

# SULLA CIMA del BEN NEVIS



© Denis Frati 2002 - [www.hardtrekking.it](http://www.hardtrekking.it)

Fotografie e testi Denis Frati  
Pubblicazione Hard Trekking

[www.hardtrekking.it](http://www.hardtrekking.it)

La riproduzione totale o parziale a fini commerciali non è consentita

©2003 Denis Frati

Ben Nevis con i suoi 1344 metri è la cima più alta della Gran Bretagna. La montagna presenta una tipica forma a panettone, con il versante nord occidentale che sale con pendenza graduale, tagliato da un agevole sentiero. I versanti meridionali (sud-ovest e sud-est) sono invece particolarmente ripidi, con alte pietraie che terminano in numerosi canali. Il versante nord-ovest è una parete verticale frequentata da alpinisti di tutto il mondo.

La quota relativamente bassa, se paragonata alle cime alpine, non deve tuttavia far sottovalutare questa montagna. I sentieri che conducono alla cima, o alla base delle vie alpinistiche, partono da quote prossime al livello del mare, si tratta quindi di affrontare pur sempre circa milletrecento metri di dislivello. Inoltre la montagna ha un proprio micro-clima molto particolare che d'inverno la copre di neve e ghiaccio, rendendo la salita in stile alpino per nulla facile, e anche d'estate non è affatto raro partire da Fort William

con una temperatura di oltre venti gradi centigradi e trovarsi in cima con la colonnina di mercurio che non supera i cinque gradi!

La conformazione della montagna, in caso di cattivo tempo e scarsa visibilità, può trasformare una gita tranquilla in una tragedia: fino a primavera inoltrata il plateau sommitale è spesso coperto di neve ed in caso di nebbia diventa molto difficile vedere il ciglio delle pareti più ripide. La fama di montagna della morte non è per nulla una forzatura, le cronache contano più di un escursionista o alpinista deceduto proprio cadendo lungo le pareti a causa della scarsa visibilità. All'inizio dei sentieri più di un cartello avvisa di questi pericoli, invitando a rinunciare alla salita in caso non si sia sufficientemente preparati o equipaggiati. Consigli che vengono spesso disattesi. Chi avrà occasione di salire il Ben Nevis nella stagione estiva troverà una vera fiumana di gente lungo il sentiero, una carovana colorita a sconcertante: chi sale con le ciabattine infradito, chi senza zaino nè ricambio, chi con la tuta in pelle da motociclista...il giorno che il Signore distribuì la ragione molte di quelle persone erano assenti!



© Denis Frati 2002 - www.hardtrekking.it  
La cima del Ben Nevis immersa nella nebbia



© Denis Frati 2002 - www.hardtrekking.it  
lago Lochan Meall an t-Suidhe

#### **Itinerario:**

La salita lungo la "via normale", il sentiero più frequentato che parte dalla Achintee House sulla sponda est del River Nevis, richiede ad un escursionista **ben** allenato circa due ore. In alternativa si può partire dalla Ben Nevis Distillery, situata lungo la A82 nei pressi del Victoria Bridge sul River Lochy. I due sentieri si congiungeranno nei pressi del lago Lochan Meall.

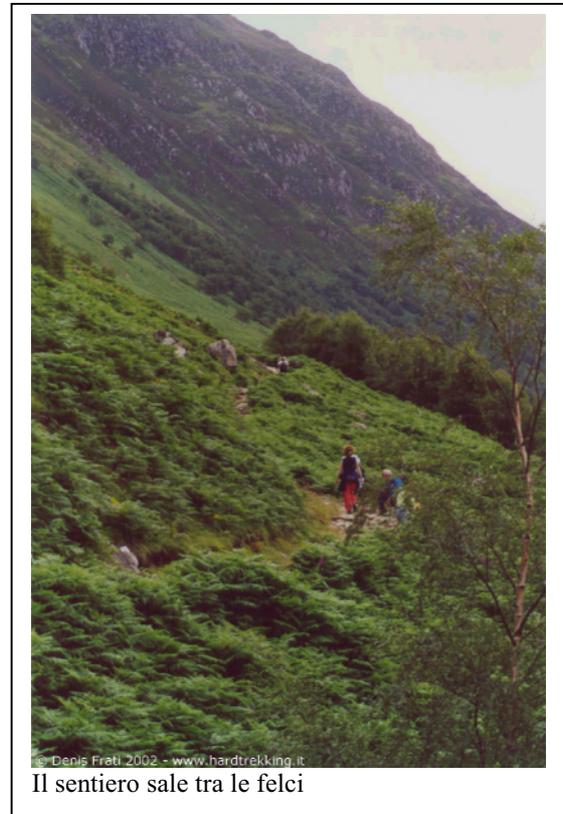
Dal centro di Fort William si prende il bus n.45 e si scende alla prima

