



WONDER GARDA

Bike

LAGO DI
GARDA
LOMBARDIA



Live your outdoor experience

www.gardalombardia.it

www.in-lombardia.it









NORME DI SICUREZZA E COMPORTAMENTO

Munirsi di attrezzatura e abbigliamento adatto per escursioni a seconda della stagione. Verificate le previsioni meteo il giorno prima e informatevi in loco se l'itinerario è percorribile.

Durante l'escursione restate sui sentieri segnalati, abbiate rispetto del Codice della Strada, dell'ambiente circostante e non abbandonate rifiuti.

La percorribilità degli itinerari potrebbe non coincidere necessariamente con le indicazioni riportate che andranno costantemente e puntualmente verificate sul terreno. L'autore declina qualsiasi responsabilità per eventuali incidenti o danni subiti che si dovessero verificare sui tracciati proposti.



NUMERO UNICO DI EMERGENZA

112

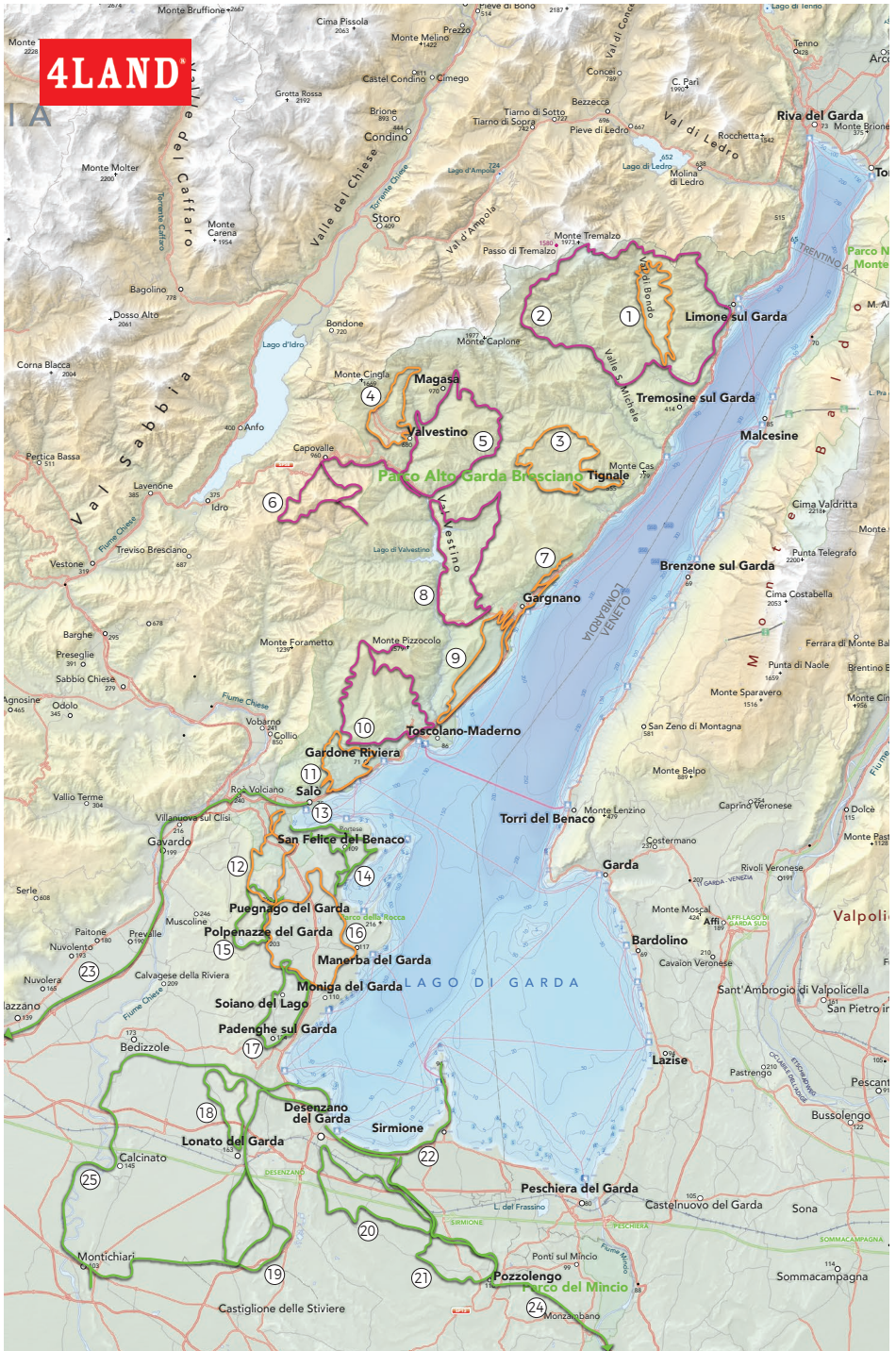
1	Tremosine sul Garda	p. 6
2	Limone sul Garda - Tremosine sul Garda	p. 8
3	Tignale	p. 10
4	Valvestino	p. 12
5	Valvestino - Magasa	p. 14
6	Valvestino	p. 16
7	Gargnano	p. 18
8	Gargnano - Valvestino	p. 20
9	Toscolano Maderno - Gargnano	p. 22
10	Toscolano Maderno	p. 24
11	Salò - Gardone Riviera	p. 26
12	Salò - Puegnago del Garda	p. 28
13	Salò - San Felice del Benaco	p. 30
14	Manerba del Garda - San Felice del Benaco	p. 32
15	Puegnago del Garda - Polpenazze del Garda	p. 34
16	Moniga del Garda - Soiano del Lago - Puegnago del Garda - Manerba del Garda	p. 36
17	Padenghe sul Garda - Soiano del Lago	p. 38
18	Lonato del Garda - Padenghe sul Garda	p. 40
19	Lonato del Garda	p. 42
20	Desenzano del Garda	p. 44
21	Desenzano del Garda - Pozzolengo	p. 46
22	Desenzano del Garda - Sirmione	p. 48
23	Dal Garda a Brescia	p. 50
24	Dal Garda a Mantova	p. 52
25	Dal Garda a Montichiari	p. 54

FACILE

MEDIO

DIFFICILE

4LAND





TOUR 1 / MEDIO

TREMOSINE SUL GARDA



Possibile presenza di neve in inverno



D'interesse naturalistico/geologico



D'interesse storico/culturale



Panoramico



MTB

Dal parcheggio sito nella parte alta di **Vesio** (0,0 km), s'imbocca via Passo Nota in direzione Nord percorrendo tutta la **valle di Bondo**, luogo dove risiedeva un antico lago. Si tratta di una zona di elevato interesse naturalistico e dal 1980 una vera e propria riserva naturale, paradiso per gli escursionisti. La prima parte dell'itinerario si svolge su strada asfaltata, che fino al km 4 si snoda in falsopiano, senza particolare dislivello. Poi, superata una vasta area picnic con fontana (4,2 km), la strada diviene più ripida. La serie di tornanti che permettono di superare il dislivello di circa 550 m per giungere al Passo Nota inizia al km 5. Al km 8,5 la strada diviene acciottolata e,

dopo poche centinaia di metri, nei pressi dell'ultimo tornante, si trova una fontana e il bivio per il vicino Rifugio degli Alpini "fratelli Pedercini". Proseguendo sulla strada che giunge al **Rifugio Passo Nota** (9,0 km) e successivamente all'omonimo passo (1218 m s.l.m.), l'ambiente è di alta montagna, con cime calcaree che attorniano il passo, boschi misti di conifere e faggi. Si torna indietro per qualche centinaio di metri e, superato il Rifugio Passo Nota, al bivio si prende la sterrata a sinistra con indicazioni per **Vesio** (sentiero n. 106). Il resto del percorso si sviluppa su una strada militare sterrata e, sino al km 12,5, ci si alza ancora di circa 100 m di quota per scendere poco dopo.



Come raggiungerci

AUTO

Vesio è raggiungibile salendo sull'altopiano di Tremosine sul Garda, da Limone sul Garda o da Tignale. Possibilità di parcheggio nei pressi del punto di partenza.

MEZZI PUBBLICI

Vesio è raggiungibile con bus (www.arriva.it).

Nella prima parte, dove attraversiamo diverse gallerie scavate nella roccia durante la Prima Guerra Mondiale, si percorrono tratti particolarmente panoramici su Tremosine sul Garda e il Monte Tremalzo, con dolci pendenze. Dal km 16,5 inizia la discesa vera e propria con una serie di ripidi tornanti che riportano, in breve tempo, al punto di partenza della nostra escursione.



Dislivello:
750 m



**Tempo di
percorrenza:**
3,5 h



Distanza:
20,5 km



Altezza max:
1300 m



Partenza/arrivo:
Tremosine sul
Garda, Vesio,
parcheggio via
Passo Nota,
653 m slm



TOUR 2 / DIFFICILE

LIMONE SUL GARDA - TREMOSINE SUL GARDA



Possibile
presenza di
neve in inverno



D'interesse
naturalistico/
geologico



D'interesse
storico/culturale



Panoramico



MTB

L'anello che collega Limone sul Garda al Passo Tremalzo e scende di nuovo al lago lungo la Valle del Singol è uno dei percorsi più celebri e ambiti del Garda, riservato a ciclisti allenati per la sua lunghezza e il dislivello complessivo. Dal **lungolago di Limone sul Garda** (0,0 km) si sale fino a raggiungere la Strada Gardesana Occidentale sulla quale si svolta a sinistra. Dopo alcune centinaia di metri si devia a destra, seguendo l'indicazione per Tremosine sul Garda, immettendosi su una salita che presenta subito alcune sezioni ripide e faticose da pedalare, e ampi panorami sul lago. Si transita da **Bassanega** e da **Voltino** per proseguire prima verso Vesio, e da qui in direzione di

Tignale. Raggiunto l'incrocio in località **Polzone** (10,7 km) si curva a destra immettendosi sulla strada carrozzabile che riporta l'indicazione per il Passo Tremalzo. Lungo il versante sinistro della **Valle di San Michele** si scende fino ad attraversare il torrente, oltre il quale ha inizio una lunga salita che porta subito a passare accanto all'ermo. La pedalata è impegnativa, ma ampiamente ripagata dalla bellezza dei paesaggi naturali circostanti nei quali si estendono boschi e rocce. Oltre il bivio per la Malga Lorina (21,8 km) e la **cascata di Prà di Lavino** si raggiunge prima la **Malga Cà de l'Era** e poi la **Malga Ciapa**, oltre la quale si percorrono ancora tre tornanti fino al **rifugio**



Come raggiungerci

AUTO

Si può raggiungere Limone sul Garda dal basso o dall'alto Garda percorrendo la Gardesana Occidentale (SS45bis). Possibilità di parcheggio in località La Milanese o in parcheggio coperto a pagamento nei pressi del centro di Limone sul Garda.

