



Programma attività 2025



<http://www.sattrento.it/>

sat.trento@gmail.com

www.facebook.com/sat.sezioneditrento

iscrizioni gite: gite.sattrento@gmail.com

0461 987025

Via Mancini, 57 – Trento

INDICE

| Sezione | Pagina |
|---|--|
| Presentazione del programma delle attività | 3 |
| Le escursioni sociali della domenica | Errore. Il segnalibro non è definito. |
| Le escursioni sociali del mercoledì | 25 |
| Le escursioni sociali del sabato del “gruppo giovani” | 37 |
| I Trekking escursionistico culturali | 41 |
| Le escursioni sociali del Gruppo SAT Piedicastello | Errore. Il segnalibro non è definito. |
| L’Alpinismo giovanile | 54 |
| Le Attività culturali | 60 |
| Il Programma della Commissione Botanica | 62 |
| La Manutenzione sentieri | 64 |
| Le Attività motorie | 65 |

“La montagna ci offre la cornice ... tocca a noi inventare la storia che va con essa!”
N. Helmbacher

Care Socie e cari Soci,

anche quest'anno è giunto il momento della pubblicazione del nuovo programma delle nostre attività sociali, per un 2025 che ci auguriamo ricco di soddisfazioni come è stato il 2024, e che ci dà l'occasione per farvi giungere un rinnovato, sincero saluto, e per esprimervi la nostra gratitudine per il continuo sostegno alla Sezione che dimostrate, sia tesserandovi con la nostra Sezione - che nel 2024 ha raggiunto i 3.391 soci (di cui ben 532 nuovi soci), numero che anche quest'anno supera in misura importante la dimensione sociale conseguita nelle precedenti annualità - sia prendendo parte alle numerose iniziative sociali proposte, da voi sempre molto partecipate.

Il consuntivo 2024 enumera infatti lo svolgimento di 36 gite del mercoledì, 39 gite della domenica, 5 gite del sabato, 20 eventi culturali, 6 trekking, 18 incontri e uscite del nostro gruppo botanico, e 24 uscite e 1 campeggio estivo dell'Alpinismo Giovanile, cui si aggiungono 14 uscite del nostro gruppo dedicato alla manutenzione dei sentieri in carico alla Sezione, nonché 9 gite effettuate dal nostro gruppo di Piedicastello.

Tornando alla nuova programmazione annuale, troverete nelle pagine a seguire il calendario delle iniziative sociali previste per il **2025**, che dopo molti anni è costretto a vedere un ritocco in aumento della quota di partecipazione alle gite - da 15 euro a 20 euro - in conseguenza di un consistente aumento dei costi per il noleggio del pullman, ma che vede anche una rinnovata e cospicua offerta di attività sociali, nonché alcune novità di tipo operativo e organizzativo, che sperimenteremo nel corso dell'anno e che ci auspichiamo possano migliorare la fruizione delle nostre proposte sociali. Mi riferisco alla messa a disposizione di canali aggiuntivi per la richiesta di iscrizione a gite e trekking (moduli compilabili *on line*) e ad una diversa modalità di iscrizione ai trekking, per la cui descrizione rinviamo alla specifica sezione “I TREKKING ESCURSIONISTICO CULTURALI”.

Come di consueto, vi ricordiamo sempre che la programmazione delle attività sociali potrebbe subire delle modifiche in corso d'anno, legate alle diverse opportunità e necessità che dovessero presentarsi. Vi raccomandiamo pertanto di consultare regolarmente il nostro sito [“www.sattrento.it”](http://www.sattrento.it) o la pagina di Facebook [“SAT sezione di Trento”](#), nonché i contenuti delle nostre [newsletter](#), che riportano in forma puntuale ed aggiornata le iniziative sociali settimanalmente proposte a calendario.

Gite della domenica, del mercoledì e del sabato, trekking escursionistico culturali

Il programma 2025 propone 53 gite della domenica, 42 gite del mercoledì, unitamente alla novità di ulteriori 16 gite del sabato del gruppo giovani, e 6 trekking sul territorio nazionale (“Trekking urbano ad Aosta”, “Sentiero di Santa Barbara (1ª parte) in Sardegna”, “Sulle tracce di Montalbano lungo i sentieri dei monti Iblei in Sicilia”, “Trekking tra i parchi regionali di Nebrodi e Madonie in Sicilia”, “Trekking sull'isola di Rodi in Grecia”, “Trekking all'isola d'Elba”). A queste si aggiungono le 9 proposte del nostro gruppo SAT di Piedicastello, e le attività del nostro Sci Club, per un totale complessivo di 126 proposte escursionistiche.

Per quanto riguarda le gite del *mercoledì*, del *sabato* e della *domenica*, le modalità di iscrizione alle singole iniziative sono quelle indicate a seguire in questo programma nelle sezioni *LE ESCURSIONI SOCIALI DELLA DOMENICA*, *LE ESCURSIONI SOCIALI DEL MERCOLEDÌ* e *LE ESCURSIONI SOCIALI DEL SABATO DEL GRUPPO GIOVANI*. Eventuali modalità o disposizioni diverse saranno indicate nella locandina che verrà pubblicata in corrispondenza di ogni singola iniziativa. Per quanto riguarda i *trekking escursionistico culturali*, le adesioni saranno raccolte nel periodo indicato in corrispondenza di ogni singola iniziativa.

Come ogni anno, al fine di dare prospettiva alla pianificazione delle iniziative per le future programmazioni, rinnoviamo sin da subito l'invito ai nostri Soci a progettare e presentare alla Sezione proposte di escursioni per l'anno 2026, con le modalità che a fine anno saranno indicate nella sezione

PROGRAMMAZIONE ATTIVITÀ ESCURSIONISTICA 2026 del nostro sito istituzionale.

Eventi culturali

Il programma propone la rassegna “SAT CULTURA: LE SERATE DEL MARTEDÌ”, costituita da un diversificato calendario di 14 eventi culturali dedicati all’alpinismo, alla conoscenza del territorio, all’ambiente, ed alla medicina di montagna. Gli eventi saranno tenuti presso la sala Pedrotti nella sede della Sezione in via Mancini 57 a Trento (2° piano).

Manutenzione sentieri

Come di consueto, non appena vi saranno le condizioni utili, verranno attuate le attività di manutenzione dei sentieri in carico alla Sezione.

Alpinismo Giovanile

Il gruppo di Alpinismo Giovanile propone un programma volto ai “ragazzi 9-13 anni” con 1 campeggio e 11 specifiche iniziative distribuite nell’anno, nonché un programma dedicato ai “ragazzi 14-17 anni” articolato in 10 proposte di uscite diversificate, unitamente allo svolgimento di altre 3 iniziative congiunte tra i due gruppi. Le adesioni saranno raccolte con le modalità che verranno comunicate in corrispondenza di ogni singola iniziativa.

Attività botanica

Il programma della commissione botanica propone 17 incontri/conferenze ed uscite dedicati alle attività botaniche, più 2 uscite che saranno programmate congiuntamente con altrettante gite del mercoledì. Le conferenze saranno tenute presso la sala Pedrotti nella sede della Sezione in via Mancini 57 a Trento (2° piano). Le adesioni saranno raccolte con le modalità che verranno comunicate in corrispondenza di ogni singola iniziativa.

Si ricorda che lo svolgimento di tutte le attività e l’accesso alla sede della Sezione avverranno sulla base di quanto previsto dal Regolamento della Sezione e che è obbligo, da parte dei partecipanti, osservare tutte le regole organizzative e gestionali previste dal Regolamento sezionale, nonché tutte le indicazioni fornite dagli accompagnatori.

Ricordiamo inoltre che:

- di regola, tenuto anche conto del numero di partecipanti, il raggiungimento del luogo di partenza dell’escursione viene effettuato con mezzi di trasporto collettivi;
- nel caso l’escursione venga effettuata con mezzi di trasporto individuali, eventualmente condivisi tra più soci, la partecipazione sarà subordinata alle disposizioni previste per la partecipazione.

Tesseramento e rinnovo del bollino per il 2025

Rammentiamo che **di norma la partecipazione alle attività sociali è subordinata alla regolare iscrizione al Sodalizio**. Invitiamo pertanto i nostri soci e simpatizzanti a rinnovare o effettuare l’iscrizione per il 2025 (indicazioni all’indirizzo <http://www.sattrento.it/>, nella sezione “Tesseramento SAT – Sezione di Trento”). Per chi desidera rinnovare l’iscrizione in Sezione ricordiamo che la nostra sede è aperta per il tesseramento in presenza con le modalità e gli orari che potete trovare sul nostro sito www.sattrento.it o nella *newsletter*.