fermata dopo il Nevis Bridge. Ci si incammina sulla strada asfaltata in leggera salita dal lato opposto della fermata del bus seguendo il River Nevis attraverso un quartiere di periferia. Dopo circa due chilometri si raggiunge il parcheggio sterrato presso la Achintee House, da qui parte il sentiero vero e proprio (q.40m sl/m). Il alternativa si può raggiungere il Visitor Center lungo il River Nevis con il bus n.42 e passando su un ponte oltrepassare il fiume e raggiungere il parcheggio.

Il sentiero, molto agevole, sale gradualmente tra rigogliose felci portandoci dopo alcuni tornanti intorno ai duecento metri sl/m dove, tagliando un' area ripida e scoscesa il fondo diventa pietroso con frequenti scaloni. La via risale l'impluvio del torrente Allt na h-Urchaire ( o Red Burn) raggiungendo il pianoro dove si allarga placido il lago Lochan Meall an t-Suidhe (p.565m sl/m circa).

Sebbene il terreno diventi ghiaioso e friabile il sentiero, frequentatissimo, resta largo e del tutto sicuro. La via sale quindi con otto ampi tornanti lungo il versante ovest della montagna, raggiungendo i 1200 metri di quota, dove la pendenza cala vistosamente ed inizia il plateau sommitale. Quando effettuammo la salita era il luglio 2002, eravamo partiti da Fort William con circa 25°C e quando giungemmo all'inizio del plateau la temperatura di circa 9°C rendeva poco gradevole il contatto con la maglietta bagnata! Sul plateau il fondo è ciottoloso e anche in luglio può capitare di attraversare ampie macchie di neve. Se il cielo è aperto si gode di una bellissima vista su tutta l'area circostante, ma non è affatto raro ritrovarsi a marciare nella nebbia sino alle rovine dell'osservatorio, dove è stato ricavato un bivacco, meta ultima della salita. In caso di nebbia si deve porre particolare attenzione a non perdere il sentiero piegando verso nord-est, si rischierebbe infatti di raggiungere il bordo del plateau affacciandosi sulla parte verticale!

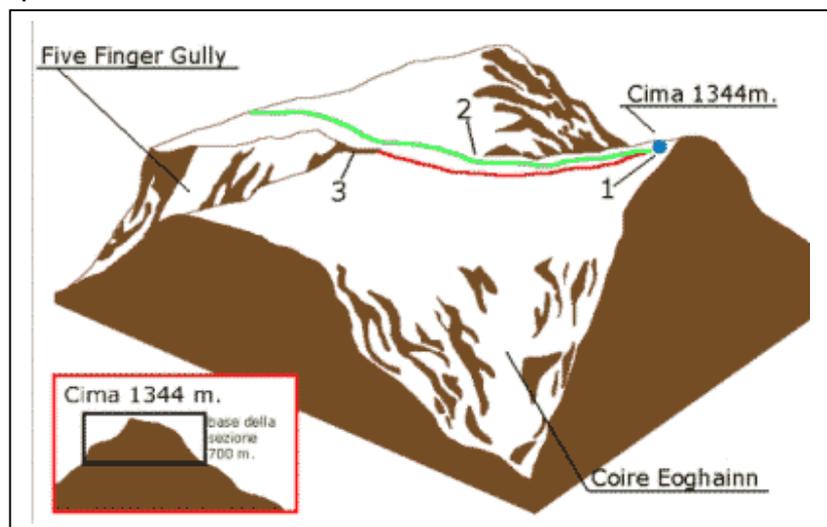
Il ritorno avviene lungo lo stesso percorso.



© Denis Freti 2002 - www.hardtrekking.it  
Il sentiero sale tra le felci

### La montagna killer:

La fama del Ben Nevis quale montagna killer non è affatto esagerata! Con neve e ghiaccio i ripidi pendii si trasformano in trappole mortali, difficili da evitare se la nebbia annulla i confini tra terra e cielo. Inoltre le condizioni climatiche possono essere molto severe anche in estate e i casi di ipotermia non sono una rarità.



I teams di soccorso consigliano di non avventurarsi sul Ben Nevis in caso di cattivo tempo, ma se siete sulla cima quando la nebbia cala dovete saper usare la bussola per tornare a casa!

