



TREKKING NELLE DOLOMITI CRODA DI LAGO E PELMO DA SABATO 5 A LUNEDÌ 7 LUGLIO 2008

Programma di massima

1° giorno: Dal passo Falzarego al Rif. Palmieri Croda da Lago (tel 0436 862085)

Partenza da Milano con pullman privato ore 6.45 P.le Loreto davanti ad Upim per il **passo Falzarego** m 2109 e quindi il rif. Baita di Dones m 1889. Arrivo previsto ore 12.30-13.00. Dopo una breve sosta per il pranzo, con la seggiovia raggiungeremo il rif. **Scoiattoli** m 2225, con ampia vista sulle Tofane e sulle 5 Torri. Si imbecca il sent. 437-439, che fa parte dell'alta via n°1 delle Dolomiti, si passa per il rif. 5 Torri m 2137, si prosegue scendendo fino a quota m 1708, verso la strada proveniente del passo Giau. al ponte di Rucurto. Si risale sul versante opposto sempre sul sent. 437, verso i dirupi della **Croda da Lago**, si incrocia il sent. 434, che costeggia la montagna in direzione sud attraverso la Val Negra fino ad arrivare al lago di Federà, proprio sotto la Croda. All'estremo del lago c'è il **Rif. Palmieri Croda da Lago** m 2046, dove è previsto il primo pernottamento. Magnifica vista sul **Sorapiss**, e verso Cortina il **Cristallo** e la **Croda Rossa**. (7 Km; 2h30; dislivello +550/-350 m)

2° giorno: Dal Rif. Palmieri al rif. Venezia De Luca (tel 0436 9684)

Lunga ma straordinaria tappa che permette di circumnavigare quasi completamente il monte **Pelmo**. Dal **rif. Palmieri** m 2046 si prosegue in direzione sud sempre sul sent 434, verso la **forcella di Ambrizola** m 2227 e quindi sul sent. 436 fino alla **forcella de col Roàn** m 2075. Si prosegue in quota sul sent. 467 e si raggiunge il **rif. Città di Fiume** m 1918, sotto l'imponente massiccio del **Pelmo** (parz. 7 Km; 2h30; disl +200/-300 m). Si continua in direzione sud-sud-ovest sul sent. 472, verso il **passo Staulanza** 1766, si piega in direzione sud-sud-est, attorno al **Pelmetto** ed al **col de Crepe Cavaliere** m 1792, si prosegue in quota, sempre sull'anello zoldano sent. 472 attorno alle imponenti pareti del Pelmo, dapprima in direzione est e poi nord-est. Al **passo di Rutorto** m 1931 si devia a nord e finalmente si arriva al **rif. Venezia De Luca** m 1946, dove è previsto il pernottamento (parz. 9,5 Km; 3h45; +200/-200 m – tot 16,5 Km; 6h15; disl +400/-500 m)

3° giorno: dal rif. Venezia De Luca a Borca di Cadore

Dal **rif. Venezia De Luca** m 1946 per il sent. 471 e poi 475 si scende alla **C.ra di Ciaula** m 1552. Si imbecca poi il sent. 476 fino a **Pistèr** m 1284, dove inizia una mulattiera che scende a **Ponte di Ciancia** m 891. Si attraversa il fiume Boite per risalire a **Borca di Cadore** m 960 (3h30; disl. +100/-1050 m)
Da **Borca** raggiungeremo Milano con pullman privato in circa 4h30-5h00

Equipaggiamento per escursionismo in alta quota. Data la lunghezza del percorso del 2° giorno è richiesto un adeguato allenamento, anche se i dislivelli sono ridotti.

ORARI DI RITROVO ALLA PARTENZA:

P.le Loreto davanti ad Upim h 6.40 di sabato 5 luglio 2008, dove ci aspetta il pullman privato. Partenza 6h45.

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

200 euro. La quota comprende: viaggio a/r pullman, sistemazione ½ pensione nei rifugi, spese organizzative. Sono richiesti sacco lenzuolo ed asciugamani. Riduzione per soci CAI.