Agevolazioni per i soci - convenzioni in atto nell’anno 2025

Agenzia Viaggi Bolgia (Piazza Dante, 23 -Trento)

Convenzione in corso di definizione; contenuti e modalità di adesione saranno rese note con comunicazioni

specifiche.

Latteria del Sole (a Trento via Suffragio piazzetta Nicolò Rasmò e Viale Verona 129)

Applicazione del 10% di sconto su tutti i prodotti, sia formaggi di propria produzione sia prodotti commercializzati. Per usufruire dello sconto è necessario presentare la **tessera SAT della Sezione di Trento** con regolare bollino di associazione in corso di validità.

Tecnosci (Via Fermi, 13/2 - Trento)

SCONTO del **15%** sui prezzi di listino presso il punto di vendita.

Dalla convenzione sono esclusi gli articoli di elettronica (ARTVA, cardiofrequenzimetri, altimetri, orologi, navigatori....) e gli attacchi da sci alpinismo marchio ATK e relativi accessori. Per usufruire dello sconto è necessario presentare la **tessera SAT** con regolare bollino di associazione in corso di validità.

Sportler

Vi ricordiamo che - se siete titolari di una tessera personale **Sportler** - avete la possibilità di associarla alla tessera Sportler della Sezione (SAT sezione di Trento): tale associazione non comporta alcuna limitazione od obbligo per voi (non intacca ad esempio il valore dei punti accumulati sulla vostra tessera personale) ma **contribuisce ad aumentare i punti della tessera Sportler della Sezione** e quindi consentirci di acquisire **ulteriore materiale tecnico (ARTVA, ciaspole,) da mettere poi a disposizione dei soci nelle attività sociali**. In sostanza, un regalo alla Sezione senza costi a vostro carico e, in definitiva, anche un ritorno con interessi a favore di tutti noi.

Cogliendo l'occasione della pubblicazione di questo programma, rinnoviamo inoltre ancora una volta un sentito e doveroso ringraziamento a tutti i volontari che prestano la propria collaborazione per l'apertura della sede e per le operazioni di tesseramento, per la gestione del nostro sito e dei canali social, gli accompagnatori ed i volontari che curano la programmazione, predisposizione e gestione delle escursioni, il campeggio e le uscite dell'alpinismo giovanile, gli eventi culturali e le iniziative della botanica, i volontari della sentieristica di competenza della Sezione - la cui sempre preziosa opera assicura il buono stato della percorribilità e della segnaletica dei nostri sentieri - nonché tutti gli altri volontari che, a diverso titolo, mettono a disposizione di tutto il Sodalizio il proprio tempo, la propria passione e la propria disponibilità. E' anche grazie a loro che la Sezione può concretizzare le proprie attività e renderle fruibili ai nostri sempre numerosi ed affezionati soci e simpatizzanti.

A chiusura di questa prefazione, infine, inviamo a tutti voi **i nostri migliori e più sinceri auguri di buone feste e di buon nuovo anno**, nonché un "arrivederci a presto" con gli appuntamenti delle nostre nuove iniziative sociali per il 2025.

Excelsior!

Trento, dicembre 2024

*Per il Consiglio Direttivo
il presidente Ugo Scorza*

NORME SULLA SICUREZZA

Da anni, per prassi, la nostra Sezione prevede che ciascun partecipante sia dotato di attrezzatura di auto-soccorso individuale per la frequentazione degli ambienti innevati.

Dal 1° gennaio 2022, il decreto legislativo 28 febbraio 2021, n. 40 ha previsto nuove norme sulla sicurezza nelle discipline sportive invernali, e in particolare l'art. 26, comma 2, in forza del quale "I soggetti che praticano lo sci-alpinismo o lo sci fuoripista o le attività escursionistiche in particolari ambienti innevati, anche mediante le racchette da neve, laddove, per le condizioni nivometeorologiche, sussistano rischi di valanghe, devono munirsi di appositi sistemi elettronici di segnalazione e ricerca, pala e sonda da neve, per garantire un idoneo intervento di soccorso."

DIFFICOLTÀ ITINERARI ESCURSIONISTICI

Si utilizzano le quattro sigle della **scala CAI** per differenziare l'impegno richiesto dagli **itinerari escursionistici**. Questa classificazione definisce il limite tra le difficoltà escursionistiche e quelle alpinistiche, nonché il diverso impegno richiesto da un itinerario: **T = Turistico; E = Escursionistico; EE = per Escursionisti Esperti; EEA = per Escursionisti Esperti con Attrezzatura (EEA-F = via ferrata Facile; EEA-D = via ferrata Difficile).**

La descrizione completa delle caratteristiche degli itinerari in base alle classificazioni sopra elencate si può leggere nel sito della sezione www.sattrento.it.

LE ESCURSIONI SOCIALI “DELLA DOMENICA”

Per quanto riguarda l'iscrizione all'escursione, salvo diversa disposizione indicata nel programma pubblicato, le modalità individuate sono le seguenti:

- **il lunedì antecedente l'escursione l'iscrizione è riservata ai soli soci della Sezione. Ci si può iscrivere in sede o telefonando al numero 0461 987025 dalle ore 17:00 alle ore 19:00;**
- **i giorni successivi l'iscrizione è aperta anche ai soci di altre sezioni e la richiesta va inviata tramite mail all'indirizzo gite.sattrento@gmail.com, entro il giovedì antecedente la domenica.**

Eventuali disdette devono essere comunicate via mail a gite.sattrento@gmail.com entro le ore 17:00 del giovedì antecedente l'escursione.

Per tutto quanto riguarda l'organizzazione e lo svolgimento delle gite vale quanto disposto dal Regolamento Gite della Sezione, pubblicato all'indirizzo <http://www.sattrento.it/default.htm>.

Le date non sono impegnative, riservandosi la Commissione escursionismo, per esigenze tecniche o logistiche, di modificare il calendario: eventuali variazioni saranno tempestivamente comunicate. I programmi dettagliati di ogni singola uscita saranno pubblicati nel sito Internet della Sezione.

Domenica 12 gennaio

GIOGO D'ASTA (m 2194)

(Gruppo Alpe di Luson) – Scialpinistica MS + Ciaspole

Dal **Gasthof di Ellen** si sale direttamente per i prati fino all'ultimo maso dove termina la carrozzabile (dove con scarso innevamento si arriva in macchina). Dal parcheggio a sinistra la via classica di salita (segnavia n. 67), che per una stretta stradina sale nel bosco fino alla **Walder Alm** (m 1908). Si tocca l'**Einhäuser Alm** e si raggiunge la grande croce di vetta, posta ai 2194 metri del **Giogo d'Asta**.

Discesa per la via di salita oppure con una bellissima variante per una lunga forestale che, poco dopo la **malga Einhäuser**, scende dolcemente con un giro ad anello passando per le caratteristiche baite fino al punto di partenza.

Dislivello in salita e in discesa m 832— percorso totale ore 4:30

Proposta da **Ezio Bragagna**

Domenica 19 gennaio

CIMA STOTZ (m 2697)

(Gruppo Venoste Orientali) - Scialpinistica MS + Ciaspole

Dal parcheggio posto vicino ai **masi Kofl** prima del paese **Maso Corto**, a quota 1926 m, di fronte ai masi, a sinistra della strada, un sentiero scende tra gli steccati. Aggiriamo a destra un cocuzzolo salendo poi al prossimo segnavia. Ora la via porta chiaramente in diagonale a sinistra verso l'alto, in direzione della **Val di Lagaun**. Una volta raggiunta la valle principale, risaliamo sulla destra un avvallamento e giungiamo così, sul limite del bosco, su una schiena a sinistra di questo avvallamento. Lo rimontiamo e, in diagonale a destra per bei pendii, ci dirigiamo verso il successivo avvallamento, che sale verso l'alto a destra di un crinale. Rimontiamo per intero l'avvallamento e, a sinistra del crinale, arriviamo in vetta a **Cima Stotz** (m 2887).

Discesa per lo stesso itinerario di salita.

