Home
SENTIERO DELLA SPOSA
Fruizione
Escursionismo
Infrastruttura registrata
Sì

Lunghezza
7.67 km

Tempo
3 ore 35 minuti

Tappa
0

Quota massima
650 m

Dislivello salita
488 m

Dislivello discesa
210 m

Difficoltà
Escursionistico difficile

Informazioni

Regione
Piemonte

Nazione
Italia

Indirizzo

Cappella dello Scupel
Località Cosa
28859 Trontano VB
Italia

Coordinate

POINT (8.31111 46.09424)
Quota
252 m
Indirizzo di arrivo

Trontano
Stazione Ferroviaria
28859 Trontano VB
Italia

Coordinate arrivo
POINT (8.33381 46.12246)
Quota di arrivo
517 m
Accesso

Strada statale E62 uscita Villadossola. Alla fine dello svincolo si prende a sinistra per Beura costeggiando lo scalo merci Domo 2. Raggiunta Beura, allo stop su Via Sempione si gira a sinistra e si prosegue per poco più di 2 km raggiungendo la località Cosa. In prossimità della Chiesa di San Giuseppe artigiano sono disponibili dei posteggi

Descrizione

Antico cammino che risale al secolo XVI che collegava Cosa (frazione di Trontano) al capoluogo Trontano passando da Cosasca Monte, importante abitato dove fino alla metà dell'Ottocento viveva la maggior parte degli abitanti. Anticamente l'abitato di Cosasca Monte era sotto l'egemonia della Parrocchia di Trontano, e tutti i sacramenti, le funzioni e i riti religiosi si svolgevano nella Chiesa romanica del capoluogo. Il sentiero fu teatro secondo la tradizione di un tragico evento che vide la morte di una sposa avvenuto intorno al 1600. Da qui il nome del sentiero. Si racconta che una giovane fanciulla di Cosasca Monte era promessa sposa ad un signorotto del capoluogo di Trontano. La cosa aveva suscitato del malcontento in un altro spasimante della giovane. Arriva comunque il giorno delle nozze e la fanciulla, dopo i preparativi di rito, s'incammina, accompagnata dai parenti, amici e dal corteo nuziale, lungo il sentiero che porta alla chiesa del Capoluogo, per incontrare il suo sposo e celebrare il matrimonio. In prossimità dell'attraversamento del Rio dei Porcelli, si sente uno sparo. Il colpo, partito da un archibugio, colpisce la parete rocciosa che costeggia il sentiero generando delle schegge, una delle quali colpisce la giovane promessa sposa che precipita dal sentiero perdendo la vita.

Nel ricordo di questo fatto, accaduto secoli fa, o dalla leggenda che così vuole, il cammino è diventato per tutti il "Sentiero della Sposa".

Dalla chiesa di **Cosa**, dedicata a San Giuseppe artigiano, (appositi posteggi comunali e fermata del bus nelle vicinanze), il percorso procede in piano in direzione sud raggiungendo in breve la **Cappella dello Scupel** dedicata alla Madonna del Rosario. Da qui si imbocca verso sinistra (sentiero A17) una bellissima mulattiera lastricata che sale a tornanti incrociando ogni tanto la pista. Si supera la **Cappella di Rost** e in breve con un'ultima rampa si raggiunge la bella **Chiesa parrocchiale di San Lorenzo al pozzo**. Da qui si abbandona la mulattiera principale girando a sinistra verso la **Cappella dell'Assunta** che si aggira seguendo il largo sentiero che prosegue a mezzacosta fino ad attraversare il Rio Robano su un ponte di ferro, costruito dopo la disastrosa alluvione dell'agosto 1978, in sostituzione di un ponticello in legno poggiante su basamenti in pietra ancora visibili. Dopo il ponte il sentiero prosegue più ripido, ampio e quasi sempre lastricato fino alla **Cappella del Runc**. Al suo interno è raffigurata la Madonna di Re con le anime purganti. Un ultimo tratto ripido di mulattiera ancora ben conservata conduce infine al paesino di **Cosasca Monte**. All'inizio del paese si costeggiano i ruderi dell'Oratorio di San Defendente, risalente alla fine del XV secolo. L'oratorio garantiva

alcune funzioni religiosi minori per le popolazioni delle frazioni di Cosasca. Oggi dell'edificio di culto restano solo i muri perimetrali in avanzato stato di degrado.