MEZZI PUBBLICI

Limone sul Garda è raggiungibile con bus (www.arriva.it), e via lago con i mezzi di Navigazione Lago di Garda (www.navlaghi.it).

Garda al passo Tremalzo (29,2 km, 1702 m slm). Bisogna guadagnare ancora un tratto di salita per giungere alla **Bocca di Val Marza**, dove una galleria segna il punto più elevato dell'itinerario (1865 m slm). La strada che segue, che risale alla Prima Guerra Mondiale assieme ai ricoveri che si osservano scavati nella roccia, è spettacolare e divertente, e scende fino ad immettersi su quella che sale dalla valle di Bondo. Da qui si seguono in successione le indicazioni per il **Passo Nota** (38,4 km, 1208 m slm), il **Passo Bestana** (1274 m slm) e la baita Segala. A breve distanza da questa, vicino al passo Guil, si imbecca a destra il sentiero n. 117, che con una serie di passaggi tecnici scen-

de ad immettersi nella Valle del Singol, lungo la quale si scende fino a riportarsi nel paese di Limone sul Garda.



Dislivello:
1798 m



Tempo di percorrenza:
7 h



Distanza:
51,6 km



Altezza max:
1865 m



Partenza/arrivo:
Limone sul
Garda, 67 m slm



TOUR 3 / MEDIO

TIGNALE



Possibile presenza di neve in inverno



D'interesse naturalistico/geologico



D'interesse storico/culturale



Panoramico



MTB

Immerso nel cuore del Parco Alto Garda Bresciano ed esteso su un altopiano fra prati, campi e frutteti fino al limite del bosco da un lato e fino alle rive del lago dall'altro, Tignale è il luogo ideale per passeggiate con panorami mozzafiato alla scoperta dei piccoli borghi che lo compongono. Nel centro della frazione di **Gardola**, sede municipale del comune di Tignale, si parcheggia al Piazzale Arcobaleno. Con la bicicletta si pedala verso la frazione di Olzano. Dopo avere attraversato il paese si continua a pedalare sulla strada che sale nel bosco fino a raggiungere il rifugio Alpini a **Cima Piemp** (7 Km, 1160 m slm), località idonea per una sosta riposante e per ammirare il vasto panorama,

incredibile ogni stagione, che spazia sul lago di Garda e sul Monte Baldo e, sull'altro versante, verso i monti della Valvestino e del Trentino. Oltre il rifugio la strada presenta il fondo sterrato e si sviluppa tra la Cima Traval e la Cima delle Carbonere: un lungo tratto di discesa caratterizza questa sezione, che richiede però ancora il superamento di una salita per arrivare al **Passo d'Ere** (11,7 km, 1131 m slm). Qui giunti si procede seguendo il segnavia 253, scendendo lungo la via principale per ca 7 Km. Lungo il percorso si toccheranno i seguenti punti: Bocca Paolone (947 m slm) e Passo Fobia (907 m slm). Rimanendo sul 253 si giungerà poi in località **Vione** (694 m) dove all'incrocio ci si do-



Come raggiungerci

AUTO

Si può raggiungere Tignale salendo dalla Gardesana Occidentale (SS45bis), oppure anche da Tremosine sul Garda. Possibilità di parcheggio nel Piazzale Arcobaleno.

MEZZI PUBBLICI

Tignale è raggiungibile con bus (www.arriva.it).

vrà tenere sulla sinistra ed imboccare il sentiero con segnavia n. 251 (direzione Aer). Seguendo questo sentiero (per 2,4 Km) giungerete nella frazione di Aer. Da qui dopo 1 Km, seguendo la strada principale, vi ritroverete nuovamente al Piazzale Arcobaleno, punto di partenza del tour.



Dislivello:
530 m



Tempo di percorrenza:
3 h



Distanza:
21,6 km



Altezza max:
1100 m



Partenza/arrivo:
Tignale, Gardola,
555 m slm



TOUR 4 / MEDIO

VALVESTINO



Possibile presenza di neve in inverno



D'interesse naturalistico/geologico



D'interesse storico/culturale



Panoramico



Consigliabile anche a piedi



MTB

Dalla **piazza Madonna Pellegrina** (0,0 km), in centro al paese di **Turano**, dopo una breve visita alla **chiesa** Parrocchiale da cui si gode un bel panorama sulla vallata, si scende per la strada provinciale fino al bivio per **Armo** (0,6 km) per poi imboccare la ripida strada sulla sinistra che, dopo alcuni tornanti, conduce in questo piccolo borgo (3,7 km). Superate le piccole vie di Armo, una antica fontana e la chiesa, si giunge sul lato opposto del paese, dove la strada asfaltata finisce ed inizia lo sterrato. Il percorso prosegue nella valle del **torrente Armarolo**, dove inizialmente si scende fino al letto del torrente, per poi risalire godendo degli splendidi salti d'acqua, marmitte e gio-

chi d'acqua dovuti all'erosione millenaria del torrente. Giunti in località **Ponte Franato** (7,0 km), si passa sopra il ponte e si prosegue ancora in salita. Ora la strada si sviluppa sul versante occidentale della vallata, fino a giungere al punto più elevato della nostra escursione (1100 m slm) in prossimità di una radura denominata **Messane** (9,5 km). Qui il panorama spazia su tutti i monti circostanti della Valvestino. Al trivio, dove la strada diviene asfaltata, seguiamo le indicazioni per il borgo di Persone. In discesa, velocemente si giunge sul lato nord del piccolo borgo, sul tornante della strada principale che sale da Turano. Attraversiamo **Persone** (11,7 km) in salita e giungiamo, gra-



Come raggiungerci

AUTO

Turano in Valvestino è raggiungibile da Gargnano lungo la SP9 che fiancheggia la diga di Valvestino, oppure anche da Idro. Parcheggio disponibile sulla strada di accesso al centro del paese.

MEZZI PUBBLICI

Turano è raggiungibile con bus (www.arriva.it).

zie alla comoda strada asfaltata a **Moerna** (14,0 km). Superato il paese, sulla sinistra della strada provinciale si stacca l'antica via Turano-Moerna (14,5 km) di cui oggi rimane solo una sterrata che scende velocemente tra boschi e radure. Solo 2 km mancano per giungere di nuovo nella piazza di **Turano** (16,5 km).



Dislivello:
650 m



Tempo di
percorrenza:
3,5 h



Distanza:
16,5 km



Altezza max:
1050 m



Partenza/arrivo:
Valvestino,
Turano, piazza
Madonna
Pellegrina,
658 m slm



TOUR 5 / DIFFICILE

VALVESTINO - MAGASA



Possibile presenza di neve in inverno



D'interesse naturalistico/geologico



Panoramico



MTB

All'estremità settentrionale della diga di Valvestino si raggiunge **Molino di Bollone** (0,0 km) dove si parcheggia vicino al ponte. I primi chilometri dell'itinerario si sviluppano sulla strada che sale in direzione di Magasa, che corre a fianco prima del torrente Toscolano e poi del Magasino. La pendenza è inizialmente moderata, poi aumenta in corrispondenza della curva a destra e del ponte che permette di scavalcare il torrente Armarolo, ma non richiede eccessivo impegno. Raggiunto il paese di **Magasa** (7,8 km) si continua a pedalare verso l'altopiano di Rest, passando sotto lo spuntone roccioso della Rocca Pagana. Seguono ora un paio di chilometri di salita più ripida,

con un ampio panorama che si apre in direzione del Monte Tombea e del Caplone, la vetta più elevata del Garda lombardo. La salita termina presso la **chiesetta degli Alpini di Rest** (1211 m slm), dalla quale si ammirano i vasti prati di Rest che compongono un paesaggio di grande quiete e suggestione. Dopo avere superato il piccolo nucleo di fienili ristrutturati di **Cima Rest** (11,5 km) si prosegue in discesa fino a raggiungere la minuscola frazione di **Cadria**. La discesa prosegue lungo il sentiero n. 292 ora su fondo sterrato e poi sulla traccia di un sentiero costeggiando il torrente. Superato un vecchio cippo dell'antico confine tra l'Impero austro-ungarico e il Regno d'I-



Come raggiungerci

AUTO

Molino di Bollone è raggiungibile da Gargnano lungo la SP9 che fiancheggia la diga di Valvestino, oppure anche da Idro. Possibilità di parcheggio a Molino di Bollone, vicino al ponte.

MEZZI PUBBLICI

Molino di Bollone è raggiungibile con bus (www.arriva.it).

talia, l'itinerario diventa per un breve tratto più selvaggio tanto da dover guardare una decina di volte il piccolo torrente (per le sue caratteristiche, questo tratto va affrontato da ciclisti esperti). Il sentiero n. 292, torna a diventare una facile strada sterrata in prossimità della località **Droane**, che prosegue fino a raggiungere il ponte della strada provinciale (22 km), sulla quale ci si immette svoltando ancora a destra per fare rientro a Molino di Bollone.



