

Itinéraire en boucle partant de Domodossola à la découverte des hameaux ruraux de la basse Vallée Bognanco. L'histoire des établissements humains sur les contreforts raconte l'aventure collective de petites communautés rurales constamment engagées dans une dure lutte contre les aspérités et les rudesses de la montagne. C'est une histoire fascinante non seulement parce qu'elle s'est déroulée il y a très longtemps mais aussi parce qu'elle a modelé soigneusement le territoire en créant la possibilité de vie dans un milieu dominé par la verticalité.

L'itinéraire part de la **gare internationale de Domodossola**. Si vous arrivez en voiture, nous vous conseillons de vous garer au grand parking « della Vigezzina » dans la Via Piave, derrière la gare ferroviaire.

Devant la gare, empruntez tout droit **Corso Paolo Ferraris** ; au deuxième croisement, tournez à gauche sur **Corso Fratelli Di Dio** qui conduit à la petite place de la Mairie ; là, continuez tout droit sur **Via Garibaldi** jusqu'à la prochaine place d'où partent plusieurs routes, empruntez la deuxième à gauche sur **Via Rosmini** qui devient ensuite **Via Matterella** et pédalez jusqu'au croisement avec le **Périphérique Dalla Chiesa**. Montez à droite le long du Périphérique, passez deux ronds-points et continuez jusqu'au croisement avec **Via Giuseppe Di Vittorio**. Là, tournez à gauche et grimpez jusqu'au pont routier qui enjambe la rivière Bogna. Passez le pont et, juste après, quittez la route principale pour emprunter la petite route pavée qui traverse le centre de **Mocogna** et rejoint le petit oratoire. Un peu plus loin, vous verrez une petite place avec une fontaine en pierre. C'est là que part le chemin muletier pour Cisore et Monteossolano (sentier D00- Via Stockalper Val Bognanco). Montez jusqu'à la petite chapelle puis tournez à gauche ; après deux virages, vous arriverez au petit village de **Cisore** où vous croiserez la route carrossable. Empruntez cette route qui monte, avec des virages abrupts, jusqu'à **Pregliasca** et enfin **Monteossolano**. Après le parking, un dernier tronçon raide conduit au centre du petit village ; traversez-le pour rejoindre la belle Église de San Gottardo avec son belvédère sur la vallée. À partir de l'église, reprenez le sentier D00 qui continue à mi-côte et mène à l'**Oratoire** caractéristique du **Dagliano** dédié à San Rocco. Derrière l'oratoire, prenez le chemin de pacage qui descend abruptement puis se transforme en piste grossièrement goudronnée ; vous rejoindrez le petit village de **Pianezza** qui mérite une brève visite et conserve un ancien pressoir à raisin caractéristique. À Pianezza, un dernier tronçon raide et goudronné descend jusqu'à croiser la route provinciale de la vallée Bognanco. Tournez à droite et parcourez environ 150

mètres en montée jusqu'au **pont en pierre** bien visible qui enjambe la rivière. Passez le pont et suivez le chemin muletier, dont certains morceaux sont abrupts, qui monte au hameau **San Marco**. Là, empruntez la petite route goudronnée qui se développe à mi-côte et rejoint la route provinciale de la vallée dans le lieu-dit **Campeglio**, parcourez environ 300 mètres en montée sur cette route jusqu'au croisement pour Bosco et Pioi. La montée en virages devient difficile et présente quelques tronçons très raides. Les deux petits villages de **Bosco** et **Pioi** méritent une visite pour la belle architecture en pierre et l'atmosphère de tranquillité qu'ils dégagent. 200 m avant d'arriver à Pioi, une piste forestière monte vers l'Alpe Barca et l'Alpe Manzano. Parcourez-la sur environ 400 mètres et, au deuxième virage, empruntez le sentier qui descend pour croiser celui provenant de Pioi (où il est impossible de pédaler en montée). Tournez à droite sur le sentier à mi-côte qui passe un premier vallon conduisant à une poignée de maisons rurales, **Crestapiana**, perchée sur un dos morainique. Le sentier continue en descente jusqu'à un petit pont en bois sur le **Rio Molezzano** puis à mi-côte avec quelques morceaux difficiles mais courts où il faut porter le vélo. Après un autre vallon, vous arriverez au petit groupe de maisons de l'**Alpe Pontasca** d'où part une piste en terre battue (gérée par un consortium) qui descend jusqu'au petit village de **Bei**. Après le village, empruntez la route carrossable qui descend jusqu'à croiser la route Domodossola – Alpe Lusentino que vous devez suivre en descente jusqu'aux hameaux **Tagliaroli** et **Sala** ; là, prenez à gauche le chemin muletier qui descend dans le centre de **Vagna** où se trouve la belle église paroissiale de San Brizio. Au centre du village, un grand chemin muletier descend vers le lieu-dit **Castanedo** où il croise Via Giuseppe di Vittorio que vous avez parcourue en montée. Suivez alors le parcours de l'aller dans le sens inverse pour revenir à la **gare de Domodossola**.

