



**Sezioni Cadorine,
Cortina, Sappada**

CAI

ESCURSIONI ESTATE 2025

“Il Monte, conio durissimo, ha stampato sul metallo degli animi un’impronta che nel robusto segno conserva le più squisite carezze.

... in Montagna nessuno riesce a farsi vedere diverso da quello che egli è ...

... nell’aria leggera dei Monti si legge attraverso l’animo dell’uomo come se fosse trasparente ...”

(G. Rey, “Il tempo che torna”)



VANTAGGI PER SOCI C.A.I

- Assicurazione sul Soccorso Alpino in Europa
- Assicurazione sugli Infortuni e sulla Responsabilità Civile in attività sociale
- Possibilità di effettuare un'Assicurazione Infortuni e Responsabilità Civile in attività personale valide in tutto il mondo e senza limiti di difficoltà alpinistiche
- Abbonamento gratuito a GeoResQ, una App di tracciabilità dei percorsi, di geolocalizzazione, di allarme e di inoltro delle richieste di soccorso
- Possibilità di partecipare ma escursioni per ogni grado di preparazione e difficoltà
- Sconti nei Rifugi del CAI (es. pernottamento sconto 50%)
- Fruizione delle strutture ricettive italiane ed estere con le quali è stabilito un trattamento di reciprocità con il CAI
- Abbonamento alla “Rivista” (per i soci ordinari/ 6 numeri)
- Abbonamento alla rivista semestrale “Le Dolomiti Bellunesi” (per i soci ordinari)
- Sconto del 30% circa su guide e manuali editi dal CAI

TUTELE ASSICURATIVE

È sempre bene leggere attentamente l'originale delle polizze assicurative. Per trasparenza le si trova pubblicate alla voce ASSICURAZIONI nel sito www.cai.it

CON ISCRIZIONE E RINNOVO

(“bollino”), il socio CAI risulta automaticamente assicurato per:

- Infortuni in attività sociale
- Responsabilità civile in attività sociale
- Soccorso Alpino in Europa (anche in attività personale)
- Soccorso con elicottero in Europa (anche in attività personale)
- Tutela legale in attività sociale

ACCESSO A RICHIESTA DELLE SEGUENTI COPERTURE

- Infortuni in attività sociale
- Infortuni in attività personale responsabilità civile in attività personale
- Soccorso in spedizioni extraeuropee

ATTIVITÀ COPERTE DALL'ASSICURAZIONE SOCCORSO ALPINO

Si intende che l'assicurazione non va estesa agli eventi dipendenti da alpinismo agonistico e/o spettacolo

SOCCORSO ALPINO: CONDIZIONI ASSICURATIVE ANCHE IN ATTIVITÀ PERSONALE	
Costo assicurazione	Compreso nel “bollino” CAI
Attività coperte	Tutte le attività, esclusi incidenti con aeromobili
Intervento elicottero	Compreso
Intervento squadre con soccorritori a terra	Compreso
Trasferimento ad un secondo centro di cura se il primo non è idoneo alle cure necessarie	Compreso
Rimborso spese	100% spese sostenute fino a euro 25.000 (Italia e Europa)
Franchigia	Nessuna
Numero di incidenti rimborsabili in un anno	Illimitati
Diaria giornaliera ricovero	Euro 20 /die (max 30 giorni)
Assistenza psicologica agli eredi	Fino a 3.000 euro
Validità copertura assicurativa	1° gennaio – 31 dicembre

Estensione periodo validità assicurativa	Fino al 31 marzo dell'anno successivo
--	---------------------------------------

LE TUTELE ASSICURATIVE

INFORTUNI

L'assicurazione decorre dal 1° gennaio e scade il 31 marzo dell'anno successivo

Copertura Soci in attività sociale

Combinazione	Capitali assicurati	Premio
A	<ul style="list-style-type: none"> • morte euro 55.000 • invalidità permanente euro 80.000 • spese di cura euro 2.000 (franchigia euro 200) 	Compreso nella quota associativa
B*	<ul style="list-style-type: none"> • morte 110.000 • invalidità permanente euro 160.000 • spese di cura euro 2000 (franchigia euro 200) 	Euro 5

*Tale opzione può essere esercitata esclusivamente al momento dell'iscrizione o del rinnovo della quota annuale di iscrizione

Copertura Soci in attività personale

L'assicurazione decorre dal 1° gennaio e scade il 31 dicembre.

Essere Soci del Club Alpino Italiano permette l'attivazione di una polizza personale a condizioni favorevoli contro gli infortuni che dovessero derivare dall'attività personale, intendendosi come tale attività distinta dalle attività istituzionali e sociali già coperte dalla polizza legata all'iscrizione al sodalizio.

