

|           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                  |
|-----------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| LU 16     | <b>Giro della Greina</b><br>Per chi ama gli scenari alpini ed i grandi spazi della montagna<br>Pian Geirett - capanna Scaletta - Passo della Greina - Crap la Crusch - capanna Motterascio - diga del Luzzone (Alta Valle di Blenio)<br><i>Pettinari Mariapia</i>                                                                            | <div> <div></div> <div></div> <div></div> </div> |
|           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | T3                                               |
| MA 31     | <b>Lago Mognola</b><br>Tra pietre, acqua e storia<br>Fusio - Alpe Vacarisc - Corte Mognola - Lago Mognola - Canà acquedotto - Fusio (Val Lavizzara)<br><i>Gad-Giulietti Raffaella</i>                                                                                                                                                        | <div> <div></div> <div></div> <div></div> </div> |
|           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | T2                                               |
| Settembre |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                                                  |
| ME 8      | <b>Alpe Montoia, scoprendo i monti Sciaga</b><br>Alla scoperta dei monti Sciaga dove rustici da riattare sono in vendita a fr. 1.–<br>Alpe di Neggia - monti Idacca - monti Sciaga - Alpe Montoia - Alpe di Neggia (Gambarogno)<br><i>Garbani Nerini Diego</i>                                                                               | <div> <div></div> <div></div> </div>             |
|           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | T2                                               |
| ME 15     | <b>La Valcolla in bricolla</b><br>Il monte S. Lucio, la sua chiesa, le sue genti<br>Cimadera - Costa del Roccolo - Bocchetta S. Bernardo - Monte Cucco - Passo S. Lucio - La Corte - Nedüm - Cimadera (Val Colla)<br><i>Rosselli Natasha</i>                                                                                                 | <div> <div></div> <div></div> <div></div> </div> |
|           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | T2                                               |
| VE 17     | <b>Alta valle di Blenio: la via dei Monasteri ed il Passo del Lucomagno</b><br>Alla scoperta delle sorgenti del Brenno e del lago di Santa Maria<br>Passo del Lucomagno - Alpe Pertusio - giro circolare del lago di Santa Maria - Passo del Lucomagno (Alta Valle di Blenio)<br><i>Pettinari Mariapia</i>                                   | <div> <div></div> <div></div> </div>             |
|           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | T2                                               |
| ME 22     | <b>Sentiero alto della Val Malvaglia per raggiungere la capanna Quarnei</b><br>Scopriamo la Valle Malvaglia, un gioiello della Valle di Blenio che fa parte dei beni culturali del Canton Ticino<br>Cusiè - Sceru - Alpe Quarnei - capanna Quarnei - Alpe Pozzo - Alpe della Bolla - Cusiè (Valle di Blenio)<br><i>Geninasca-Hess Andrea</i> | <div> <div></div> <div></div> <div></div> </div> |
|           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | T3                                               |
| SA 25     | <b>In Scign</b><br>Escursione all'imbocco della splendida Valle d'Osogna<br>Osogna - In Ghésg - In Pönt - Gerra - In Scign - Osogna (Valle Riviera)<br><i>Ostini Manuela</i>                                                                                                                                                                 | <div> <div></div> <div></div> <div></div> </div> |
|           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | T3                                               |
| ME 29     | <b>Terre di Pedemonte Trail</b><br>Panorami da Intragna a Ponte Brolla con visita alle Rovine del Castelliere<br>Intragna - Ronconaia - Cascine di Pedemonte - Streccia - Colma - Rovine del Castelliere - Ponte Brolla (Terre di Pedemonte)<br><i>Carletto Marco</i>                                                                        | <div> <div></div> <div></div> </div>             |
|           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | T2                                               |