## ASPECTS TECHNIQUES

Le parcours alterne des morceaux goudronnés parfois très abrupts et des tronçons sur sentier et chemin muletier.

Il ne faut pas oublier que les sentiers et les chemins muletiers ne sont pas réservés exclusivement aux vélos, il faut donc toujours modérer la vitesse, surtout à proximité des courbes ou des éventuels points aveugles. Il faut avoir le même comportement quand on traverse les petits villages et les alpages.

## POINTS D'ATTENTION

Le tronçon allant de Crestapiana à l'Alpe Pontasca présente quelques tronçons de sentier étroit et un peu exposé, de courts morceaux avec des petites roches ou des marches en montée qui obligent à descendre de vélo pour le pousser sur quelques mètres.

## DONNÉES TECHNIQUES

Zone géographique d'appartenance : Verbano Cusio Ossola / Ossola / Vallée Bognanco

Lieu de départ : Domodossola (Gare ferroviaire 270 m)

Lieu d'arrivée : Domodossola (Gare ferroviaire 270 m)

Nombre d'étapes : 1

Longueur : 25 km

Total des montées : 1100 m environ

Total des descentes : 1100 m environ

Difficulté : S2 (MOYEN)

Durée moyenne : 2 heures et 30 minutes

Altitude minimale : 270 m (Domodossola Gare ferroviaire )

Altitude maximale atteinte : 907 m (virage piste au-dessus de Pioi)

Degré de cyclabilité : Bon

Période conseillée : Avril - novembre

Présence de panneaux : Non

Public cible : Amateur de VTT

## POINTS PANORAMIQUES

Monteossolano, Pioi, Alpe Pontasca, Bei

## LIEUX DE RESTAURATION

Domodossola, Mocogna, Vagna

## BUREAUX D'INFORMATION TOURISTIQUE

DOMODOSSOLA – Piazza Matteotti c/o Stazione Ferroviaria – 28845 Domodossola (VB), Tél. +39 0324 248265, [infopoint@visitossola.it](mailto:infopoint@visitossola.it)

BOGNANCO TERME – Via Cavallini – 28842 Bognanco (VB), Tél. +39 0324 234127, [info.prolocobognanco@gmail.com](mailto:info.prolocobognanco@gmail.com)

## BIKE SERVICE

Ciclomania Barale, **Vente-Atelier-Location**, Via Papa Giovanni XXIII, 64 – 28845 DOMODOSSOLA (VB), Tél. +39 0324 241203, [info@ciclomania.com](mailto:info@ciclomania.com), [www.ciclomania.com](http://www.ciclomania.com)

Il Ciclista di Calvetti Fabio & Brusco Stefano, **Vente-Atelier-Location**, Corso, Via Ferdinando Disegna, 10 – 28845 DOMODOSSOLA (VB), Tél. +39 0324 227400, [ilciclista.snc@tiscali.it](mailto:ilciclista.snc@tiscali.it), <http://www.ilciclista.com>

