



GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA
di San Giovanni Lupatoto

Domenica 16 Marzo 2014
Eremo di San Benigno e Caro

Ritrovo al solito parcheggio antistante le poste di San Giovanni Lupatoto e partenza alle ore 7.30 precise. Sosta al bar *El Cossett* a Castelletto di Brenzone dove faremo colazione in riva al lago. Proseguiamo fino ad Assenza dove, all'altezza dell'isola Trimelone, abbandoniamo la gardesana voltando a dx (segnaletica per Somnavilla, Borago e Castello) e saliamo fino al parcheggio in corrispondenza del bivio per Cassone, dove lasceremo le auto (mt 130). Iniziamo la nostra escursione visitando il celebre "balot tacà via", un curioso masso incastrato tra le strette pareti della gola scavata dal torrente; da lì raggiungeremo le case di Fichet (mt 304) immerse tra gli ulivi e successivamente il capitello della merla (mt 530), testimonianza della devozione popolare a ricordo di un episodio della vita dei due santi eremiti, protagonisti della nostra gita. Percorrendo un'antica mulattiera piuttosto ripida e faticosa, con il lago quasi sempre alle nostre spalle, giungiamo all'eremo di San Benigno e Caro (mt 830), sul cui prato antistante consumeremo il nostro pranzo al sacco, magari immaginando di vedere davanti ai nostri occhi i santi eremiti coltivare il loro "orto delle rave". Proseguiamo ora in direzione nord-est attraversando la Val dei Molini e alzandoci a superare il capitello di San Valentino fino al punto più alto del percorso: Porta del Vescovo (mt 870). Si perviene poi in leggera discesa fino a Malga Fiabio (mt 721) da cui ci godiamo una bella veduta sul lago di Garda, prima di inoltrarci nel bosco imboccando il sentiero n. 9 diretto a Cassone (ignoriamo l'incrocio con il segnavia 659 che proviene da Malcesine). Da Cassone su strada asfaltata torniamo quindi al nostro parcheggio in località Somnavilla.

Ai non soci viene richiesta una quota di € 3.00 quale contributo spese organizzative.

Difficoltà: Facile, ma serve un po' di allenamento perché il sentiero è breve ma ripido
Attrezzatura: altamente consigliato l'uso dei bastoncini e di calzature alte da trekking
Dislivello: 750 m circa.
Quota massima: 870 m
Pranzo: Al sacco.
Tempo di percorrenza: ore 6.00 escluse le soste.

PER INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI:

Alessia Fino: 349/8318408
Chiara Pomari 347/2519582

Cristina Zarattini: 349/6759369

Ci troviamo tutti i giovedì sera dalle ore 21,00 presso la pizzeria da Gianni di San Giovanni Lupatoto - Piazza Umberto I n. 79

www.gruppoamicidellamontagna.org info@gruppoamicidellamontagna.org



"L'eremo di S. Benigni", lo chiamano così nell'alto Garda, per esteso sarebbe dei Santi Benigno e Caro, due eremiti che vivevano fra preghiere e digiuni, cibandosi di bacche, radici e rade colture nell'ortaglia coltivata vicino alla loro grotta. Erano rispettati da tutti anche dalle fiere che allora popolavano la catena baldense. Correva l'ottavo secolo d.C. ed a Verona il re franco Pipino ed il vescovo Rotaldo avevano un problema: le sacre spoglie di San Zenone, il vescovo moro evangelizzatore, andavano traslate nella nuova basilica, ma a nessuno era dato di sollevarle, non c'era persona degna di pari santità, nessuno riusciva nemmeno ad avvicinarsi al sarcofago del patrono della città. Si chiamò l'eremita Benigno che con il suo discepolo Caro calò dalle selve del Baldo, arrivarono in barca e a piedi e assolsero con tutta semplicità il loro mandato. Poco dopo aver fatto ritorno alla loro isolata spelonca, scavata alle pendici della boscosa e ripida pala di San Zeno, il 26 Luglio 808 Benigno morì, e Caro lo seguì dopo pochi giorni". Della loro vicenda umana, purtroppo non si sa quasi niente, quello che è certo che il loro culto era molto sentito ancora nel secolo XVI. La loro esistenza è rintracciabile in fonti storiche e leggende: le prove storiche sono nei rapporti con [Pipino re d'Italia](#) (il figlio del re franco longobardo Carlo Magno) che si recava talvolta al loro romitaggio (*Historia di Verona* di Girolamo della Corte) e la traslazione del Corpo di San Zeno il [21 maggio 807](#); le leggende riguardano i miracoli a loro attribuiti (le rape, la merla, i mantelli, trasporto miracoloso del corpo di san Zeno).



REGOLAMENTO GITE

La partecipazione alle gite è aperta anche ai non soci. Solo in caso di gite a numero chiuso, la precedenza all'iscrizione viene data ai soci con almeno una settimana di anticipo rispetto ai non soci.

Non sono ammessi alle gite sociali minori di età se non accompagnati.

In caso di trasferimenti con auto private l'organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali incidenti che dovessero accadere.

Nelle gite dove è previsto il viaggio in pullman o il pernottamento non si accettano iscrizioni senza pagamento di una caparra.

Gli organizzatori rappresentano a tutti gli effetti la "Direzione" ed hanno la facoltà, qualora lo ritenessero opportuno, di variare il percorso e l'orario delle

escursioni stesse, per un miglior risultato della gita.

Colui che si iscrive alla gita deve possedere preparazione tecnica e fisica, equipaggiamento ed attrezzatura adeguati alle caratteristiche e difficoltà della gita cui

partecipa ed ha l'obbligo di informarsi sulle caratteristiche dell'escursione (difficoltà, lunghezza, dislivello, tempi di percorrenza, quota, ecc.).

rinunciando ogni

qualvolta non posseda la preparazione necessaria ad affrontare in piena autonomia le difficoltà della medesima.

L'iscrizione alla gita vale perciò quale affermazione di piena autosufficienza nel superamento delle difficoltà previste dalla gita stessa. Essa non può in alcun

caso essere intesa quale atto costitutivo di rapporto di accompagnamento in capo al Gruppo o agli organizzatori preposti o ad altri soggetti partecipanti alla gita.