Distivello:
780 m



Tempo di
percorrenza:
3,5 h



Distanza:
25 km



MAX
Altezza max:
1211 m



Partenza/arrivo:
Valvestino,
Molino di
Bollone,
510 m slm



TOUR 6 / DIFFICILE

VALVESTINO



Possibile presenza di neve in inverno



D'interesse naturalistico/geologico



MTB



Panoramico

In corrispondenza del piccolo nucleo di edifici di **Molino di Bollo-**
ne (0,0 km) si parcheggia l'auto e si monta in sella alla bicicletta. Si inizia a pedalare in direzione Nord e si svolta poco più avanti a sinistra sulla strada che sale verso Capovalle. Il primo tratto di quattro tornanti che rimontano la parte più bassa della boscosa Valle dei Molini è piuttosto ripido, poi si prosegue su pendenze meno accentuate fino al **Passo San Rocco** (7,2 km, 946 m slm), spartiacque tra la Valvestino e la Valle Sabbia. Poi in leggera discesa in direzione del Lago d'Idro per circa 600 m quando in corrispondenza del primo tornante si svolta a sinistra in direzione del **Passo Cavallino della Fobbia** (11,6 km, 1098 m slm). Si segnalano alcuni brevi tratti di salita particolarmente ri-

pidi, sia su asfalto che su sterrato, fino a **Cocca Veglie** (seguire le indicazioni dal Passo) e poi al Fienile di Los (16,9 km, 1325 m slm). I panorami sono splendidi! Qui si può decidere se proseguire lungo il piacevole percorso (sentiero n. 474) che porta ad attraversare la testata della valle Camerelle e poi al **Casello di Vesta** (18,7 km, 1389 m slm), luogo caratterizzato dalla presenza di malghe e fienili, verdi prati e piacevoli panorami sulla sottostante **area Wilder-**
ness della Val di Vesta, isolata e selvaggia, dove il torrente Vesta, raccogliendo le acque di vari affluenti laterali, si snoda lungo un percorso tortuoso creando forre, cascate ed il "fiordo" del Lago di Valvestino. Altrimenti, dal Fienile di Los, si può proseguire lungo lo sterrato che scende nel bosco



Come raggiungerci

AUTO

Molino di Bollone è raggiungibile da Gargnano lungo la SP9 che fiancheggia la diga di Valvestino, oppure anche da Idro. Possibilità di parcheggio a Molino di Bollone, vicino al ponte.

MEZZI PUBBLICI

Molino di Bollone è raggiungibile con bus (www.arriva.it).

(sentiero n. 470B) riportandoci al **Passo San Rocco**. Qui si svolta a destra e si percorre tutta la bella discesa fino a Molino di Bollone.



Dislivello:
980 m (+100 m*)



Tempo di
percorrenza:
3 ore
(+30 minuti*)



Distanza:
28,9 (+3,6 km*)



Altezza max:
1359 m (+30 m*)



Partenza/arrivo:
Valvestino,
Molino di
Bollone,
510 m slm

*Con deviazione fino a Casello di Vesta



TOUR 7 / MEDIO

GARGNANO



D'interesse
naturalistico/
geologico



D'interesse
storico/culturale



Panoramico



Slow bike

Lungo la Strada Statale Gardesana Occidentale si raggiunge **Bogliaco** e si parcheggia nelle vicinanze del porto privato "Marina di Bogliaco" (0,0 km). Con la bicicletta si pedala in direzione Nord e si attraversa il borgo che si affaccia sullo specchio di lago dal quale parte ogni anno la prestigiosa regata internazionale della Centomiglia. Poco più avanti ci si immette sulla statale svoltando a destra, si passa accanto al grande **Palazzo Bettoni** e alle sue limonaie e poi si curva a destra su via Colletta per portarsi all'interno di **Villa**, con il suo grazioso piccolo porto. All'uscita da Villa si pedala ancora verso Nord per un breve tratto e poi, in corrispondenza della stazione dei

bus, si esce dalla Gardesana a destra seguendo l'indicazione per il centro di Gargnano su via Roma (2,5 km). Si passa accanto alla chiesa e al chiostro di San Francesco, al vicino municipio e poi al Palazzo Feltrinelli. Il nastro d'asfalto che prosegue che prosegue con il nome di via Rimembranza e poi via San Giacomo corre vicino al lago e può essere percorso fino alla sua conclusione presso la centrale dell'Enel, e regala ampi scorci sul lago tra limonaie, storici edifici e dimore eleganti. Si ritorna alla spiaggia delle Fontanelle e davanti a questa si svolta a destra su via del Ruc. Al termine della breve salita si imbocca verso destra la strada statale e si rimane su questa per circa un



Come raggiungerci

AUTO

Si arriva a Gargnano percorrendo la Strada Statale Gardesana Occidentale (SS45bis). Possibilità di parcheggio al porto di Bogliaco.

MEZZI PUBBLICI

Gargnano è raggiungibile con bus (www.arriva.it) e via lago con i mezzi di Navigazione Lago di Garda (www.navlaghi.it).

chilometro, quindi si imbecca a sinistra l'indicazione per Muslone. Il tratto di strada in salita che segue è poco trafficato, regala alcune sezioni panoramiche, attraversa gli oliveti e passa ai piedi del Monte Comer. Il superamento di un tratto in galleria paramassi porta poco più avanti a percorrere una piccola serie di tornanti ravvicinati, poco oltre i quali si raggiunge il paese di **Muslone** (9,9 km, 460 m slm). Per rientrare a Bogliaco si percorre lo stesso tragitto dell'andata.



Dislivello:
392 m



Tempo di
percorrenza:
2,5 h



Distanza:
19,4 km



MAX
Altezza max:
460 m



Partenza/arrivo:
Gargnano, Porto
di Bogliaco,
68 m slm



TOUR 8 / DIFFICILE

GARGNANO - VALVESTINO



Possibile presenza di neve in inverno



D'interesse naturalistico/geologico



Panoramico



MTB

Si percorre da Gargnano la strada per la Valvestino fino a raggiungere il bivio (0,0 km) in prossimità del paese di Navazzo dove si parcheggia. Si inizia a pedalare verso Briano, ci si lascia alle spalle il lago e si arriva al paese di **Formaga** (1,5 km), appena oltre il quale la pendenza diventa più sostenuta. La strada sale in vista del Montecastello di Gaino e del Pizzocolo, torna ad affacciarsi per alcuni tratti sul lago e poi raggiunge la **Bocchetta del Santo di Liano** (750 m slm) e il bivio per Briano. La direzione da prendere è quella a sinistra per Costa: si pedala quindi su una strada che con alternanza di leggere salite e discese conduce fino a **Bocca Magno** (6,6

km, 788 m slm), dove si può osservare in lontananza il paese di Costa. La sezione che segue dell'itinerario attraversa una zona di estesi prati e pascoli, e percorre prima una lunga discesa, e poi un altro tratto sul quale si pedala agevolmente fino al ponte sul Rio della Costa (665 m slm). Da qui si supera un tratto su pendenza marcata per raggiungere la chiesa di San Bartolomeo e il paese di **Costa** (11,4 km). Si prosegue tra le case sulla strada che raggiunge il vicino piccolo borgo di Mignone (768 m slm), dal quale su sterrato si rientra nel bosco. Seguendo sempre le indicazioni del sentiero n. 250 si passa accanto a una fontana e dopo un chilometro si raggiun-



Come raggiungerci

AUTO

Navazzo di Gargnano è raggiungibile percorrendo la Gardesana Occidentale (SS45bis) e da qui la SP9 per la Valvestino. Possibilità di parcheggio nel piazzale in corrispondenza del bar al bivio per Briano.

MEZZI PUBBLICI

Navazzo di Gargnano è raggiungibile con bus (www.arriva.it).

ge un bivio dove si prosegue dritti verso il lago di Valvestino (indicazione). A ridosso del rudere di un edificio con vista sul lago artificiale in **località Casali** si prosegue per un breve tratto fino a un bivio dove si tiene la destra mantenendosi paralleli al Lago di Valvestino fino alla **località Lignago** (15,6 km, 550 m slm). Da qui ci immettiamo sulla strada asfaltata che collega la Valvestino a Gargnano: svoltiamo a sinistra costeggiando sempre l'invaso artificiale fino alla diga e quindi fino a raggiungere e superare il paese di **Navazzo** fino a riportarsi dopo alcune centinaia di metri al bivio di partenza.



Dislivello:
750 m



Tempo di
percorrenza:
3,5 h



Distanza:
26 km



MAX
Altezza max:
788 m



Partenza/arrivo:
Gargnano, Bivio
per Costa presso
Navazzo,
516 m slm



TOUR 9 / MEDIO

TOSCOLANO MADERNO - GARGNANO



Possibile
presenza di
neve in inverno



D'interesse
naturalistico/
geologico



Panoramico



MTB

La salita che da Gargnano conduce verso la Valvestino rappresenta una delle strade più panoramiche del Garda e, in considerazione delle moderate pendenze, si presta ad essere percorsa in bicicletta in modo molto piacevole. Si può quindi utilizzarla con partenza da **Toscolano** per comporre un percorso ad anello. Da Toscolano l'itinerario prende il via presso la rotonda tra la Gardesana e via Marconi (0,0 km), a ridosso della quale si può trovare parcheggio. Si pedala lungo la statale in direzione di Limone sul Garda a fianco del lago fino alla deviazione per **Cecina** che seguiamo in salita fino a raggiungerla. Poi la strada spiana lungo i campi da golf che costeggia-

mo sulla sinistra fino a oltrepassare la graziosa frazione di **Villavetro**. Imbocchiamo la SS 45Bis in corrispondenza di Bogliaco e raggiungiamo **Villa di Gargnano**. Qui si consiglia una deviazione in via Colletta per raggiungere il pittoresco porticciolo. Proseguiamo immettendoci di nuovo sulla SS 45Bis che seguiamo fino al bivio (7,3 km) con l'indicazione Navazzo e per la Valvestino. Il tratto successivo si sviluppa tra gli oliveti su pendenze mai faticose, e offre ampi panorami che alcuni spazi attrezzati per la sosta invitano ad ammirare con calma. Al termine di un tratto rettilineo oltre il bivio per Muggia si svolta a sinistra e poco prima di raggiungere **Navazzo**



Come raggiungerci

AUTO

Si può raggiungere Toscolano Maderno dall'alto o dal basso Garda percorrendo in entrambi i casi la Gardesana Occidentale (SS45bis). Possibilità di parcheggio nei dintorni della rotonda tra la Gardesana e via Marconi.