BikeMotion, **Vente-Atelier-Location**, Corso Colonnello Attilio Moneta, 57 – 28845 DOMODOSSOLA (VB) Tél. +39 349 2562899 [info@bikemotionshop.com](mailto:info@bikemotionshop.com), [www.bikemotionshop.com](http://www.bikemotionshop.com)

Cicli Niccioli, **Vente-Atelier-Location**, Via Luigi Cadorna, 42 - 28845 Domodossola VB Tél. + 39 0324 45533 / 366 304 9272 [cicli.niccioli@libero.it](mailto:cicli.niccioli@libero.it)

## BORNES DE RECHARGE

Il n'y a pas de lieux de recharge mais le dénivelé et le nombre de kilomètres du parcours n'exigent pas de recharges supplémentaires.

## LIEUX D'INTÉRÊT

### Le long du parcours

**Domodossola** : vieille ville avec la Belle Piazza Mercato, les Musées municipaux du Palazzo Silva et Palazzo San Francesco, la Petite tour médiévale, la Collégiale des Santi Gervasio e Protasio

### La civilisation rurale de montagne

Ces mille dernières années, la civilisation rurale s'est développée au bas du Val Bognanco où l'exploitation des cultures en terrasses a constitué le maillon fort des systèmes de production. Le modèle d'établissement de villages comme Vagna, Monteossolano, Cisore, Bosco, Pioi est constitué d'édifices regroupés en agglomérats fermés et disposés de façon linéaire sur les pentes raides des versants. Des édifices en pierre accrochés à la montagne et entourés de champs en terrasses qui parlent de la « civilisation rurale de montagne ». Ces villages conservent les infrastructures de l'économie paysanne : des pressoirs pour presser le raisin et obtenir un vin aigre (le prunent), des moulins pour moudre le seigle, l'orge et les châtaignes, des fours pour faire cuire le « pansègla » (pain noir obtenu avec des farines de seigle et de blé), des terrasses imposantes qui témoignent du lourd travail au cours des siècles pour « voler » au versant un peu de terrain, des « toppie » (pergolas réalisés avec des plaques en pierre soutenant des traverses en châtaignier sur lesquelles se développent les sarments).

### Le Pressoir de Monteossolano

Au centre du village de Monteossolano, on peut visiter un grand pressoir à raisin pour la production du vin. Ces grands pressoirs sont de véritables chef-d'œuvre « d'ingénierie paysanne » : les pressoirs à levier, dits également « piémontais ». Ils se trouvaient dans des cabanes ou des locaux adéquats et étaient constitués d'une grande poutre (arvul) en châtaignier ou chêne, qui mesurait parfois 7 ou 10 mètres de long et d'une grosse pierre reliée à la poutre à l'aide d'une vis réalisée en bois de noyer, de poirier ou, dans certains cas, de frêne. La poutre constituait un levier qui pouvait être mis en mouvement en agissant sur la vis, ce qui entraînait l'abaissement sur le lit en bois ou en pierre sur lequel était accumulé le raisin à presser. Le poids du gros tronc en châtaignier et de la grande pierre enchaînée à la vis était en mesure de développer une pression de plusieurs tonnes.

Le pressoir de Monteossolano ne fut plus utilisé par la communauté dès le début des années 1980. On peut le visiter à tout moment depuis qu'il est muni d'une serrure à jeton. D'autres pressoirs à raisins bien conservés se trouvent à Cisore et Pontasca. Pour la visite, il faut s'adresser aux habitants des lieux.

## Normes de comportement

### 1. Rester sur les sentiers

Respecter le sentier et les éventuelles interdictions d'accès. Respecter la propriété privée.

### 2. Ne pas laisser de traces

Respecter le territoire. Les sentiers mouillés et boueux sont plus vulnérables que les sentiers secs. Rester sur les sentiers existants et ne pas en créer de nouveaux. Ne pas prendre de raccourcis en coupant les virages. Ne pas abandonner les déchets dans la nature.

### 3. Conduire avec prudence

Un moment d'inattention peut mettre en danger soi-même et les autres. Respecter les limites de vitesse et conduire de sorte à toujours avoir le contrôle du vélo. Toujours porter le casque.