|                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                  |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------|
| Ottobre                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                  |
| VE 1                                                                                              | <b>I bei monti di Morella</b><br>Le meraviglie del nostro territorio e la loro storia passata e futura<br>Linescio - Morella - Faido - Linescio (Valle Maggia)<br><i>Cattori Tormen Fabiana</i>                                                                                                                                                                                   | <div> <div></div> <div></div> </div>             |
|                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | T2                                               |
| DO 3                                                                                              | <b>A caccia di meraviglie</b><br>Una giornata per partire alla scoperta sensoriale delle bellezze dell'autunno, percorrendo un tratto del sentiero delle meraviglie del Malcantone.<br>Novaggio - Vinerà - Bün - Migliegla - Pt. 796 - Novaggio (Malcantone)<br><i>Lanini Fabienne</i>                                                                                            | <div> <div></div> </div>                         |
|                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | T2                                               |
| GI 7                                                                                              | <b>Laghetto Salei e zone energetiche dell'alta Valle Onsernone</b><br>Da Spruga al Laghetto Salei passando dai boschi di larice e abeti e luoghi energetici dell'alta Valle Onsernone<br>Spruga - Lig'ünc - Alpe/capanna Salei - Laghetto Salei - Al Peséd - Al Piansécc - Spruga (Valle Onsernone)<br><i>Colombi Silvia</i>                                                      | <div> <div></div> <div></div> <div></div> </div> |
|                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | T2                                               |
| SA 9                                                                                              | <b>Un giro ad anello tra i monti alti di Gerra Verzasca e Frasco</b><br>Stupendi paesaggi e grandiosi panorami sulla Val Verzasca e sulle montagne circostanti<br>Tecc - Er Vald da Ciossa - Corte di Cima - Cazzai (Valle Verzasca)<br><i>Ostini Manuela</i>                                                                                                                     | <div> <div></div> <div></div> </div>             |
|                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | T2                                               |
| ME 13                                                                                             | <b>Attorno al Monte Bigorio (via Condra)</b><br>Scopriamo la Capriasca: i monti attorno al Monte Bigorio e l'omonimo Convento<br>Bigorio, Convento Santa Maria - Sciss di fuori - Condra - Moschera - La Rivenza - via Corte Foan verso Condra - via Canscei Convento Santa Maria (Val Capriasca)<br><i>Hartmann Ursina</i>                                                       | <div> <div></div> <div></div> </div>             |
|                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | T2                                               |
| ME 20                                                                                             | <b>Denti della Vecchia</b><br>Bella escursione nella riserva forestale del Luganese con vista panoramica sulla città, il lago e le montagne circostanti<br>Villa Luganese - capanna Pairolo - Denti della Vecchia - Alpe la Bolla - Villa Luganese (Val Colla)<br><i>Manzoni Lorena</i>                                                                                           | <div> <div></div> <div></div> <div></div> </div> |
|                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | T2                                               |
| DO 24                                                                                             | <b>Sui passi del contrabbando al Lago Pozzöi</b><br>Lungo il "sentiero degli Spalloni" verso i larici dorati di un lago poco conosciuto nella Valle di Campo<br>Cimalmotto - Alpe di Sfii - Lago Pozzöi - Cimalmotto (Valle Maggia)<br><i>Carletto Marco</i>                                                                                                                      | <div> <div></div> <div></div> </div>             |
|                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | T2                                               |
| Novembre                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                  |
| VE 5                                                                                              | <b>Sonvico - sentiero storico naturalistico</b><br>Un territorio di particolare bellezza, significative testimonianze del passato, notevole patrimonio storico e artistico, una natura da riscoprire<br>Sonvico - Torrente di Dino (Mulino) - Pairàgh - Pianche - Rosone - Madonna d'Arla - Monte Roveraccio - Chiesa San Martino - Sonvico (Val Colla)<br><i>Hartmann Ursina</i> | <div> <div></div> </div>                         |
|                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | T2                                               |
| Il programma potrebbe essere soggetto a modifiche in base all'evoluzione della pandemia Covid-19. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |                                                  |



Partecipate alle escursioni accompagnate di TicinoSentieri: percorrerete i sentieri ufficiali accompagnati da un monitore di escursionismo sport per adulti (ESA) e scoprite storia, cultura e natura del nostro territorio.