Dislivello in salita e in discesa m 961 - percorso totale ore 5:30

Proposta da **Nicola Dall'Oglio**

Domenica 26 gennaio

CREPE DI VALCHIARA - GRAN PIRAMIDE (m 2711)

(Dolomiti di Braies) – Scialpinistica MS + ciaspole

Dal parcheggio di **Prato Piazza** (m 1991) si sale per un breve tratto in direzione nordest fino ad una valletta (percorso ben battuto solitamente). Poi si prosegue a destra, salendo sostanzialmente in direzione est-nordest. Lungo estesi pendii si giunge infine al costone sud, lungo il quale si raggiunge la vetta della **Gran Piramide** (m 2711). Discesa per la via di salita.

Dislivello in salita e in discesa 720 m — percorso totale ore 3:00.

Proposta da **Nicola Dall'Oglio**

Domenica 2 febbraio

CIMA LASTÈ (m 2410)

(Gruppo di Cima Bocche) – Scialpinistica MS + ciaspole

Dal parcheggio degli impianti a fune del **Lusia** m 1560 si prende la mulattiera che si inoltra nel bellissimo bosco rado, fino a **Malga Canvère** (m 1977) (ore 1:30). Poi per traccia, si salgono i soleggiati pendii dei **Lasté di Lusia**, fino ai **Baiti del Lasté** (m 2327) (ore 1:30 – tot. Ore 3:00). Si affronta l'ultimo breve tratto lungo il pendio meridionale, guadagnando la panoramica **Cima Lasté** (m 2410) (ore 0:30 – tot. ore 3:30). Si torna ai Baiti del Lasté e, a dx, si raggiungono le piste. Con bella sciata, si arriva al punto di partenza.

Dislivello in salita e in discesa 850 m – percorso totale ore 4:00.

Proposta da **Luciano Navarini**

Domenica 9 febbraio

DOSSO DI FUORI (m 2744)

(Gruppo Alpi Venoste Occidentali) – Scialpinistica BS + ciaspole

Partendo da Resia attraverso la pista per slittini in diagonale verso sinistra ci si porta verso un crocefisso e poi verso una chiesetta (m 1749). Ora si prosegue seguendo il segnavia n. 7 (indicazione "Nockenkopf") passando per la Kalkwaldhütte (baita) a 2050 m. Si continua risalendo il pendio in direzione della piccola croce sull'anticima orientale (m 2744).

Discesa per la via di salita.

Dislivello in salita e in discesa m 1250 – percorso totale ore 6:30

Proposta da **Nicola Dall'Oglio**

Domenica 16 febbraio

PICCOLA PUNTA DI MONTECROCE (m 2518)

(Gruppo Breonie di Ponente) - Scialpinistica MS + ciaspole

Da Valletta di Racines di Dentro si sale sul sentiero n. 12 lungo il bosco e quindi per i prati abbastanza ripidi alla **Malga Klamm (Klamm Alm)** (m 1925). Con un largo giro verso sinistra in direzione Sud/Est si supera una valle che porta ad una sella a quota circa 2200 m, che immette in un altro valloncetto; si prosegue fino sotto una larga sella alla base della cima, dove si sale per cresta esposta arrivando alla **Piccola Punta di Montecroce** (m 2518). Discesa per lo stesso itinerario.

Dislivello: in salita e in discesa m 1038 - percorso totale ore 5:00

Proposta da **Nicola Dall'Oglio**

Domenica 23 febbraio

MONDEVAL (m 2455)

(Gruppo Croda da Lago) - Scialpinistica MS + ciaspole

Da **Pescul**, si raggiunge la **Baita Flora Alpina** (1516 m) da dove si parte sci ai piedi. Si segue la strada in discesa fino ad incontrare la stradina forestale sulla dx, che si segue fino al bivio subito dopo il ponte sul **Rio Cordon**, a quota 1756 m. circa. Da qui si supera la **Malga Mondeval de Sota** e si sale sino a giungere nell'ampia conca innevata di **Mondeval de Sora**. Oltrepassata la casera-malga **Mondeval de Sora**, si attraversano le praterie innevate in leggera pendenza fino all'incantevole **Lac de le Baste**. Qui seguendo la breve cresta, in moderata pendenza, si raggiunge la **Cima del Corvo Alto- Monte Mondeval**.

Discesa per lo stesso itinerario dell'andata, con l'alternativa di piacevoli piccole varianti, possibili per la vastità delle quasi pianeggianti valli e praterie innevate.

Dislivello in salita e in discesa m 1000 - percorso totale ore 5:00

Proposta da **Nicola Dall'Oglio**

Domenica 2 marzo

MONTE MULAZ (m 2906)

(Gruppo Pale di S. Martino) - Scialpinistica BS + ciaspole

Dal parcheggio in località **Pian dei Casoni** (m 1700) si percorre tutta la **Val Venegia**, si sale per un pendio in moderata pendenza fino al **Passo del Mulaz** (m 2619). Infine attraverso un breve tratto di pala e un traverso si giunge alla **cima del Mulaz** a 2906 m. Discesa per l'itinerario di salita.

Dislivello in salita e in discesa m 1200 - percorso totale ore 6:00

Proposta da **Nicola Dall'Oglio**

Domenica 9 marzo

46° MEETING DEL LAGORAI

(Gruppo del Lagorai) - Scialpinistica MS + ciaspole

Incontro scialpinistico tra le sezioni SAT

Proposta da **Paolo Weber**

Domenica 16 marzo

FORCELLA ZERMEDO (ZERMAIDJOCH m 2619)

(Passo Rombo) - Scialpinistica BS + ciaspole

Dal **Ponte di Monteneve** (m 1665) sulla strada per **Passo Rombo**, si prende la forestale fino alla **Gostalm**, poi a destra per bosco ripido. Tenendosi poi a sinistra si raggiungono delle rocce a quota 2000 m, dove la pendenza si fa più dolce. Si prosegue su percorso ben sciabile per avvallamenti e gobbe fin sotto la forcella, e superando un ultimo tratto in maggior pendenza si raggiunge la **Forcella Zermedo (Zermaidjoch m 2619)**. Discesa per l'itinerario di salita.

Dislivello in salita e in discesa 950 m - percorso totale ore 5:00

Proposta da **Pierpaolo Niccolini**

Domenica 23 marzo

MEMORIAL DE PAOLI - CIMA FRADUSTA (m 2939) E DISCESA IN VAL CANALI

(Gruppo Pale di San Martino) - Scialpinistica BS + ciaspole (fino a Cima Fradusta e ritorno in telecabina)

Da **San Martino di Castrozza** salita in telecabina e funivia al **Rifugio Rosetta** (m 2581). Si prosegue lungo l'altipiano della Rosetta con vari saliscendi alla dorsale N-NE che porta alla **Cima Fradusta** (m 2939). Ritornati a quota 2800 m circa, si scende con ripida discesa nella depressione fra **cima Manstorna** e i contrafforti della **Fradusta**. Breve risalita al **Passo Canali** (m 264) e quindi discesa per ripido canale nel vasto e bellissimo anfiteatro della **Val Canali**, fino al **Rifugio Treviso** (m 1631) e al fondovalle in località **Cant del Gal** (m 1160).

Dislivello in salita m 600 e in discesa m 2000 - percorso totale ore 6:30

Proposta da **Nicola Dall'Oglio**

Domenica 30 marzo

PICCOLA CRODA DEL BECCO (m 2750)

(Gruppo della Croda Rossa di Ampezzo) – Scialpinistica MS + ciaspole

Dal parcheggio **Pederü** in Val Badia (m 1548) si sale a sinistra per una strada tortuosa attraverso una gola. Si segue il sentiero fino ad arrivare al segnavia n. 7, si continua a sinistra con una pendenza moderata attraverso il bosco e poi per strada forestale. Si giunge al **Rifugio Ütia de Sénes** (m 2116) e poi si prosegue in direzione nord fino a raggiungere la **Piccola Croda del Becco** (2750 m). Discesa per lo stesso itinerario.

Dislivello in salita e in discesa m 1200 - percorso totale ore 6:30

Proposta da **Nicola Dall'Oglio**

Sabato 5 e Domenica 6 aprile

TRAVERSATA DEL GRAN PARADISO (m 4061)

(Gruppo Alpi Graie) - Scialpinistica PD

1° giorno: Dal parcheggio in località **Pravieux** (m 1834) si attraversa il ponte sul torrente Savara e ci si dirige verso l'omonimo villaggio. Ci si inoltra nel bosco di larici per una evidente mulattiera con stretti tornanti che con tre lunghe diagonali raggiunge l'alpeggio di **Lavassey** (2194 m). Si prende a destra innalzandosi con stretti tornanti a sinistra verso un breve pianoro. Si prosegue per l'ampia conca fino a circa quota 2600 m per dirigersi verso la parete rocciosa e per una cresta si arriva al **Rifugio Chabod** a 2750 m.

