

GODONO DI OTTIMA SALUTE



I Seniores sono persone che, seguendo il percorso della loro età, a un certo punto constatano che il lavoro per loro cessa e che il tempo che avanza non deve mortificare l'entusiasmo per la vita. Sono amanti della montagna che desiderano continuare a godere della bellezza e del fascino del cammino sui monti con percorsi loro dedicati.

Partita nel 2018, l'idea di dare spazio a Escursioni riservate ai "Seniores" si è ora concretizzata garantendo un'adesione in crescita esponenziale. Lo schema di mettere a calendario gite distanziate l'una dall'altra di tre settimane rimane il medesimo, balza evidente invece il gradimento riscontrato, che è poi stato accompagnato da un graduale aumento di proposte di anno in anno, con la parentesi di un anno causa covid. Nel 2023 le gite proposte a calendario sono state 19 con picchi di partecipazione fino a 49 presenze, coordinatori compresi.

Soprattutto nel periodo del "dopo pandemia" si è assistito a un'esplosione di volontà di andare a passeggiare in compagnia, bloccati solo dal cattivo tempo.

Quali sono alcuni dei tragitti proposti? Cominciamo con la prima proposta del 2023, sintetizzandone poi alcune altre. **"Mercoledì 4 Gennaio 2023 Paratico - Calepio - Sarnico"**

L'eccezionale richiamo dell'evento "Bergamo - Brescia Capitale della Cultura 2023" ha prodotto un itinerario idoneo, frequentato da quasi 50 partecipanti.

Si parte a piedi da Paratico e si segue un percorso che si svolge in parte sul territorio bresciano, vicino al Fiume Oglio, e in parte sul territorio bergamasco. L'itinerario ha lo scopo di far immedesimare i partecipanti a questo evento culturale attraversando i due centri di **Paratico e Sarnico** che esprimono al meglio la "brescianità e la bergamaschicità".

Con un tragitto su asfalto, sentiero e strada ciclabile (dislivello circa 100 m. e lunghezza circa 17 km.) l'entusiasmo dei partecipanti non manca e il serpentine umano che si snoda dondolante mostra costanza nel cammino e interesse per i luoghi visitati. Il nostro è un percorso culturale e la cultura è soprattutto il risultato di un passato che si fa presente e che deve continuare a vive-

re.

Ecco perciò i nostri piedi volenterosi a ripercorre una vitalità che non deve morire seguendo il Centro di Paratico, la Roggia Fusia e il fiume Oglio passando poi tra i Castelli di Calepio e Trebecco e fermarsi infine in riva al lago a Sarnico per il pranzo al sacco. Nel pomeriggio un'ultima immersione nell'atmosfera del Lago di Iseo per visitare il Bosco Taxodi (*caratteristiche piante che affondano le loro curiose radici nell'acqua*) e concludere poi l'escursione al parcheggio delle auto tornando a casa soddisfatti.

Nelle escursioni successive l'astina delle difficoltà si alza gradualmente.

Mercoledì 31 Marzo è il Monte Bronzone (m. 1.334, dislivello m.1.080, km. 22) ad attrarre la nostra attenzione. La locandina di presentazione parla chiaro: Escursione EE lunga e impegnativa. La partenza è da Piazza Paolo VI di Vigolo, sopra Tavernola Bergamasca, a m. 600 di altitudine.

Gli organizzatori hanno proposto un'escursione abbastanza lunga e impegnativa, percorrendo sentieri diversi dai classici che portano al Monte Bronzone. Eccoci dunque pronti a scendere sulla sinistra per un centinaio di metri per poi riprendere quota gradualmente in un largo giro che ci porta alla vetta, facendo poi ritorno dalla parte opposta. Le discese e le ripide salite non mancano, ma quel che conta è eseguirle con un passo adeguato, godendo di un ottimo panorama.

Ecco le maestose peonie a rallegrare la nostra vista, assieme alla splendida visione dell'enorme campana dedicata alla memoria del Papa San Giovanni XXIII.

Da qui si domina un panorama a 360 gradi e lo stupore e la gioia esplodono nella nostra sensibilità. Il ritorno ci vede astuti camminatori

su un percorso ostacolato da cadute di alberi, ma il poter salire poi sulla Panchina Gigante fronte lago ci apre il cuore e ci appaga di tutto.

Il ritorno a casa ci offre lo spazio giusto per assaporare quel che la nostra esperienza ci ha concesso.

Sempre in tema di gradualità di difficoltà ecco il **2 Agosto 2023 con il Giro dei Rifugi Gnutti - Baitone - Tonolini con Gruppi A e B.**

A questo punto non è fuori luogo una riflessione: nel gruppo dei Seniores ci sono sia i Seniores più resistenti e allenati, che i Seniores meno allenati e quando nella proposta ci sono particolari difficoltà ci si deve adeguare. Gli organizzatori, come già fatto in altri casi, hanno deciso di inserire nella meta stabilita un Gruppo A e un Gruppo B per consentire a tutti la possibilità di raggiungere l'obiettivo stabilito.

Giunti al Pont del Guat e superato il Rifugio Premassone, il gruppo degli escursionisti viene suddiviso in un Gruppo A, che partirà subito un po' veloce, e un Gruppo B pochi minuti dopo, affrontando con passo più tranquillo e adeguato le ripide Scale del Miller, giungere al Rifugio Gnutti, fare una breve sosta e, attra-



verso il Passo del Gatto (*tratto leggermente esposto*), raggiungere il Rifugio Baitone.

Per il Gruppo B questa è la meta, raggiungendo 850 m. di dislivello. Il Gruppo A partito prima con passo più spedito, ha proseguito invece fino al Rifugio Tonolini, con 1.100 m. di dislivello, facendo poi ritorno al Baitone per incontrarsi con il Gruppo B e scendere assieme fino al parcheggio delle auto.

Il tutto si è svolto tenendo conto delle effettive possibilità degli escursionisti e permettendo a tutti una

camminata indimenticabile tra lo sforzo della salita e la libertà di godere un meritato panorama mozzafiato. Il corso d'acqua gelida alla fine ha permesso a quasi tutti di rigenerare sia il fisico che lo spirito. Belle scarpinate dunque e scorpacciata di esclusive emozioni montane.

Tornando a noi, com'è la situazione dei Seniores?

Godono di ottima salute!

Pierfilippo B.

LZ
LAURAZANONI
FOTOGRAFIE

www.laurazanonifotografie.it