



DA SAB 4 A LUN 6 LUGLIO 2009

LE SPETTACOLARI CIME DI LAVAREDO

Trekking itinerante dalle Dolomiti di Sesto alle 3 Cime

*Le Tre Cime sono le vette più famose delle Dolomiti, un mito nel mondo dell'alpinismo. Sono raggiungibili dalla Valle di Sesto e regalano una visione mozzafiato, spalancandosi davanti agli occhi, dal Rifugio Locatelli. Esse si ergono miracolosamente compatte, armonicamente allineate, splendide per forme e colori sul grande piedestallo coperto da bianche colate di ghiaie. Delle Tre Cime, la più alta è la **Grande**, ossia la centrale (2999 m), la seconda è la **Cima Ovest** (2973 m); la **Cima Piccola** è più bassa, ma è la più elegante per lo slancio delle forme, tra cui spicca quella dello **Spigolo Giallo**, alpinisticamente molto famoso.*

Programma di massima

1° giorno: da S.Candido al rif. 3 Scarpereri nel cuore delle dolomiti di Sesto

Dal parcheggio della seggiovia dei **Baranci** a San Candido raggiungiamo **Haunoldhutte** m 1409, con l'impianto. Imbocchiamo il sent. 7, sotto le imponenti pareti della **Rocca dei Baranci** e quindi a Sx il 7a, che costeggia la **Val Campo di Dentro** sino al rif. **3 Scarpereri** m 1626, dove pernosteremo. (*dislivello 350 m- tempo 2h30*).

2° giorno: sentiero ad anello dal rif. Tre Scarpereri alle Cime di Lavaredo e ritorno

Dal rif. **Tre Scarpereri** m 1626 prendere il sent. 10-11, lungo la **Val di Campo di Dentro** e risalire sino al **p.so del Gran Rondo** m 2289, dove si devia a Dx sul sent. 11 (breve tratto con catene), che porta al p.so dell'Alpe Mattina m 2360, per poi raccordarsi con il sent. 105, fino raggiungere il **Rif. Locatelli** m 2405, proprio di fronte alle spettacolari **3 Cime di Lavaredo**. Il ritorno avviene sul sentiero 105, passa sotto la **Torre di Toblin** m 2457 per poi congiungersi al sent. 10 a quota m 1693 e ritornare al rif. Tre Scarpereri su agevole mulattiera. (*dislivello +850/-850 m- tempo 5h30*).



3° giorno: dal rif.3 Scarpereri alla Valle di Landro attraverso la Valle dei Baranci

Dal rif. **Tre Scarpereri** m 1626 prendere il sent. 10-11. Dopo circa 500 m prendere a Dx il sent. 8 che percorre la selvaggia **Val Pra Brusa** sino alla **forcella dei Baranci** m 2540, per poi addentrarsi nella solitaria **Valle dei Baranci**, sotto l'imponente mole della **Croda dei Baranci**. Il sentiero sbucca nella **Val di Landro** a quota m 1280, poco prima del Lago di Dobbiaco, dove riprenderemo il pullman per Milano. (*dislivello +900/-1250 m- tempo 6h30*). Rientro in città previsto verso le 21.00.

Equipaggiamento per escursionismo alta quota. Difficoltà EE: è richiesta assenza di vertigini ed un adeguato allenamento per affrontare i dislivelli previsti e qualche tratto con esposizione. Portare sacco-lenzuolo ed asciugamani.

ORARI DI RITROVO ALLA PARTENZA (Gita con pullman privato):

6.45 Piazzale Loreto davanti ad UPIM per la partenza in pullman, con arrivo a San Candido (385 Km) previsto per 11.30-12.00.

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

200 (190 * - vedi nota) euro. La quota comprende: viaggio a/r con pullman privato, seggiovia, pernottamento con ½ pensione al rifugio Tre Scarperi (tel. 0474 966610), con sistemazione in lager e spese organizzative. E' disponibile qualche camera matrimoniale, con maggiorazione della quota. Caparra 70 € da versare entro mercoledì 10 giugno 2009.

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.

(Nota *) 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.

E' possibile effettuare il pagamento tramite bollettino postale o bonifico bancario indicando la causale: caparra/quota trek Lavaredo. Una volta effettuato il pagamento si prega di inviare al circolo una mail con gli estremi dell'operazione effettuata.

I riferimenti del circolo sono i seguenti:

- **cc postale 42322206** intestato a CIRCOLO ARCI il quartiere Via Rovetta 14 20127 Milano
- **IBAN IT66L 03069 33083 218100 532112** intestato a CIRCOLO ARCI il quartiere Via Rovetta 14 20127 Milano su Banca Intesa filiale Cusano Milanino.