

Abadia Lariana Cascate sul Cenghen Rifugio Rosalba Zucco di Manavello

**Abadia Lariana – Cascate Cenghen –
Baite Colonghei – Rif. Rosalba – Zucco
di Manavello**

**Quota massima raggiunta: 1730 mt
Rosalba**

Dislivello in salita: 1970 mt

Sviluppo anello: 17.2 km

Tempo impiegato: 8 ore con calma

Data: 2 novembre 2012

Dietro ad Abadia Lariana parte la Val Monastero, una piccola e selvaggia valle che termina con le Cascate sul Cenghen. Il sentiero per arrivare alle cascate è molto semplice da percorrere, non presenta particolari difficoltà fatto salvo il terreno che a volte, a causa dell'umidità, si presenta scivoloso.

Il fondo del sentiero in parecchi punti è lastricato con pietroni che con gli anni sono diventati molto lisci. Se affrontato in periodi umidi offre numerose possibilità di scivolare se non si presta attenzione a dove si mettono i piedi.

Fino alle cascate il sentiero corre nel bosco, pur essendo all'ombra conviene evitare le giornate estive particolarmente calde perché la quota è assai modesta e la valle chiusa è protetta dai venti.

La cascata è molto bella, è un salto

d'acqua verticale di una cinquantina di metri in una "V" strettissima scavata nella roccia da anni di lenta erosione.

Dopo una breve sost d'obbligo alle cascate, si ritorna sul sentiero per poco più di un centinaio di metri fino a trovare un bivio (a destra scendendo) che sale sulla montagna in direzione delle Baite dei Colonghei.

La traccia nel bosco non è banale da seguire, ci sono alcuni tratti in cui c'è qualche dubbio sulla direzione da prendere. In qualche modo si riesce comunque a proseguire sempre senza particolari difficoltà. La segnaletica del sentiero in questa parte lascia molto a desiderare ma probabilmente il bivio che sale poco prima della cascata è solo una traccia di sentiero e non un sentiero vero e proprio con manutenzione.

Dopo qualche tempo di salita si arriva alle Baite dei Colonghei dove è possibile anche comperare del vino!

Alle Baite dei Colonghei il sentiero risulta ben tracciato e si divide in due direzioni, un sentiero prosegue verso il pian dei Resinelli e l'atro sentiero, indicato con il numero 12, sale al Rifugio Rosalba. La salita al Rosalba prosegue senza particolari difficoltà fino ad incontrare il sentiero delle Foppe che arriva dal Pian dei Resinelli.

La parte terminale del Sentiero delle Foppe presenta alcuni tratti abbastanza ripidi con qualche facilissima roccetta che obbliga ad utilizzare le mani per salire.



Si esce finalmente dal bosco giungendo ai prati alti che precedono il rifugio Rosalba, il panorama in questa parte del sentiero è eccezionale, quando la visibilità lo consente si vede il Lago e si è circondati da una miriade di piccole Guglie che ci accompagnano fino al Rosalba.

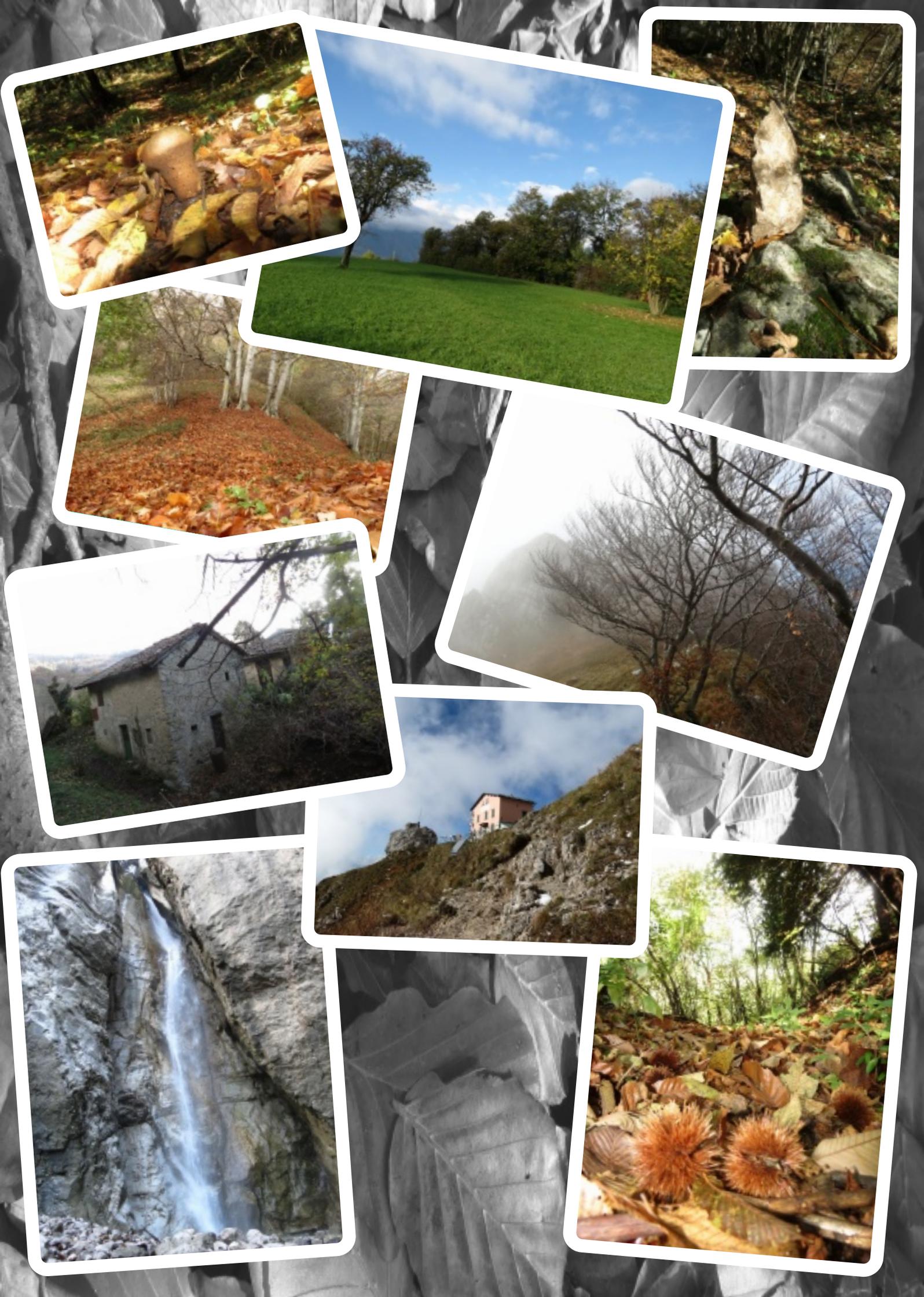
Dal Rifugio Rosalba partono vari sentieri per arrivare alla vetta della Grignetta ma oggi, essendo autunno inoltrato, le ore di sole non mi consentono assolutamente di proseguire oltre. E' poi caduta anche la prima neve che ha imbiancato tutti i sentieri dal Rosalba in poi e che sicuramente renderebbe impegnativa la salita. Inizio quindi la lenta discesa verso Abadia prendendo il sentiero 13b che passa per lo Zucco di Manavello.