La polizza è attivabile presso la Segreteria della Sezione e copre tutte gli ambiti delle attività tipiche del sodalizio senza limiti di difficoltà e territorialità

Combinazione	Capitali assicurati	Premio
A	<ul style="list-style-type: none"> • Morte euro 55.000 • Invalidità permanente euro 80.000 • Spese di cura euro 2000 (franchigia euro 200) • Diaria ricovero giornaliero euro 30 	Euro 122

B	<ul style="list-style-type: none"> • Morte euro 110.000 • Invalidità permanente euro 160.000 • Spese di cura euro 2000 (franchigia euro 200) • Diaria ricovero giornaliero euro 30 	Euro 244
----------	--	-----------------

Copertura Soci in attività sociale

Per i Soci in regola con il tesseramento è attiva la copertura di responsabilità civile in attività sociale. Le garanzie sono prestate senza applicazione di franchigia

Copertura Soci in attività personale (sci compreso)

I Soci in regola con il tesseramento possono attivare una polizza di Responsabilità Civile che li tutela da quanto potrebbero trovarsi a pagare in quanto civilmente responsabili ai sensi di legge e a titolo di risarcimento per danni involontariamente provocati a terzi (morte; lesioni personali; danni a cose) nel corso di esercizio di attività attinenti a rischio alpinistico, escursionistico o comunque connesse alle finalità del CAI (art. 1 Statuto vigente)

Nella garanzia sono coperti il Socio che vi ha aderito unitamente alle persone nel nucleo familiare e i figli minorenni anche se non conviventi, purché regolarmente soci.

L'assicurazione decorre dal 1° gennaio e scade al 31 dicembre.

Costo: euro 12,50



COME CHIAMARE SOCCORSO

118: SOCCORSO SANITARIO (numero unico di chiamata)

Quasi tutte le chiamate di soccorso giungono attraverso i cellulari, ma ci si può trovare in "zone d'ombra". In questo caso è bene conoscere i segnali internazionali di soccorso.

- **CHIAMATA DI SOCCORSO:** lanciare sei volte in un minuto (quindi ogni 10 secondi) un segnale ottico o acustico (pila, fischietto, urlo ...)
- **RISPOSTA DI SOCCORSO:** lanciare tre volte in un minuto (ogni 20 secondi, quindi) un segnale ottico o acustico
- **SEGNALI VERSO L'ELICOTTERO:** YES (con entrambe le braccia alzate) che significa "abbiamo bisogno di soccorso: atterrate qui!"; NO (braccio sinistro alzato e

braccio destro abbassato): “non abbiamo bisogno di soccorso: non atterrate qui”

SCALA DELLE DIFFICOLTÀ

T: itinerario turisticamente facile; adatto a tutti

E: escursionistico; su sentieri generalmente segnalati, ma che richiedono un discreto impegno

EE: escursionisti esperti. Notevole impegno fisico e capacità di muoversi anche su terreni infidi e ripidi

EEA: escursionisti esperti attrezzati; avranno tutte le caratteristiche dei precedenti oltre che tratti esposti e attrezzati. Necessario caschetto, imbraco e kit da ferrata

F+: a volte presentano difficoltà alpinistiche; necessario affrontarli in sicurezza, con caschetto, imbraco e kit da ferrata; a volte piccozza e ramponi

REGOLAMENTO ESCURSIONI

- La partecipazione alle uscite è libera per tutti i soci di tutte le Sezioni e ai non soci che dovranno (tramite la sezione) attivare una assicurazione giornaliera del costo di 11 euro e 50 centesimi.
- I partecipanti alle uscite godono di assicurazione in caso di incidenti occorsi nel corso di svolgimento dell'attività.
- Il Capogita ha la facoltà di non accettare chi si presenti non adeguatamente attrezzato e di rifiutare persone ritenute non idonee ad affrontare il percorso.
- I programmi dettagliati saranno di volta in volta pubblicizzati dalle singole Sezioni.
- Le Sezioni si riservano di modificare il programma in caso di particolari esigenze organizzative o ambientali. Hanno altresì la facoltà di annullare l'evento in caso di maltempo o di mancato raggiungimento del numero minimo di partecipanti previsto.
- Nel corso dell'escursione dovranno essere rispettate le direttive del Capogita; tenere un comportamento corretto nei confronti degli accompagnatori; rimanere uniti al gruppo in maniera tassativa; non prendere scorciatoie o seguire percorsi alternativi; non creare situazioni di disagio; non lasciare rifiuti (ne residui di cibo o di materiale apparentemente riciclabile) lungo il percorso.



SENTIERO DEI CAMOSCI, GRUPPO DELLE TOFANE

Domenica 8 giugno

Sezione di Cortina d'Ampezzo

Itinerario: partenza presso il parcheggio di Piè Tofana (m 1662). Si risale dapprima la pista di sci stando sulla destra del bar/ristorante.

Successivamente si imbecca il sentiero CAI 407 per poi proseguire sul sentiero CAI 405 che sale obliquamente fino alla base della parete posta sotto Ra Valles. Si prosegue fino a raggiungere la traversa che porta al Rifugio Duca d'Aosta. Si scende quindi per la strada forestale e ci si inoltra nel bosco percorrendo sempre il sentiero CAI 405 che riconduce nuovamente a Piè Tofana.

Ritrovo: Cortina d'Ampezzo, località Gilardon (piazzale ex ristorante Meloncino); ore 9; mezzi propri

Tempo di percorrenza: 4-4,30 ore

Dislivello: 400 metri

Difficoltà: E (escursionistico)

Iscrizioni: entro venerdì 6 giugno

Info: Luigi ("Bissi") 335 8112281



ANELLO PANORAMICO DELLE CRESTE DI SAN GUALBERTO (m 1450)

Domenica 8 giugno

Sezione CAI Domegge di Cadore

Itinerario: Da Domegge a Claut, parcheggio poco prima dell'abitato a metri 610 di quota. Raggiunto l'inizio del sentiero CAI 384, si guadagna Forcella della Cita (m 1144) dove inizia la panoramica cresta che collega, con vari saliscendi, la Cime di Val Tremuoia (m 1450), la Cima del Fagier (m 1372), il Col de Mui (m 1244) fino a raggiungere la quarta e ultima elevazione del Col di Culisei. Una breve deviazione ci avvicinerà alla chiesetta dedicata a San Gualberto che anticipa la discesa a Claut.

