



"ad excelsa tendo"

GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA SOTTOSEZIONE C.A.I. MILANO

Via C G Merlo 3
20122 Milano
Tel Fax 02.799.178
e-mail gam@gam.milano.it
www.gam.milano.it

Settimana verde dal 15 al 22 Luglio (da domenica a domenica) Escursionismo



ALTA BADIA

Situata in una conca soleggiata contornata da cime frastagliate la Val Badia presenta una molteplicità di aspetti, al tramonto si presenta come una tavolozza dalle infinite sfumature. Ci attende una vacanza immersa in una natura incontaminata tra paesaggi alpini e secolari tradizioni. L'Hotel che ci ospiterà è il Savoy (0471 847088) situato in località **La Villa (Val Badia)** circondato dalle cime del Sella e Sassongher, dotato di ascensore e tutti i confort tra cui area wellness e piscina da qui partiranno le escursioni e le passeggiate nei boschi

circostanti come da programma di massima. L'Hotel si trova nei pressi della ovia GRAN RISA (A/R ca 17.00 €), che porta all'altopiano di **Piz LA ILA** punto di partenza di vari trek.

Dom 15- Partenza ore 7.30 da P.le Loreto ang AUMAI con auto, autostrada A4 direzione Venezia. Si può fare una prima sosta all'Area di servizio BAULI GRILL (prima di Verona dopo l'uscita Sommacampagna la prima Area di servizio 150 km da Milano). Si prosegue il viaggio, a Verona Nord svincolo per A22, autostrada del Brennero. Prevista sosta area servizio "ENI" Paganella est (300 km da Mi). Il viaggio riprende fino all'uscita casello Varna- Bressanone: si prende la statale SS49 della Val Pusteria (Brunico) fino all'incrocio di San Lorenzo. Si prende la statale SS244 della Val Badia e dopo circa 25 km si raggiunge la località LA VALLE. Da Milano i chilometri stimati sono circa 400/410. Arrivo nel pomeriggio e consegna stanze aperitivo di benvenuto e cena tipica LADINA e pernottamento.

Lun 16- Colazione, ritrovo entro le ore 9.15/9.30. Escursione rif. "Piz Sorega" (mt 2003 tel. 0471 849434). Con l'ovia, a poca distanza dal nostro Hotel, raggiungiamo l'altipiano "Piz La LLa". (2064mt). Costo ca 9.50 € andata, 14.50€ A/R. Da qui il sentiero panoramico n 4 con saliscendi coprendo 200 mt circa di dislivello in circa 1:20 h ci conduce al rifugio. Difficoltà F. Volendo evitare l'impianto si può raggiungere l'altipiano a piedi: nei pressi dell'APT dietro l'Hotel Soleil si prende una stradina fino al torrente e si seguono le indicazioni per l'altipiano con una salita un po' ripida soprattutto nel primo tratto, e in ca 2 ore si raggiunge l'altipiano. Dislivello 450 mt. Difficoltà E.

Mar 17- Colazione, ritrovo orario stabilito. Escursione rifugio "S.CROCE" (tel 0471 839632 mt 2045). Costruzione risale intorno al 1718 per ospitare i pellegrini che giungevano in visita all'omonima Chiesetta gotica. Situato in una bella posizione ai piedi del "Sass dla Crusc". L'escursione inizia da Badia, 15 minuti di auto, precisamente località S. Leonardo; si segue segnaletica 13 A, comodo sentiero fino ad OIES, attraverso il bosco saliamo in alto per uno stretto sentiero fino ai masi di Castalta dopo un punto di ristoro prendiamo sentiero 13 e si arriva alla chiesetta e l'antico ospizio. Difficoltà M. Dislivello 720 mt tempi di percorrenza 2 ore 45'. Volendo si può rientrare al punto di partenza in seggiovia.



Merc 18-Colazione, ritrovo stabilito. Escursione da S. Cassiano all'Altopiano del Fanes con sosta al Gran Fanes (2100 mt tel 346 2193374 apertura estiva), attraverso il Parco naturale Fanes-Sennes-Braies ove le marmotte hanno il loro habitat naturale....In auto si raggiunge S. Cassiano località Capanna Alpina (1729 mt). Parcheggio a pagamento. Con il sentiero 11 inizialmente piuttosto pianeggiante, sale per un pendio boscoso fino al Col De Locia,(ca ore 1,15'), da qui

vari tranquilli saliscendi portano alla Malga Gran Fanes. Dislivello ca 730 mt ore tot. 5,30. Difficoltà M. Per chi volesse in salita si raggiunge da qui il **"Lech de Limo"**.

Giov 19-Colazione, ritrovo orario concordato. Escursione rif Gardenacia (2050 mt tel. 0471 840128 cell 335 8124781). Il percorso parte dalla Chiesa di La Villa si prende il ripido sentiero 11 che per prati e boschi e con ampio canalone sbocca sotto l'altopiano del Gardenacia dove si intravede il rifugio aperto solo in estate . Tempo stimato 1.30/1,40' h per circa 600 mt dislivello . Difficoltà M. Una volta al rifugio volendo si prende il n 1A che con sali e scendi tra stelle alpine e pini mughi si arriva al Col Plo Alt (mt 2300 ca), tempo stimato ore 1 ca'. Il rifugio può essere raggiunto con una comoda seggiovia denominata Gardenacia (costo 6,50/7,00€ andata, ca 10,00 € A/7R) e in ca 50' seguendo il sentiero n 5 si sale seguendo le indicazioni per il rifugio (disl.250 mt ca) e arriviamo al terrazzo prativo che accoglie il rifugio. Un'altra possibilità arrivati a monte della seggiovia si scende per il sentiero 5 fino al Rif. Sponata.

