

## Sommario

Il Cammino di Manigunda – Percorso ecologico tra storia e natura.....	1
1. Il Cammino di Manigunda 1 (circolare, 4Km, facile) .....	2
1.1 Variante : Bergoro-San Vitale-Calipolis - Bergoro .....	5
2. Il Cammino di Manigunda 2 : Da Castello Visconteo a Monastero di Cairate e ritorno (circolare 6Km, 10.000 passi, leggermente impegnativo) .....	10
3. Il Cammino di Manigunda 3 : Da Castello Visconteo a Vico Seprio-Parco Archeologico (circolare 20Km, 30000 passi, impegnativo).....	11

## - DOCUMENTO IN COSTRUZIONE

NB Il documento va interpretato come una semplice bozza : i percorsi sono puramente indicativi e potrebbero essere non aggiornati o contenere imprecisioni

### Il Cammino di Manigunda – Percorso ecologico tra storia e natura

Rel 28.02.26

Il Cammino di Manigunda è un itinerario lento e sostenibile che unisce natura, storia e paesaggio attorno alla Fonte di Manigunda. Segue antichi sentieri, vie medievali e percorsi d'acqua che collegano luoghi come il Castello Visconteo di Fagnano Olona, San Gaudenzio, San Giovanni Battista, la Fontana di Manigunda, la Via Francisca, il Monastero di Cairate e il parco archeologico di Castelseprio.

Pensato per chi vuole vivere l'ambiente con calma, il cammino alterna boschi, sorgenti, prati e tratti panoramici, ed è adatto sia a camminatori sia a ciclisti.

#### Perché è ecologico

- Promuove la **mobilità lenta**.
- Attraversa **ecosistemi diversi**.
- Invita alla **cura del territorio** e della biodiversità.
- Unisce **beni naturali e culturali**.
- Offre itinerari per tutte le età e preferenze: **4 km, 6 km, 20 km**.



NB Questi tratti sono **percorribili anche in bici**, ma:

- Alcuni sentieri in valle potrebbero essere **sterrati o ripidi**
- La salita al Castello Visconteo e alla Costiola di Cairate richiede buon controllo della bici **o si deve fare con bici accompagnata per mano, rispettando tutte le norme del codice stradale**
- Ideale per **mountain bike o gravel**



## 1. Il Cammino di Manigunda 1 (circolare, 4Km, facile)

A piedi (80% su pista ciclabile/pedonale)	In bici: (80% su pista ciclabile/pedonale)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Circa <b>6.000 passi</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>4Km</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• salita e discesa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salita e discesa – percorso breve ma con tratti leggermente impegnativi–</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• tempo medio a piedi: <b>1h15'</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tempo medio in bici: <b>30 minuti</b></li> </ul>

### Partenza

- [Castello Visconteo di Fagnano Olona](#)
- [Chiesa di San Gaudenzio](#)
- [San Martino](#)
- [San Rocco e San Materno \(Bergoro\)](#)
- [San Giovanni Battista \( Bergoro\)](#)
- Sentiero a gradini (\*) che dalla piazza della chiesa porta in valle Olona
- Proseguimento su strada asfaltata (circa 200m in salita) per [Fontana di Manigunda \(Bergoro\)](#)