Ritrovo: Domegge, Piazza del Santo; ore 7; mezzi propri

Tempo di percorrenza: 4 ore totali

Dislivello: 900 metri

Difficoltà: E - EE (escursionisti/ escursionisti esperti)

Iscrizioni: entro giovedì 6 giugno

Info: Giovanni 347 6469688

NB: percorso ad anello; escursione riservata ai soci CAI



DA CASERA DIGNÀS A CASERA RINFREDDO

Al ritmo dei passi: Sentiero CAI Italia

Domenica 15 giugno

Sezione CAI Valcomelico

Itinerario: partenza da Dignàs lungo un tratto della Strada delle Maghe fino all'innesco del sentiero CAI 142/a che risale il Vallon del Palombino e percorre a collare il versante est alla base della Cresta del Palombino fino a scendere all'omonimo passo (m 2035). Da qui, fin nei pressi di Casera Melin (m 1689). Si risale la carrareccia ex militare per Cima Vallona e la si lascia per seguire il sentiero CAI 161 che percorre, in quota, tutta la zona boscata del versante sud- ovest della Val Digon fino a Casera Silvella (m 1883). Sempre per carrareccia ex militare, a Passo Silvella (m 2329) e, per sentiero CAI 148, alla vicina Sella del Quaternà (m 2379). Da qui la discesa (sentieri CAI 173-149) fino a Malga Rinfreddo (m 1887).

Ritrovo: da comunicare al momento dell'iscrizione unitamente a possibili variazioni di programma

Tempo di percorrenza: 8,30 ore

Dislivello: 1200 metri

Difficoltà: E (escursionistico) impegnativo per la lunghezza

Iscrizioni: entro giovedì 13 giugno

Info: Wilma 333 5478584



TRAVERSATA DELLE MALGHE FORNESI

Domenica 22 giugno

Sezione CAI Valcomelico

Itinerario: Partenza da Forni di Sopra (Chianeit) imboccando il sentiero CAI 207. Si raggiunge Casera Varmost (m 1758) e, per sentiero CAI 211, si giunge a Casera Tartoi (m 1711). Si prosegue su sentiero CAI 208 per Forca Rossa (m 2300) prima e Casera Tragonia poi. Per sentiero CAI 209 al punto di partenza chiudendo un meraviglioso percorso ad anello.

Ritrovo: piazzale pullmann a Santo Stefano di Cadore; ore 7; oppure a Forni di Sopra località Chaineit, ore 8; mezzi propri

Tempo di percorrenza: 7,30 ore

Dislivello: 1400 metri

Difficoltà: E (escursionistico) impegnativo per lunghezza e dislivello

Iscrizioni: entro venerdì 20 giugno

Info: Iztok Humar 3349995900; Wilma 333 5478584



GIRO DELLA CRODA DA LAGO (m 2460)

Sabato 28 giugno

Sezione CAI Pieve di Cadore

Itinerario: dal Ponte di Ru Curto (m 1700) per il sentiero CAI 437 fino al Cason de Formin per poi proseguire, per sentiero CAI 434, a raggiungere il Rifugio Palmieri alla Croda da Lago (m 2046). Sempre per sentiero CAI 434, a Forcella Ambrizzola (m 2277) e poi a Forcella Formin (m 2460). Si torna per la stessa via a riprendere il sentiero CAI 437. Da qui al punto di partenza.

Ritrovo: Pieve di Cadore, Piazza del Municipio alla sede del CAI; ore 7; mezzi propri

Tempo di percorrenza: 6 ore

Dislivello: metri 900

Difficoltà: EE (escursionisti esperti)

Iscrizioni: entro venerdì 27 giugno

Info: Giuseppe 347 7766832; Gianni 333 2625048



BIVACCO GIULIANO E SCIPIO SLATAPER (m 2680)

Domenica 29 giugno

Sezione CAI Vigo di Cadore

Itinerario: Da San Vito di Cadore, seguendo il segnavia 225 ci si porta al Rifugio San Marco al Col de chi de Oss (m 1823) per sentiero piuttosto ripido fino al Prà de Mason per poi addolcirsi nell'ultimo tratto. Dal rifugio, fino a Forcella Grande (m 2255) per segnavia CAI 226. Da qui, attraverso un sentiero ben segnalato fino al bivacco collocato alle pendici meridionali del Sorapiss su uno spettacolare sperone roccioso. Si torna per lo stesso itinerario.

Ritrovo: a San Vito di Cadore alla partenza delle piste da sci; ore 7,30. In ogni caso luogo e ora definitivi saranno concordati in sede di iscrizione.