**Il programma dettagliato e il formulario di iscrizione di ogni escursione sono pubblicati sul sito [www.ticinosentieri.ch](http://www.ticinosentieri.ch) o potete ricevere le informazioni tramite newsletter.**

**Costo per persona per escursione**  
 CHF 10.- soci TicinoSentieri, CHF 20.- non soci TicinoSentieri (IVA incl.)

| Legenda     |                                                       |
|-------------|-------------------------------------------------------|
| <div></div> | fino a 3.5 h e/o 400m di dislivello in salita         |
| <div></div> | fino a 5 h e/o 700m di dislivello in salita           |
| <div></div> | oltre le 5 h e/o oltre i 700m di dislivello in salita |

**T1** sentiero escursionistico (segnaletica gialla)  
**T2** sentiero escursionistico di montagna (segnaletica gialla con punta bianco-rosso-bianco)  
**T3** sentiero escursionistico di montagna difficile (segnaletica gialla con punta bianco-rosso-bianco)

**Associazione Ticinese per i Sentieri Escursionistici**  
 Via A. Giovannini 3 / CH-6710 Biasca  
 T +41 91 862 25 60  
 gite@ticinosentieri.ch  
[www.ticinosentieri.ch](http://www.ticinosentieri.ch)



| Marzo  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                             |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|
| VE 12  | <b>La collina dorata</b><br>Tranquilla escursione tra storie e scrittori, dolci colline e splendidi boschi<br>Gentilino - Montagnola - Minigera - Frigione - Posmonte - Agra - Bigogno - Montagnola - Certenago - Gentilino (Luganese)<br><i>Rosselli Natasha</i>                                             | <div>🌸</div> <div>T2</div>  |
| GI 25  | <b>Poncione d’Arzo</b><br>Marmi e trincee<br>Meride - monte Pravello - trincee monte Orsa - Poncione d’Arzo - cave di marmo - Meride (Mendrisiotto)<br><i>Boschetti Giuseppe</i>                                                                                                                              | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div> |
| Aprile |                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                             |
| ME 7   | <b>Sulle tracce di Federico Barbarossa, imperatore del Medioevo</b><br>Splendori romanici intorno al Castello di Serravalle<br>Motto Blenio - Selvapiana - Pian Casaro - Navone - Scarp - Semione - Rongie - Motto Blenio (Valle di Blenio)<br><i>Ratti Alessandro</i>                                        | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div> |
| VE 9   | <b>A cavallo del Monte Ceneri</b><br>A passeggio lungo la «frontiera» interna del Cantone<br>Quartino - Ceneri - Robasacco - Cadenazzo (Bellinzonese)<br><i>Riva Scettrini Patrizia</i>                                                                                                                       | <div>🌸</div> <div>T2</div>  |
| SA 10  | <b>Chiese, granito e grotti</b><br>Il paese di Lodrino e il monte Paglio con San Martino<br>Lodrino - Bola - Legri - S. Martino - Lodrino (Valle Riviera)<br><i>Ratti Alessandro</i>                                                                                                                          | <div>🌸🌸</div> <div>T3</div> |
| GI 15  | <b>Terre di frontiera e di cercatori d’oro</b><br>Da Sessa - Astano lungo il percorso “dell’acqua ripensata” e visita alla Miniera d’oro<br>Sessa - Sass Biott - Erbagni - discesa verso la Miniera - Sessa (Malcantone)<br><i>Boschetti Giuseppe</i>                                                         | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div> |
| VE 23  | <b>Sentiero del Sole</b><br>Percorso tra la Valle Onsernone e le Terre di Pedemonte, toccando diversi monti con vista panoramica sul Delta della Maggia<br>Auressio - Cràtolo - Gerbi - Nebi - Costa del Miluno - Strecchia - Riei - Cavigliano (Val Onsernone - Terre di Pedemonte)<br><i>Colombi Silvia</i> | <div>🌸🌸</div> <div>T3</div> |
| SA 24  | <b>Paesaggio culturale nell’alta Valle di Muggio</b><br>Negli antichi sentieri lungo la Breggia da Muggio a Scudellate, Rocco di Merì e Erbonne<br>Muggio - Molino - Scudellate - Erbonne - Rocco di Merì - Roncapiano - Lentano - Muggio (Valle di Muggio)<br><i>Burlando Franco</i>                         | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div> |