MEZZI PUBBLICI

Toscolano Maderno è raggiungibile con bus (www.arriva.it) e via lago con i mezzi di Navigazione Lago di Garda (www.navlaghi.it)

(15,1 km, 477 m slm) ancora a sinistra imboccando via Sostaga. Superata la Chiesa di Santa Maria Assunta e immettendosi in via del Travaglio si raggiunge il punto più alto dell'itinerario (16,2 km, 516 m slm) e si inizia la discesa, ripida nella parte iniziale, che porta alle località Cabbiana, Folino e **Gaino** (19,6 km, 269 m slm). Superato il centro del paese, voltando a sinistra, si prosegue in discesa fino a raggiungere Toscolano dopo diversi tornanti.



Dislivello:
580 m



Tempo di
percorrenza:
2,5 h



Distanza:
22,3 km



Altezza max:
516 m



Partenza/arrivo:
Toscolano
Maderno, ponte
sul torrente
Toscolano,
85 m slm



TOUR 10 / DIFFICILE

TOSCOLANO MADERNO



Possibile presenza di neve in inverno



D'interesse naturalistico/geologico



Panoramico



MTB

Il Monte Pizzocolo è una delle mete di riferimento per l'escursionismo nella zona del lago di Garda. Un itinerario appagante per ciclisti allenati! Si parcheggia a ridosso del ponte (0,0 km) della Gardesana Occidentale che passa sopra il **torrente Toscolano** e si inizia subito a pedalare in salita verso Montemaderno, su una piacevole strada panoramica. Proseguiamo in direzione di **San Michele** (6,6 km, 400 m slm) e, superate le frazioni di Maclino, Bezzuglio e Supiane, in uscita dal paese deviamo a destra in via Val di Sur cominciando a intravedere la cima del Monte Pizzocolo. Seguiamo la strada asfaltata che diventa cementata in corrispondenza del cartello (9 km,

430 m slm) con indicazione **Pirello** (12,7 km, 1030 m slm) che raggiungiamo attraverso una salita impegnativa, ma sempre nel bosco. Le pendenze importanti continuano però, ma con l'aggiunta di bellissimi panorami, fino al **Passo Spino** (14,5 km, 1.184 m slm), con il rifugio Pirlo in vista alla nostra sinistra, a breve distanza presso il quale è possibile ristorarsi. Voltando invece a destra, si seguono i cartelli del sentiero n. 287 per il **Monte Pizzocolo** (18,5 km, 1584 m), che raggiungiamo dopo altri 4 km di sentiero in salita ma con panorami da far invidia a tutto il mondo. Eccoci sul punto panoramico più incredibile sul Lago di Garda. Un meritato riposo prima di affrontare la lun-



Come raggiungerci

AUTO

Si può raggiungere Toscolano Maderno dall'alto Garda o dal basso Garda percorrendo la Gardesana Occidentale (SS45bis). Possibilità di parcheggio nei pressi del ponte sul torrente Toscolano.

MEZZI PUBBLICI

Toscolano Maderno è raggiungibile con bus (www.arriva.it) e via lago con i mezzi di Navigazione Lago di Garda (www.navlaghi.it).

ga discesa: i primi 2,7 km sono i medesimi della salita quando al bivio in **località Le Prade** (21 km, 1.321 m slm), seguiamo il sentiero n. 223 per **Sant'Urbano** (23,9 km, 872 m slm) che raggiungiamo poco dopo. Una lunga discesa (sentiero n. 206), ripida e da percorrere con prudenza, supera il punto panoramico della Croce di Ortello e conduce in successione ai paesi di Sanico, Vigole e Maclino, dove un paio di chilometri di discesa riportano al ponte sul torrente Toscolano.



Dislivello:
1560 m



Tempo di
percorrenza:
5 h



Distanza:
32,4 km



Altezza max:
1584 m



Partenza/arrivo:
Toscolano
Maderno, ponte
sul torrente
Toscolano,
85 m slm



TOUR 11 / MEDIO

SALÒ - GARDONE RIVIERA



Sconsigliato
nelle giornate
calde



D'interesse
storico/culturale



Panoramico



Slow bike

Dalla zona orientale di **Salò** si prosegue verso Gardone Riviera e poco prima di Barbarano si parcheggia nei pressi del **Palazzo Terzi-Martinengo** (0,0 km). Si percorre in leggera salita la Statale Gardesana fino a un bivio (0,7 km) dove si svolta a destra in direzione di San Bartolomeo e Serniga. La strada percorre un tratto tortuoso che regala suggestivi panorami tra i cipressi; la pendenza è sostenuta soprattutto nel corso del primo chilometro, poi si abbassa leggermente. Raggiunto il bivio per San Bartolomeo (3,9 km) si prosegue dritti verso Serniga e si pedala meno faticosamente. Arrivati a **Serniga** una panchina offre l'opportunità di sostare e di ammirare l'ampio panora-

ma che si apre sul golfo di Salò, la Rocca di Manerba, Sirmione e il basso Garda. Da qui, con una gestione accorta dei freni, basta pedalare solo per brevi tratti per giungere a scavalcare il torrente Barbarano e all'abitato di **San Michele**. Si lascia a sinistra la strada che sale verso il Rifugio Pirlo e si segue per un breve tratto via Panoramica fino al bivio (8,3 km) dove si svolta a sinistra verso **Supiane** e Maderno. La strada che si percorre si chiama via della Calma ed è interessata da modesti flussi di traffico, raggiunge Supiane e dopo un chilometro di ripida discesa arriva al bivio per il vicino elegante paese di **Bez zuglio**. La discesa prosegue in direzione di Gardone Sopra ai



Come raggiungerci

AUTO

Salò è facilmente raggiungibile dall'alto lago percorrendo la Gardesana Occidentale (SS45bis) o dal basso lago lungo la SP572. Ampia possibilità di parcheggio nei pressi del Palazzo Terzi-Martinengo.

MEZZI PUBBLICI

Salò è raggiungibile con bus (www.arriva.it) e via lago con i mezzi di Navigazione Lago di Garda (www.navlaghi.it).

due successivi bivi, e conduce in breve al perimetro del **Vittoriale degli Italiani**. Dopo essere transitati davanti all'ingresso del complesso monumentale si scende ancora fino ad incrociare la Statale Gardesana, sulla quale si svolta a destra. Utilizzando il percorso ciclopedonale per Salò che corre parallelo a questa si raggiunge il centro di **Gardone Riviera**, e poco più avanti il Palazzo Terzi-Martinengo dove l'itinerario si conclude.



Dislivello:
336 m



Tempo di
percorrenza:
2 h



Distanza:
18,2 km



MAX
Altezza max:
408 m



Partenza/arrivo:
Salò, Palazzo
Terzi,
Martinengo,
72 m slm



TOUR 12 / MEDIO

SALÒ - PUEGNAGO DEL GARDA



Sconsigliato
nelle giornate
calde



D'interesse
naturalistico/
geologico



D'interesse
storico/culturale



Panoramico



MTB

Dall'ampio parcheggio del mercato (0,0 km) posto tra il centro di Salò e la zona degli impianti sportivi, procediamo verso Sud lungo via Zane e poi a destra per via Montessorri. Allo Stop (0,9 km) a sinistra per via Muro fino alla piazzetta della frazione **Villa** (2,1 km), dove proseguiamo lungo la ciclabile provinciale in direzione di Lonato del Garda. Si pedala sulla ripida strada fin sulla cresta della collina e, tra boschi e vigneti, si arriva a una santella (5,2 km) dove si svolta a sinistra e si giunge ben presto ai **laghi di Sovenigo** tre specchi d'acqua nascosti tra i boschi che tra luglio e agosto offrono uno spettacolo unico, quando le acque si ricoprono del rosa dei

fiori di loto. Qui si abbandona la ciclabile per Lonato del Garda e si prosegue per via dei Laghi, fino all'incrocio con la SP25, e poi via Roma, che in direzione Salò ci conduce al centro di **Puegnago del Garda** (8,1 km), dove si trovano il castello e la chiesa parrocchiale. Qui merita una sosta la piazza del paese che rappresenta un balcone sia sul lago che sulle colline della Valtenesi coltivate a vigne. Superato il piccolo centro del paese svoltiamo, poco più avanti, a sinistra in direzione della contrada **Palude**. Proseguiamo per tutta via XXV Aprile fino ad arrivare alla SP25, che ci porta, verso Nord, alla località **Cunettone** (10,5 km). Con la dovuta cautela che viene richiesta



Come raggiungerci

AUTO

Salò è facilmente raggiungibile dall'alto lago percorrendo la Gardesana Occidentale (SS45bis) o dal basso lago lungo la SP572. Ampio parcheggio del mercato di via Zane nei pressi del punto di partenza. Attenzione: sabato giorno di mercato.

MEZZI PUBBLICI

Salò è raggiungibile con bus (www.arriva.it) e via lago con i mezzi di Navigazione Lago di Garda (www.navlaghi.it).

in questo snodo fortemente trafficato, procediamo per via Zette e svoltiamo a sinistra per **via Panoramica** (11,3 km). Qui troviamo una comoda e sicura pista ciclabile, che percorriamo per ritornare al nostro punto di partenza (15,5 km). Dal parcheggio del mercato suggeriamo di allungare di poco l'escursione per raggiungere la vivace cittadina di Salò con il lungolago che costeggia il golfo e l'elegante centro storico.