Tempo di percorrenza: 9 ore

Dislivello: 1550 metri

Difficoltà: EE (escursionisti esperti) numero limitato

Iscrizioni: entro giovedì 26 giugno

Info: 339 1790159; meglio se via whatsapp



BIVACCO MARCHI GRANZOTTO (m 2170)

Sabato 5 luglio

Sezione CAI Calalzo di Cadore

Itinerario: dal parcheggio sottostante il Rifugio Pordenone (m 1174) ci si inoltra con il sentiero CAI 361 nella Val Meluzzo fino ad incontrare (m 1300 circa) un bivio. Si imbecca il sentiero CAI 395 che introduce nella Val Monfalcon di Forni. Superata la Caseruta dei Pecoli, si sale ripidamente per un costone boscoso fino a quota 1937 dove la vegetazione si fa rada e il vallone si apre in un meraviglioso anfiteatro nel cuore di superbe montagne. Ancora un po' di salita, seppur più dolce, fino al promontorio dove a quota 2170 metri è sito il bivacco Marchi/Granzotto, di proprietà del CAI di Pordenone e dedicato a due alpini, ufficiali degli Alpini, caduti durante la Seconda Guerra Mondiale. Con poco dislivello, si sale a Forcella del Leone (m 2290) e da qui si inizia la lunga discesa nella Val Monfalcon di Cimoliana circondati dalle magnifiche cime Monfalcon di Montanaia e dalla Cresta del Leone. Si ritorna al rifugio e perciò al punto di partenza.

Ritrovo: Piazza IV Novembre, Calalzo di Cadore; ore 7; mezzi propri

Tempo di percorrenza: 7,30 ore

Dislivello: 1120 metri

Difficoltà: E (escursionistico) nella via di salita: EE (escursionisti esperti) in discesa. In realtà non ci sono difficoltà tecniche, ma il dislivello è significativo e il rientro impegnativo per il terreno

Iscrizioni: entro giovedì 3 luglio

Info: Mery 392 5823953; Antonella 347 4283565; whatsapp 329 2598880



MASSICCIO DEL MONTE ROSA

**Traversata del Naso del Lyskamm (m 4215)
e Cima del Castore (m 4228)**

Sabato 12, domenica 13 e lunedì 14 luglio
Sezione CAI Calalzo di Cadore

Sabato 12 luglio: trasferimento a Staffal-Gressoney; salita con gli impianti al Passo dei Salati (m 2980). Da qui, al Rifugio Città di Mantova (m 3498) per sentiero e ghiacciai.

Ritrovo: Piazza IV Novembre, Calalzo; mezzi propri. Orario da definire.

Tempo di percorrenza: 3 ore

Dislivello: 520 metri d+

Difficoltà: F (Facile; imbraco, casco, piccozza e ramponi)

Pernottamento: Rifugio Città di Mantova

Domenica 13 luglio: dal Rifugio Città di Mantova (m 2980), per ghiacciaio, si arriva al Colle Vincent. Dopo breve tratto in discesa, si risale per ripido pendio fino al Naso del Lyskamm (m 4215). Dopo un passaggio in cresta, si scende rapidamente, fino al ghiacciaio del Lys da cui si raggiunge il Rifugio Quintino Sella (m 3580).

Tempo di percorrenza: 6-7- ore

Dislivello: 800 metri d+; 700 metri d-

Difficoltà: PD (poco difficile; imbraco, casco, piccozza e ramponi)

Pernottamento Rifugio Quintino Sella

Lunedì 8 luglio: dal Rifugio Quintino Sella (m 3580) in direzione nord fino al Colle di Felik (m 4000). Da qui, per cresta sud, alla vetta del Castore (m 4228; fini qui ore 3). Per la via di salita si torna al rifugio da dove, facendo attenzione e con alcuni punti attrezzati, si raggiungono gli impianti al Colle di Betaforca che ci riporteranno a Staffal.

Tempo di percorrenza: 8-9 ore

Dislivello: 640 metri d+; 1550 metri d-

Difficoltà: F (Facile; imbraco; casco; piccozza, ramponi)

Info: SOLO SOCI CAI; massimo 16 partecipanti
In collaborazione con Guide Alpine "Tre Cime"
Iscrizioni entro e non oltre il **15 marzo 2025.**

Alberto cell. 331 4473229,
info@caicalalzo.it



CROCE DEL MONTE RITE (m 2013)

Sabato 12 luglio

Sezione CAI Lorenzago di Cadore

Itinerario: con mezzi propri si raggiunge Baita Deona (m 1536) nei pressi di Passo Cibiana. Raggiunta la località La Costa (m 1632) si imbecca il sentiero CAI 479 per il Col d'Orlando (m 1853).

Facilmente si guadagna Forcella Deona (m 2053) per percorrere poi il panoramico "Sentiero naturalistico Monte Rite". Senza raggiungere la vetta ci si porta nei pressi della grande Croce di Monte Rite dove resistono resti di una caserma risalente ai primi del Millenovecento. Appena sotto, con breve digressione, si può visitare quello che rimane di un'altra caserma, incompiuta, alla località Cozènes. Si inizia la discesa per il Col di Roan (m 2052). Un breve passaggio al Rifugio Dolomites (m 2160) e poi il ritorno.

Ritrovo: Piazza Calvi, Lorenzago; ore 7; mezzi propri

Tempo di percorrenza: 8 ore comprese soste

Dislivello: 650 metri

Difficoltà: E

Iscrizioni: entro venerdì 11 luglio

Info: Rudy 3497262603



CIMA OMBRETTA (m 3011) - Gruppo della Marmolada

Domenica 13 luglio

Sezione CAI San Vito di Cadore

Itinerario: lunga e faticosa salita, da non sottovalutare, ma mai alpinistica, su una cima minore a sud della Marmolada. Si lascia l'auto presso l'agriturismo Malga Ciapela (m 1559) e si comincia a risalire la lunga Val d'Ombretta passando per il Rifugio Onorio Falier (m 2074) e il Bivacco Marco Dal Bianco (m 2710). Da qui si risale il pendio verso sud seguendo l'evidente traccia. Si superano alcune placchette rocciose attrezzate e un faticoso ghiaione per guadagnare una selletta. Per panoramica cresta, in breve, alla vetta (m 3011). Si rientra per lo stesso percorso. Pranzo al sacco.