| Maggio |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                              |
|--------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| VE 7   | <b>Castelli di Bellinzona - vecchio insediamento di Prada</b><br>In cammino su sentieri storici<br>Bellinzona - Castel Grande - Castello di Montebello - Castello di Sasso Corbaro - Prada - Pedevilla - Bellinzona (Bellinzonese)<br><i>Pettinari Mariapia</i>                                                           | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div>  |
| SA 8   | <b>Val Rovana - la «Cà Vegia» di Cerentino</b><br>...un tuffo nel passato<br>Cerentino - Corino - Collinasca - Niva - Cerentino (Valle Maggia)<br><i>Donati-Anzini Nadia</i>                                                                                                                                              | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div>  |
| ME 12  | <b>Santi, eremi e streghe</b><br>Alla scoperta di storie e leggende legate all’eremo di S. Zeno al villaggio di Torre di Redde e al cenacolo di Ponte Capriasca<br>Ponte Capriasca - S. Giorgio - S. Zeno - Lamone - Origlio - S. Clemente - Vaglio - Ponte Capriasca (Valle Capriasca)<br><i>Rosselli Natasha</i>        | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div>  |
| GI 13  | <b>Al laghett dal Mont da Sora</b><br>Itinerario sui monti di Iragna che offre una bellissima vista sulla Riviera e dintorni<br>Iragna - Pozzo - Monte di Sopra - Pozzo - Faida - Sasso della Costa - Citto - Iragna (Valle Riviera)<br><i>Ostini Manuela</i>                                                             | <div>🌸🌸🌸</div> <div>T3</div> |
| MA 18  | <b>Ma guarda che laghi!</b><br>Alla scoperta di come vivevano i nostri avi<br>S. Antonio - Pinel - Nucleo di Stavell - Azienda Montana Odro - capanna Bardughee - S. Antonio (Val Verzasca)<br><i>Gad-Giulietti Raffaella</i>                                                                                             | <div>🌸🌸🌸</div> <div>T3</div> |
| VE 21  | <b>Percorso Didattico, Gole e Monte Piottino</b><br>Testimonianze storiche, risalenti al 1500 e particolarità naturalistiche di grande valore<br>Dazio Grande - Ponte di Mezzo - Dazio Vecchio - Prato Leventina - Bedrina - Valle della Cima - Prato Leventina - Dazio Grande (Valle Leventina)<br><i>Colombi Silvia</i> | <div>🌸</div> <div>T1</div>   |



| LU 24  | <b>Romanico alpino: l’antica chiesa di S. Ambrogio a Segno sulla via dei monti</b><br>Nuclei e edifici storici della Strada Alta della Leventina alle pendici del Matro<br>Cavagnago - Segno - Cavagnago - Faura di Segno - Fararenca - Pascorasc - Puscett - Cascine - Usc - Sobrio - Cavagnago (Valle Leventina)<br><i>Ratti Alessandro</i> | <div>🌸🌸🌸</div> <div>T3</div> |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| VE 28  | <b>Bignasco e sentiero Lavizzara</b><br>Sentiero Lavizzara: una realtà che unisce<br>Bignasco - Presa di dentro - Menzonio - Margoneggia - Brontallo - Presa di dentro - Bignasco (Val Lavizzara)<br><i>Cattori Tormen Fabiana</i>                                                                                                            | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div>  |
| SA 29  | <b>Da Muggio a Pianspessa</b><br>Attraverso uno splendido paesaggio culturale<br>Muggio - Ponte Muggio - San Giovanni Tur - Muggiasca - Pianspessa - Muggio (Valle di Muggio)<br><i>Burlando Franco</i>                                                                                                                                       | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div>  |
| Giugno |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                              |
| ME 2   | <b>La via del Ceneri: Cenerino e via Francisca?</b><br>Vie di transito per pellegrini, eserciti, commercianti e briganti<br>Monte Ceneri - Robasacco - Cadenazzo - Contone - innesto strada romana - Monte Ceneri (Bellinzonese)<br><i>Boschetti Giuseppe</i>                                                                                 | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div>  |
| SA 5   | <b>Monte Boglia: caffè a 360°</b><br>Una tazza di caffè sulla terrazza panoramica più bella del Luganese<br>Brè paese - Sasso Rosso - Monte Boglia - Alpe Bolla - Brè paese (Luganese)<br><i>Carton Julien</i>                                                                                                                                | <div>🌸🌸🌸</div> <div>T3</div> |
| MA 8   | <b>Intorno al Monte Arbostora</b><br>Camminata con splendida vista panoramica passando da monumenti storici<br>Morcote - Chiesa S. Maria del Sasso - Alpe Vicania - Madonna d’Ongero - Torello - Chiesa S. Maria del Sasso - Morcote (Luganese)<br><i>Hartmann Ursina</i>                                                                     | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div>  |