Il sentiero prosegue lungo le abitazioni fino al bivio per la frazione Selva. Questo crocevia è denominato **Piazza**: qui, infatti, era consuetudine per i residenti riunirsi per le deliberazioni collettive. Interessante la presenza di alcune lastre di pietra con coppelle e incisioni. Al crocevia si prosegue diritti verso il santuario **Madonna delle Grucce**. L'oratorio, dedicato alla Madonna del Rosario, è detto anche delle Grucce per via delle numerose grazie ricevute per intercessione della Vergine Maria. Secondo la tradizione orale il luogo divenne meta di pellegrinaggio a seguito di un evento miracoloso: un bimbo, costretto a camminare con le stampelle per una grave menomazione, un giorno, dopo una preghiera alla Vergine, riacquistò l'uso degli arti.

Dal santuario parte il vero e proprio Sentiero della Sposa, con un tratto molto impegnativo ed esposto che supera il **vallone del Rio Porcelli**. Recenti lavori di sistemazione hanno migliorato la percorribilità con lunghi tratti di catene, una passerella di ferro e alcuni gradini metallici per superare i tratti più difficili. Dal santuario il sentiero comincia a scendere verso il Rio Porcelli con alcuni tratti molto esposti fino a raggiungere il rio che si deve guadare, anche se normalmente si presenta asciutto. Da qui si risale a mezza costa dapprima su una passerella metallica e poi lungo una esile traccia a tratti scavata nella roccia con lunghi tratti di catene. Si supera guadando il **Rio del Varione** (un ramo laterale del rio Porcelli) e si prosegue ancora a mezza costa superando una parete rocciosa e si raggiunge uno spiazzo con panchina dove la tradizione racconta sia stata uccisa la sposa: una pietra a destra del sentiero reca incisa una croce e di fianco un incavo che viene indicato come il segno dell'impatto lasciato dal proiettile sparato dallo spasimante che provocò la morte della giovane sposa.

Superato questo tratto il sentiero prosegue ancora a mezzacosta con alcuni tratti esposti protetti da catene fino a scavalcare la dorsale raggiungendo un bel punto panoramico dove termina il tratto impegnativo. Da qui il sentiero riprende ampio e molto e facile raggiungendo le baite di **Caudera**, e poco oltre la zona delle "antenne" dove inizia la pista asfaltata che conduce a Trontano. Si segue la pista per circa 230 metri e al bivio segnalato si prende a sinistra lungo una pista forestale seguendo le indicazioni A17. Al termine della pista si prende a destra un sentierino che scende su un ripiano caratterizzato dalla presenza del **Sasso del Diavolo**, un pregevole **masso erratico**, testimonianza dell'azione di trasporto esercitata dal grande ghiacciaio dell'Ossola. Il sentiero prosegua ancora nel rado bosco e scende su un altro ripiano di rocce levigate dal ghiacciaio che offre una bella vista panoramica sulla piana di Domodossola e la Valle Bognanco. Da qui il sentiero prosegue a mezza costa diventando sempre più evidente, si aggira una dorsale seguendo un evidente sentiero quasi scavato nella roccia (passaggio della Gurva) e poco oltre raggiunge un ripiano ricongiungendosi ad un evidente sentiero che prosegue quasi pianeggiante in direzione di Trontano. Dopo poco si raggiunge l'**antico lavatoio di Castagnola**, ristrutturato nel 2024, alimentato da una sorgente perenne. Il sentiero prosegue evidente ancora quasi in piano, si ignora il bivio per la **località Cimui** e poco dopo una cappella ormai rovinata si ignora anche il bivio per la località Castello proseguendo diritti fino a sbucare su una stradina asfaltata in località **Quara** di Trontano. Subito oltre, all'incrocio caratterizzato da una bella fontana in pietra, vale la pena di svoltare subito a sinistra per andare a visitare il bellissimo antico **torchio a leva** utilizzato per la spremitura dell'uva datato 1768. Al suo interno sono presenti alcuni pannelli che ne ricostruiscono la storia e il funzionamento.