Ritrovo: Sede CAI "Asilo Vecio" a San Vito di Cadore; ore 6; mezzi propri fino a Malga Ciapela

Tempo di percorrenza: 8 ore, soste escluse

Dislivello: 1450 metri

Difficoltà: EEA (escursionisti esperti attrezzati); imbraco, caschetto, kit da ferrata

Iscrizioni: entro giovedì 10 luglio

Info: www.caisanvitodicadore.it (il programma dettagliato sarà pubblicato dieci giorni prima dell'uscita; segreteria@caisanvitodicadore.it)



VIA FERRATA “SCI CLUB 18” AL MONTE FALORIA (m 2352)

Sabato 19 luglio

Sezione CAI di Lozzo di Cadore

Itinerario: si tratta di una via ferrata che non ha bisogno di presentazioni. Suggestiva e panoramica da non sottovalutare in alcun modo. Superato l'abitato di Cortina, sulla strada per Misurina e poco prima delle indicazioni per la borgata di Alverà, si stacca una strada che condurrà al parcheggio. Da qui alla stazione intermedia della funivia (Mandres) e poi per sentiero CAI 206 si guadagna l'attacco della via ferrata che in alcun punto lascerà tregua. Sempre molto impegnativa.

Ritrovo: Piazza IV Novembre, Lozzo di Cadore; ore 6 e partenza per Cortina. Mezzi propri

Tempo di percorrenza: 45 minuti di avvicinamento; 2,30 ore per la salita; 1,30 ore per la discesa

Dislivello: 680 metri

Difficoltà: EEA (escursionisti esperti attrezzati e ... allenati)

Iscrizioni: entro venerdì 18 luglio

Info: Nicola 393 8903026; Daniele 375 5071869



CRODON DEL TIARFIN (m 2413)

Domenica 20 luglio

Sezione CAI Domegge di Cadore

Itinerario: da Laggio di Cadore (m 944) per la strada della Val Piova a raggiungere il parcheggio di Casera Razzo (m 1739). Seguendo il sentiero CAI 208, si raggiunge il valico al Col Merende (m 2003). Successivamente, si sale all'accesso della Busa del Tiarfin dove si attraversa sotto la Cima Est del Tiarfin stesso. Per roccette e campi erbosi, alla cima.

Ritrovo: Piazza del Santo, Domegge di Cadore; ore 7; mezzi propri

Tempo di percorrenza: 5 ore totali

Dislivello: 670 metri

Difficoltà: EEe F + (escursionisti esperti; facile+; obbligatorio caschetto)

Iscrizioni: entro venerdì 18 luglio

Info: Giovanni 347 6469688

nb: uscita riservata ai soci CAI; possibilità di sosta al rifugio Casera Tartoi al ritorno



CRODA MARCORA (m 3154)

Domenica 20 luglio

Sezione CAI Auronzo di Cadore

Itinerario: Dal Rifugio San Marco (m 1823), per ripido canale (sentiero CAI 226) a Forcella Grande (m 2225) dove si devia per imboccare il sentiero CAI 246 in direzione del Bivacco Slataper (m 2600). Poco prima di raggiungerlo, si scende nel Vallon del “Fond de Rusecco” per poi iniziare la salita lungo lo scosceso ghiaione. Superato un facile gradone, si percorre una cengia fino ad una costola rocciosa al centro della quale si diparte un camino (passaggi di 2° superiore) che si risale fino al termine dove un masso incastrato ostacola la progressione (passaggi di 3°). Alcuni gradoni, una seconda cengia (Giaron Alto) che si percorre in direzione della evidente cima della Croda Marcora. Canali, ghiaie, forse un nevaio. Percorso tormentato fino a montare su una cresta insidiosa che in breve fa raggiungere la cima. La discesa sarà per lo stesso itinerario.

Ritrovo: al Rifugio San Marco; ore 7 con eventuale pernottamento da prenotare presso la struttura stessa.

Tempo di percorrenza: 8,30 – 9 ore circa, soste escluse

Dislivello: dal Rifugio San Marco, 1330 metri

Difficoltà: EEA (escursionisti esperti attrezzati) con passaggi di 1° e 2° grado. Un passaggio di 3°. Escursione riservata ad escursionisti non solo esperti, ma allenati. È previsto un numero limitato di partecipanti. Necessario avere al seguito caschetto, imbraco e kit completo da ferrata. Scarpe e abbigliamento adeguato alle alte quote.

Info: Pini 340 2809661

Quota di partecipazione: euro 10
per i soci CAI

nb: in caso di problemi di non percorribilità del percorso, si opterà per la salita al Sasso di Landro (m 2736, Gruppo Tre Cime di Lavaredo). Le comunicazioni verranno date la momento dell'iscrizione



CRETA FORATA (m 2462)

Sabato 26 luglio

Sezione di Pieve di Cadore

Itinerario: Partenza da Sappada, parcheggiando nel piazzale antistante la seggiovia del Monte Siera. Si sale lungo la strada sterrata e la pista di sci che porta al Rifugio Monte Siera (m 1606). Da qui, seguendo il sentiero CAI 321 si giunge ad una cengia esposta, ma ben attrezzata. Si supera e si prosegue fino al Vallon di Creta Forata. Ora, per facili roccette si risale il vallone (ometti) portandosi gradualmente sul versante sud e poi alla cima

Ritrovo: Pieve di Cadore, Piazza del Municipio, alla sede del CAI; ore 7; mezzi propri.