2° giorno: Dal Rifugio Chabod si oltrepassa il locale invernale e si prosegue sulla spalla in direzione di **Montandayne** sino a quota 3100 m da dove inizia una lunga diagonale che passa sotto la base del **Piccolo Paradiso** e sotto la suggestiva parete nord del **Gran Paradiso** in direzione del colle a 3300 m alla **Testa di Moncorvè**, lasciando a destra la zona più crepacciata. Si risale il vallone tenendosi sulla destra fino a raggiungere la **Schiena d'Asino** dove si interseca la traccia che sale dal **Rifugio Vittorio Emanuele** e si prosegue a sinistra verso il colle di **Montcorvè**. Sempre a sinistra, si risale il ripido pendio che, dopo aver attraversato la crepaccia terminale e le facili roccette, porta alla cima del **Gran Paradiso** (4061 m).

Discesa per lo stesso itinerario di salita fino alla **Schiena d'Asino**, dove si piega a sinistra e si segue la traccia per il **Rifugio Vittorio Emanuele** (m 2732). Poi si scende per sentiero attraverso una successione di dossi ed un bosco di larici al fondovalle e attraversato il torrente **Savara** si arriva al parcheggio di **Pont** (m 1960).

Dislivello in salita m 916 + 1311 e in discesa m 2100 – percorso totale ore 2:30 + 8:00

Proposta da **Nicola Dall'Oglio e Christian Carlen**

Domenica 6 aprile

TRAVERSATA DA NAGO A S. BARBARA PER IL MONTE CREINO

(Gruppo dello Stivo - Bondone) - Escursione E

Da **Nago** (m 220) (parcheeggio dietro la rotonda principale) si prende il sentiero n. 637 che sale al **Castagneto di Nago** (m 410) e a **Dorsale Tre Croci** (m 570). Si prosegue lungo il crinale del **Monte Corno**, passando per le fortificazioni di **Prea Busa** (m 730), per il **Monte Brugnolo** (m 1177) per giungere sulla cima del **Monte Creino** (m 1290). Dopo aver visitato le postazioni della guerra, in ottime condizioni si inizia la discesa verso i campi coltivati della **Val di Gresta** e infine a **Santa Barbara** (m 1167).

Dislivello in salita m 1060 e in discesa m 150 - percorso totale ore 5:00

Proposta da **Ugo Scorza e Patrizia Gentile**

Domenica 13 aprile

CIMA MARMOTTA (m 3330)

(Gruppo Ortles -Cevedale) Scialpinistica MS + ciaspole (percorso ridotto)

Dal **Rifugio Genziana** (Enzian Hütte) (m 2051) in **Val Martello**, si sale al **Rifugio Corsi** e ci si dirige verso il **Rifugio Martello** (m 2580). Lasciato quest'ultimo sulla sinistra, ci si porta verso il ghiacciaio della **Vedretta Alta (Hoher Ferner)** sul quale si punta ad una sella (m 3290) ed in pochi minuti si arriva alla **cima Marmotta** (m 3330). Discesa per lo stesso itinerario.

Dislivello in salita e in discesa m 1280 – percorso totale ore 6.30

Proposta da **Nicola Dall'Oglio**

Lunedì 21 aprile

DAL SINDEC AL RIFUGIO PALUDEI E A MALGA DOSS DEL BUE

Gita di Pasquetta.

Dalla **località Sindec** (m 1000) si segue il sentiero fino alla **località Menegoi**, quindi alla **località Frisanchi** fino al **Rifugio Paludei** (m 1059). Per strada forestale si raggiunge la **Malga Doss del Bue** (m 1052). Dalla Malga si scende a **Vattaro** (m 684).

Dislivello in salita m 60 e in discesa m 375 – percorso totale ore 3:00

Proposta da **Fabrizio Vedovelli**

Domenica 27 aprile

WILDSPITZE (m 3772)

(Gruppo Ötztaler Alpen) – Scialpinistica BSA

Si parte da **Mittelberg** (m 1734) salendo col trenino e successivamente con lo skilift e si raggiunge il **Mitterberg Joch** (m 3166). Con una ripida discesa, si scende sul ghiacciaio **Taschachferner**. Calzate le pelli si sale al **Brochkogel Joch**. A quota 3250 m, prima di arrivare al Passo suddetto, si traversa oltrepassando il **Mitterkar Joch**, e si sale fino a guadagnare la cresta Ovest che si percorre con gli sci ai piedi per giungere fin nei pressi della cima. Con i ramponi si sale l'ultimo pendio per raggiungere la croce in vetta della **Widspitze** (m 3772) (ore 2:30). Scesi dalla cima e calzati gli sci, si lascia la cresta e si percorre in discesa il ghiacciaio **Taschachferner** portandosi in prossimità del **Mittelberg Joch** (ore 0:30 – tot. ore 3:00), dal quale si affronta la bellissima discesa che, mantenendosi sulla destra orografica della **Taschachtal** e alternando ampi muri ad ampi canali, porta fino al termine del ghiacciaio e per una stradina pianeggiante riporta direttamente al parcheggio di **Mittelberg** (m 1734) (ore 1:00 – tot. ore 4:00)

Dislivello in salita m 700 m e in discesa m 2000 - percorso totale ore 4:00

Proposta da **Paolo Benetti**

Domenica 27 aprile

SENTIERO DEL DÜRER DA POCHI DI SALORNO ALLE PIRAMIDI DI SEGONZANO

(Parco Naturale del Monte Corno - Valle di Cembra) – Escursione E

Da **Pochi di Salorno** (m 560) si segue la strada in direzione sud fino a immettersi sul sentiero che si stacca sulla sinistra. Il percorso si sviluppa tra boschi e vigneti fino a un antico maso. Da qui si segue la segnaletica "AD", **sentiero del Dürer**, con che porta al **Passo Sauch** (m 915) e al **Lago Santo** (m 1220). Si scende quindi in direzione di **Faver** per attraversare la valle di Cembra e raggiungere prima il **Castello di Segonzano** e poi il parcheggio alle **Piramidi di Segonzano**.

Dislivello in salita m 870 e in discesa m 880 – percorso totale ore 6:30 – km 19

Proposta da **Paolo Weber**

Domenica 4 maggio

TRAVERSATA MATASSONE - MONTE ZUGNA - PASSO BUOLE - RIVA DI VALLARSA

(Piccole Dolomiti – Gruppo dello Zugna) - Escursione E

Da **Matassone** (m 832) per sentiero n. 118 al **Rif. Zugna** (m 1618). Si sale al **M. Zugna** (m 1864) transitando dall'interessante sito del periodo bellico con l'ospedale militare e l'impluvio. Si percorre la lunga e panoramica dorsale meridionale, calando al **Passo Buole** (m 1417). Discesa con sentiero n. 117 alla frazione di **Riva** (m 716).

Dislivello in salita m 1032 e in discesa m 1146 – percorso totale ore 5:00

Proposta da **Luciano Navarini**

Domenica 11 maggio

AUSSERE SCHWENZERSPITZE (m 2993)

(Ötztaler Alpen - Austria) – Scialpinistica BS

Dal terzo tornante sulla strada del **Passo del Rombo** (Timmelsjoch) a quota 2390 m circa, si percorre il comodo fondovalle fino al termine a quota 2600 m circa. Una breve balza porta al ghiacciaio "**Bankerferner**" che si risale sulla destra fino ad un crinale che conduce alla cima dell'**Äussere Schwenzerspitze** (m 2993). Discesa per l'itinerario di salita.

Dislivello in salita e discesa m 650 – percorso totale ore 3:00

Proposta da **Nicola Dall'Oglio e Ugo Scorza**

Domenica 11 maggio

FORRA DEL LUPO – GIRO AD ANELLO

(Altopiano di Folgaria) - Escursione E

Percorso ad anello alla scoperta di un sistema di trincee realizzate dell'esercito austro-ungarico sul crinale della **Martinella**, nel tratto che dal paese di **Serrada** sale al **Forte Dosso del Sommo** (m 1670), per la quale si è mantenuto il nome di **Forra del Lupo** o **Wolfsschlucht**.