Prenotazione entro mercoledì 13 giugno 2008 con caparra di 50 € (non rimborsabile)

ISCRIZIONI e RINUNCE: Contattare il circolo al cell **3403812708** oppure inviare un mail all'indirizzo infotiscali@arciquartiere.org ed attendere conferma. Si prega di lasciare un recapito telefonico, preferibilmente cellulare. Le prenotazioni vengono effettuate in ordine di chiamata e vengono convalidate al momento del versamento della caparra. Il versamento della caparra prima della data

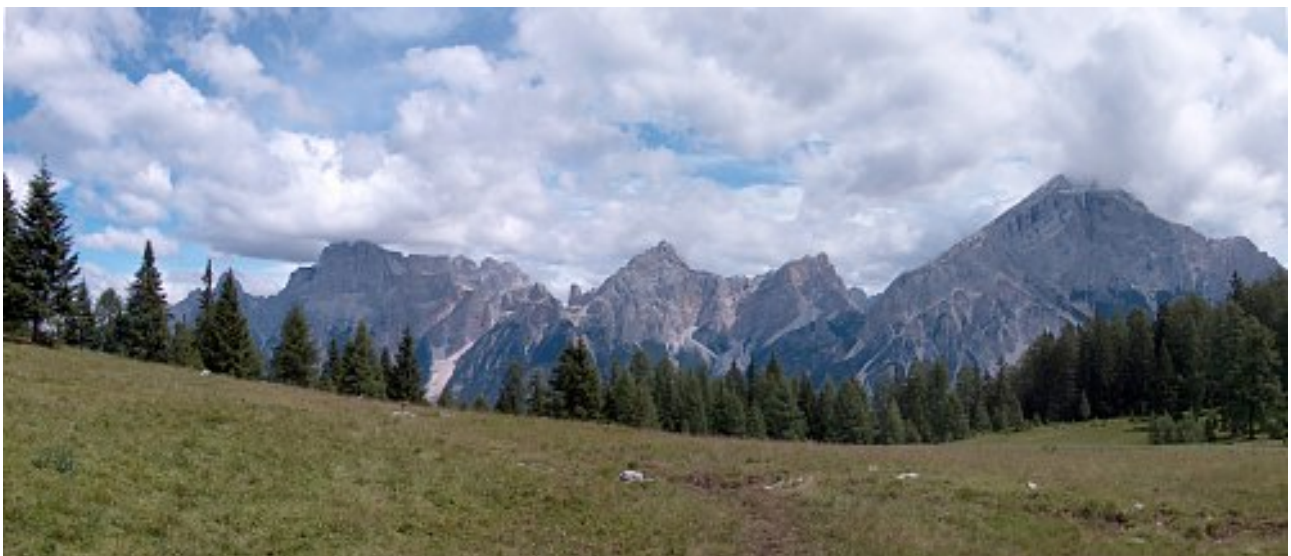
limite indicata dà diritto ad una riduzione della quota di partecipazione di 10 € In caso di rinuncia la caparra viene rimborsata solo se si trova un sostituto.