Tempo di percorrenza: 6 ore

Dislivello: 1186 metri

Difficoltà: EE (escursionisti esperti)

Iscrizioni: entro venerdì 25 luglio

Info: 339 6686432; 333 2625048



ANELLO DEL MONTE OREGONE (m 2385)

Sabato 9 agosto

Sezione CAI Sappada

Itinerario: Raggiunte in auto le Sorgenti del Piave (m 1830) ci si incammina seguendo il sentiero CAI 137 che, in discesa, porta verso l'ingresso della Val Visdende. Si giunge ad un bivio al quale prenderemo la traccia del sentiero CAI 134 che, in modo abbastanza diretto, prosegue verso il Passo dell'Oregone. Da qui, in breve, alla modesta panoramica vetta (m 2385) sotto la quale i segni della Grande Guerra si mescolano con i resti e i ruderi della casermetta della Guardia alla Frontiera.

Dalla cima, seguendo il sentiero CAI 132, si scende al Rifugio Pier Fortunato Calvi (m 2164) e poi al punto di partenza.

Ritrovo: Sorgenti del Piave raggiungibili con mezzi propri; ore 8

Tempo di percorrenza: 4 ore

Dislivello: 800 metri

Difficoltà: EE (escursionisti esperti)

Iscrizioni: entro mercoledì 6 agosto

Info: Dario 340 3082230



MONTANEL (m 2461)

Domenica 17 agosto

Sezione CAI Domegge di Cadore

Ricordando Julius Kugy nel 140° anniversario della prima salita ufficiale alla Cima del Montanel

Itinerario: con mezzi propri si sale al Rifugio Casera Cerenà (m 1050). In circa 40' si raggiunge l'oasi prativa di Dalègo (m 1315). Raggiunto il valico di Forcella dell'Elma, il nuovo panorama annuncia l'area soleggiata dove si trova il bivacco e la Baita Sociale "Da Deppo". Dalla baita, la possibilità di due escursioni:

- a) Cima del Montanel (m 2461)
- b) Crodon di Scodavacca (m 2389)

Ritrovo: Piazza del Santo; Domegge di Cadore; ore 7

Tempo di percorrenza: 2,30 ore per Baita "Da Deppo"; da qui circa 3 ore per salire e scendere dal Montanel (dislivello 460 metri); 2 ore andata e ritorno per la Cima del Crodon di Scodavacca (dislivello (m 350)

Dislivello: Per la Baita "Da Deppo", m 900; per gli altri itinerari aggiungere 460 metri per la Cima del Montanel e 350 metri per la cima del Crodon di Scodavacca

Difficoltà: Fino alla Baita "Da Deppo", escursionistico (E); per escursionisti esperti (EE) per la salita alle cime. Obbligatorio il caschetto

Iscrizioni: entro mercoledì 13 agosto. Necessario precisare se si vuole prenotare il pranzo. Giovanni 347 6469688

Info: oltre la scelta delle due escursioni, sarà possibile partecipare alla grigliata prevista per le ore 13,30/14. Solo su prenotazione. Costo euro 20. La partecipazione alle escursioni è riservata ai soli soci CAI



CIMON DEL FROPPIA (m 2932)

Domenica 31 agosto

Sezione CAI Auronzo di Cadore

Itinerario: si parte dal Rifugio G. Chigiato al Col Negro (m 1911). Si scende ad una selletta e per panoramico sentiero si superano ripidi canali fino ad un ampio vallone che si attraversa fino a raggiungere a ridosso delle rocce una profonda gola che sale direttamente a Forcella Jau de le Tana. Per ripide ghiaie e qualche tratto attrezzato si guadagna il valico (m 2650). Da qui si scende fino ad incontrare la traccia che proviene dal Bivacco Tiziano. Poi si superano alcuni canali fino all'esigua Forcella Froppa (m 2790). Si scendono le ghiaie che portano a Forcella Marmarole. Rocce gradinate, ma friabili, canali e qualche passaggio esposto fino alla stretta Forcella Kugy.

Ora il primo gradone strapiombante (3°); due caminetti di 2° e un tratto con placche di 1° e 2°. Un ultimo canale di sfasciumi e poi la vetta. Si torna per lo stesso itinerario fino a Forcella Kugy e poi facili ghiaie fino al Bivacco Fanton (m 2650). Da qui in discesa per l' accidentato Vallon degli Invalidi fino ad un salto di roccia ottimamente attrezzato e calare in Val Baion, in fondo alla quale si prevede lasciare qualche auto per agevolare il ritorno nell'ultima parte della valle.

Ritrovo: al Rifugio G. Chigiato alle ore 6,30

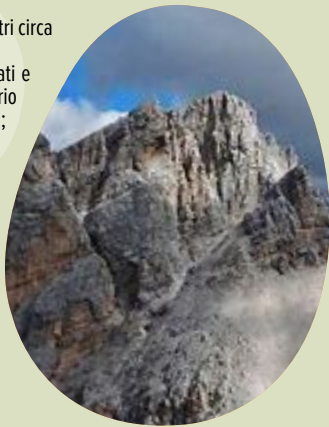
Tempo di percorrenza: 9,30 – 10 ore soste escluse

Dislivello: dal Rifugio G. Chigiato, 1200 metri circa

Difficoltà: EEA (escursionisti esperti attrezzati e ben allenati) con passaggi di 2° e 3°; obbligatorio caschetto, imbraco e kit completo da ferrata; previsto un numero limitato di partecipanti. Abbigliamento adeguato alle alte quote.

