

PROGRAMMA GITE MERCOLEDÌ 2015

Le "gite del Mercoledì" costituiscono un appuntamento consolidato delle proposte della Sezione di Trento. Si tratta di passeggiate infrasettimanali (il mercoledì appunto), che non richiedono particolare impegno tecnico e fisico, sono adatte a persone di ogni età e sono interessanti dal lato paesaggistico e culturale.

Questa iniziativa ha incontrato il favore di molti soci e simpatizzanti, com'è testimoniato dalla larga e apprezzata partecipazione registrata in questi tre anni, sia da parte di vecchi sia di nuovi soci, che in questo modo hanno avuto modo di conoscere ed apprezzare la nostra attività, e sono stati spinti ad aderire e ad iscriversi numerosi alla associazione.

Lo scopo è di dare l'opportunità a chi ha tempo libero nel corso della settimana e desidera utilizzarlo in maniera salutare, ricreativa e istruttiva, di occupare proficuamente una giornata accompagnati da persone esperte per camminare in compagnia, in tutta sicurezza e tranquillità e conoscere il territorio e tutti i suoi aspetti naturali, culturali e storici secondo lo spirito e i valori della SAT.

Il programma che è proposto per il 2015 prevede ben 19 escursioni, con cadenza quasi settimanale nel periodo aprile-settembre, con proposte molto interessanti in località suggestive ed attraenti.

L'iscrizione è aperta a tutti i soci CAI-SAT e, per un numero limitato di tre gite, anche ai non soci. L'iscrizione può essere fatta di persona o per telefono dal martedì della settimana precedente la data dell'escursione fino al lunedì della settimana in cui si svolge l'escursione, versando la quota stabilita presso la segreteria della Sezione nell'orario di apertura al pubblico (ore 17.30-19.00 dal lunedì al venerdì).

Per tutto quanto riguarda l'organizzazione e lo svolgimento delle gite vale quanto disposto dal Regolamento Gite della Sezione, riportato in estratto nel presente Programma Escursioni.

Mercoledì 15 aprile

« DA CENIGA AD ARCO »

(Catena del Casale) – Escursione E –

Da **Ceniga** (118 m), superato il ponte romano sul Sarca, si sale nella valletta di **Malapreda** e, superando agevolmente un salto roccioso, in vetta al **Monte Colt** (435 m). Seguendo la costiera rocciosa raggiungiamo la **Cima Colodri** (400 m). Si scende per il sentiero dei lecci al Santuario di **S. Maria di Laghel** (220 m) e attraverso l'oliveto ad **Arco** (92 m). Visita all'arboreto presso la Villa Arciduale.

Dislivello in salita 319 m; in discesa 395 m — percorso ore 4.00.

Proposta da: **Maria Corradini e Mariella Butterini**

— — — — —

Mercoledì 22 aprile

« DA MARLENGO A MERANO LUNGO WAALWEG e TAPPAINERWEG »

(Conca di Merano) – Escursione E –

Da **Marlengo** (Marling - 363 m) si segue il **Waalweg** fino a **Tel.** Attraversata la statale per la Val Venosta e il ponte sull'Adige, si prende il **Plarser Waalweg** che passando per **Plars**(464 m) porta sopra **Algund** (350 m) dove inizia l'**Algunder Waalweg** fino a **Gratsch** (408 m). Da Gratsch si scende a **Merano** (352 m) per la **Tappainerweg**.

Dislivello in salita 200 m; in discesa 150 m — percorso ore 5.00

Proposta da: **Mariella Butterini**

— — — — —

Mercoledì 29 aprile

« DAL LAGO DI CALDARO AI LAGHI DI MONTICOLO »

(Oltradige-Bassa Atesina) – Escursione E –

Dal **ristorante Geierad** a ovest del **lago di Caldaro** ci incamminiamo verso il lato est del lago. Da lì un cartello "**Frühlingstal**" indica il sentiero per la "**valle della primavera**". Raggiunta una strada forestale si arriva ai primi vigneti di **Monticolo** e ben presto al **lago maggiore di Monticolo**. Da qui è possibile proseguire per il lago minore e ritornare per la stessa via al lago di Caldaro.