Ven 20- Colazione, ritrovo anticipato alle ore 9.00 per escursione "Plan de Corones", montagna delle Alpi (2270 mt) di origine vulcanica che offre un'ampia visuale sulle montagne circostante, dove nel 2015 è stato inaugurato il "Messner Mountain Museum" voluto dallo scalatore, dedicato all'evoluzione dell'alpinismo negli ultimi 250 anni riguardo le tecniche i trionfi che hanno caratterizzato le scoperte dell'UOMO e le immancabili tragedie come tributo al progresso.(**Visita € 10.00 , seniores > 65 a. 8.50 €.**) Tragitto : con l'auto prendiamo la strada SS244 e ci dirigiamo a



San Vigilio loc. Marebbe e si raggiunge il Passo Furcia (1790 mt), collegamento tra Val Badia e la Val Pusteria,ove un ampio parcheggio è presente. Da questo punto abbiamo due opzioni per il Plan de Corones: a piedi si segue una strada/sentiero vicino Ristorante PRADELES fino inizio del sentiero n 1, il percorso ben segnalato ma un po' ripido e privo di pericoli copre un dislivello di ca. 600 mt, ore 1,45/2.00 ca. Difficoltà: M. Seconda opzione con l'ovovia RUIS in circa 7' supera un dislivello di circa 530 mt (prezzi A. 10,00 € A/R 13,00 € solo discesa 6,00 €.. Sulla cima si può percorrere il SENTIERO PANORAMICO del Plan

de C.che si svolge pianeggiante ai piedi del massiccio.

Sab 21- La settimana termina con l'escursione al Lago "Lagaciò"(Lagazuoi in italiano) a 2190 mt, piccolo lago alpino sull'omonimo gruppo montuoso, territorio San Cassiano vicino al confine col Veneto . Meta di tanti escursionisti non solo per la sua bellezza ma anche per la relativa facilità di accesso. Punto di partenza Capanna Alpina vicino alla quale si parcheggia(v. merc. 20). Si prende il sentiero n 20 che ripido ma scorrevole sale al Rif Scotoni (2040 mt. Tel. 0471 847330). Disliv. 280 mt ca. ore 0.50'. Difficoltà medio-facile. Volendo si può terminare qui l'escursione. Per la meta finale continuare sentiero 20 passando vicino una Cappella commemorativa. Risaliamo una gola alla sinistra del fiume fino arrivare al laghetto color smeraldo. Il ritorno si effettua per lo stesso percorso. N.B. per chi volesse fermarsi e pranzare al rifugio e assolutamente consigliato prenotare vista l'affluenza.

Dom 22- Colazione, restituzione stanze/chiaavi e in mattinata partenza per il ritorno a Milano.

Quote: Soci GAM 583 € ; Soci C.A.I. 593 € Supplemento camera singola 10,00 € al giorno. Le camere sono dotate di:Telefono, Tv, Frigorifero, Wi-Fi, cassaforte. Sito www.savoy-altabadia.it

La quota comprende:

-Mezza pensione con aperitivo di benvenuto e cena ladina tipica, vino ed acqua,colazione a buffet.

-Piscina- centro benessere

-Tassa di soggiorno

La quota non comprende:

-Il viaggio, che verrà effettuato con mezzi propri, condividendo le spese ad esclusione del guidatore .****

-Impianti/trasporti

-Quanto non espressamente specificato

ISCRIZIONI: tramite versamento caparra 150,00 € entro 15 marzo e saldo entro 12 giugno in contanti nelle serate di apertura della Sede: martedì dalle 18.30 alle 20.30 e giovedì dalle 21.00 alle 23.00, oppure con bonifico bancario sul conto del GAM presso la Banca Montepaschi Siena IBAN: IT62D0103001654000061104572 causale Settimane

Verdi 2018, indicando nome e cognome del partecipante e mandando copia del bonifico alla coordinatrice Cristina Mazzetti. Tel fisso 02 5395282 cell. 339 8320257 e mail. cristina.mazzetti@alice.it

N.B. Le escursioni proposte sono indicative e suscettibili di modifiche anche in base alle condizioni meteo, ai suggerimenti dell'APT locale, in base ai desideri dei partecipanti. Sempre su eventuali richieste si possono effettuare escursioni specifiche come per esempio Trekking sui luoghi

della Grande Guerra "Gallerie Lagazuoi" nell'antico confine tra il Regno d'Italia e l'Impero Austriaco, rigorosamente accompagnati da una

guida locale, trattandosi di percorsi più impegnativi su sentieri scivolosi.

******Per chi raggiunge la località con servizi pubblici si consiglia in treno fino a Brunico, dalla stazione l'autobus fino a**

La Villa, durata ca.1 ora

Per gli orari consultare il link www.mobilitàaltoadige.info