

CALENDARIO ATTIVITA'

APRILE

- 10 venerdì jolly
- 11 sabato scialpinistica impegnativa
- 12 domenica Pasqua scialpinistica impegnativa
- 13 lunedì scialpinistica impegnativa

MAGGIO

- 1 venerdì uscita arrampicata di tre giorni
- 2 sabato uscita arrampicata di tre giorni
- 3 domenica uscita arrampicata di tre giorni

SCIALPINISMO (da dicembre ad aprile)

Cercando la neve migliore per divertirvi.

Iscrizioni entro: due giorni prima la data della gita

Introduzione: l'attività scialpinistica richiede un minimo di preparazione fisica e la capacità di saper sciare in pista, le difficoltà verranno scelte in base al livello sciistico dei partecipanti. Le uscite potranno subire delle variazioni in base alle condizioni nivometeo

Tutti i **lunedì, mercoledì e venerdì**

Alcuni esempi: Marmolada, Cima Solda, Piccolo Colbricon, Cima di Bragarolo, Cime di Danerba, Cime d'Albiolo, Cima Grava, Traversata del Mulaz, Piz Boè, Zufallspitze, San Matteo

Costo: da euro 80 ad euro 120 a persona

Sono possibili anche altre uscite in giornate differenti, contattatemi

A richiesta sono possibili uscite di più giornate con pernottamento in rifugio da fine marzo

CIASPOLE (da dicembre a marzo)

Una camminata nella neve per rilassarsi e rallentare.

Iscrizioni entro: due giorni prima la data della gita

Introduzione: un'attività adatta a tutti, anche famiglie con bambini, basta coprirsi bene e godersi l'aria aperta. Non c'è niente di meglio di una passeggiata nella neve, riscoprendo i propri ritmi naturali, prima di concedersi una calda coccola o un pasto in compagnia.

Tutti i **martedì e giovedì**

Costo: euro 60 a persona

Sono possibili anche altre uscite in giornate differenti, contattatemi

CASCATE (da dicembre a febbraio)

Su richiesta giornate di prova per principianti (**euro 80** a persona)

o salite per i più audaci (**euro 160** a persona)

FERRATE (da maggio ad ottobre)

Iscrizioni entro: due giorni prima la data della gita

1° livello (bassa difficoltà, minimo impegno fisico) Ferrata Colori, Sentiero attrezzato rio Salligoni, Col Rodella, Grande e Piccola Cir, Val Scura, Burrone Giovannelli	lunedì e venerdì	Costo: euro 60 a persona
2° livello (lieve difficoltà, leggero impegno fisico)	martedì	Costo: euro 90

Rio Secco, Santner, Masarè e Roda di Vael, Gron-ton, Catinaccio d'Antermoia, Giulio Segata al Dos d'Abramo		a persona
3° livello (abbastanza difficile, impegno fisico discreto) Tridentina, Cresta Ovest Marmolada, Trincee, Finanziere, Giulio Gabrielli a Cima Socede, SOSAT in Brenta, Sentiero Benini, Sentiero dei Fiori in Presena	mercoledì	Costo: euro 110 a persona
4° livello (difficile, impegno fisico considerevole) Ferrata Eterna in Marmolada, Pisetta al Dain, Ferrata di Monte Albano, Bolver Lugli al Cimon	giovedì	Costo: secondo tariffa guide
A richiesta: Alleghesi al Civetta, Ferrata all'Ortles, Bocchette Centrali, Bocchette Alte, Castiglioni, Sentiero dell'Ideale, Che Guevara	tutti i giorni	Costo: secondo tariffa guide

ARRAMPICATA (da maggio a settembre)