Dislivello in salita e in discesa 350 m — percorso ore 4.30

Proposta da: **Mariella Butterini**

Mercoledì 6 maggio

« GILFENKLAMM e VAL RACINES »

(Alpi Breonie di Ponente) – Escursione E –

Da **Stanga** (Stange - 963 m) in val Ridanna, si percorre la forra attrezzata del **Gilfenklamm**, lungo ponticelli panoramici e scalette in un ambiente che affascina con le sue pareti di marmo, le piccole vasche e le cascatelle d'acqua scavate nella roccia, fino ad uscire presso la località **Jaufensteg** (1145 m). Si percorre ora la **val Racines** per giungere a **Colle** (Bichl - 1280 m) e a **Valletina** (Flading - 1482 m). Ritorno a Colle per il rientro.

Dislivello in salita 519 m; in discesa 202 m — percorso ore 5.00.

Proposta da: **Paolo Frassoni**

— — — — —

Mercoledì 13 maggio

« ROTENSTEIN KOGEL 1467 m »

(Monti Sarentini) – Escursione E –

Da **Avelengo paese** (Hafling Dorf - 1290 m) si sale alla **Leadner Alm** (1514 m). Aggirato l'**Hirschenbichl** si giunge al **maso Weber** (1400 m). Ora con breve ma decisa salita si arriva sul **Rotenstein Kogel** (1465 m) e al **Knottnkino**. Ritornati al maso Weber, si prosegue per prati e attraversato il **rio Pfrein** (1225 m) si ritorna ad Avelengo.

Dislivello in salita e in discesa 350 m — percorso ore 3.45.

Proposta da: **Pierino Friz**

— — — — —

Mercoledì 20 maggio

« SENTIERO DON CESARE REFATTI e ARTE SELLA »

(Valsugana) – Escursione E –

Da **Olle Valsugana** (430 m), si sale lungo il torrente Moggio, fino alla **località Prae**. Da qui il percorso s'inoltra nella spettacolare forra scavata dal torrente nel calcare. Superata una grande briglia, ci s'immette nella storica strada dei Ponti che porta nel cuore della valle di Sella presso l'**Hotel Legno** (830 m). Dall'Hotel si prosegue su strada principale per 200 m, dove inizia il sentiero "**Arte Natura**" che porta al **bar-ristorante "Carlone"**.

Dislivello in salita 400 m — percorso ore 4.00

Proposta da: **Mariella Butterini**

— — — — —

Mercoledì 27 maggio

« ALTA VIA DI CALDARO »

(Val d'Adige) – Escursione E –

Dalla **casa cantoniera** sulla strada della Mendola (700 m) il percorso ci porta, attraversato l'**Altenburger Bach**, alla località **Ziegelstadt** (732 m) e al **Maso Gummerer** (751 m). Si prosegue, aggirando l'**Hollental**, per giungere all'abitato di **Corona** (Graun - 823 m). Raggiunto il **Belvedere Sitzkofel** si scende lungo il sentiero "**Bergweg**" al paese di **Cortaccia** (Kurtatsch - 300 m)

Dislivello in salita 400; in discesa 750 m — percorso ore 6.45.

Proposta da: **Paolo Frassoni**

— — — — —

Mercoledì 10 giugno

« SENTIERO "DRIA AL FOS" »

(Gruppo Roen-Cime di Vigo) – Escursione E –

Da **Cavareno** (1000 m) si segue inizialmente un tratturo per poi imboccare il caratteristico sentiero "**Dria al fos**". Arrivati sui prati sottostanti al paese di Ruffrè in prossimità del **Mas de la Val** (1100 m), si prosegue per il **Maso Molini** (1165 m) e **Maso Coflari** (1207 m). Raggiunta infine la località "**le Stalle**" si risale il pendio boscoso per sbucare al **Passo della Mendola** (1363 m). Discesa con il sentiero 515 a **Ruffrè** (1085 m).