### 4. Ne pas effrayer les animaux

Les animaux s'effraient facilement en cas d'approche soudaine, de mouvement brusque ou de grand bruit. Il faut leur laisser l'espace et le temps suffisants pour s'adapter à notre présence.

### 5. Donner correctement la priorité

Ces sentiers ne sont pas à usage exclusif des vélos, ils sont également utilisés par des randonneurs à pied. Donc, notamment en descente, il faut modérer la vitesse : derrière un virage, il pourrait y avoir quelqu'un qui monte. Faire en sorte que les autres utilisateurs des sentiers sachent qu'on va les dépasser, lancer un salut amical ou utiliser une sonnette. Les cyclistes doivent céder le passage à tous les utilisateurs non motorisés des sentiers. Les cyclistes qui roulent en descente doivent donner la priorité à ceux qui montent. Faire en sorte que chaque dépassement ait lieu de la manière la plus sûre et aimable possible.



**NE PAS OUBLIER :**  
**LES CYCLISTES DOIVENT TOUJOURS CÉDER LE PASSAGE AUX AUTRES**  
**UTILISATEURS.**

## NORMES DE COMPORTEMENT POUR VÉTÉTISTES

Dès l'apparition des premiers VTT, la N.O.R.B.A. (National Off Road Bicycle Association) rédigea un code de comportement visant à réglementer l'activité tout-terrain dans le respect de la nature et des autres habitués des montagnes et des sentiers.

Le code N.O.R.B.A. A été adopté par de nombreux clubs, organismes, associations et écoles présentes sur le territoire italien. Il s'agit d'une série de conseils d'ordre général qui, s'ils sont observés avec attention, peuvent contribuer à rendre plus agréable à tous cette pratique sportive et de randonnée si en vogue aujourd'hui.

### Code N.O.R.B.A.

1. Toujours céder le passage aux randonneurs à pied.
2. Ralentir et faire preuve de la plus grande prudence pour approcher et dépasser des randonneurs à pied ou d'autres cyclo-randonneurs, en signalant toujours son arrivée suffisamment à l'avance ; éviter les tapages et les hurlements, en fait s'excuser et saluer poliment.
3. Toujours contrôler la vitesse du VTT et aborder les virages avec grande prudence, en prévoyant des obstacles imprévus. L'allure doit être adaptée au type de terrain, au type de parcours et à l'expérience de chacun.
4. Il faut toujours rester à l'intérieur du parcours tracé pour réduire au minimum l'impact sur l'environnement (dommages permanents à la végétation environnante et érosion consécutive du terrain).
5. Ne pas déranger ou effrayer les animaux, aussi bien domestiques que sauvages ; leur donner le temps de s'éloigner et de sortir du parcours.
6. Ne laisser en aucun cas des déchets sur notre passage ; il faut les ramasser et si possible même ceux abandonnés par d'autres randonneurs « distraits ».
7. Toujours respecter les propriétés privées et publiques en laissant les grilles, les barrières mobiles ou les barres telles qu'on les a trouvées. En tout cas, si possible, s'adresser directement aux propriétaires des terrains pour demander l'autorisation de passer. Souvent « Entrée interdite » signifie simplement « S'il vous plaît, si vous voulez passer demandez l'autorisation ».



- 8.** Pendant la cyclo-randonnée, il convient toujours d'être autosuffisants. Le but à atteindre et la vitesse de déplacement doivent être proportionnés à la préparation psycho-physique et à la capacité du conducteur, à l'équipement, à l'environnement, au terrain et surtout aux conditions météorologiques.
- 9.** Ne jamais entreprendre tout seul une cyclo-randonnée, sauf cas de force majeure. Ne pas passer dans des zones isolées et éloignées des voies de communication principales ; toujours donner des indications claires sur le parcours et l'heure prévue pour le retour.
- 10.** Réduire au minimum l'impact sur la nature : voler seulement des images et des souvenirs et ne laisser que l'empreinte à peine perceptible du vélo.