Iscrizioni entro: due giorni prima la data della gita

1° livello (bassa difficoltà, minimo impegno fisico) III I e II torre del Sella, Piccola Fermeda, 46° parallelo, Orizzonti Dolomitici	lunedì	Costo: euro 100 a persona
2° livello (lieve difficoltà, leggero impegno fisico) III-IV Ape Maia, Aspettando Martino, Pollice alle Cinque Dita, Ciavazes (vari itinerari), Spigolo Maria al Pordoi, Torri del Vajolet (vari itinerari), Kiene al Castelletto	martedì	Costo: euro 120 a persona
3° livello (abbastanza difficile, impegno fisico discreto) IV-V Piccola Micheluzzi, Rossi Tomasi al Ciavazes, Adang al Sass Ciampac,	mercoledì	Costo: euro 140 a persona
4° livello (difficile, impegno fisico considerevole) V-VI Micheluzzi al Ciavazes, Comici al Salame, Comici alla Lavaredo, Loss Pilati al Dain, Missile al Casale	giovedì	Costo: secondo tariffa guide
A richiesta: via delle Guide al Crozzon, le vie al Campanil Basso, e in tutto il Brenta ma anche Catinaccio, Marmolada, Sassolungo, Tofana e poi in Badile o sul Monte Bianco	tutti i giorni	Costo: secondo tariffa guide

Sono possibili corsi a richiesta di 3 giorni (euro 270) o 5 giorni (euro 450) da concordare con almeno una settimana di anticipo

ALTA MONTAGNA (da giugno a settembre)

Iscrizioni entro: cinque giorni prima la data della gita

Per le caratteristiche di queste uscite non è possibile indicare fin d'ora una data, vanno valutate le condizioni dell'alta montagna e prendere accordi tra i partecipanti e la guida direttamente, vi offro alcuni itinerari quale spunto per la vostra voglia di avventura

Ecco una selezione di vie normali:

normale al Carè Alto, normale alla Presanella, normale al Cevedale, normale al Gran Zebrù, normale all'Ortles

e di grandi classiche, imperdibili:

Hintegrat all'Ortles, Biancograto al Bernina, Cresta Kufner al Pizzo Palù, Nord della Presanella, Suldengrat al Gran Zebrù, Cresta Signal al Monte Rosa, Traversata dei Lyskamm, normale francese al Monte Bianco

Sono possibili corsi a richiesta di 3 giorni (**euro 350**) da concordare con almeno dieci giorni di anticipo

TREKKING ITALIA & ESTERO (tutto l'anno)

Iscrizioni entro: la data indicata per ciascun itinerario

GR20 CORSICA

PARTE MERIDIONALE DA VIZZANOVA A CONCA (6giorni)

Iscrizioni entro: venerdì 13 MARZO

Dal 3 giugno al 12 giugno

1° giorno

da Vizzanova (910m) alle Bergeries de Capannelle (1586m)

5/6 ore di cammino, difficoltà moderata

Questa giornata alterna salite ripide a dolci discese, accompagnati dal panorama del Monte Renosu tra boschi di pino laricio e faggio. A volte immersi nei boschi, a volte percorrendo praterie e macereti ci disetteremo alla sorgente di Bocca Palmente (1647m), passando per le Bergeries d'Alzeta arriveremo alla cascata delle Bergeries de Scarpaccedie (1450m) dove potremmo immergerci nella pozza d'acqua limpida per rinfrescarci prima dell'ultima fatica della giornata, la ripida salita che porta alla vista della conca delle Bergeries de Capannelle. Qui pernosteremo nell'accogliente Gite U Fugone.

2° giorno

dalle Bergeries de Capannelle (1586m) al Refuge de Prati (1820m)

6/7 ore di cammino, difficoltà moderata

La giornata prevede una lunga traversata facile fino alla Bocca di Verdi, immersa nel bosco, dalla quale parte una ripida salita, che conclude le fatiche odierne. Potremmo ammirare splendidi panorami sulla catena di Punta Kyrie Eleison. Passeremo sotto Punta Capannella, raggiungeremo il Plateau de Gialgone (1591m) dominato dal Monte Grossu. La zona, ricca di torrenti e cascate, non smetterà di affascinarci. Guadagneremo poi la sella di Bocca d'Oru (1840m) che ci porterà al Refuge de Prati, l'unico posto per dormire, anche se un po' spartano.

3° giorno

dal Refuge de Prati (1820m) al Refuge d'Usciolu (1750m)

5/6 ore di cammino, difficoltà impegnativo

Questa è una delle giornate più spettacolari ed impegnative. Una ripida salita ci porterà a godere di una vista sensazionale sui villaggi di Palneca, Ciamannacce e Cozzano ad ovest e di Prunelli e Ghisonaccia ad est. Continueremo tra creste granitiche e sentieri che si snodano tra una fitta vegetazione arbustiva fino a toccare Punta de la Cappella (2042m) per scendere poi alla Bocca di Luparu (1525m). Riprenderemo a salire per creste fino al Monte Formicula (1981m) dalla sommità del quale scenderemo sul versante sud arrivando al Refuge d'Usciolu, altro spartano rifugio dove pernosteremo.