Info: Pini 340 2809661

Quota d'iscrizione:
per i soci CAI euro 10



MONTE PIANA e MONTE PIANO (m 2224; m 2305)

Sabato 6 settembre

Sezione CAI Pieve di Cadore

Itinerario: dal Lago di Landro (m 1405) per il sentiero CAI 6 (Pionierweg/Sentiero dei Pionieri) fino alla cima del Monte Piano passando per il piccolo cimitero austriaco spontaneo, forse l'ultimo esistente in zona. Si scende per il sentiero CAI 6°, detto Touristweg. Il Sentiero dei Pionieri è forse il più bel sentiero militare della zona e non solo: ricordi della Grande Guerra, natura meravigliosa e panorami strepitosi.

Ritrovo: Pieve di Cadore, Piazza del Municipio alla sede del CAI; ore 7; mezzi propri

Tempo di percorrenza: 5/6 ore

Dislivello: 900 metri

Difficoltà: EE (escursionisti esperti con qualche tratto attrezzato). Si consiglia di avere al seguito caschetto.

Iscrizioni: entro venerdì 5 settembre

Info: Giuseppe cell. 347 7766832; Gianni cell. 333 2625048



CRODA DI CENGLES (m 3375) **(Tschengler Hochwand, Gruppo Ortles-Cevedale)**

13 e 14 settembre

Sezione CAI Sappada

Itinerario: la croda di Cengles è una cima di 3375 metri facente parte del Gruppo Ortles/Cevedale (Alto Adige). Il sentiero numero 5 sarà nostro compagno fino ad arrivare alla Valle di Zai. Si guadagna un pascolo e in costante salita di giunge al Rifugio Alfredo Serristori (Düsseldorf Hütte, m 2721) dove si pernotta.

Il giorno seguente, sempre per sentiero 5, si attraversa una amena zona di laghi alpini e si giunge ad una vasta zona di terreno morenico. Ora ci attende l'impegnativa via ferrata che si unisce all'ultimo tratto della Via Normale, tratto da non sottovalutare e pure attrezzato con cavi d'acciaio. Dalla vetta, spettacolare panorama sul Gruppo dell'Ortles/Cevedale, sul Gran Zebù fino ad arrivare a gettare lo sguardo al Lago di Resia.

Ritrovo: Chiesa di Santa Margherita a Sappada; ore 8. Oppure partenza dal parcheggio della seggiovia di Kanzel (m 1860) a Solda. Orario da concordare. Spostamenti con mezzi propri

Tempo di percorrenza: 8 ore

Dislivello: 1520 metri circa

Difficoltà: EEA (escursionisti esperti attrezzati); imbraco, kit ferrata, caschetto

Iscrizioni: entro 31 maggio 2025

Info: Dario 340 3082230



TERZA GRANDE (m 2581)

Sabato 20 settembre

Sezione CAI Lorenzago di Cadore

Itinerario: sommità dell'imponente massiccio roccioso compreso tra Forcella Nàie e il Passo di Oberenghe, nonché la cima più elevata del Gruppo delle Terze.

Il sentiero CAI utilizzato sarà il 314. Per salire si percorrerà la "Via Normale" per il versante sud-sud-est, versante alquanto movimentato da quinte e spuntoni rocciosi. Ambiente maestoso. Ascensione adatta a chi abbia un minimo di preparazione alpinistica. Il percorso, costituito da tracce di sentiero e passaggi di 1° non è mai esposto e la roccia è discreta.

Ritrovo: Piazza Calvi, Lorenzago; ore 7; mezzi propri

Tempo di percorrenza: 9 ore

Dislivello: 1250 metri

Difficoltà: EEA (escursionisti esperti attrezzati; obbligatorio caschetto: pericolo cadute pietre!)

Iscrizioni: entro giovedì 18 settembre

Info: Rudy 349 7262603



PIC D'LE CUNTURINES (m 3064)

Sabato 27 settembre

Sezione CAI Pieve di Cadore

Itinerario: partenza da San Cassiano alla Capanna Alpina (m 1726): Per il sentiero 11, piuttosto ripido, si guadagna il Col d'la Locia (m 2069), il lontano Passo tadega (m 2057) svoltando poi a sinistra in corrispondenza del Lago di Cunturines, spesso inesistente (m 2518). Si prosegue lungamente per il vasto anfiteatro puntando ad una vasta sella (m 2885). Ancora a sinistra per sfasciumi fino a raggiungere una paretina superabile mediante scalette. Lunga esposta cresta fino alla cima, (m 3064).

Ritrovo: Pieve di Cadore, Piazza Municipio, Sede CAI a Pieve di Cadore; ore 5; mezzi propri

Tempo di percorrenza: ore 6

Dislivello: 860 metri

Difficoltà: EE (escursionisti esperti e allenati)

Iscrizioni: entro venerdì 5 settembre

Info: Giuseppe 347 7766832; Gianni 333 2625048



GIORNATA DELLE DOLOMITI BELLUNESI

Domenica 28 settembre

Coordinamento Sezioni Dolomiti Bellunesi

Dove: al Rifugio Antelao alla Sella di Pradonego (m 1796) nel comune di Pieve di Cadore, meraviglioso punto di passaggio tra il Centro Cadore e la Valle del Boite

Itinerario: da Pozzale (m 1.100) si sale sopra l'abitato fino al bivio in Col. A destra, il sentiero CAI 250 detto "delle ville" che si snoda per strada sterrata/asfaltata che porta all'ex Rifugio Pra Piccolo (m 1366). Poi il sentiero si arrampica nel bosco fino a Forcella Antracisa (m 1693) da cui si gode un incantevole panorama. Da qui, al rifugio (m 1796). Si può scendere per lo stesso itinerario oppure attraverso la splendida strada ex militare che passa nei pressi della cima di Monte Tranego (m 1849) a cui, con breve digressione si può salire. Da non perdere per il panorama spettacolare.