Il percorso parte dalla **località Cogola**, all'ingresso del paese di **Serrada**, nei pressi del ristorante. Dopo un primo tratto nel quale il sentiero sale in un bel bosco di faggi, si giunge all'inizio della **Forra del Lupo**. Il percorso è scavato tra alte pareti di roccia e permette di percorrere lunghi tratti di trincea ed osservare feritoie ed osservatori posti a strapiombo sulla **valle del Terragnolo**. Al termine della forra si raggiunge la **località Caserme**, dove sorgevano gli edifici che ospitavano la guarnigione del forte; il sentiero prosegue nella prima parte all'interno di una trincea e prosegue poi nei prati sottostanti il **forte Dosso del Sommo** (m 1670), in tedesco Werk Serrada.

Per il rientro si segue il segnavia 136 che porta al rifugio **Baita Tonda** e che poi conduce a valle, al centro di **Serrada**.

Dislivello in salita e in discesa 410 m -- percorso totale ore 3:00

Proposta da **Andrea Orsingher e Michele Dalsass**

Domenica 18 maggio

SENTIERO SAZ

(Gruppo Macaion - Penegal) – Escursione E

Da **Tret**, presso l'Albergo Scoiattolo si sale al **Lago di S. Maria**, quindi con il sentiero n. 500 si raggiunge la cima del **Monte Macaion**. Proseguendo si scende alla **Forcella Grande** e pressoché in quota si raggiunge la **Sella della Forcolana**. Continuando con il sentiero n. 500 si scende al **passo della Mendola**.

Dislivello in salita m 890 m e in discesa m 750 – percorso totale ore 7:00

Proposta da **Paolo Weber**

Domenica 25 maggio

DA MORI A RONZO CHIENIS – 1^ tappa Cammino di S. Rocco

(Gruppo Bondone – Stivo) – Escursione E

Da **Mori** si raggiunge l'imbocco del sentiero che sale verso **Montalbano** e si continua sul sentiero del **Pipel**, una ripida mulattiera che porta fino a località **Zelee**, per poi percorrere la zona soleggiata dei paesi di **Nomesino** e **Corniano**. Sopra **Nomesino** è possibile visitare la cappella votiva dedicata a San Rocco; a **Corniano** sorge la chiesa dedicata a Sant'Agata, uno degli edifici ecclesiastici più antichi del Trentino.

Passando per la **Grotta degli Appestati**, si prosegue fino al **monte San Bernardo** per poi passare a sentieri più dolci fino a **Malga Somator**, punto in cui si può ammirare facilmente la città di **Rovereto**, **l'Ossario** e la **Campana dei caduti**. Da lì si prosegue alla base del **Monte Biaena** e, passando per **Pra del Lac**, si raggiunge l'abitato di **Ronzo-Chienis**, all'inizio del quale si è accolti dalla Cappella di San Rocco.

Dislivello in salita m 1100 e in discesa m 370 – percorso totale ore 5:00

Proposta da **Paolo Weber**

Domenica 1 giugno

ALTA VIA DI LAVALLE

(Parco naturale Fanes, Sennes, Braies) – Escursione E

Da **S. Vigilio di Marebbe** si sale la **Val De Rit** raggiungendo alcune baite e poi il **Ju de Rit**. Continuando si raggiungono i prati di **Monte Pares** per poi scendere ripidamente ai **masi Colz** e **Specia**. Da **Specia** si prosegue in direzione del **Jù de S. Antonio** fino ad incontrare il sv. che porta all'**Ospizio di San Cassiano** e da la scendiamo a **S. Cassiano**.

Percorso alternativo tra alcune delle più belle "Viles" dell'Alta Badia. Da **Specia** si segue sentiero per **Fontanella** per proseguire sulla strada che porta a **Tolpei**. Si sale a **Ciablun** e a **Runch**, quindi si scende a **Ciampei** per raggiungere **Cians** e scendere a **La Val**.

Dislivello in salita m 1250/800 e in discesa m 940/870 – percorso totale ore 6:30/5:00

Proposta da **Paolo Weber**

Domenica 8 giugno

MONTE PASCOLO (KONIGSANGERSPITZE - 2438 m)

(Gruppo Monti Sarentini Orientali) – Escursione E

Da **Pralungo** (Perlungerhof – m 1360) al **Rifugio Lago Rodella** (Radsee Hütte - m 2230). Salita facoltativa al **Monte del Pascolo** (Konigsanger Spitze - m 2438). Discesa per i pascoli della **Kuhberg Alpe** e boschi a **Lazfons** (Latzfons - m 1160).

Dislivello in salita m 870 + 200 e in discesa m 1070 + 200 – percorso totale ore 5:00 – 6:00

Proposta da **Ezio Bragagna e Claudio Mazzalai**

Domenica 15 giugno

TRAVERSATA DA BRAIES VECCHIA AL LAGO DI DOBBIACO

(Dolomiti di Braies) – Escursione E/EE

Da **Braies Vecchia** (Bad Altprags) (m 1379) con il sentiero n. 14 si raggiunge il **passo Serla** (m 2099) per poi scendere a **Malga Serla** e arrivare al **lago di Dobbiaco** (m 1259). Dal lago si prosegue per il paese di Dobbiaco con bellissime viste sulle Dolomiti.

Dislivello in salita m 760 e in discesa m 829 – percorso totale ore 4:30

Proposta da **Eveline Gispen**

Domenica 22 giugno

FORCEL ROSSO (2601 m)

(Gruppo Adamello -Val Daone) - Escursione E

Dal parcheggio di **malga Bissina** (m 1789) si sale con sentiero n. 245 fino al **Passo di Forcel Rosso** (m 2601), dove sono presenti postazioni militari della Grande Guerra. Proseguendo poi in discesa si arriva al **Rifugio Val di Fumo** (m 1891). Da qui rientro a fondovalle con sentiero n. 240.

Dislivello salita e discesa m 800 – percorso ore 6:00

Proposta da **Gianni Pegoretti**

Domenica 29 giugno

VIA FERRATA BRUNO FEDERSPIEL – TRAVERSATA AL PASSO SAN PELLEGRINO

(Gruppo Marmolada, Monzoni, Vallaccia) – Escursione EEA/PD

Dal **Passo di S. Pellegrino** (m 1910) su sentiero n. 616A fino al **Pas de le Sele** (m 2528) e all'omonimo rifugio dalla cui terrazza inizia la via ferrata. Il percorso, che si snoda lungo le creste dei Monzoni, superato un breve passaggio in caverna imbrocca un tracciato a volte aereo per cenge e creste accompagnato, nei tratti più impegnativi, da solide attrezzature. La via supera lo **Spiz de Alochet**, percorre la **cresta di Taricogn** e la **Sforzela de Ricoleta**, dove incrocia il sentiero n. 616B che proviene dalla strada del passo di San Pellegrino. Dopo una ripida salita, che passando per lo **Spiz de Ricoleta** rimonta all'erbosa cresta dello **Spiz de Malinvern** (2630 m), si supera il bivio con il sentiero n. 624B e si prosegue lungo la cresta fino a raggiungere l'ampia sella de **La Costela** dove si imbrocca il sentiero n. 624 che conduce a **I Ronc**.

Percorso alternativo: Dal passo **San Pellegrino** al **Pas de le Sele** e all'omonimo rifugio con il sentiero n. 604, che conduce fino al **Rifugio Taramelli**. Da lì con il sentiero n. 603 alla **Malga Crocifisso** e al parcheggio Vidor.

Dislivello in salita m 1000/700 e in discesa m 1200/1000 – Percorso ore 8:00/6:00

Proposta da **Massimiliano Morari e Ugo Scorza**

Domenica 6 Luglio

CAMMINASAT LAGORAI

Incontro intersezionale tra le Sezioni SAT del Lagorai – località da individuare e programma da definire.

Proposta da **Paolo Weber**

Domenica 6 Luglio

TRAVERSATA DALLA CAPANNA ALPINA AL RIFUGIO PEDERÜ

(Gruppo Sennes Fanes) – Escursione EE

Dalla **Capanna alpina** (m 1729) si segue il sentiero n. 1 alta via delle Dolomiti salendo dapprima nel bosco, fino ad arrivare a circa 2000 in campo aperto con bellissima vista e proseguendo con vari saliscendi si passa **Gran Fanes, Lago del Limo** per arrivare al **Rifugio Lavarella** (m 2050). Da qui si scende al **Rifugio Pederü** (m 1548) su strada forestale e sentiero.

