



TREKKING DOLOMITI D'AMPEZZO

Rifugio Fedare – Averau – Nuvolau - Cinque Torri - Passo Giau - Lago Federa – Ru Curto

ESCURSIONE EE

MERCOLEDÌ 4 – GIOVEDÌ 5 SETTEMBRE 2024

1° giorno

ore 6:00 Partenza da Trento Parcheggio Zuffo. Viaggio in pullman per Alleghe (BL) – Passo Giau (BL).

Ore 9:30 Il percorso inizia su una mulattiera (sentiero n. 464) alla destra del parcheggio del **Rifugio Fedare**, seguendo il tracciato della seggiovia. Il tratto percorre dei bei prati in una zona molto panoramica, famosa anche per le marmotte. Si sale gradatamente fino al **Rifugio Averau** (m 2413).

Sosta per pranzo al sacco o presso il Rifugio

Si proseguendo a destra, sul sentiero n. 439 (alta via n. 1), e dopo aver attraversato un costone roccioso, si giunge al **Rifugio Nuvolau** (m 2575) con panorama a 360° sulle montagne: la Marmolada, le Tofane, il Sorapis, il Lagazuoi, le Cinque Torri, la Croda da Lago, il gruppo di Fanes, il Pelmo, il Cristallo e il Civetta, con tutte le Dolomiti Ampezzane. Dopo una breve sosta scendiamo nuovamente al Rifugio Averau e, quindi, ci incamminiamo in discesa sul sentiero n. 440 che porta al **Rifugio Scoiattoli** (m 2255). A poche decine di metri dal Rifugio si trovano le spettacolari **Cinque Torri** con i loro speroni rocciosi, un vero museo a cielo aperto; durante la prima guerra mondiale questa zona venne occupata dall'esercito italiano. Dopo il percorso all'interno delle Cinque Torri scenderemo al **Rifugio Cinque Torri** per il sentiero n. 439 e, proseguendo poi per il sentiero n. 437, arriveremo al parcheggio di **Ru Curto**, dove troveremo il pullman che ci porterà ad Alleghe per il pernottamento.

Dislivello in salita m 600 – Percorso ore 4:30 circa

2° giorno

Ore 8:00 Partenza da Alleghe per Passo Giau

L'escursione è abbastanza lunga, con tre forcelle da superare. Si parte dal Passo Giau (m 2238) su un sentiero situato vicino a una chiesetta (n. 436) in direzione **Forcella Giau**. Dopo circa 30 minuti arriveremo a **Forcella Col Piombin** e, proseguendo in una lunga salita, raggiungeremo **Forcella Giau** (m 2360). Da qui si prosegue per un verde pianoro verso **Mondeval** (m 2455), importante sito archeologico, con sepoltura mesolitica dell'uomo di Mondeval. Continuando il percorso in falsopiano, costeggiando la parete sud dei **Lastoi de Formin e lo Spiz di Mondeval**, arriviamo alla **Forcella Ambrizzola** (m 2277) (**ore 1:30 - tot. ore 2.00**). A sud est della forcella si trova il **Becco de Mezodì**, mentre verso nord si sviluppa la **Croda da Lago**. In lontananza, circa 200 m sotto la forcella, ci appare il bellissimo Lago di Federa e il Rifugio Croda Lago - Palmieri, che raggiungeremo con il sentiero n. 434 (**ore 1:00 – tot. ore 3:30**).

Sosta per pranzo al sacco o presso il Rifugio

Ore 13:30/14:00 Si riparte facendo il giro del bellissimo Lago di Federa, nelle cui acque si specchia il Becco de Mezodì. Lasciamo quindi il lago prendendo il sentiero n. 434, che si sviluppa in un bel bosco, fino a raggiungere un belvedere con vista sulle Tofane, il Lagazuoi, il Sorapis e l'Antelao. Si prosegue in discesa, con tratti a volte ripidi ed impegnativi, che richiedono **attenzione e passo fermo**. Quindi, in loc. Casòn de Formin prenderemo il sentiero n. 437 che, per un bel bosco di larici secolari, ci porterà al nostro parcheggio a **Ru Curto**, lungo la statale per Cortina d'Ampezzo, dove ci attenderà il pullman per il rientro a Trento (**ore 2.00**)

Dislivello in salita m 300 e in discesa m 6550/700 – percorso ore 5:30 – km 14

SI FA PRESENTE CHE IL TREKKING È RISERVATO A PERSONE ALLENATE CON RISPETTO DEI TEMPI DI PERCORRENZA DESCRITTI NEL PROGRAMMA.

ACCOMPAGNATORI: **Ivana Pasqua Lorenzini (349 4576185) e Mariella Butterini**

IMPORTANTE: il programma può subire variazioni in base alle condizioni meteorologiche o logistiche.

Numero di partecipanti: **40 totali – 10 camere doppie – 4 camere triple – 2 camere quadruple**

QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE 120 euro

La quota comprende: viaggio in pullman due giorni, sistemazione in hotel ad Alleghe (BL), con trattamento di mezza pensione (pernottamento-cena-prima colazione) in camere doppie, triple e quadruple. Si prega di specificare all'atto dell'iscrizione il compagno/a di stanza.

Per il secondo giorno l'hotel mette a disposizione un cestino: 2 panini, acqua, frutta e snack con il costo di **8 euro**

N.B. Effettuare il versamento con bonifico entro il 13 agosto sul conto corrente intestato a SAT APS SEZIONE DI TRENTO

IBAN: IT61J 06045 01801 0000 0500 2704 (SPARKASSE BZ)

con causale: PASSO GIAU – COGNOME e NOME

MODALITA ISCRIZIONI:

- da **LUNEDÌ 5 a VENERDÌ 9 AGOSTO 2024** l'iscrizione è riservata ai soci della Sezione di Trento. Il **GIORNO 5 AGOSTO** le iscrizioni si raccolgono al telefono cellulare **349 4576185 (Ivana)** dalle ore **17.00 alle 19.00**. Nei giorni successivi inviando una mail a **trekking.sattrento@gmail.com** (indicare meta/data della gita, nome e cognome, numero cellulare)
- dal 10 agosto 2024, nei limiti dei posti eventualmente disponibili, sono aperte anche ai soci di altre sezioni SAT/CAI inviando una mail a trekking.sattrento@gmail.com (indicare meta/data della gita, nome e cognome, numero cellulare).