Ritrovo: Piazza Regina Margherita, Pozzale; ore 9.

Tempo di percorrenza: 2 ore, 2,30 per il rifugio. Altrettante per il ritorno

Dislivello: 700 metri

Difficoltà: E (escursionistico)

Iscrizioni: entro e non oltre domenica 21 settembre

Info: presso tutte le sezioni cadorine tramite i loro contatti

Nb: verso le ore 12 momento conviviale al Rifugio Antelao. Eventuali variazioni o modifiche al programma verranno comunicate al momento dell'iscrizione



SASSOLUNGO DI CIBIANA (m 2413)

Intersezionale fra Sezione CAI Sacile e Sezione CAI Calalzo

Domenica 5 ottobre

Itinerario: partenza dal Passo Cibiana (m 1530). Ci si incammina a sud lungo una pista forestale che si trasforma in un ben definito sentiero. Lo si segue fino ad incontrare un incrocio con tabelle. Si prosegue con piacevole salita in direzione di Casera Campestrin che non viene raggiunta. Infatti, poco dopo Forcella Bella si abbandona il sentiero CAI 483 per seguire una traccia che porta verso un altro intaglio. Un salto di roccia (1°); una cengia molto esposta che si segue alcuni metri; passaggi (1°) fino ad un foro. Lo si supera (2°) e si arrampica brevemente su roccette. Raggiunta la cresta sud, comodamente si perviene in vetta. Il rientro avviene scendendo la cresta sua fino ad una forcella (m 2100 circa). Si traversa tutto il versante ovest del monte prima per cengia e poi calandosi lungo un canale. Guadagnati i prati di Campestrin, si risalgono per tracce a riprendere il sentiero di salita.

Ritrovo: Piazza IV novembre, Calalzo; ore 6,30 oppure a Passo Cibiana (presso Malga Deòna) ore 7,15

Tempo di percorrenza: 7 ore

Dislivello: 1050 metri circa

Difficoltà: EEA (escursionisti esperti attrezzati);
imbracco, kit ferrata; caschetto

Iscrizioni: entro venerdì 3 ottobre

Info: visto le caratteristiche dell'uscita (riservata ai soli soci CAI) il numero dei partecipanti è limitato a 10.

Ci sarà la collaborazione del Gruppo Guide Alpine "Tre Cime"

info@caicalalzo.it

whatsapp 329 2598880

cell. 347 4283565; 393 9083195



MONTE AMARIANA (m 1905)

Sabato 11 ottobre

Sezione CAI Sappada

Itinerario: siamo nel Gruppo delle Alpi Carniche, anzi, il Monte Amariana è considerato proprio il simbolo della Carnia. Il panorama sulla cima è spettacolare, a 360° sulle terre friulane. Si raggiunge il paese di Amaro (Udine) e la cosiddetta Forca del Cristo (m 980) dove si potrà parcheggiare. Poco distante inizia il sentiero CAI 414 che, con stretti tornanti risale il fianco della montagna. Prima saremo in un bosco misto e poi in una faggeta. Con zig-zag sempre più stretti si giunge davanti ad un vero muro di roccia dove inizia il tratto attrezzato. Si monta sulla cresta e, in breve, alla vetta.

Ritrovo: Chiesa di Santa Margherita ore 7,15; Forca del Cristo ore 8,30; mezzi propri

Tempo di percorrenza: 6 ore

Dislivello: 900 metri circa

Difficoltà: EEA (escursionisti esperti attrezzati; imbraco, kit ferrata, caschetto)

Iscrizioni: entro giovedì 9 ottobre

Info: Andrea 388 6230247



GIRO DELLA TOFANA DI RÒZES

Domenica 12 ottobre

Sezione CAI di Vigo di Cadore

Itinerario: si raggiunge in auto il Rifugio Angelo Dibona (m 2083) ai piedi della Tofana di Ròzes. Si imbecca il sentiero CAI 404 che passando sotto suggestive pareti (Sotecordes), lungamente, ma senza fatica e in ambiente suggestivo porta a Forcella Co, I dei Bos (m 2331). Lo sguardo precipita nella potenza della Val Travenànzes. Ora una lunga discesa fino ad incontrare il bivio (sentiero CAI 403) che da una parte conduce alla Scala del Minighel e dall'altra (faticosamente) risale le balze ghiaiose fino al Majariè e al Rifugio A. Giussani a Forcella Fontananegra (m 2580). Da qui, per Valon Tofana, al punto di partenza.

Ritrovo: ritrovo e orario saranno comunicati all'iscrizione. La partecipazione prevede un numero limitato.

Tempo di percorrenza: 6 ore

Dislivello: 1000 metri circa

Difficoltà: EE (escursionisti esperti e allenati, vista la lunghezza del percorso)

Iscrizioni: entro venerdì 10 ottobre

Info: 339 1790159