Dislivello salita e discesa m 600 – percorso ore 6:00

Proposta da **Gianni Pegoretti**

Sabato 12 e Domenica 13 Luglio

MONTE PELMO - SALITA ALLA CIMA O ALTERNATIVA GIRO AD ANELLO

(Gruppo Dolomiti di Zoldo) - Escursione EEA – EE

1° giorno: Da **Zoppè di Cadore** (m 1460) per sentiero 471 si arriva al **Rifugio Venezia Albamaria De Luca** (m 1946). Dislivello salita m 480 – percorso ore 2:00

2° giorno: Dal **Rifugio Venezia** si raggiunge in breve l'attacco della via normale, con iniziale tratto aereo. I passaggi comprendenti la **Cengia di Ball** e segmenti precedenti saranno percorsi in sicura approfittando della recente chiodatura spit presente. Si prosegue risalendo i due ghiaioni sovrastati dall'imponente spalla Est, raggiungendo poi il **nevaio del Vant**, l'anfiteatro ai piedi della massicciata sommitale del **Pelmo**. Si risale inizialmente per facili balze e successivamente aggirando la vetta da ovest per raggiungerle la cima del **Monte Pelmo** (m 3168). Discesa per la via di salita fino a **Zoppè di Cadore**.

Alternativa: Per il sentiero n. 480 "Flaibani" si raggiunge la **forcella Val d'Arcia** (m 2476), si scende fino a **Passo Staulanza** (m 1766) per sentiero n. 472 e si continua l'anello Zoldano per sentiero n. 472 per poi scendere a **Zoppè di Cadore** di nuovo per sentiero n. 471 percorso il giorno precedente.

Dislivello in salita m 1222/600 e in discesa m 1750/1050 - percorso ore 2:00 + 7:00

Proposta da **Nicola Dall'Oglio e Dario Oss Papot**

Domenica 13 luglio

RIFUGIO SESVENNA – FORCELLA SESVENNA (m 2824)

(Gruppo del Sesvenna) – Escursione E/EE

Dal paese di **Slingia** (m 1730), seguendo il sentiero n. 1 si sale per strada forestale e si raggiunge la **Malga di Slingia** (m 1868). Continuando su una mulattiera sterrata e sassosa si prosegue, ripidamente, fino nei pressi di una cascata e poi all'incrocio col sentiero n. 1. La mulattiera sale ora con pendenza moderata raggiungendo un laghetto e il vecchio rifugio **Rasass (Alte Pforzheimer Hütte)** dal quale, in breve, si giunge al **Rifugio Sesvenna** (m 2259).

Dal **Rifugio Sesvenna** si prosegue sul sentiero n. 5 ben tracciato in direzione ovest fino a raggiungere la larga **Forcella Sesvenna** (Fuorcla Sesvenna) (m 2819) con una bella veduta sul **Piz Sesvenna**, non visibile dal rifugio, che appare visto da qui con il suo splendido ghiacciaio. Discesa dallo stesso itinerario.

Dislivello in salita e discesa m 1100 – percorso totale ore 6:00/7:00

Proposta da **Stella Rainone e Lina Orrico**

Sabato 19 e Domenica 20 luglio

CATINACCIO E TORRI DEL VAIOLET

(Gruppo del Catinaccio) – escursione EE

1° giorno: Dal parcheggio di **Malga Frommer** (m 1743) con gli impianti si arriva al **Rifugio Fronza** alle **Coronelle** (m 2339). Da lì si prosegue sul sentiero n. 550 per raggiungere l'omonimo passo (**TschagerJoch** - m 2630) e poi si prosegue sempre sullo stesso sentiero e si scende alla **Forcella del Davoi** (BaumannPass - m 2416). Si imbecca il sentiero n. 541 che ci porta al Rifugio Vaiiolet (m 2240). Si cambia ora sentiero e si prende il n. 584 che porta al **Rifugio Principe** (Grassleiten Pass Hütte - m 2599) dove si prosegue sul sentiero n. 11 e poi il n. 3A per arrivare al **Rifugio Bergamo** (m 2134). Cena e pernottamento presso il rifugio.

Dislivello in salita m 700 e in discesa m 900 – percorso totale ore 5:00

2° giorno: dal **Rifugio Bergamo** (m 2134) risalendo il sentiero n. 3A si arriva al **Passo del Molignon** (m 2598) e continuando sullo stesso sentiero al **Rifugio Alpe di Tires** (m 2440). Dopo ci si incammina lungo il sentiero n. 4 fino al **Passo del Duron** (m 2168); si continua sul sentiero n. 4 che successivamente diventa sentiero n. 594 per giungere al **Rifugio Sasso Piatto** (m 2243) e con sentiero n. 533 al **Rifugio Micheluzzi** (m 1860). Da qui con comodo sentiero prima e strada forestale poi si raggiunge **Campitello di Fassa** (m 1448).

Dislivello in salita m 500 e in discesa m 1300 – percorso totale ore 5:00

Proposta da **Walter Pisoni e Daniela Gabardi**

Domenica 20 luglio

TRAVERSATA DA PASSO PORDOI AL RIFUGIO KOSTNER PER LA GRANDE CENGIA DEL SELLA O PER PIZ BOE'

(Gruppo del Sella) – escursione EE - EEA e assenza di vertigini

Dal **Passo Pordoi** (m 2239) si imbecca il sentiero n. 627 verso la visibile **Forcella del Pordoi** e al bivio segnalato (ca. 1 ora dal passo) si obliqua a destra sulla grande cengia (sentiero n. 626 direzione **Rifugio Franz Kostner al Vallon**) che taglia il massiccio del **Sella**, seguendo la panoramica traccia - tra continui e moderati saliscendi - in direzione della Val Badia. Si passa oltre l'**Ossario di guerra del Pordoi** - visibile a valle - e si supera l'attacco della **ferrata Piazzetta** per proseguire con il sentiero n. 626; si entra nell'ampio vallone sovrastato dal **Sasso delle Dieci** e dal **Piz da Lec**, per poi incontrare e seguire verso destra il sentiero 638 che in breve porta al **Rifugio Franz Kostner al Vallon** (m 2550). Discesa con il sentiero n. 638 in direzione **lago Boè/Lech de Boè**, (2236 m) proseguendo verso il **Passo di Campolongo** (m 1875) fino all'hotel Boè.

Percorso alternativo (attrezzatura: casco, imbrago e kit da ferrata omologati)- Dal Passo Pordoi (2239 m) si sale alla omonima forcella (m 2585) e da lì al Piz Boè da dove si scende al rifugio Kostner con il sentiero n. 672 attraverso la **Cresta Strenta**, in parte attrezzata. Dal rifugio Kostner discesa sull'itinerario principale.

Dislivello in salita m 450/950 e in discesa m 800/1200 – percorso totale ore 6:30

Proposta da **Ugo Scorza e Patrizia Gentile**

Domenica 27 luglio

CIMA SASSOPIATTO E GIRO DEL SASSOLUNGO (m 2958)

(Gruppo del Sassolungo) – escursione EEA - E

Percorso 1 (EEA) – (Cima Sassopiatto per via ferrata O. Schuster)

Da **Passo Sella** (m 2214) con l'ovovia o a piedi alla **Forcella del Sassolungo** (m 2681). Dalla forcella, si

raggiunge il **Rifugio Vicenza** (m 2253) da dove, riunito il gruppo, si prosegue risalendo la conca del **Sassopiatto** fino a quando si traversa verso destra per raggiungere l'evidente rientranza della parete dove inizia la **via ferrata Schuster** (m 2560); da qui per cenge e canalini, con percorso parzialmente attrezzato, si raggiunge la **cima del Sassopiatto** (m 2958); con la via normale si scende al **Rifugio Sassopiatto** (m 2300).

Percorso 2 (E) – (Giro del Sassolungo)

Dal **Passo Sella** seguendo dapprima le indicazioni per "**Città dei Sassi**" e successivamente il sentiero n. 526 si giunge al **Rifugio Comici** (2153); quindi con il sentiero n. 526A ci si ricongiunge al sentiero n. 526. Si risale verso il **Vallone del Sassolungo** fino a incontrare il sentiero che sale al **Rifugio Vicenza** al Sassolungo (2253 m); dal bivio, senza risalire al rifugio, si prosegue sul sentiero n. 527, fino a raggiungere il **Rifugio Sassopiatto** (2300 m).