|       |                                                                                                                                                                                                                                                                              |                              |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| ME 16 | <b>I bei Monti sotto il Sassariente</b><br>Tra l’antico insediamento di Curogna e la bella chiesetta dei Monti di Ditto<br>Monti Chirògna - Velloni - Pianèll - Gana - Gola Secca - I Barèd - el Mòta - di Ditto - Monti Chirògna (Locarnese)<br><i>Garbani Nerini Diego</i> | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div>  |
| SA 26 | <b>Gita notturna sui sentieri dei contrabbandieri</b><br>Bella gita circolare tra i boschi di faggio su sentieri carichi di storia<br>Certara - Bogno - San Lucio - Corte - Pianca - Certara (Val Colla)<br><i>Riva Scettrini Patrizia</i>                                   | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div>  |
| ME 30 | <b>Lago della Cavegna</b><br>Uno dei laghi della Val Vergeletto<br>Piano delle Cascine - Alpe del Casone - Alpe di Porcaresc - Passo della Cavegna - Lago della Cavegna - Piano delle Cascine (Val Vergeletto)<br><i>Garbani Nerini Diego</i>                                | <div>🌸🌸🌸</div> <div>T2</div> |

| Luglio |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                              |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| DO 4   | <b>Media Valle di Blenio: Nara</b><br>Le piste del Nara in fiore e l’Adula vista dalle altalene<br>Leontica - Cancori - “Pela” - Promesciallo - Ardedo - Negrentino - Leontica (Valle di Blenio)<br><i>Geninasca-Hess Andrea</i>                                                                                                                                                                           | <div>🌸🌸🌸</div> <div>T2</div> |
| ME 14  | <b>Lavizzara: dai Monti di Rima a Peccia alla scoperta del nuovo Centro di Scultura</b><br>Un sogno di pietra diventato realtà<br>Broglio - Rima oratorio - Prato-Sornico - Peccia - Grotto Pozzasc - Broglio (Val Lavizzara)<br><i>Donati-Anzini Nadia</i>                                                                                                                                                | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div>  |
| ME 28  | <b>Lucendro e i suoi incantevoli laghetti</b><br>Rilassante giro ad anello partendo dallo storico Passo del S. Gottardo<br>Ospizio - Lago Lucendro - Laghi della Valletta - Bassa Valletta - Lago d’Orsino - Mottolone - Ospizio (Valle Leventina)<br><i>Manzoni Lorena</i>                                                                                                                                | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div>  |
| SA 31  | <b>Dal Lucomagno a Campra: il clima cambia, la natura si adatta</b><br>Una giornata tra pini cembri, pascoli alpini, accanto ad una sorgente e ammirando un ghiacciaio, alla scoperta dell’ecosistema alpino e di come è influenzato dai cambiamenti climatici<br>Alpe Casaccia - Riserva forestale Selvasecca - Acquacalda centro Pro Natura - Dòtra - Campra (Valle di Blenio)<br><i>Lanini Fabienne</i> | <div>🌸🌸</div> <div>T2</div>  |

| Agosto       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                              |
|--------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------|
| LU 9 - ME 11 | <b>Scollinando tra Blenio e Leventina seguendo il richiamo del nido d’Aquila</b><br>Trekking di 3 giorni tra il Prèdelp e il Molare su collegamenti storici<br>Acquacalda - Canali di Lareccio - Passo Predèlp - Prodör - Molare - Bassa di Nara - Piandios - Gòrda di sopra - Punta di Larescia - Passo Bareta - Acquacalda (Valle di Blenio - Valle Leventina)<br><i>Mandioni Lara</i> | <div>🌸🌸🌸</div> <div>T3</div> |