Dislivello in salita 363 m; in discesa 290 m — percorso ore 4.00

Proposta da: **Mariella Butterini**

— — — — —

Mercoledì 17 giugno

« FORRA RIO GANDA e IL SELVAGGIO ZARGENBACH »

(Monti Sarentini) – Escursione **E** –

Da **Barbiano** (Barbian 830 m) si sale alle cascate del **Rio Ganda**. Giunti alla prima cascata (**Unterwasserfall** 995 m) si prosegue, sul sentiero che scorre a fianco della cascata, fino alla base della seconda cascata (**Oberwasserfall** - 1175 m). Superatala, si raggiunge l'albergo **Briol** (1315 m) e più oltre **Bagni Tre Chiese** (1120 m). Si scende verso il canalone dello **Zargenbach**. Oltrepassatolo, passando sotto **Castel Pradell**, si giunge a **Villandro** (Villanders - 880 m).

Dislivello in salita 520 m; in discesa 470 m — percorso ore 4.30.

Proposta da: **Paolo Frassoni**

— — — — —

Mercoledì 24 giugno

« **DAL LAGO SANTO AL RIFUGIO POTZMAUER** »

(Monti Sinistra Adige) – Escursione **E** –

Dal **Lago Santo** (1195 m) al **Passo Size** (1245 m) (breve deviazione al biotopo del **Lago di Valda** a 1360 m) Si prosegue fino al **Passo Potzmauer** (1352 m) e si scende al **Rifugio Potzmauer** (1298 m). Ritornati al passo, si scende all'abitato di **Giovanni**, si passa dal **Casel dei Masi**, la **Cappella dei Pojeri** e infine alla località **Bornie** (937 m) da dove si scende a **Valda** (770 m).

Dislivello in salita 155 m; in discesa 580 m — percorso ore 4.15.

Proposta da: **Paolo Frassoni**

— — — — —

Mercoledì 1 luglio

« **GIRO DEL MONTE TORARO** »

(Altopiano Folgaria) – Escursione **E** –

Dal **Passo Coe** (1610 m) raggiunta **Malga Zonta** si scende alle **Malghe di Campoluzzo** (1313 m). In prossimità del **Capel del Vescovo** si devia passando sotto i torrioni **Croce di Toraro** giungendo al **Passo della Pianella** (1365 m) e al **Rifugio Rumor** (1658 m). Proseguendo si raggiunge il **Valico di Valbona** (1782 m - breve deviazione al **Forte Campomolon**) e, passando dal **Rifugio Valbona** (1690 m), si ritorna a **Passo Coe**.

Dislivello in salita e in discesa 470 m — percorso ore 5.30.

Proposta da: **Paolo Frassoni**

— — — — —

Mercoledì 8 luglio

« **I RIFUGI DELLA VAL DELLE SEGHE** »

(Gruppo di Brenta) – Escursione **E** –

Dal **Pradel** (1367 m) raggiunto in cabinovia da Molveno si sale al **Rifugio Montanara** (1520 m). Discesa al **Rifugio Croz dell'Altissimo** (1438 m). Attraversato il Rio della Val Perse si sale al **Rifugio Selvata** (1663 m). Si ritorna al Rifugio Croz dell'Altissimo e al **Pradel** ove in cabinovia si scende a Molveno.

Dislivello in salita e in discesa 378 m — percorso ore 4.30.

Proposta da: **Paolo Frassoni**

— — — — —

Mercoledì 15 luglio

« **TRODO DEI FIORI** »

(Gruppo Lagorai-Cima d'Asta) – Escursione **E** –

Dal **Passo Brocòn** (1615 m) si sale per il "**Trodo dei Fiori**" (trodo = sentiero) fin nei pressi del **Col delle Bène** (1787 m). Si segue ora la cresta fino in cima al **Col del Bòia** (2066 m) per poi scendere alla sottostante **Forcella Cavallara** (1985 m). Si prosegue per mulattiera che riporta al **Passo Brocòn** attraversando in quota l'intero versante solatio.

Dislivello in salita e in discesa 450 m — percorso ore 4.00.