Il percorso della salvezza prevede infatti che, **1** partendo dalle rovine dell'osservatorio (dove sorge il bivacco) si marci per 150 metri con un azimut di 231°, quindi **2** si cambi direzione impostando un azimut di 281° che porterà dritti sul sentiero che zizzagando scende verso il lago. **3** Un solo grado di errore sulla direzione di marcia porterà dritti nella gola di Five Finger Gully, dove i suoi mortali pendii trasformeranno l'escursione in tragedia! Non fate l'errore di sottovalutare le montagne scozzesi, [le statistiche](#) del [Mountain Rescue Committee of Scotland](#) (il locale soccorso alpino) parlano chiaro: i 291 incidenti del 1990, con 181 feriti e 30 decessi, nel 2000 sono diventati 335 incidenti, 238 feriti e 42 morti, statistiche valevoli per la sola Scozia a cui bisognerebbe sommare quelli di Inghilterra e Galles per avere valori validi a livello nazionale.

I dati raccolti sino al 1993 indicavano che:

☀ per gli incidenti occorsi su neve solo il 76% delle vittime erano dotate di piccozza e solo il 59% di ramponi;

☀ Inciampare o scivolare ha causato il 42% degli incidenti, mentre le valanghe ne hanno causati solo il 15%;

☀ Il 50% delle vittime che riportarono ferite fatali al capo non indossava il caschetto protettivo;

☀ La navigazione scadente causò il 14% delle vittime e il 24% degli incidenti e sovente i compagni delle vittime non furono in grado di indicare l'esatta posizione dell'infortunato.

Come si vede sono numeri impressionanti, che tuttavia non devono scoraggiare nessuno, camminate per le montagne delle Highlands Scozzesi, ma fatelo con buon senso e rispetto per la montagna.

## **Informazioni:**

**Alloggio** (tralasciando le sistemazioni di alto livello):

☀ bed & Breackfast: moltissime possibilità a Fort William, Caol e Corpach;

☀ campeggio: lungo il River Nevis ve ne sono due. Per raggiungerli in prossimità del Nevis Bridge svoltare a ovest lungo Belford Road;

☀ ostelli della gioventù: esistono due possibilità, entrambe gestite dalla Youth Hostel Scottish Association, il più vicino lungo Belford Road, davanti alle pendici meridionali del Ben Nevis, il secondo nel bellissimo scenario di Glea Coe, a circa 24 chilometri di distanza.

## **Acquisti:**

☀ Supermercati: Fort William dispone dell'enorme Safeway nei pressi della stazione ferroviaria, mentre lungo High Street si trovano supermercati di dimensioni minori. A Corpach vi è un piccolo supermercato posizionato lungo la strada A830 per Mallaig. Glen Coe è fornito di due minuscoli alimentari.

☀ Attrezzatura sportiva: a Fort William il negozio più fornito è sicuramente Nevis Sport, al capo settentrionale di High Street; lungo la stessa via sono presenti altri numerosi negozi dove trovare ciò che serve per qualunque attività: running, trekking, biking, ecc..

☀ Guide e carte topografiche: il TIC è sicuramente la prima meta per questi acquisti, esiste poi una fornitissima libreria in High Street, proprio davanti ai giardini pubblici. Carte e guide sono presenti anche sugli scaffali di alcuni negozi di attrezzature sportive.

**Trasporti locali:** Il servizio è gestito da Rapsons, gli orari sono reperibili sul [sito web](#) (in formato .pdf) o presso il TIC.

☀️ Per Caol e Corpach si prende il bus n.45, se ci si trova in High Street presso i giardini pubblici è sufficiente, passando accanto ad una rivendita di fish & chips, raggiungere la A82 e posizionarsi alla pensilina dal lato del Loch Linnhe.

☀️ Per raggiungere il Glen Nevis e i campeggi o l'ostello della gioventù si prende il bus n.42, che parte dalla stazione degli autobus An Aird.

☀️ Per raggiungere l'ostello della gioventù di Glen Coe, o i bed & breakfast di Kinlochleven, si prende il bus n.44, se ci si trova in High Street è sufficiente raggiungere la pensilina presso la stazione di polizia (dallo stesso lato della strada).

**Trasporti a lunga percorrenza:** la [Citylink](#) ha praticamente il monopolio sui tragitti, offre un servizio capillare e puntuale, raggiungendo da Glasgow ed Edimburgo ogni luogo della Scozia, toccando l'Irlanda, l'Inghilterra e scendendo addirittura in Europa continentale.