Riprendendo la strada si scende lungo Via Tignolino che in breve conduce al **centro di Trontano** con la bellissima chiesa romanica e la stazione ferroviaria dove si conclude l'itinerario.

NOTE TECNICHE

Mentre il tratto centrale e finale dell'itinerario sono mediamente facili, il tratto centrale dal Santuario della Madonna delle Grucce fino a Caudera è riservato esclusivamente ad escursionisti esperti. Il tratto infatti si presenta difficile ed esposto ed è attrezzato con lunghi tratti di catene e una passerella metallica. Sono

presenti anche due corsi d'acqua da guadare camminando da un sasso all'altro. Non percorrere questo tratto in caso di maltempo o di forti piogge nei giorni precedenti. Utilizzare idoneo abbigliamento e calzature da montagna.

Accesso con mezzi pubblici
Sì

La località Cosa (frazione di Trontano) è raggiungibile mediante bus di linea da Domodossola mediante l'AUTOLINEA CIRCOLARE SUD. Trontano è raggiungibile con il treno della Vigezzina Domodossola - Locarno. A sua volta Domodossola è raggiungibile in treno con la linea internazionale del Sempione

Periodo consigliato

Primavera
Autunno
Assolutamente da evitare il periodo invernale per la possibile presenza di ghiaccio. In estate invece, data la bassa quota, può fare molto caldo .

Accessibile ai disabili

No

Punti di appoggio

Bar Ristorante San Giorgio. Località Cosa - Via Provinciale 37, 28859 Trontano (VB) Tel. 0324 243653

Bar Trattoria Stazione. Via Paolo Ferraris, 28859 Trontano VB Tel: 0324 1871247 – 351 6507729 Mail: trattoria.stazionetrontano@outlook.it

Punti di interesse

Bella mulattiera acciottolata tra Cosa e Cosasca Monte, impreziosita da piccole cappelle votive.

Chiesa parrocchiale di San Lorenzo al pozzo.

Ruderi dell’Oratorio di San Defendente, risalente alla fine del XV secolo.

Santuario della Madonna delle Grucce, meta di pellegrinaggio a seguito di un evento miracoloso.

Antico lavatoio di Castagnola, ristrutturato nel 2024, alimentato da una sorgente perenne.

Trontano: antico torchio a leva utilizzato per la spremitura dell’uva datato 1768.

Trontano: antico forno del pane

Trontano: bellissima chiesa parrocchiale di Santa Maria (o Natività di Maria) che conserva l'originaria facciata considerata una delle più belle dell'arte romanica ossolana.

Interesse devozionale
No

Interesse storico
No

Dettagli

ATL di riferimento
ATL Distretto Turistico dei Laghi

Codice
SST

Classificazione
Locale o di prossimità

Provincia
Verbania

Copertura cellulare

Buona

04_CARTA ITINERARIO SENTIERO DELLA SPOSA.pdf

Ultima data di aggiornamento

18/09/2025

Altre info
Strutture ricettive
Alla stazione
San giorgio

Indice itinerario
Sì

Nomi province
Verbania

Altro

Si consiglia di percorrere l'itinerario da Cosa a Trontano, come da descrizione. Il ritorno può essere effettuato rientrando con i mezzi pubblici utilizzando il trenino della Vigezzina fino a Domodossola. Al mattino per raggiungere Cosa dalla stazione di Domodossola conviene utilizzare l'AUTOLINEA CIRCOLARE SUD.