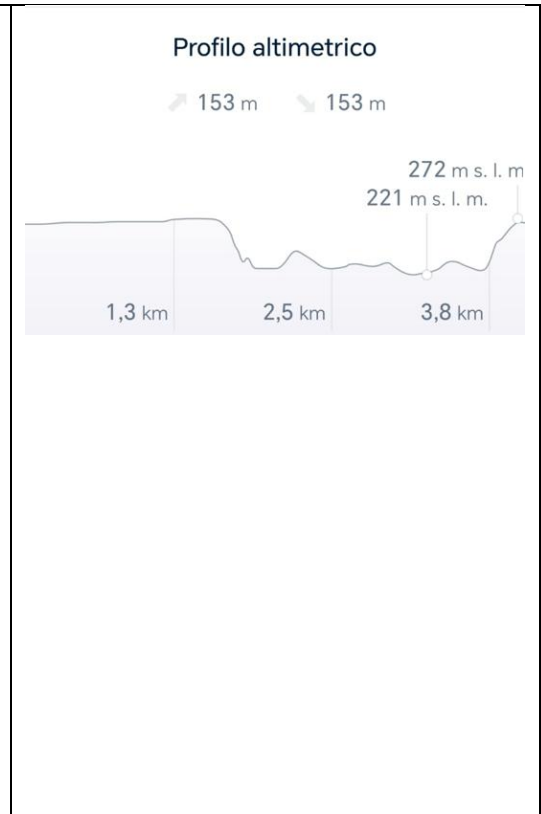
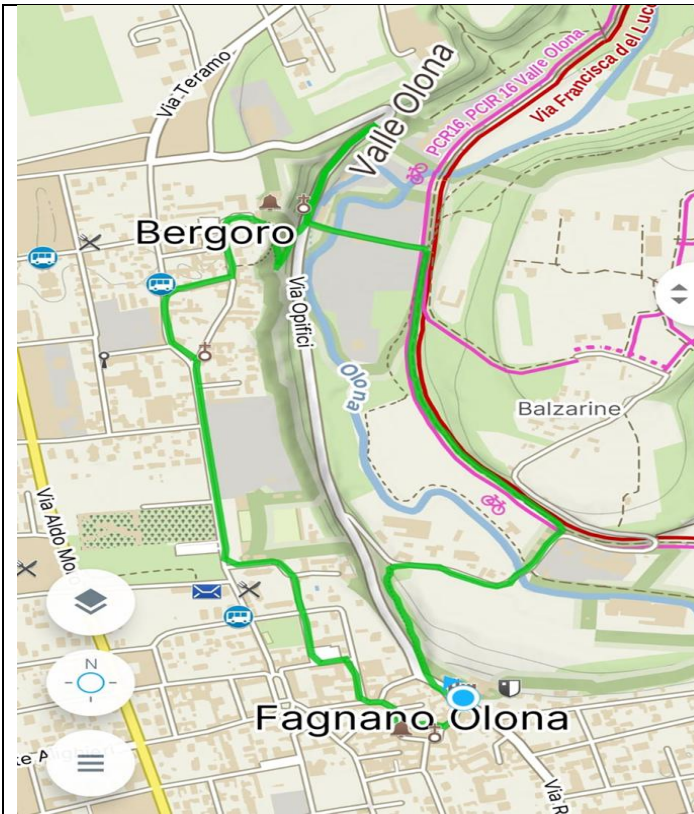
### Ritorno

- [Via Francisca](#)
- Salita al [Castello Visconteo di Fagnano Olona](#)

### Arrivo

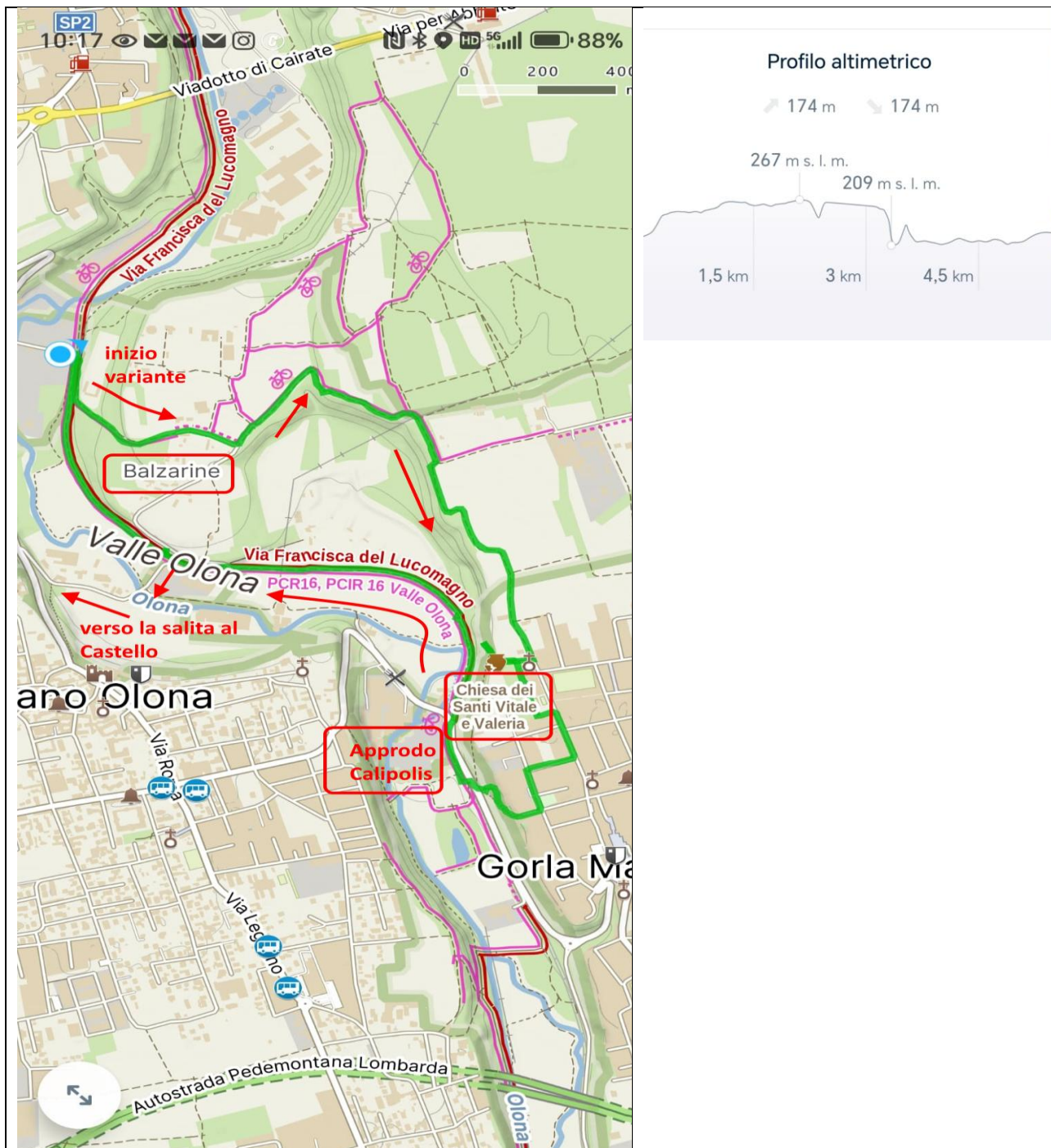
- [Castello Visconteo di Fagnano Olona \(storia e architettura\)](#)