Dislivello:
300 m



Tempo di
percorrenza:
2 h



Distanza:
15,5 km



Altezza max:
305 m



Partenza/arrivo:
Salò, parcheggio
del mercato
di via Zane,
75 m slm



TOUR 13 / FACILE

SALÒ - SAN FELICE DEL BENACO



D'interesse
storico/culturale



Panoramico



Slow bike

Le strade del territorio che accoglie Salò e le zone limitrofe rappresentano per i ciclisti e i cicloturisti una zona privilegiata ricca di opportunità, sia per gli allenamenti impegnativi da svolgere su percorsi lunghi, sia per il divertimento puro lungo gli itinerari più brevi. A breve distanza dal centro storico di Salò transita la strada statale Gardesana Occidentale. I ciclisti più allenati la utilizzano per raggiungere Limone sul Garda e Riva del Garda, ma sono molte le mete intermedie di interesse che possono essere scelte per costruire a piacimento percorsi di lunghezza ridotta sulla riviera occidentale. A ridosso del confine tra Salò e San Felice del Benaco si snoda la breve strada

“delle Zette”. I quattro tornanti che la caratterizzano consentono di superare facilmente la piccola differenza di altitudine che separa il Monte Santa Caterina dalla zona più meridionale del golfo, del quale si possono ammirare grandi e stupendi scorci. Un anello dello sviluppo complessivo di poco superiore a una decina di chilometri può essere costruito partendo dalla **località Rive di Salò** (0,0 km) dove tra l'altro si trova una delle piccole e tranquille spiagge libere di Salò, ventilata e rilassante. Si pedala a fianco del lago oltre il viale di cipressi del cimitero monumentale fino a percorrere la breve salita che conduce a ridosso di **Cisano**, un piccolo agglomerato di case



Come raggiungerci

AUTO

La località Rive di Salò è posta nella zona sud della città ed è facilmente raggiungibile dall'alto lago percorrendo la Gardesana Occidentale (SS45bis) o dal basso lago lungo la SP572. Ampio parcheggio del mercato di via Zane nei pressi del punto di partenza. Attenzione: sabato giorno di mercato.

MEZZI PUBBLICI

Salò è raggiungibile con bus (www.arriva.it) e via lago con i mezzi di Navigazione Lago di Garda (www.navlaghi.it).

affacciato sul golfo di Salò, e da qui si raggiungono **Portese** e quindi **San Felice del Benaco** (5,1 km). Proseguendo in direzione della zona di Cunettone di Salò si raggiunge la rotonda che si imbecca a destra verso la discesa “delle Zette”, che riconduce piacevolmente tra ampi panorami nella zona più orientale del golfo e da qui a sinistra al punto di partenza.



Dislivello:
60 m



Tempo di
percorrenza:
1,5 h



Distanza:
11 km



MAX
Altezza max:
128 m



Partenza/arrivo:
Salò, località
Rive, 68 m sml



TOUR 14 / FACILE

MANERBA DEL GARDA - SAN FELICE DEL BENACO



Sconsigliato
nelle giornate
calde



D'interesse
naturalistico/
geologico



D'interesse
storico/culturale



Panoramico



Slow bike

Dall'antica Pieve di Santa Maria di Tenesi a **Manerba del Garda** (0,0 km), imbocchiamo via Catullo in direzione nord. Proseguiamo su via Fontanamente (1,6 km) che, scendendo verso destra, ci porta alle acque del lago in località **Gardiola** (2,1 km). Proseguiamo a sinistra fino a raggiungere il **Porto San Felice** per poi risalire verso la punta di **San Fermo** (deviazione a 4,3 km), dalla quale si gode una magnifica vista sul lago e sull'Isola del Garda, che ci appare qui in tutto il suo splendore. Continuiamo su via Benaco e imbocchiamo poi la sterrata via Gere, per giungere al centro storico di **Portese**, che attraversiamo per imboccare via Brescia (7,3 km) in direzione **Cisano**

arrivando così a questo minuscolo e suggestivo borgo (8,7 km). Oltre Cisano, percorriamo via Zublino, per arrivare a **San Felice del Benaco**. Una volta giunti alla bella piazza centrale del paese (10,8 km), sulla quale si staglia la mole massiccia del palazzo comunale, svoltiamo a destra per scendere in via Garibaldi, che ci porta al **Santuario della Madonna del Carmine**. Se il tempo ce lo concede, questa antica chiesa merita sicuramente una visita, per ammirare una serie di affreschi che ci riportano al pieno Medioevo. Lasciato alla nostra sinistra il santuario, ci inerpicchiamo per la stretta e ripida via Monte Croce. Procediamo su via Mascantina e, all'incrocio (12,3 km),



Come raggiungerci

AUTO

Manerba del Garda è facilmente raggiungibile sia dall'alto che dal basso lago percorrendo la SP572. Possibilità di parcheggio nei pressi del punto di partenza.

MEZZI PUBBLICI

Manerba del Garda è raggiungibile con bus (www.arriva.it).

seguiamo via Case Sparse e le indicazioni per la ciclabile per Desenzano del Garda che ci condurranno prima su via della Molaria, la stradina sterrata che scende alla nostra sinistra, e poi al punto di partenza (14,0 Km).



Dislivello:
300 m



Tempo di percorrenza:
2 h



Distanza:
14 km



Altezza max:
160 m



Partenza/arrivo:
Manerba del Garda, Pieve di Santa Maria di Tenesi, 77 m slm



TOUR 15 / FACILE

PUEGNAGO DEL GARDA - POLPENAZZE DEL GARDA



Sconsigliato
nelle giornate
calde



D'interesse
naturalistico/
geologico



D'interesse
storico/culturale



Panoramico



Consigliabile
anche a piedi



MTB

Dalla piazza del Comune di **Puegnago del Garda** prendiamo via del Camposanto e procediamo a destra per via dei Laghi, che costeggia i **laghi di Sovenigo**, fino a via Cima Semonte, sulla nostra sinistra (1,2 km). Qui il nostro itinerario si congiunge al percorso ciclabile provinciale Salò-Lonato, che seguiremo verso sud, direzione di Lonato del Garda, fino a Polpenazze del Garda. Attraversiamo la località Basia (3,2 km) e arriviamo in prossimità del **lago Lucone** (3,7 km), ormai completamente prosciugato, fatta eccezione per una piccola zona umida che ancora persiste al centro del bacino. Le caratteristiche ambientali segnalano l'area come una preziosa oasi

ecologica, mentre la grande abbondanza e qualità di ritrovamenti archeologici fanno di questa località un sito di fondamentale importanza per lo studio della Preistoria nell'Italia settentrionale riconosciuto Patrimonio UNESCO. Svoltiamo a sinistra verso l'antica chiesa romanica di **San Pietro in Lucone** e percorrere interamente via San Pietro. Allo stop abbandoniamo la ciclabile per Lonato del Garda girando a sinistra e subito a destra per via Vedrine per arrivare presto al centro **Polpenazze del Garda** dove ci accolgono l'antico borgo ben recuperato e la bella piazza che si stende davanti alla chiesa e che offre un panorama unico sulle colline e sul lago (5,7 km).



Come raggiungerci

AUTO

Puegnago del Garda è facilmente raggiungibile sia dall'alto che dal basso lago percorrendo la SP572. Parcheggio nei pressi del punto di partenza.

MEZZI PUBBLICI

Puegnago del Garda è raggiungibile con bus (www.arriva.it).

Dalla piazza della chiesa scendendo da via Galvani giriamo a sinistra e procediamo per la frazione di **Picedo**, conosciuta principalmente per la forte concentrazione di vigneti e uliveti, e qui imbocchiamo via Monte Grappa (6,8 km), per arrivare alla contrada di Mura, con al centro la chiesa di San Giuseppe (7,9 km), ormai prossimi al castello di Puegnago del Garda, da cui siamo partiti (8,6 km).



Distlivello:
250 m



Tempo di
percorrenza:
1 h



Distanza:
8,6 km



MAX
Altezza max:
290 m



Partenza/arrivo:
Puegnago del
Garda, Piazza
del municipio,
216 m slm



TOUR 16 / MEDIO

MONIGA DEL G. - SOIANO DEL LAGO - PUEGNAGO DEL G. - MANERBA DEL G.



Sconsigliato
nelle giornate
calde



D'interesse
naturalistico/
geologico



D'interesse
storico/culturale



Panoramico



MTB

Da via Pergola-SP572 (0,0 km) alla rotonda con indicazioni per **Soiano del Lago** s'imbocca via Monte Cicogna, in leggera salita, per proseguire sulla sterrata via Gherla che conduce fino a Soiano del Lago dove, tenendo la destra sulla SP25, si giunge presto all'ingresso del centro storico (2,5 km) in cui la **chiesa parrocchiale** e il **castello** caratterizzano questo piccolo borgo. Continuando sulla SP25 per **Polpenazze del Garda** ed arrivati in paese, seguendo le indicazioni per castello e terrazza panoramica, si giunge sul sagrato panoramico della chiesa parrocchiale di Polpenazze del Garda (5,0 km). Le **mura del castello** ed il centro storico ben recuperato meritano una sosta.

Tornati sulla Strada Provinciale in direzione di Puegnago del Garda, appena fuori dal centro storico e superata la rotonda, si prende a destra **via Rio Bosco** che in discesa diviene sterrata attraversando coltivi e uliveti della zona. Giunti sulla strada asfaltata per Puegnago del Garda (6,3 km), si prosegue fino a incontrare la deviazione per **Mura** (7,5 km) sulla destra, che si prende per attraversare e visitare questa antica frazione, percorrendo un piccolo anello attorno al centro storico. Tornati su via Roma (SP25) si giunge in pochi minuti a **Puegnago del Garda** (8,5 km), caratterizzato dal castello, e si continua in via Aldo Merler per svoltare poco dopo a sinistra in via



Come raggiungerci

AUTO

Moniga del Garda è facilmente raggiungibile sia dall'alto che dal basso lago percorrendo la SP572. Possibilità di parcheggio nei pressi del punto di partenza.

MEZZI PUBBLICI

Moniga del Garda è raggiungibile con bus (www.arriva.it).