Il rifugio Palmieri Croda da Lago



Il Rifugio Venezia De Luca



Panorami dal tour del Pelmo



Le 5 Torri e le Tofane



L'imponente mole del Monte Sorapiss

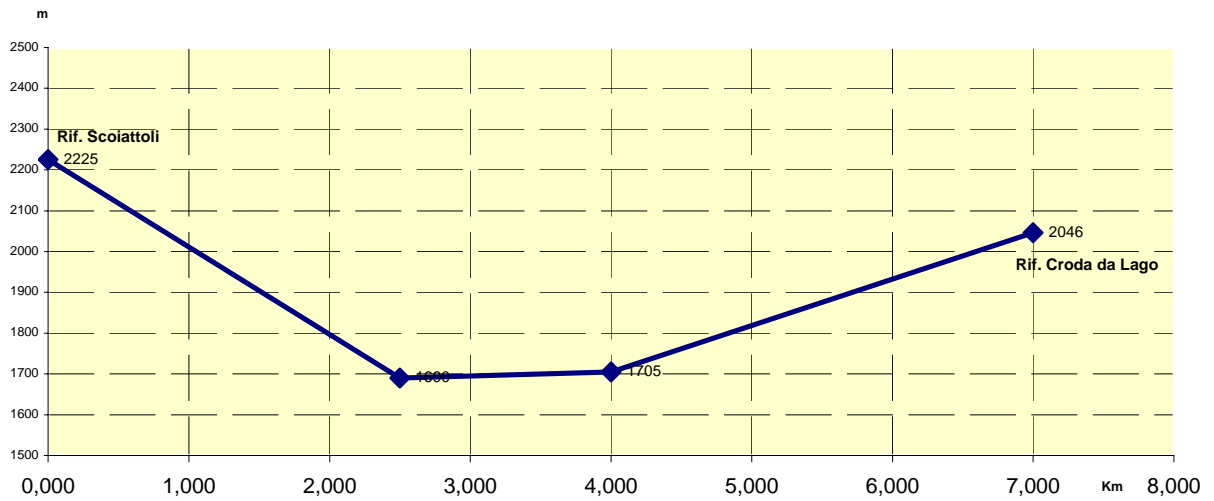


Tramonto sul Monte Cristallo

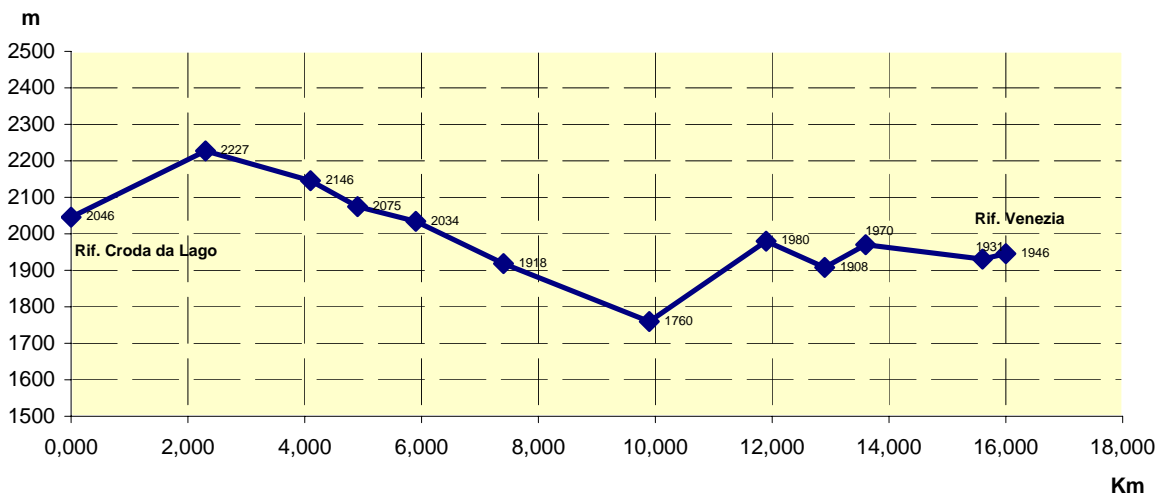
Schizzo di Rotta TREK Pelmo

Località	Quota m	Dist. Relat. Km	Pist. Progr KM	Disliv. Relat m	Disliv. Totale m	Tempo (h:mm)	Note
Rif. Scoiattoli	2225	0,000	0,000	0	0		sent. 437
P.te di Rucurto	1690	2,500	2,500	-535			X strada passo Giau
X sent 434	1705	1,500	4,000	15	-535		Dx per sent 434
Rif. Croda da Lago	2046	3,000	7,000	341	356		Lago Federà
Rif. Croda da Lago	2046	0,000	0,000	0			Sent. 434
Forc. Ambizzola	2227	2,300	2,300	181			Dx per sent 436
Malga Predaro	2146	1,800	4,100	-81			Dx per sent 458
Forc. Roan	2075	0,800	4,900	-71			Dx per sent 467
Forc. De la Puina	2034	1,000	5,900	-41			
Rif. Città di Fiume	1918	1,500	7,400	-116			Sx per sent. 472
X vs. p.so Staulanza	1760	2,500	9,900	-158			proseguire sent 472
X sent 474	1980	2,000	11,900	220			Dx per sent 472
X sent 473	1908	1,000	12,900	-72			proseguire sent 472
X sent. 499	1970	0,700	13,600	62			proseguire sent 472
P.so Rutorto	1931	2,000	15,600	-39	-578		proseguire sent 472
Rif. Venezia De Luca	1946	0,400	16,000	15	478		
Rif. Venezia De Luca	1946	0,000	0,000	0			
P.so Rutorto	1931	0,400	0,400	-15			Sx per sent 475
C.ra di Ciaula	1522	3,600	4,000	-409			proseguire sent 475
X sent 475/476	1482	0,700	4,700	-40			Dx per sent 476
Tabia Ciaula	1435	0,300	5,000	-47			proseguire sent 476
Pister	1284	1,000	6,000	-151			proseguire su sterrata
P.te di Ca	894	2,000	8,000	-390	-1052		attrav. torr. Boite
Borca di Cadore	942	1,000	9,000	48	48		Arrivo a Borca

Profilo Altimetrico Rif. Scoiattoli - Croda da Lago



Profilo Altimetrico Rif. Croda da Lago- Venezia



Profilo altimetrico Rif. Venezia-Borca di Cadore