(\*) Il sentiero a gradini che collega la zona della chiesa di Bergoro (frazione di Fagnano Olona) alla Valle Olona è un antico percorso pedonale, caratterizzato da una scalinata in pietra, che scende ripidamente attraverso il bosco. Questo sentiero storico permette di raggiungere la pista ciclabile della Valle Olona e la zona dei mulini. Si consiglia di prestare attenzione perchè il sentiero è scivoloso dopo piogge e di indossare calzature adatte per la discesa a gradini









A piedi (80% su pista ciclabile/pedonale)	In bici: (80% su pista ciclabile/pedonale)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Circa <b>7.000 passi</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>4.5 Km</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• salita e discesa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salita e discesa – percorso breve ma con tratti leggermente impegnativi–</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• tempo medio a piedi: <b>1h15'</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tempo medio in bici: <b>30 minuti</b></li> </ul>

Partenza

- Da incrocio ciclopedonale della [Via Francisca](#) con Via Opifici a Bergoro seguire sentiero in salita per Balzarine
- da Balzarine prendere sentiero a sinistra per salire sul crinale
- proseguire verso sud sul crinale fino alla chiesa di San Vitale
- ( facoltativo) deviazione con breve discesa di 50m verso il punto panoramico
- Proseguire verso il centro di Gorla Maggiore
- Deviazione su sentiero gradinato che porta al Parco dell'Acqua e quindi all'approdo Calipolis

#### Ritorno

- Ritorno su ciclopedonale della [Via Francisca](#) verso Nord
- All'altezza del parcheggio della vecchia Stazione della ferrovia della Valmorea di Fagnano andare a sinistra sulla strada asfaltata verso la salita al [Castello Visconteo di Fagnano Olona](#)
- Oppure: continuare verso nord su [Via Francisca](#) e ritornare a Bergoro al punto di partenza per completare l'anello

#### Arrivo

- [Castello Visconteo di Fagnano Olona](#) ([storia e architettura](#))



Chiesa di San Vitale a Gorla Maggiore



**Sistema  
OLONA**

La biodiversità  
che scorre

Il progetto Sistema Olona ha l'obiettivo di tutelare gli ambienti fluviali e le numerose specie che li abitano, creando corridoi ecologici e riqualificando zone umide, ripariali e aree boschive.

## Le magnifiche SETTE

Il breve sentiero che ha inizio nei pressi della chiesa di San Vitale è attrezzato con alcuni pannelli informativi che descrivono le **specie vegetali** più importanti che popolano il bosco circostante: **pungitopo** (*Ruscus aculeatus*), **sambuco comune** (*Sambucus nigra*), **acero campestre** (*Acer campestre*), **olmo campestre** (*Ulmus minor*), **nocciolo** (*Corylus avellana*), **scilla silvestre** (*Scilla bifolia*) e **pervinca** (*Vinca minor*).

Alla fine del percorso si apre un ottimo punto panoramico sulla Valle Olona.