Rientro percorso 1 e 2

Dal **Rifugio Sassopiatto** si ritorna alla stazione a valle della cabinovia Sassolungo per l'**Alta Via "Friedrich August"** passando per il **Rifugio Pertini**.

Dislivello in salita m 1100/550 e in discesa m 1100/550 – percorso totale ore 6:30/5:30

Proposta da **Nicola Dall'Oglio e Dario Oss Papot**

Domenica 3 - mercoledì 6 agosto

VIA DEI GIGANTI: Trekking d'alta quota tra le vette più alte d'Europa

(Valle D'Aosta)

1° giorno: Saint-Jacques - Rifugio Grand Tournalin (ore 2:50h + 860m / - 4 m)

Da **Saint-Jacques** (m 1697), la frazione più alta del comune di Ayas, si parte a piedi oltrepassando il ponte carrabile sul **torrente Evançon** e si imbecca, sulla destra, il sentiero che sale fra prati e radi boschi; poco sopra l'**alpeggio Croues** si incontra una strada sterrata, che il sentiero interseca in più punti, fino a raggiungere l'**alpeggio di Nannaz inferiore** (m 2045). Da lì su strada sterrata si sale fino al **rifugio Grand Tournalin** (m 2535). Pernottamento con mezza pensione.

Facoltativo (E): Monte Croce (m 2895), tempo salita e discesa ore 2:15 +360 m / - 360 m – sentiero ripido per arrivare ad ammirare il Cervino.

2° giorno: Rifugio Grand Tournalin – Rifugio Barmasse (ore 5:45 + 1002 m / - 1371 m)

Dal **rifugio Grand Tournalin** si scende, per un breve tratto, sulla strada sterrata e poi si imbecca, sulla destra, il sentiero che percorre una lunga diagonale a mezza costa, fino ad un gradone roccioso, superato il quale si continua a salire fino a raggiungere il **Col di Nannaz** (m 2772). Da qui si scende nella conca erbosa sita poco sotto il colle, per risalire al **Col des Fontaines** (m 2695) da dove si riprende a scendere toccando l'**alpeggio di Champsec** (m 2335) e, più in basso, la **località Cheneil** (m 2104). Si prosegue ancora in discesa, passando a fianco dell'**alpeggio di Promindoz**, fino a raggiungere la **frazione di Crétaz** (m 1485) per poi risalire, in breve, all'**abitato di Valmartin** (m 1510). Qui si imbecca il sentiero che fra i pascoli guadagna decisamente quota, attraversa un bosco e dopo una lunga diagonale conduce ad alcune costruzioni della centrale idroelettrica. Il tracciato raggiunge poi l'**alpeggio di Falegnon** (m 1914) e prosegue, in mezza costa, dentro il vallone fino ai piedi dello **sbarramento artificiale di Tsignanaz** per poi raggiungere il **rifugio Barmasse** (m 2175). Pernottamento con mezza pensione.

Facoltativo (E): "Finestra di Cignana" (m 2445 m), tempo salita e discesa 1h 45 min +580 m / - 580 m
Comodo sentiero e strada interpodereale per arrivare alla Finestra di Cignana ed ammirare il Cervino.

3° giorno: Rifugio Barmasse – Rifugio Cuney (ore 6:50 + 1233 m / - 703 m)

Dal **Rifugio Barmasse** si scende all'**alpeggio di Cortina Superiore** e all'**alpeggio Cortina Inferiore**. Si prosegue quindi sul sentiero che porta all'**alpeggio Ers Dessus** e al **Colle Fenêtre d'Ersa** (m 2293). Dal valico, scendendo leggermente, si giunge all'**alpeggio Vareton** dal quale si prosegue fino all'**alpeggio Gran Raye** e poi al **lago Tsan**, dove sorge l'omonimo bivacco (m 2465). Da qui il tracciato sale fino al **Colle Fenêtre**

de Tsan (m 2738), da dove inizia a scendere dapprima con vari tornanti e poi con una lunga diagonale a mezza costa che termina nel pianoro dove si trova il **Bivacco Reboulaz** (m 2575) e il magnifico **Iago Lusoney**. Si attraversa quindi il torrente che esce dal lago e si inizia a salire passando accanto ad alcuni ruderi. Dopo aver superato un ripido pendio si arriva al **Col Terray** (m 2780), dal quale si affronta una discesa piuttosto ripida, poi si procede a mezzacosta con alcuni saliscendi fino a giungere su un pianoro erboso. Si attraversa un torrente verso sinistra e, superato un piccolo promontorio, si raggiunge il **Rifugio Cuney** (2652 m). Pernottamento con mezza pensione.

4° giorno: Rifugio Cuney – Lignan (ore 2:30 + 59 m / - 1064 m)

Dal **Rifugio Cuney** si scende brevemente tra alcuni dossi e seguendo il sentiero n. 11 ci si dirige verso **Col du Salvè** (m 2568). Proseguendo con lo stesso sentiero si passa per l'**alpeggio di Tsa Fontaney** (m 2300) e, imboccando il sentiero n. 11B, si scende tra praterie d'alta quota e boschi di conifere, tagliando varie volte la strada sterrata, fino a raggiungere **Lignan**, frazione montana a 1600 metri d'altezza del Comune di Nus, nel vallone di Saint-Barthélemy, dove ci sono il Planetario di Lignan e l'Osservatorio Astronomico della Regione, OAVdA. In serata ritorno a Trento.

Proposta da **Saverio Giacomelli e Adriana Dalponte**

Domenica 3 agosto

MALGA DI PINALTO E LAGHETTI DI PINALTO

(Gruppo Saldura Mastaun) – escursione EE

Dal paese di **Certosa/Karthus** (1480 m) si segue l'ampia forestale, contrassegnata con segnavia n. 20, e si sale all'interno di un fitto lariceto, dapprima in direzione NO, poi verso SO lungo la bella **valle di Pinalto**. Dopo ca. 5 km si giunge al pianoro dove è situata la **malga Pinalto/Penaudalm** (2316 m). Dalla malga si vede praticamente l'intera valle, con uno splendido colpo d'occhio sulle vette del **gruppo del Similaun** sullo sfondo. Si prosegue lungo il segnavia n. 20 in salita altalenante, per dossi rocciosi misti ad alpeggio che aggirano la **cima Schneid**. Si continua per tracce appena visibili in direzione SO per aggirare sulla sinistra uno sperone roccioso riconoscibile per la sua croce del tempo (Wetterkreuz).

Si prosegue su un ripido pendio, sempre in ambiente suggestivo e selvaggio, fino a rimontare il crinale verso la testata della valle, raggiungendo i primi due stupendi **laghetti di Pinalto** (m 2697).

Salita e discesa dallo stesso itinerario.

Dislivello in salita e discesa m 1270 – percorso totale ore: 6:00.

Proposta da **Michela Pranzelores e Stella Rainone**

Martedì 5 – sabato 9 agosto

TREKKING LUNGO L'ALTA VIA CARNICA: da Koetschach/Mauthen a Hermagor

(Austria) – Difficoltà EE

Giorno 1: da Trento a Koetschach/Mauthen con treno (Trento-Lienz-Oberdorf- Koetschach)

Giorno 2: da Gasthof Valentin a Zollnerseehuette

Dislivello in salita fino a m 1450 e in discesa m 1000 - 18 km.

Giorno 3: da Zollnerseehuette alla Stranigeralm a Nassfeld (Alpenhof Plattner)

Dislivello in salita e in discesa m 1000.

Giorno 4: Da Nassfeld (Alpenhof Plattner) alla Eggeralm e poi con bus a Hermagor

Dislivello in salita m 400 e in discesa m 600.

Giorno 5: ritorno a Trento con mezzi pubblici (bus e treno).

In caso di previsioni di maltempo, al massimo una settimana prima della partenza, sarà concordata una nuova data, senza maggiori costi.

Proposta da **Eveline Gispén con guida alpina**

Venerdì 8- sabato 9 e domenica 10 agosto

TRAVERSATA DELLE CIME MARMOTTA; VENEZIE PRIMA, SECONDA E TERZA, PUNTA MARTELLO, CIMA ROSSA DI SAENT, CIMA MEZZENA E GIRO AD ANELLO

(Gruppo del Cevedale) – escursione EEA

1° giorno 1: Dal parcheggio posto alla fine della **Val Martello** si prende il sentiero n.150/103, che, passando dal **rifugio Corsi**, con bellissimo percorso sale al **Rifugio Martello**.