Fontane e, in breve, si arriva alla frazione di **Raffa** (10,5 km). Seguendo via XX Settembre in direzione Nord, lungo la quale si allunga il piccolo borgo, dopo aver superato la chiesa, si prende a destra via Fosse (11,5 km). Dopo poco si svolta ancora a destra in via Mascontina (12,1 km) e si prosegue fino a giungere in località Pieve Vecchia di Manerba del Garda, con la graziosa chiesa di **San Rocco** (13,9 km). Al termine di via Manzoni (14,5 km) si gira a destra su una strada sterrata subito dopo un piccolo torrente (segnaletica bianco/rossa). Seguendo indicazioni della pista ciclabile per Desenzano del Garda si arriva a **Balbiana** (16,0 km). Alla grande rotonda sulla SP39 si prende

via Noveglie che, poco dopo, diviene sterrata e si gira a sinistra in via Dugale per giungere di nuovo sulla SP39 – via San Martino (17,6 km). Attraversato il centro di **Moniga del Garda** (19,0 km), con una breve deviazione tra le mura del **castello** per godere del panorama sul lago dalla terrazza vicino all'ingresso delle mura, si prosegue in via Roma per giungere alla SP572 e terminare l'escursione (20,5 km).



Dislivello:
300 m



Tempo di
percorrenza:
2,5 h



Distanza:
20,5 km



Altezza max:
240 m



Partenza/arrivo:
Moniga del
Garda, rotonda
sulla SP572 per
Soiano del Lago,
127 m slm



TOUR 17 / FACILE

PADENGHE SUL GARDA - SOIANO DEL LAGO



Sconsigliato
nelle giornate
calde



D'interesse
naturalistico/
geologico



D'interesse
storico/culturale



Panoramico



MTB

Dalla rotatoria tra via Barbieri e via Verdi (0,0 km), nei pressi della piazza e della sede del municipio, imbocchiamo via Verdi in direzione di Soiano del Lago e Polpenazze del Garda, percorrendo la pista ciclo-pedonale che costeggia la strada. Alla successiva rotatoria teniamo la destra e deviamo poco oltre a sinistra per la strada sterrata con indicazioni per la ciclabile per Salò (1,1 km). Superata la deviazione per l'area umida **Balosse** (1,5 km), svoltiamo a sinistra seguendo ancora le indicazioni per ciclabile in direzione Salò. Al termine dello sterrato si tiene la sinistra e imbocchiamo via delle Orchidee (2,9 km) e giunti allo Stop proseguiamo dritti su via Monte

Cicogna. Al termine della breve via Monte Cicogna proseguiamo per la sterrata via del Lago Gherla (3,4 km), che ci porta a Soiano del Lago. Finito lo sterrato, giriamo a sinistra in salita (4,5 km) e dopo trecento metri a destra giungendo al municipio (5,2 km). Da qui ancora a destra per il centro di Soiano del Lago lungo via San Michele, dove si trovano il **castello** e la chiesa parrocchiale. Terminato il giro nel centro del borgo e tornati al municipio si prosegue in direzione Bedizzole e Padenghe sul Garda (6,9 km) per giungere alla località **Chizzoline**. Seguendo via Roma e, sulla destra, via Brescia (7,7 km), il nostro itinerario ci porta al percorso ciclabile provinciale



Come raggiungerci

AUTO

Padenghe sul Garda è facilmente raggiungibile sia dall'alto che dal basso lago percorrendo la SP572. Parcheggio nei pressi del punto di partenza.

MEZZI PUBBLICI

Padenghe sul Garda è raggiungibile con bus (www.arriva.it).

Salò-Lonato (8,2 km) e proseguiamo verso Lonato del Garda. Oltrepassiamo la pittoresca e appartata frazione **Pratello** per scendere ai piedi del **castello di Padenghe sul Garda**. Giunti alla Santella sulla strada provinciale giriamo a sinistra per via Gramsci, attraversiamo il centro storico per giungere, in breve, al punto di partenza (12,5 km).



Dislivello:
220 m



Tempo di
percorrenza:
1,5 h



Distanza:
12,5 km



MAX
Altezza max:
210 m



Partenza/arrivo:
Padenghe sul
Garda, Via Verdi,
120 m slm



TOUR 18 / FACILE

LONATO DEL GARDA - PADENGHE SUL GARDA



Sconsigliato
nelle giornate
calde



D'interesse
naturalistico/
geologico



D'interesse
storico/culturale



Panoramico



MTB

L'importanza storica dell'antico borgo di Lonato del Garda è raccontata da alcuni importanti edifici: la grandiosa cupola della Basilica, la maestosa Torre civica, la monumentale Rocca. Le vie del centro permettono una passeggiata nel tempo e salendo è possibile arrivare sino al grande parco che ospita il museo della Fondazione Ugo Da Como, ricchissimo di arte e cultura. Proprio dal cuore della cittadina parte il percorso: dalla piazza dove si trova il **municipio** di Lonato del Garda (P.zza Matteotti) ci dirigiamo sotto la torre civica e prendiamo verso Nord, percorrendo via Trento e Trieste, via De Gasperi e via San Zeno, che si succedono una dopo l'altra. Arrivati su via XXIV

maggio, prima dell'abitato di **Sedena**, prendiamo via Reparè sulla nostra destra (2,4 km) per poi proseguire lungo via Cuccagna, che diventa presto sterrata e ci conduce fino al **castello di Drugolo** (5,2 km). Dopo aver ammirato l'incantevole scenario che ci offre il castello e l'attiguo borgo rurale, risaliamo lungo via Cappuccini, che si addentra per il bosco che copre le colline circostanti in direzione Est, superiamo un maneggio dismesso (6,2 km) e seguiamo la sterrata che piega in direzione Nord. Oltrepasato un gruppetto di case procediamo poi in discesa, fino ad incrociare **via Ronchi** (7,7 km), dove svoltiamo a destra e ci innestiamo sulla ciclabile per Lonato del Garda,



Come raggiungerci

AUTO

Lonato del Garda è facilmente raggiungibile sia dall'alto che dal basso lago. Uscita autostrada A4 casello di Desenzano del Garda. Possibilità di parcheggio nell'abitato di Lonato del Garda.

MEZZI PUBBLICI

Lonato del Garda è raggiungibile con bus (www.arriva.it) e con il treno (www.trenitalia.com).

che seguiremo fino a tornare al punto di partenza, dopo aver attraversato le località Ronchi, Sant'Anna e aver percorso l'ultimo tratto sulla ciclabile lungo la SP25.



Dislivello:
200 m



Tempo di percorrenza:
2 h



Distanza:
13 km



Altezza max:
260 m



Partenza/arrivo:
Lonato del
Garda, Piazza
del municipio,
120 m slm



TOUR 19 / FACILE

LONATO DEL GARDA



Sconsigliato
nelle giornate
calde



D'interesse
storico/culturale



Panoramico



MTB

Dalla **stazione ferroviaria**, percorriamo via IV novembre fino al vicino incrocio, dove svoltiamo a destra per superare la ferrovia e imboccare, sempre sulla nostra destra, via Piave. Alla successiva rotatoria procediamo per via Isonzo e ci innestiamo sulla **ciclabile per Castiglione delle Stiviere**, che seguiremo fino alla deviazione per la Fornace dei Gorghi. Appena superato il sottopasso dell'autostrada, giriamo a sinistra per la sterrata via Monte Mario (0,9 km). Procediamo sempre dritti, verso sud, lungo la strada sterrata, fino a tornare su asfalto e seguire per via Molocco Sopra e, successivamente, via Molocco sotto, che ci porta alla frazione **Esenta**. Al

cartello che segna l'inizio della frazione (4,9 km), sempre seguendo le indicazioni per la ciclabile per Castiglione delle Stiviere, saliamo lungo via San Marco prima, che seguiremo interamente per attraversare la frazione, e proseguendo su via Damiano Chiesa poi. Giriamo a sinistra, per via Slossaroli, fino a incrociare via Corte Ferrarini sulla nostra sinistra (8,3 km). Da qui faremo una piccola deviazione per il sito archeologico di **Fornace dei Gorghi** proseguendo fino alla grossa rotatoria, attraversandola in direzione di Castiglione sulla corsia ciclabile e seguendo poi le indicazioni per la Fornace. Dopo la visita al sito archeologico abbandoniamo la ciclabile



Come raggiungerci

AUTO

Lonato del Garda è facilmente raggiungibile sia dall'alto che dal basso lago. Uscita autostrada A4 casello di Desenzano del Garda. Possibilità di parcheggio davanti alla stazione ferroviaria o nelle vicinanze.

MEZZI PUBBLICI

Lonato del Garda è raggiungibile con bus (www.arriva.it) e con il treno (www.trenitalia.com).

per Castiglione e riprendiamo a pedalare per via Corte Ferrarini, costeggiando il locale kartodromo fino al termine di via Slossaroli per girare a sinistra e arrivare alla frazione di **Brodena** (12,3 km). Da qui si girare a destra e proseguire verso nord per l'omonima via, che percorriamo fino a incrociare via Marziale Cerutti. Qui giriamo a sinistra e continuiamo fino a giungere al cavalcavia che, superata la ferrovia, ci conduce nei pressi della Stazione da cui siamo partiti.



Dislivello:
150 m



Tempo di
percorrenza:
2 h



Distanza:
15,7 km



MAX
Altezza max:
190 m



Partenza/arrivo:
Lonato del
Garda, Stazione
ferroviaria,
162 m slm



TOUR 20 / FACILE

DESENZANO DEL GARDA



Sconsigliato
nelle giornate
calde



D'interesse
storico/culturale



Panoramico



Slow bike

Dalla **stazione ferroviaria** di Desenzano del Garda (0,0 km) si prende via Cavour in discesa e, poco dopo, via Irta a sinistra. Superato il maestoso viadotto della ferrovia (1,0 km), si segue via Mezzocolle in direzione **San Pietro** e successivamente via degli Oleandri, che attraversa una zona industriale (2,5 km). Dopo qualche centinaio di metri si sale a sinistra in una stradina che diviene sterrata dopo pochi metri, evitando così la Strada Statale. Superata, grazie a un cavalcavia, l'autostrada A4 (3,6 km), si continua tra coltivi e allevamenti fino al km 4,5 dove si prende a sinistra in prossimità di cartelli indicatori "Itinerari del Garda". Terminato il tratto sterrato, si giunge in lo-

calità San Pietro (6,0 km) e poi a sinistra in una piccola via del borgo, in leggera salita, per poi proseguire a destra al termine delle case. Si attraversano le località **Calvata, Montonale Basso e Alto** (8,6 km) fino ad un incrocio a "T" (11 km), nelle vicinanze della Torre di **San Martino della Battaglia**. Da qui a sinistra e dopo qualche centinaio di metri troviamo la deviazione per la **Torre** (monumento storico). L'itinerario prosegue verso Nord e, superata l'autostrada (12,5 km), si fiancheggia la ferrovia in via località Madonna, per poi attraversarla grazie ad un tunnel in via Pigna; quindi, via Venezia e via Mattei per ripassare di nuovo sotto la ferrovia e svoltare sulla destra



Come raggiungerci

AUTO

Desenzano del Garda è facilmente raggiungibile sia dall'alto che dal basso lago. Uscita autostrada A4, casello di Desenzano del Garda. Possibilità di parcheggio in stazione, nei pressi del punto di partenza.