4° giorno

dal Refuge d'Usciolu (1750m) al Refuge d'Asinao (1530m)

7/8 ore di cammino, difficoltà moderata

Ancora una giornata che inizia tra creste e pietraie, un po' stancante ma di ineguagliabile bellezza per il panorama. Successivamente, nella faggeta, percorreremo una mulattiera fino alla sorgente nei pressi della Bocca di l'Agnonu per dirigerci al Plateau de Concione dominato dal Monte Incudine col suo caratteristico intaglio. Ora la salita riprende ripida e per cresta. Superando un'altra sorgente arriveremo alla Bocca di Luana (1800m) e di qui alla vetta del Monte Incudine (2134m), dove non

sarà improbabile incontrare la neve non ancora sciolta. Dalla cima un tratto di cresta e un successivo ripido tratto ci porteranno direttamente al Refuge d'Asinao. Meritata meta per la giornata odierna.

5° giorno

dal Refuge d'Asinao (1530m) al Refuge de Paliri (1055m) per la variante Alpina

5/6 ore di cammino, difficoltà da moderata ad impegnativo

Attraversando il fiume Asinao e risalendo a metà costa sull'opposto versante godremo di alcuni scorci sulle colline pedemontane del Massif de Bavella. Qui ci sono due possibilità: una richiede una certa capacità alpinistica ed il superamento di una ferrata, l'altra, più lunga, evita tutto il tratto alpino aggirando il gruppo della Bavella ricongiungendosi alla Bocca della Bavella. Di qui si raggiunge l'abitato di Bavella. Possibilità di interrompere qui con un giorno d'anticipo. Ma vale la pena proseguire. Da qui per la Bocca di Foce Finosa (1214m) dalla quale potremo ammirare il ripido bastione del Massif de Bavella e delle Aiguilles, scenderemo al Refuge de Paliri dal quale, nelle giornate limpide si può scorgere la Sardegna. Qui passeremo la nostra ultima notte da vagabondi.

6° giorno

dal Refuge de Paliri (1055m) a Conca (252m)

4/5 ore di cammino, difficoltà moderata

Questa giornata è un piacevole ritorno al verde ed alla civiltà. Addentrandoci per un bosco di pini marittimi e felci, dominato dalla mole dell'Anima Damnata, scorgeremo i massicci del Monte Bracciu e Monte Sordu. Seguiremo un antico circolo glaciale fino alla Foce di u Bracciu (917m) per salire alla Bocca di Sordu (1065m) con i caratteristici massi erratici. Scendendo verso le rovine delle Bergeries de Capellu (850m) e superatele incontreremo delle splendide piscine naturali scavate nella roccia. Costeggiando il fianco della montagna, uscendo dalla valle scoscesa si arriva alla Bocca d'Usciolu (587m), uno stretto passaggio nel granito, da cui si vedono i tetti delle case di Conca, il paese che segna la fine del nostro viaggio.

TOUR DELLE FERRATE DEL BRENTA

Iscrizioni entro: domenica 23 AGOSTO

Dal 3 al 6 settembre

Per gli amanti della natura selvaggia e delle ferrate. Gran parte del percorso si svolge su cenge rocciose, attraverso il Gruppo di Brenta, tra pareti vertiginose e profonde gole. Percorso che ricompensa l'impegno con uno degli scenari più belli delle Alpi. È richiesto un minimo di allenamento.

1° giorno

7/8 ore di cammino

da Passo Grostè (2442m) percorrendo il sentiero attrezzato Benini arriveremo al rifugio Tuckett (2272m) dove pranzeremo. Ripartiremo seguendo il sentiero attrezzato SOSAT per portarci al rifugio Brentei (2182m) per il meritato riposo. Il tracciato ci porterà ad abituarci all'ambiente e a muoverci in esposizione, facendoci conoscere dapprima il settore settentrionale del gruppo stesso per svelarci la parte centrale.