Proposta da: **Paolo Cainelli**

Mercoledì 29 luglio

« **VIEL DEL PAN** »

(Gruppo Marmolada-Padòn) – Escursione **E** –

Dal **Passo Pordoi** (2243 m) si sale a mezza costa sul fianco del **Sass Becè**, per scendere alla **Baita Fredarola** (2388 m). Qui inizia il panoramico sentiero che, al cospetto della Marmolada e del Vernel, con lievi saliscendi arriva al **Rifugio Vièl del Pan** (2450 m). Discesa al **Rifugio Ettore Castiglioni** (2054 m) al Lago della Fedaià.

Dislivello in salita 300 m; in discesa 450 m — percorso ore 3.30.

Proposta da: **Mariella Butterini**

Mercoledì 5 agosto

« GIRO DELLE MALGHE PREDAIA »

(Gruppo Roen-Cime di Vigo) – Escursione **E** –

Da **Predaia Park** (1250 m) si sale al **Rifugio Predaia "Ai Todesci"** (1396 m), quindi per **malga di Coredo** (1579 m) al **Passo Predaia** (1639 m). Ora si prosegue verso sud e, aggirando la cima del Battaglione, si arriva alla **Roccia Larga** (Breitkofel - 1647 m). Si scende a **Malga Rodeza** (1570 m) e, per il Rifugio Predaia, al **Rifugio Sores** (1200 m).

Dislivello in salita 450 m; in discesa 500 m — percorso ore 4.30.

Proposta da: **Pierino Friz**

— — — — —

Mercoledì 26 agosto

« MONTE SAN VIGILIO 1793 m »

(Ortles - Cevedale) – Escursione **E** –

Da Lana salita in funivia al **Vigilio Mountain Resort** (1486 m). Si sale dolcemente al **Gasthof Jocher**, poco sotto la **Chiesetta di S. Vigilio** (1743 m), in prossimità del passo omonimo. Dal passo ci portiamo al biotopo **Schwarze Lacke** (1730 m) per scendere a **Rio Lagundo** (Aschbach - 1362 m). Discesa a **Rablà** (Rabland) in funivia.

Dislivello in salita 320; in discesa 450 m — percorso ore 4.00.

Proposta da: **Pierino Friz**

— — — — —

Mercoledì 2 settembre

« PASSO DI LUSON (Lüsener Joch) 2008 m »

(Gruppo Plose-Putia) – Escursione **E** –

Dal parcheggio **Pe' de Börz** (1862 m) si sale al **Rifugio Monte Muro** (Maurerberg Hütte - 2157 m). Si prosegue fino al **Passo di Luson** (Lüsener Joch - 2008 m) e discesa all'abitato di **Antermoia** (Untermoi - 1515 m).

Dislivello in salita 300 m; in discesa 640 m — percorso ore 4.00.

Proposta da: **Claudio Lubich**

— — — — —

Mercoledì 9 settembre

« CASTEL JUVAL (Schloss Juval) 927 m »

(Alpi Venoste di Levante) – Escursione **E** –

Da **Castelbello** (Kastelbell) 580 m, in val Venosta, per il **Canale di Senales** (Schnals-waalweg), passando nelle vicinanze di **Ciardes** (Tschars - 782 m), si sale al **Castel Juval** 927 m. Visita guidata al castello e discesa a **Stava** (Staben) 554 m.

Dislivello in salita 350 m; in discesa 380 m — percorso ore 4.00.

Proposta da: **Maria Corradini e Mariella Butterini**

— — — — —

Mercoledì 16 settembre

« MONTE ZUGNA 1863 m »

(Gruppo Carega) – Escursione **E** –

Dal **Rifugio Malga Zugna** (1618 m) si sale, passando dal **Parco della Pace** (1770 m), al **Monte Zugna** (1863 m). Ritornati al rifugio, si prosegue per il cimitero di **S. Giorgio** e il **Trincerone** (1426 m). Per sentiero non segnato si scende fino alla strada a quota 1238, dove attende il pullman.

Dislivello in salita 250 m; in discesa 630 m — percorso ore 3.00.

Proposta da: **Pierino Friz**