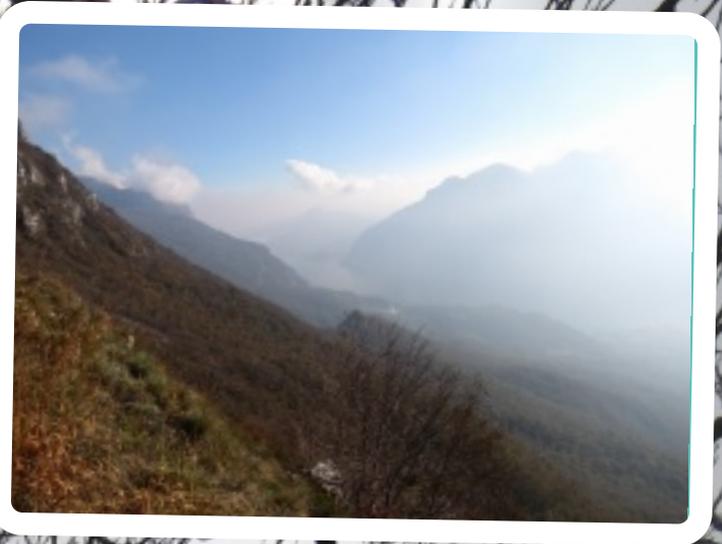
Questo sentiero è indicato per Escursionisti Esperti perché presenta parecchi tratti abbastanza esposti e molto pendenti. In realtà sarebbe meglio fare questo giro al contrario cioè salire per lo Zucco di Manavello e scendere passando per le cascate. La mia scelta invece è stata motivata dalla fotografia, avendo poche ore di luce volevo passare alle cascate con una buona luminosità e volevo scendere verso il lago da Manavello al tramonto per vedere il tramonto

sul lago che è sempre piacevolissimo da vedere.

La discesa dallo Zucco di Manavello presenta qualche tratto particolarmente insidioso protetto con delle catene, molto utile in caso di umido o pioggia. In invernale questo sentiero può essere molto complicato, in particolare modo in discesa perché è esposto prevalentemente a Nord nei punti più ripidi.

Scendendo verso Abadia o Mandello ad un certo punto si incontra una panchina in posizione decisamente panoramica. Alla panchina il sentiero si divide in due rami, quello che scende a destra e prosegue per Rongio o Mandello e quello che scende a sinistra e prosegue verso Abadia Lariana. Nella traccia GPS del mio itinerario c'è un tratto segnato in rosso in cui probabilmente non ho seguito la traccia corretta del sentiero e mi sono trovato in una zona con sottobosco molto basso (noccioli) fino ad incontrare il sentiero che da Mandello sale alle Baite dei Colonghei da cui ho poi ripreso il sentiero regolare e segnalato per rientrare ad Abadia Lariana. La variante nel bosco non presentava comunque alcuna particolare difficoltà fatto salvo i rami bassi e fastidiosi dei noccioli che rendevano molto lenta la progressione.





Bosco in autunno



Tramonto sul Lago



Panorama dal Rosalba

Livello di zoom x4