2° giorno

6/7 ore di cammino

dal rifugio Brentei (2182m) punteremo dritti al cuore del gruppo, per seguire la mitica via delle Bocchette Centrali. Arrivati poco sotto alla Bocca di Brenta (2552m) percorreremo la larga cengia

che taglia la parete sud ovest di Cima Brenta Alta, ammireremo il famoso Campanil Basso, toccando le pareti che hanno fatto la storia dell'alpinismo. Seguiremo un percorso che alterna tratti pianeggianti a tratti ripidi ma che nel complesso si mantiene quasi sempre alla stessa quota fino alla Bocca degli Armi (2749m) da dove scendendo per l'omonima Vedretta giungeremo al rifugio Alimonta (2580m), situato in una conca che fa da balcone naturale al rifugio stesso. Qui ci riposeremo e pernosteremo per prepararci al giorno successivo, quello tecnicamente più impegnativo.

3° giorno

8/9 ore di cammino

partiremo di buon mattino, risaliremo la Vedretta per portarci all'inizio delle Bocchette Alte (circa 2700m). Continueremo in direzione nord seguendo una successione di cenge che ci permetteranno di superare l'immensa mole di Cima Brenta senza mai raggiungerne la cima e giungere alla Bocca di Tuckett (2648m). Questo è il tratto che richiede il maggior impegno tecnico e, arrivando a conclusione del tour, sarà la degna conclusione di tre giorni all'insegna dell'avventura e della bellezza selvaggia delle Dolomiti. Dalla Bocca di Tuckett scenderemo al rifugio e di qui, lungo un sentiero che ormai, per noi provetti alpinisti, non riserverà più nessuna sorpresa ci accompagnerà a passo Grostè da dove eravamo partiti.

TREKKING AD ANELLO ATTORNO AL SASSOLUNGO

Iscrizioni entro: domenica 30 AGOSTO

Dal 11 al 13 settembre

Per gli amanti della natura selvaggia come solo le Dolomiti possono offrire. Gran parte del percorso si svolge su ghiaioni e sentieri, attraverso il Gruppo del Sassolungo, tra pareti vertiginose e valli ampie e prative. Percorso semplice che dà la possibilità a tutti di conoscere uno degli ambienti più suggestivi senza dover essere alpinista, dove basta aver voglia di fare una passeggiata in montagna, per rilassarsi e godersi l'aria pulita ed il panorama affascinante.

1° giorno

4 ore di cammino

si parte dal rifugio Passo Sella (2180m), si percorre dapprima la strada che porta al rifugio Friedrich August (2298m) e poi per sentiero, quasi sempre alla stessa quota, si arriva al rifugio Sassopiatto (2300m) dove pernosteremo. In questa giornata potremmo ammirare le imponenti pareti meridionali di Punta Grohmann, della Torre Innerkofler, del Dente del Sassolungo e del Sassopiatto.

Interamente rivolta a sud questa parte del tragitto ci permetterà di goderci anche il tepore del sole settembrino, coi suoi colori e le sue sfumature, nonché una panoramica sull'intera valle di Fassa.

2° giorno

4 ore di cammino

scenderemo verso il rifugio Zallinger ma deviando sulla destra per portarci a contornare le pendici occidentali del Sassopiatto fino allo spallone panoramico Piz da Uridl (2101m). la vista sull'Alpe di Siusi e la Val Gardena sono indescrivibili. Di qui attraversando un rado boschetto ci portiamo sui ghiaioni alla base del versante settentrionale del Sassopiatto ed entrando nel selvaggio vallone del Sassolungo ci portiamo al Col de Mesdi (2124m), lungo i contrafforti occidentali del massiccio. In breve, al cospetto della maestosa parete nord del Sassolungo, ci portiamo al rifugio Comici (2153m) dove pernosteremo.

3° giorno

2/3 ore di cammino

dal rifugio Comici il sentiero prosegue comodo e pianeggiante in direzione est, passando sotto a tutta la parete nord, una delle più grandi delle Alpi. Tra pascoli, piste da sci e bosco rado di pino mugo, arriviamo prima al labirinto di massi dolomitici chiamato Città dei Sassi e di qui al rifugio Passo Sella da dove eravamo partiti. Questa è una giornata di relax, dove il cammino dolce e pianeggiante ci permetterà di godere dell'ultimo sguardo sulla Val Gardena ed arrivare praticamente riposati alla conclusione del nostro tour.