Un progetto



Con il sostegno di



Progettazione



In partnership con





## 2. Il Cammino di Manigunda 2 : Da Castello Visconteo a Monastero di Cairate e ritorno (circolare 6Km, 10.000 passi, leggermente impegnativo)

A piedi (80% su pista ciclabile/pedonale)	In bici: (80% su pista ciclabile/pedonale)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Circa <b>10.000 passi</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>6Km</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• salita e discesa</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salita e discesa – percorso con tratti leggermente impegnativi; salite e fondo misto (sentieri, sterrato, salita alla Costiola)</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• tempo medio a piedi: <b>1h 30'</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• tempo medio in bici: <b>50/60 minuti</b></li> </ul>

### Partenza

- [Castello Visconteo di Fagnano Olona](#)
- Sentiero a gradini che dal Castello porta in valle
- [Via Francisca](#)
- eventuale deviazione verso [Fontana di Manigunda](#) e ritorno da via Francisca
- Salita a Cairate fino a “Costiola” (^)
- [Arrivo Monastero di Cairate](#)

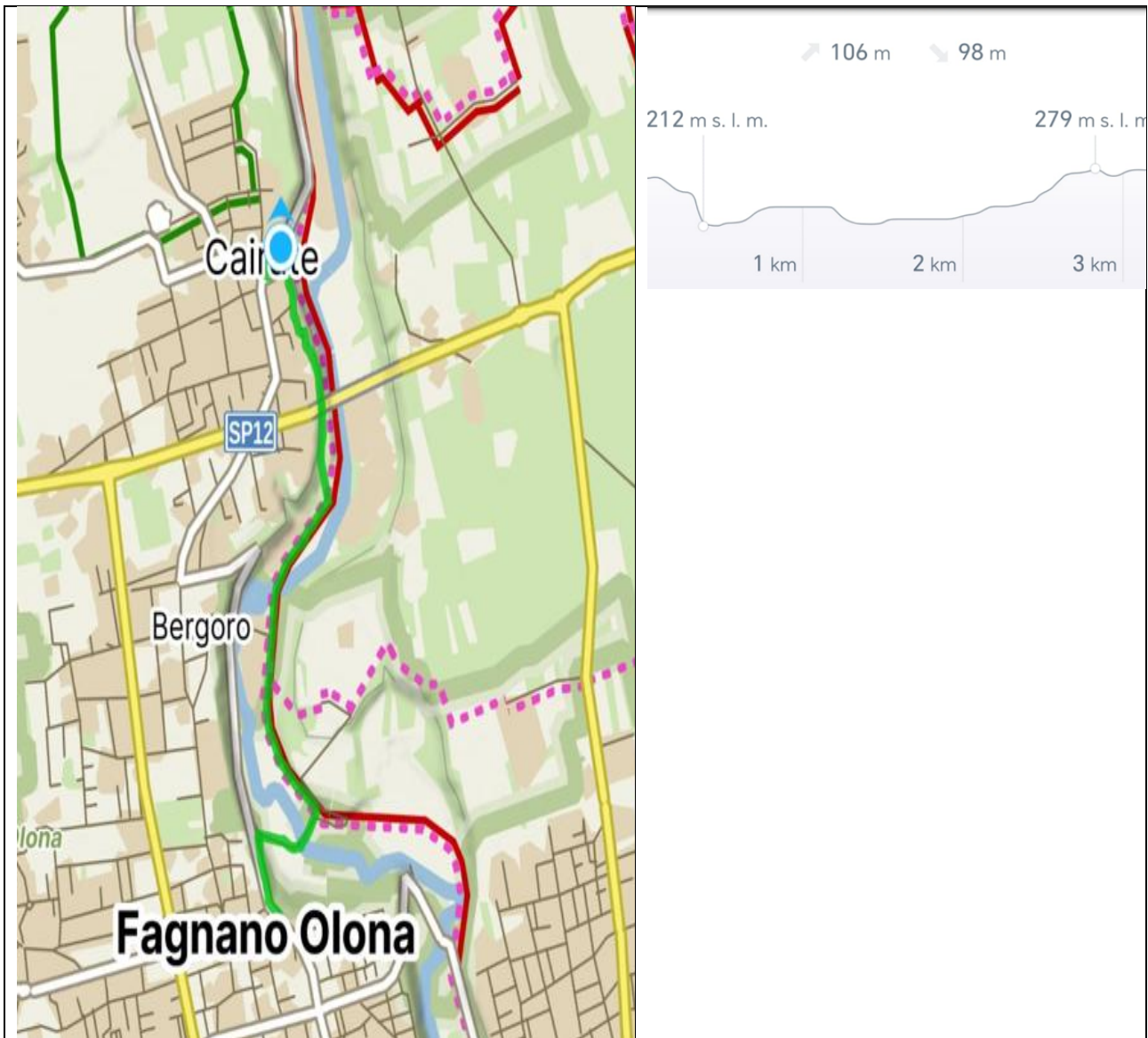
### Ritorno

ritorno per la stessa strada o in alternativa passando da Bergoro

### Arrivo

- [Castello Visconteo di Fagnano Olona](#)

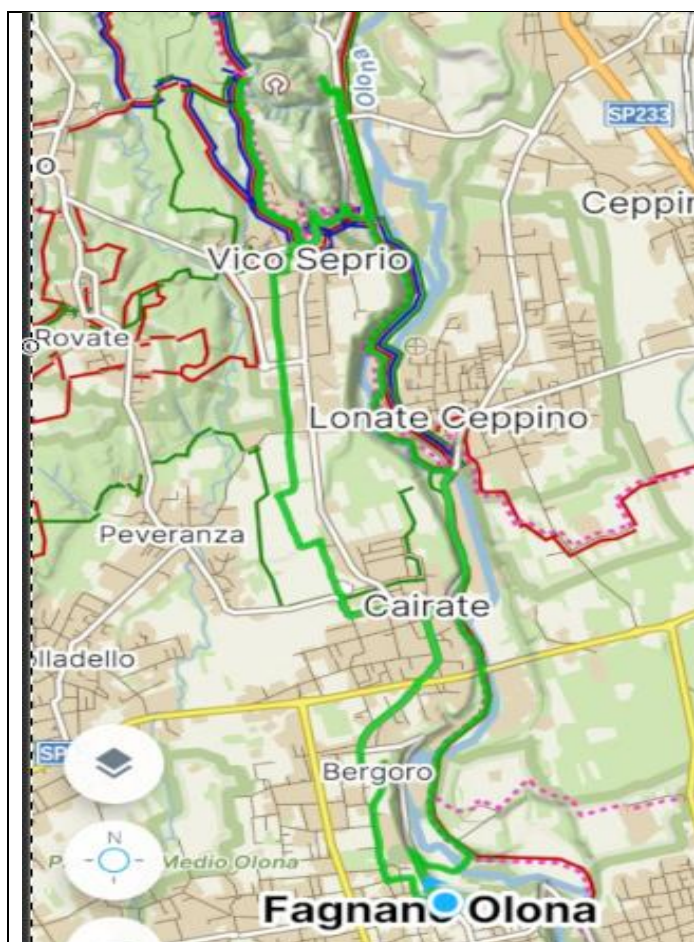
(^). Il termine "costiola" nel dialetto locale si riferisce a una discesa ripida. Si tratta di una discesa sterrata che escursionistici che collega Cairate alle zone limitrofe, inclusa l'area vicino al fiume Olona e al Monastero di Santa Maria Assunta. : Il sentiero fiancheggia l'area di via Opifici e prosegue verso il fondovalle



### 3. Il Cammino di Manigunda 3 : Da Castello Visconteo a Vico Seprio-Parco Archeologico (circolare 20Km, 30000 passi, impegnativo)

A piedi (70% su pista ciclabile/pedonale)	In bici: (70% su pista ciclabile/pedonale)
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Circa <b>30.000 passi</b></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>20 Km</b></li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Percorso misto pianura-salita</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Salita e discesa – percorso con tratti leggermente impegnativi; salite e fondo misto (sentieri,</li> </ul>

	sterrato, salita al parco archeologico su strada asfaltata)
tempo medio a piedi: ~5–6 ore ? Con pause e visita ai punti storici: 7-8 ore)	<ul style="list-style-type: none"> <li>tempo medio in bici: 2 ore</li> <li>? Con pause e visita ai punti storici: 3-4 ore)</li> </ul>



#### Partenza

- [Castello Visconteo di Fagnano Olona](#)
- Sentiero a gradini che dal Castello porta in valle
- [Via Francisca](#)
- eventuale deviazione verso Fontana di Manigunda
- Arrivo al Monastero di Torba e salita su strada asfaltata fino a Castelseprio e da qui, salita al [parco Archeologico](#)
- Arrivo al [parco Archeologico](#)

#### Ritorno

ritorno per la stessa strada o in alternativa passando da Cairate e Bergoro su strade provinciali asfaltate (solo per bici, sconsigliato a piedi)

#### Arrivo

- [Castello Visconteo di Fagnano Olona](#)