dovendo ora affrontare la ripida ma più breve

salita nuovamente alla Bocchetta.
Successivamente si sale alla sella sotto il Trubbio e si scende dal versante opposto per la Colma di Craveggia dove, in prossimità del bel Oratorio parte la DH molto difficile della Colma che conduce ai margini di Craveggia. Si sale ora su asfalto verso l'Alpe Blitz passando per la località Vasca e poi semplice discesa su forestale a Re per attaccare la ciclabile della Val Vigezzo, tutta su asfalto, che riporta alla partenza.
nazione: Italia
da: Santa Maria Maggiore
a: Santa Maria Maggiore

ALTIMETRIA QUOTE E DISTANZA

dislivello totale salita: mt 2.000
quota massima: mt 2.040
quota minima: mt 690
km totali: 41,5

SENSO DI MARCIA

girare in senso orario

TEMPO DI PEDALATA

di puro movimento 4 ore e 45 minuti

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

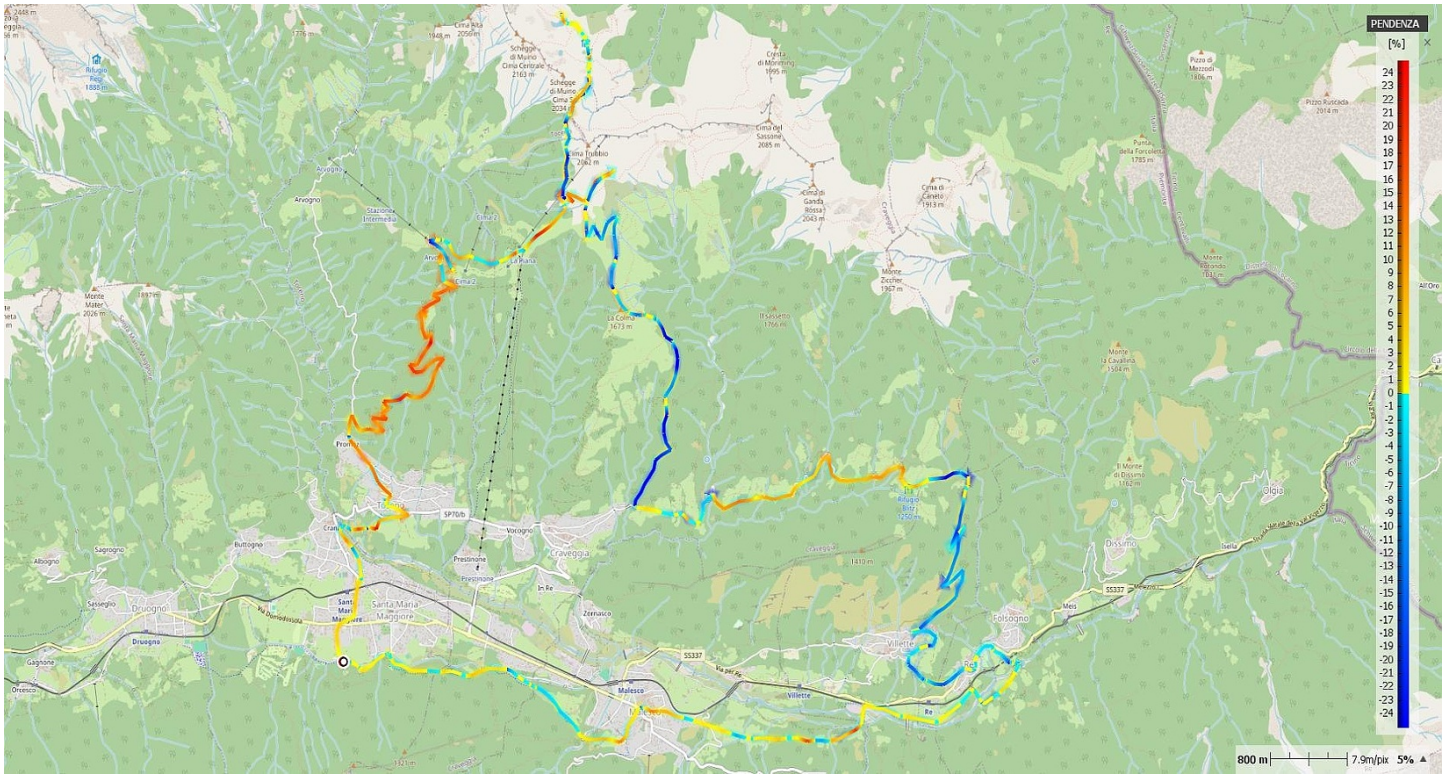
tratto a mano: se si riesce a gestire bene l'e-bike sul ripido e scassato, praticamente i tratti a spinta sono insignificanti; con muscolare praticamente si spinge tutto il tempo nei tratti ripidi dalla Piana fina alla Bocchetta di Munio e la successiva risalita al contrario
% sterrato/sentiero: 23% (ciclabile esclusa)
ricordarsi: //
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 Vigezzo - Alpe di Ruggia 15 downloads 433.11 KB
Download GPX


PENDENZA
[%]
24
23
22
21
20
19
18
17
16
15
14
13
12
11
10
9
8
7
6
5
4
3
2
1
0
-1
-2
-3
-4
-5
-6
-7
-8
-9
-10
-11
-12
-13
-14
-15
-16
-17
-18
-19
-20
-21
-22
-23
-24
800 m
7.9m/pix
5%