

## DAL MONTOSO A CRISSOLO

**Partenza:** Montoso (1278 m)

**Arrivo:** Crissolo (1398 m)

**Tempo di percorrenza:** h 6 e 10'

**Dislivello in salita:** m. 1045

**Dislivello in discesa:** m. 1167

Dal Bargese la tappa conduce nell'alta valle del Po attraverso il colle Bernardo (m. 2252).

Dal centro di Montoso (m. 1278), lungo la strada asfaltata (l'unica che procede verso monte) che conduce al [Rucas](#) fiancheggiando alcune cave di pietra ancora attive, raggiungete la stazione sciistica ove sorgono alcuni recenti edifici non certo in tono con l'ambiente che li circonda (m. 1560, 50' circa).

Dal parcheggio della stazione salite sulla sinistra lungo un'ampia carrareccia che coincide con il tracciato di una pista da sci (itinerario n° 23 del settore V della provincia di Cuneo, bolli bianco-rossi). Vinto un primo costone e superata la stazione a monte di uno skilift, continuate lungo il crinale di Costa Ciapé fino a raggiungere un bivio. Tralasciate la deviazione a sinistra verso il colle Bernardo e la Punta Ostanetta e dirigetevi verso destra (cartelli segnaletici).

Con alcuni zig-zag portatevi quasi al sommo di un rilievo conosciuto anche come Cima Bassa Grande), deviando poi sulla destra ed imboccando un sentiero ascendente che effettua un lungo diagonale sul versante ovest del costone che sale alla [Punta Rumella](#) (m. 2319). Giunti al colletto ove inizia l'ascesa finale, volgete a sinistra sul sentiero che, fiancheggiando la parete est della Rumella, transita poco al di sotto della [Punta Ostanetta](#) (m. 2375), assai panoramica e identificabile grazie a una piccola croce di ferro (ore 3 e 10').

Discesi brevemente lungo l'erbosa cresta sud della Punta Ostanetta, pervenite in pochi minuti al colle Bernardo (m. 2245), oltre il quale occorre volgere a destra seguendo un bel sentiero (itinerario n° 8 del settore V della provincia di Cuneo, bolli bianco-rossi). Continuate a scendere raggiungendo rapidamente una zona caratterizzata da grandi massi ed evitando il tracciato che a sinistra s'indirizza verso la Punta Selassa. Toccata dapprima una sorgente e poi una baracca d'alpeggio, proseguite fino ad incontrare una carrareccia che dovete seguire voltando a sinistra.

In prossimità di un agriturismo, entrate in una strada asfaltata che in breve giunge ad un ampio piazzale (m. 1600 circa). Seguendo questa strada scendete al capoluogo di [Ostana](#), Sant'Antonio (m. 1388) sede della parrocchiale, e quindi alla borgata Marchetti (m. 1208) ove invece sorge il Municipio. In breve, sempre in discesa raggiungete la strada provinciale n°234 di fondovalle che, seguita in salita, porta in circa tre chilometri a [Crissolo](#) (m. 1398, ore 6 e 10').