

## 23 - Traversata Capanne di Cosola/Capanne di Carrega

Scritto da Marco Gallione

Martedì 27 Gennaio 2009 10:03 -

<b>Dislivello:</b>	In salita 370 m; in discesa 500 m.
<b>Ciclabilità:</b>	87%
<b>Percorso:</b>	

Dal valico scendiamo sul versante orientale per pochi
Dopo circa 700 metri lasciamo la strada per salire a
Usciti dal bosco superiamo una ripida salita a cui segue
Una ripida salita termina in vetta al Cavalmurone (km
Scendiamo un tratto ripido e saliamo raggiungendo una
Una ripidissima discesa ci porta al passo del Legnà.
Qui si presentano due possibilità:
1) Proseguiamo sulla strada che scende a destra del
Qui saliamo a sinistra per una mulattiera dissestata.
2) (consigliabile) Lasciamo la strada per salire a sinistra
Scendiamo nel bosco poi saliamo un tratto ripido. Usciamo
La lunghezza dei due percorsi è eguale.
Seguiamo la strada, trascurando le scorciatoie del sentiero,
Raggiungiamo la base del monte Carmo (km 6,8). La strada
Arriviamo al bosco sul versante meridionale del Carmo

### Osservazioni:

Percorribile anche in senso contrario, ma forse ancor

Itinerario aggiornato a Settembre 2001

### Immagini:



**Il sentiero sale da Capanne di Cosola**

**e attraversa il Cavalmurone in cresta**

## 23 - Traversata Capanne di Cosola/Capanne di Carrega

Scritto da Marco Gallione

Martedì 27 Gennaio 2009 10:03 -

---



La seconda parte della traversata, dal monte Legnà

Itinerario e immagini [gentilmentebike.it](http://gentilmentebike.it)

concesse da: