



Descrizione:

Allenamento itinerante lungo la riviera degli ulivi sul Lago d'Iseo, da Sale Marasino a Marone.

L'allenamento prende il via dalla frazione Maspiano nel comune di Sale Marasino, nei pressi della chiesa dedicata a S. Giacomo. Da Maspiano si segue l'Antica Strada Valeriana tra piccoli filari di vite, alberi di noce e prati da sfalcio, fino alla frazione di Gandizzano ed alla chiesa di S. Maria. Proseguendo ci si abbassa di quota per attraversare il torrente Saletto, nell'omonima valle. Arrivati alla frazione di Marasino, la si attraversa passando accanto alla chiesa di S. Antonio. Lasciata alle spalle la frazione di Conche, si giunge all'attraversamento del torrente Vigolo, che trae le sue origini poco sotto Punta Almanà, montagna cara ai salesi; segno dell'arrivo alla frazione Distone. Si prosegue tra uliveti fino all'attraversamento, su di un piccolo ponte ad arco in pietra, del corso d'acqua che scende dal Monte Caprello: il torrente Tufo, nella frazione Dosso. Abbandonate le fitte abitazioni della frazione la risalita su mulattiere si fa decisa, fino ad incrociare la strada che collega Distone con Massenzano. Si prosegue in direzione Marone inoltrandosi tra gli uliveti. Giunti alla frazione di Vesto si guadagna quota fino alla frazione di Pregasso. Una suggestiva scalinata permette di accedere all'eremo di S. Pietro, posto su uno sperone roccioso molto panoramico. Dopo una breve sosta l'allenamento riprende in discesa fino all'abitato di Marone. Da qui, prima seguendo la pista ciclo-pedonale che costeggia il lago, e poi risalendo lungo le vie del paese, si torna al punto di partenza.

Buon allenamento!

NORDIC WALKING TRAINING ALLENAMENTO TECNICO

La riviera degli ulivi

DOMENICA 20/10/2019

Ritrovo	ORE 8,00 BRESCIA, Parcheggio Metro fermata Poliambulanza (da via Dario Morelli)
Località di partenza	Sale Marasino (BS)
Difficoltà	Facile
Distlivello	Circa 350 metri
Tempo	Circa 3 ore
Rientro	Ore 13,00 circa alle auto
Attrezzatura	Bastoncini da nordic walking
Abbigliamento	Abbigliamento traspirante a più strati, scarpe da trekking o trail running
Pranzo	Non previsto
Punti di appoggio	Bar lungo il percorso
Iscrizioni	info@nordicwalkingbs.com o al tel. 333 5255655
Prezzo	TESSERE CLASSIC € 10,00 TESSERE GOLD: compreso nella quota di iscrizione
Coordinatori	LUIGI luigi.bazzana@gmail.com 349 8741446
Percorso stradale	Dal parcheggio prendere la tangenziale in direzione del Lago d'Iseo. Uscire a Iseo e seguire le indicazioni per la Valle Camonica. Arrivati a Sale Marasino proseguire in direzione della frazione di Maspiano, dove si parcheggia.

