



## MINI TREKKING REGIONALE IN VAL GRANDE 15, 16, 17 LUGLIO 2022

### RAGAZZI FASCIA GRANDE (14-17)

### BASE LOGISTICA RIFUGIO PIAN CAVALLONE 1530m

#### INTERESSE ESCURSIONE

- **PANORAMICO:** Dalle creste e/o dalle vette delle cime che toccheremo sarà possibile ammirare il Verbano e le valli adiacenti alla Val Grande.
- **LUDICO – CONOSCITIVO:** Ci conosceremo meglio attraverso escursioni, giochi e attività di gruppo.
- **DIDATTICO:** Per cominciare a “prendere confidenza” con gli strumenti e le tecniche per imparare a orientarsi in montagna e a percorrerla in sicurezza in ambiente meno frequentato.

#### MAX Iscritti : 22 (ragazzi e accompagnatori)

Per permettere a più sezioni di partecipare al trekking, le iscrizioni sono aperte a due ragazzi e 1 accompagnatore per sezione fino a esaurimento posti.

Nel caso ci fossero ancora posti disponibili allo scadere delle stesse, potranno essere occupati da eventuali 3° ragazzi per sezione.

#### ITINERARI

##### ➤ Primo giorno

Ritrovo ore 1100 a Cappella Fina o, in caso di indisponibilità posti parcheggio auto, da Alpe Pala. Partenza in direzione del Rifugio Pian Cavallone percorrendo il sentiero R03 sino a raggiungere il rifugio stesso.

Pranzo al sacco.

Nel pomeriggio risalita del fianco ovest de “i Balmit”, poi sentiero W37 con sviluppo in cresta sino alla cima di Pizzo Toden.

Discesa del crinale SE utilizzando il sentiero W37a sino ad incrociare in località “la Trecciura” il sentiero R07 che piegando verso O ci ricondurrà al rifugio; .

Cena e pernottamento.

##### ➤ Secondo giorno

Partenza di buon'ora; percorrendo il sentiero R03 sino alla cima di Pizzo Marona 2032m circa, poi in discesa sempre su sentiero R03 sino alla cima di Monte Zeda 2156m.

Pranzo al sacco e riposo.

Rientro in direzione opposta all'andata sempre su sentiero R03 sino a raggiungere il rifugio.

Cena e momento ricreativo.

##### ➤ Terzo giorno

Colazione in rifugio, poi partenza percorrendo il sentiero R03 passando dal Pizzo Pernice sino alla cima di Monte Todum 1280m circa.

Discesa in direzione SE lungo KM VERTICALE sino ad incrociare il sentiero P02 e raggiungimento del parcheggio a Cappella Fina.

Pranzo al sacco lungo il percorso.

## **EQUIPAGGIAMENTO**

**Per le escursioni:** scarponcini, calzettoni di cotone o lana, maglietta di cotone, pantaloni lunghi, maglione o pile, giacca leggera.

**Nello zaino:** Maglietta e calze di ricambio, guanti leggeri, berretto, scalda collo, Portare anche un K-Way (o mantella per pioggia), occhiali da sole, crema protezione solare, borraccia, qualche snack, pranzo al sacco, block notes piccolo, una penna, tessera del CAI, fotocopia della tessera sanitaria, gel mani, sacco letto, **copia del presente programma** (compilato inserendo il riferimento telefonico di un genitore o di che ne fa le veci); spezzone di corda di 2,5 metri due cordini diametro 8 mm, due moschettoni a ghiera.

**SE POSSEDETE UNA BUSSOLA PORTATELA!**

## **COSTO**

60 € comprensivi di : cena primo e secondo giorno, colazione secondo e terzo giorno, pranzo al sacco del secondo e terzo giorno, pernottamento del primo del secondo giorno.

## **SCADENZA ISCRIZIONI**

26 GIUGNO 2022

Iscrizioni a questo link: <https://form.jotform.com/aglom/minitrekking>