MEZZI PUBBLICI

Desenzano del Garda è raggiungibile con bus (www.arriva.it), col treno (www.trenitalia.com) e via lago con i mezzi di Navigazione Lago di Garda (www.navlaghi.it).

seguendo le indicazioni per la ciclabile (15,5 km). Superato il cimitero e la chiesa di San Zeno (16,0 km) si procede lungo l'itinerario ciclabile ben segnalato che porta in breve sotto il ponte della ferrovia (19,9 km), oltrepassato il quale si sale a destra fino al piazzale della stazione ferroviaria (20,5 km).



Distlivello:
200 m



Tempo di
percorrenza:
2 h



Distanza:
20,5 km



MAX
Altezza max:
120 m



Partenza/arrivo:
Desenzano del
Garda, Stazione
ferroviaria,
114 m slm



TOUR 21 / FACILE

DESENZANO DEL GARDA - POZZOLENGO



Sconsigliato
nelle giornate
calde



D'interesse
storico/culturale



Panoramico



MTB

Dal **porto Zattera** di Rivoltella (0,0 km) si prende via Colli Storici in direzione Sud e dopo 500 metri a destra in via Tese, che diviene sterrata dopo pochi metri. Tornati su asfalto (2,0 km) si gira a destra in via Prascarello e subito a sinistra in via Pigna e, grazie ad un tunnel, si supera la ferrovia (2,3 km) per costeggiare i binari in via località Madonnina e superare con un cavalcavia l'autostrada A4 (4,3 km) fino al bivio per la **Torre di San Martino della Battaglia** (5,5 km). Da qui a sinistra e, poco dopo, ci si trova al cospetto dell'imponente monumento ai caduti. L'itinerario continua giungendo ad una rotonda dove proseguiamo diritto in direzione **Preseglie** per

svoltare a destra in prossimità di Cascina Ceresa (7,7 km) e, giunti a cascina Vestona, a sinistra fino a giungere sulla strada per **Pozzolengo** (9,2 km), che si imbecca in direzione sud. Dopo circa 200 metri, sulla sinistra, si sale per la ciclabile indicata con apposita segnaletica per attraversare l'abitato di Pozzolengo (10,9 km) e, subito dopo il municipio, a destra in via Diaz ed ancora in via Verdi per giungere al piazzale antistante al Castello, da dove si gusta un bel panorama sul lago di Garda e le montagne che lo circondano. Proseguendo in via Morazzo, si esce dal paese e su strada sterrata fino a costeggiare il **lago Mantellina** (12,6 km), zona umida tipica delle colline mo-



Come raggiungerci

AUTO

Rivoltella è facilmente raggiungibile sia dall'alto che dal basso lago. Situata tra Desenzano del Garda e Sirmione, possibilità di uscita dall'autostrada A4 dai relativi caselli. Possibilità di parcheggio nei pressi del punto di partenza.

MEZZI PUBBLICI

Rivoltella è raggiungibile con bus (www.arriva.it).

reniche. Oltre il lago si segue il perimetro di un grande campo da golf, per giungere su strada asfaltata (15,0 km) e seguire le indicazioni per la località **Selva Capuzza**. Dopo poco si arriva all'incrocio che porta alla Torre di San Martino (17,0 km) per ripercorrere, a ritroso, la strada fatta in precedenza fino al porto Zattera (22,5 km).



Dislivello:
200 m



Tempo di
percorrenza:
2 h



Distanza:
22,5 km



MAX
Altezza max:
120 m



Partenza/arrivo:
Desenzano del
Garda, Rivoltella,
Porto Zattera,
62 m slm



TOUR 22 / FACILE

DESENZANO DEL GARDA - SIRMIONE



Sconsigliato
nelle giornate
calde



D'interesse
storico/culturale



Panoramico



Slow bike

Dal **porto vecchio di Desenzano del Garda** (0,0 km), angolo pittoresco con il ponte in stile veneziano, le barche colorate e le arcate dei palazzi, ci si immette, muovendosi in direzione Est, sulla ciclabile del lungolago Cesare Battisti per **Rivoltella**, che si raggiunge dopo circa 2 km. Si continua a lato della strada litoranea verso Sirmione e, costeggiando il lago, si giunge alla rotatoria dove si imbocca sulla sinistra via Matteotti (5,2 km), che diviene poi via Salvo d'Acquisto, giungendo alla **darsena**. Da qui a destra fino ad un vecchio cancello che segna l'entrata nella penisola di Sirmione (6,5 km). Immettendosi su via XXV aprile si percorre la parte più interessante

dell'itinerario, lungo la stretta lingua di terra che porta a Sirmione. Passato il lido Galeazzi, la visuale si apre sul lago sia a destra che a sinistra regalando un insolito punto di vista, fino al **punto panoramico Sandro Pertini** (7,0 km) che merita una piccola sosta. In breve si arriva all'ingresso del centro storico di Sirmione, dominato dal **Castello Scaligero** (8,9 km), uno fra i più completi e meglio conservati castelli d'Italia. Da qui si prosegue solo a piedi. Attraversato il ponte ci si addentra tra le mura del borgo per giungere all'imbarcadero (9,0 km). È possibile proseguire l'escursione fino alle **Grotte di Catullo**, posizionate nel punto più a Nord della penisola che consentono



Come raggiungerci

AUTO

Desenzano del Garda è facilmente raggiungibile sia dall'alto che dal basso lago, con possibilità di parcheggio nei pressi del punto di partenza. Uscita autostrada A4, casello di Desenzano del Garda.

MEZZI PUBBLICI

Desenzano del Garda è raggiungibile con bus (www.arriva.it), col treno (www.trenitalia.com) e via lago con i mezzi di Navigazione Lago di Garda (www.naviglaghi.it).

di ammirare gli imponenti resti di una villa residenziale romana in un parco archeologico di 20 mila mq circondato da circa 1500 ulivi, alcuni plurisecolari, appartenenti a tre differenti varietà gardesane. Il luogo è particolarmente accattivante, con un panorama meraviglioso. Il percorso di ritorno è il medesimo dell'andata.



Distivello:
100 m



Tempo di
percorrenza:
2 h



Distanza:
18 km



MAX
Altezza max:
80 m



Partenza/arrivo:
Desenzano del
Garda, Porto
Vecchio, 64 m



TOUR 23 / FACILE

DAL GARDA A BRESCIA



Sconsigliato
nelle giornate
calde



D'interesse
naturalistico/
geologico



D'interesse
storico/culturale



Slow bike

Un classico itinerario, adatto a tutti, che permette di unire il Lago di Garda alla città di Brescia. Si parte dal **lungolago Zanardelli a Salò**, bellissima passeggiata che si sviluppa parallela alle vie del centro storico, per seguire in successione via Garibaldi, via Bossi e via Umberto I fino ad intercettare la pista ciclabile all'incrocio con via Panoramica (1,6 km). Qui inizia l'unico tratto in salita di tutto il percorso, che termina in località **Tormini** (4,8 km, 225 m slm), in prossimità del vecchio ponte della ferrovia, dopo aver superato il paese di Volciano. Da qui l'itinerario è sempre pressoché pianeggiante: superiamo prima **Villanuova sul Clisi ed il fiume Chiese** (7,1 km, 214 m

slm) in località Valverde, quindi lungo la bella via Romana che costeggia il fiume, ricca di scorci bucolici, raggiungiamo **Gavardo** (10,4 km, 203 m slm). Proprio qui inizia la "Gavardina", la pista ciclabile che corre sempre parallela al **Naviglio Grande Bresciano** fino alla località Treponti, alle porte di Rezzato (24,2 km, 150 m slm). Durante il percorso ciclabile si potrà pedalare all'ombra di filari di pioppi, fermarsi in aree attrezzate e godere di panorami con antichi casolari, vigneti e vecchie stazioni del treno. Dalla località Treponti, in direzione Ovest, sempre tenendo sulla destra il naviglio, superiamo Rezzato e Sant'Eufemia e raggiungiamo gli alberati Viale della Bornata



Come raggiungerci

AUTO

Salò è facilmente raggiungibile dall'alto lago percorrendo la Gardesana Occidentale (SS45bis) o dal basso lago lungo la SP572. Possibilità di parcheggio in prossimità del punto di partenza.

MEZZI PUBBLICI

Salò è raggiungibile con bus (www.arriva.it) e via lago con i mezzi di Navigazione Lago di Garda (www.navlaghi.it)

(30 km) e Viale Venezia ad indicarci che siamo alle porte della città di Brescia. Attraversiamo **Piazzale Arnaldo** (34 km), oggi fulcro della movida costellato da preziose testimonianze artistiche e architettoniche, e siamo nel centro della città. Raggiungendo la vicina via Musei si percorre l'antico decumano romano ammirando il complesso monumentale del Museo di Santa Giulia patrimonio dell'umanità UNESCO e le rovine del Capitolium per poi terminare in **Piazza Vittoria**, dove possiamo ritenere concluso questo itinerario anche se si consiglia di dedicare ancora qualche ora a questa città ricchissima di storia e cultura.



Dislivello:
+ 240 m / - 150 m



Tempo di
percorrenza:
2 h



Distanza:
35,3 km



MAX
Altezza max:
225 m



Partenza/arrivo:
Lungolago
di Salò,
68 m slm /
Piazza Vittoria
a Brescia,
156 m slm

I dati si riferiscono al solo percorso di andata.



TOUR 24 / FACILE

DAL GARDA A MANTOVA



Sconsigliato
nelle giornate
calde



D'interesse
naturalistico/
geologico



D'interesse
storico/culturale



Slow bike

Un classico itinerario, adatto a tutti, che permette di unire il Lago di Garda alla città di Mantova. Si parte dal lungolago di **Desenzano del Garda**, in corrispondenza del porto vecchio, e si prosegue in direzione di Sirmione fino al km 3,35 quando alla rotonda svoltiamo a destra per via Padre Annibale di Francia, quindi a sinistra in via Giovanni XXIII e poi ancora a destra in via Colli Storici e via Tese. Inizia qui il paesaggio rurale che meglio rappresenta le colline moreniche a Sud del Lago di Garda: passati sotto la linea ferroviaria (5,8 km), la teniamo sempre sulla sinistra fino a quando la strada curva più decisa verso Sud oltrepassando l'autostrada A4 (7,5 km). Mentre

ammiriamo il territorio interamente coperto dai geometrici filari di vite del Lugana, tra continui saliscendi, arriviamo alla **Torre di San Martino della Battaglia** (10,3 km, 116 m slm). Proseguiamo oltre la rotonda verso le località Cobue Sotto, Cascina Ceresa e San Giacomo Sotto, sempre tra bei filari di vite, fino a raggiungere **Pozzolengo** (15 km, 115 m slm). Lo superiamo, così come la SP13, lungo via Monzambano fino ad incrociare sulla sinistra Strada San Pietro (16,8 km, 95 m slm) che percorriamo interamente, tra piacevoli saliscendi collinari, fino a raggiungere **Monzambano** (21,8 km, 88 m slm). Oltrepassati il Canale Virgilio ed il **Fiume Mincio**, imbocchiamo



Come raggiungerci

AUTO

Desenzano del Garda è facilmente raggiungibile sia dall'alto che dal basso lago, con possibilità di parcheggio nei pressi del punto di partenza. Uscita autostrada A4, casello di Desenzano del Garda.

MEZZI PUBBLICI

Desenzano del Garda è raggiungibile con bus (www.arriva.it), col treno (www.trenitalia.com) e via lago con i mezzi di Navigazione Lago di Garda (www.navlaghi.it).

verso Sud la bellissima ciclabile pianeggiante che ci condurrà fino a Mantova, passando per **Valeggio sul Mincio** e **Borghetto** (27,6 km), che meritano sicuramente una sosta per visitarli con la dovuta calma. Manteniamo sulla destra il Fiume Mincio e raggiungiamo, una dopo l'altra, Pozzolo sul Mincio (35 km) e Soave con la sua **Riserva Naturale Bosco Fontana** (48 km). Qui cambiamo sponda e superiamo il Diversivo Mincio fino a lasciarlo definitivamente (52,3 km) per raggiungere poco più a Sud la bella città di **Mantova**.

I dati si riferiscono al solo percorso di andata.



Dislivello:
+ 220 m / - 270 m



Tempo di
percorrenza:
3,5 h



Distanza:
59 km



Altezza max:
132 m



Partenza/arrivo:
Lungolago di
Desenzano del
Garda, 68 m slm
/ Piazzale
Vittorio Veneto
a Mantova,
20 m slm



TOUR 25 / FACILE

DAL GARDA A MONTICHIARI



Sconsigliato
nelle giornate
calde



D'interesse
naturalistico/
geologico



D'interesse
storico/culturale



Slow bike

Alla scoperta delle colline e della pianura rurale a ridosso del Lago di Garda, si parte dal lungolago di **Desenzano del Garda**, in corrispondenza del porto vecchio, e si prosegue in direzione Nord fino alla rotonda per salire lungo via Gramsci e via San Benedetto fino a incrociare la ciclovía per Brescia lungo via Reciago (2,5 km). Raggiungiamo Maguzzano e la sua bella **abbazia benedettina** (4,4 km) e subito dopo il breve e unico tratto ripido dell'intero itinerario che ci permette di raggiungere e superare **Barcuzy**, il punto piú alto dell'escursione (6,2 km, 212 m slm). Proseguiamo ora sempre in leggera e piacevole discesa, seguendo le indicazioni della ciclovía per Brescia, tra

piacevoli coltivi fino a superare **Sedena** (7,6 km) e raggiungere Salaghetto (13 km) alle porte di **Bedizolle**. Deviamo verso Sud lungo la ciclovía per Montichiari in via Campagnola e raggiungiamo le sponde del **Fiume Chiese** fino a raggiungere e superare in successione **Ponte San Marco** (16,6 km), la linea ferroviaria ed infine l'autostrada. A **Calcinato** (19,0 km) continuiamo a seguire le indicazioni per la ciclovía per **Montichiari**, tra belle vedute sulle campagne circostanti, che raggiungiamo dopo aver seguito fedelmente il corso del Fiume Chiese. Puntiamo al **colle di San Pancrazio** (29,6 km, 129 m slm), dove è presente l'omonima pieve ed il Monumento ai Caduti. Tornia-



Come raggiungerci

AUTO

Desenzano del Garda è facilmente raggiungibile sia dall'alto che dal basso lago, con possibilità di parcheggio nei pressi del punto di partenza. Uscita autostrada A4, casello di Desenzano del Garda.

MEZZI PUBBLICI

Desenzano del Garda è raggiungibile con bus (www.arriva.it), col treno (www.trenitalia.com) e via lago con i mezzi di Navigazione Lago di Garda (www.navlaghi.it).

mo su via Trieste e, in direzione Est, raggiungiamo via Mantova fino a svoltare a sinistra su via Boschetti Sopra. Alla rotonda, in corrispondenza del velodromo, svoltiamo a destra sulla lunga e diritta strada sterrata che ci condurrà, passando da via delle Cocche, a **Esenta** (38,7 km). Attraversiamo il piccolo paese per andare a prendere la bella strada sterrata di via Vallone che corre ai piedi del verde colle fino ad incrociare e seguire via Brodena che ci porterà a **Lonato del Garda** (45 km). Con una breve deviazione merita la visita al castello. Altrimenti si seguono le indicazioni per Barcuzzi, dal quale si può tornare a Desenzano del Garda lungo lo stesso percorso di andata, op-

pure con diverso itinerario lungo via Breda e via Santa Giulia che ci conduce a Lido di Lonato del Garda (50,7 km) e poi sempre lungo le sponde del lago fino al porto del **lungolago di Desenzano del Garda**.



Distivello:
+ 390



Tempo di
percorrenza:
4 h



Distanza:
53,8 km



MAX
Altezza max:
212 m



Partenza/arrivo:
Lungolago di
Desenzano del
Garda, 68 m slm





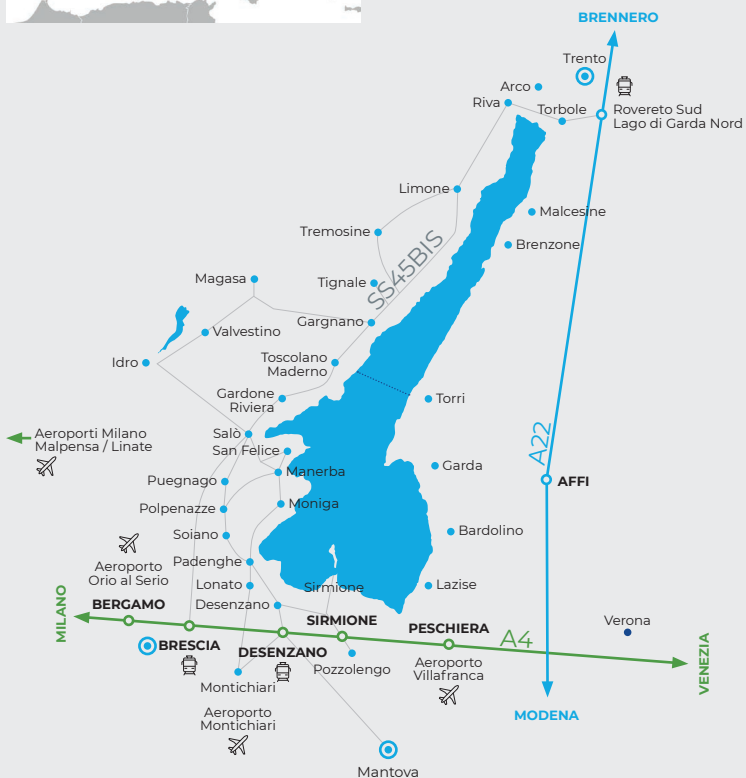
CICLOPEDONALE DEI SOGNI

A Limone sul Garda, due chilometri di ciclovia letteralmente sospesa tra lago e cielo da lasciare senza fiato. Ideale per un'escursione a bassa velocità dove poter contemplare suggestivi scorci nel pieno rispetto della natura. L'ampia passerella è percorribile anche in notturna in tutta sicurezza grazie all'efficiente illuminazione a led. Regalatevi questa magnifica esperienza romantica!

Viaggia via acqua con la tua bici!
scarica orari e linee su:
www.navigazioneelaghi.it



COME ARRIVARE



Testi e foto: Archivio Consorzio "Lago di Garda - Lombardia", Carlo Caramatti, Stefano Maraggi, MilleMonti, Visit Brescia.

Mappa p. 5: Carte escursionistiche di riferimento 4LAND n.111
Parco dell'Alto Garda Bresciano e carta n. 116 Basso Garda Lago di Garda Sud.

Edizione 2022.

Tutti i diritti sono riservati. Vietata la riproduzione anche parziale.

Le immagini possono rappresentare luoghi differenti rispetto a quelli indicati nei percorsi proposti.

Scopri altri percorsi,
i fornitori di servizi bike
e scarica le tracce GPS







info@gardalombardia.com
www.gardalombardia.it

Seguici su