Dislivello in salita e discesa m 550 – percorso ore 2:00

2° giorno: Dal **Rifugio Martello** si prende l'evidente sentiero n. 27 che porta al **Passo della Vedretta Alta**. Raggiunto il facile ghiacciaio, con un ampio giro verso destra, guadagnare quota e raggiungere un breve pendio detritico che porta sulla dorsale poco sotto **cima Marmotta**. Per questa, tolti i ramponi (che non serviranno più per il resto della traversata), raggiungere la cima. Con percorso evidente si segue fedelmente la cresta rocciosa che scavalca le quattro elevazioni principali del massiccio della Venezia, ovvero la **Cima Venezia**, la **Seconda Cima Venezia**, la **Terza Cima Venezia** e per ultima l'innominata **Quota 3320**. Raggiunto l'ampio valico tra la **Quota 3320** e la **Punta Martello** si può facilmente abbandonare la traversata. La seconda inizia, rimanendo sempre fedeli alla cresta, con la salita alla solitaria **Punta Martello**, prosegue scavalcando la **Cima Rossa di Saent** e la modesta **Cima Mezzena** e termina alla **Bocca di Saent Sud**. Dalla Bocca, con il facile sentiero n. 104 scendere al **Rifugio Dorigoni**.

Dislivello in salite m 800 e in discesa m 1000 – percorso totale ore 8:00

3° giorno: Dal **Rifugio Dorigoni** prendere il sentiero n. 101 che, scavalcando la **Bocca di Saent**, riporta in **val Martello** e al parcheggio. Questo rientro, dato il selvaggio ambiente in cui è immerso, la lunghezza del percorso e l'impegno richiesto, non è da sottovalutare. Il primo tratto della discesa in **val Martello**, molto ripido su terreno instabile, richiede prudenza e passo fermo.

Dislivello in salita m 500 e in discesa m 900 – percorso totale ore 4:00

Proposta da **Nicola Dall'Oglio e Christian Carlen**

Domenica 10 agosto

TRAVERSATA DAL PASSO DI MONTE GIOVO A STULLES

(Gruppo Breonie di Ponente) – escursione E/EE

Dal **Rifugio Genziana** sotto il **Passo di Monte Giovo**, si attraversano i prati più alti sopra **Veltina** arrivando in breve alla **Fleckner Hütte**. In un ambiente altamente suggestivo si percorre il lungo crinale tra la **Val Passiria** e la **Val Racines** che porta alla depressione di **Passo Monte Costa** e risale il versante meridionale del **Monte Fumaiolo** per poi scendere al valico di **Sella di Statago**. Da lì si sale a dei laghetti per attraversare a mezza costa i valloni di **Punta di Monte Croce** e raggiungere il **Rifugio Hochalm**. E' prevista la possibilità di salire alla **Piccola Punta di Monte Croce** una volta arrivati nei pressi del **Lago Maio** con discesa dallo stesso percorso di salita per poi proseguire dai **laghi di Scheibele** al **rifugio Hochalm**.

A gruppo unito si scende alla **malga Eggergrubalm** e ai **masi di Hocheegg** per imboccare poi la strada forestale che porta al paese di **Stulles**.

Dislivello in salita m 550/750 e in discesa m 1200/1400 – percorso totale 5:30/7:00

Proposta da **Paolo Weber**

Domenica 17 agosto

LAGHI DI KOFLER

(Gruppo Vedrette di Ries) – Escursione E

Dal paese di **Riva di Tures** lungo la strada che conduce ai masi alti si raggiunge a quota 1700 m circa il bivio col sentiero n. 8A che sale nel bosco sopra l'abitato oltrepassando alcune recinzioni. Salendo di quota l'ambiente si apre e il percorso raggiunge la **UnterKofleralm** a m 2034. Proseguendo prima di giungere alla **OberKofleralm** a m 2192 si lascia il sv n. 8A per prendere a sinistra il sv n. 9 che porta al grande ripiano glaciale a est della **Cima di Riva**, dove si trovano i **Laghi di Kofler**. Il sentiero costeggia il più grande a m 2439 e sale verso la sella a m 2597. In corrispondenza dell'ultimo lago si scende fino a ritornare sul percorso di salita e al punto di partenza.

Dislivello in salita e in discesa m 960 – percorso totale ore 6:30

Proposto da **Micaela Pranzelores e Rosanna Giovanella**

Sabato 23 e domenica 24 agosto

ANELLO RIFUGIO CREMONA; RIFUGIO CALCIATI AL TRIBULAUM, CIMA DELLA NEVE

(Gruppo Stubaier Alpen) - escursione alpinistica F

1° giorno: Da **Holle** (m 1490), sopra l'abitato di **Sasso** in Val di Fleres, su sentiero n. 6 si raggiunge il **Rifugio Cremona** (m 2423). - Da qui si prosegue su segnavia n. 6 per poi girare a destra, superare il **Lago Superiore alla Stua** (m 2650) e infine raggiungere la **Cima della Neve** (m 3178) – Discesa fino al rifugio per la stessa via. Cena e pernottamento.

Dislivello in salita m 1720 e in discesa m 750 – percorso totale ore 7:30

2° giorno: Dal **Rifugio Cremona** si sale verso la **Parete Bianca** (possibile salita alla Cima m 3016) per scendere poi al **Rifugio Calciati al Tribulaum** (m 2369) e quindi fare ritorno alla partenza.

Dislivello in salita m 600 e in discesa m 1550 – percorso totale ore 5:00

Proposta da **Maria Carla Failo**

Domenica 24 agosto

TRAVERSATA CIMA LARICI, CIMA DODICI, CIMA PORTULE, RIFUGIO CIMA LARICI (CON ALTERNATIVA A PASSO VEZZENA)

(Altopiano di Asiago) – Escursione EE/E

Dal **Rifugio Cima Larici** (m 1658) si sale col sentiero n. 825 a **Bocchetta Larici** dove si prende il sv. n. 209 che porta a **Cima Larici** (m 2073). Si prosegue per **Porta Renzola**, **Porta Trentina** e **Porta Kempel** dove si incrocia il sentiero n. 208 che si segue fino al bivio col sentiero che porta alla **Cima Dodici** (o Fierozzo) (m 2330). Si scende dalla cima e si ritorna sul percorso di andata fino a Porta Kempel dove si percorre il sentiero n. 826 che sale al **Monte Kempel** (m 2295) ed in breve a **Cima Portule** (m 2308). Si resta sul sentiero n. 826 che scende ripidamente il costone del **Kempel** tornando a **Porta Renzola** e di lì con lunga discesa si ritorna al **Rifugio Cima Larici**.

Alternativa: traversata dal **Rifugio Larici** a **Porta Manazzo** (m 1840), **Malga Marcai di Sopra**, **Malga di Busa Verle** con arrivo a **Passo Vezzena** (m 1428).

Dislivello in salita m 672/182 e in discesa m 672/412 - percorso totale ore 7:30/4:00

Proposta da **Edoardo Nicolussi e Mariella Butterini**

Domenica 31 agosto

GIRO AD ANELLO, SALITA AL CROZ DELL'ALTISSIMO E CIMA LASTERI (m 2459)

(Gruppo del Brenta) – Escursione EE

Partenza da **Molveno**, si sale in funivia al **Pradel** (m 1358). Si risale direttamente la pista da sci fino a pervenire al **Rifugio La Montanara** (m 1525). Si risale il ripido sentiero 352B nel bosco e poi, sul crinale con attenzione e con belle vedute sul Lago di Molveno, si raggiunge il **Passo dei Camosci** (m 1.965). Ci si immette sul sentiero 344b risalendo sempre con attenzione la **Val Lasteri** fino al bivio per la cima del **Croz dell'Altissimo** che si raggiunge con molta attenzione nell'ultimo tratto (m 2339). Vista superba sul Brenta meridionale e sugli Sfulmini. Salita opzionale a **Cima Sofia** (cima erbosa che si erge sopra il Croz dell'Altissimo). Dopo la pausa pranzo si superano il **Passo del Lasteri** e il **Passo del Clamer** (da qui salita opzionale alla **cima dei Lasteri** (m 2459). Per facile sentiero si scende a **Malga Spora** (m 1844) e da qui attraverso il sentiero n. 301 (in parte attrezzato, nel tratto della **Sega Grande**) si scende ad **Andalo**.

Dislivello in salita m 1150 e in discesa m 1450 – percorso totale ore 6:30

Proposta da **Andrea Orsingher e Michele Dalsass**

Domenica 7 settembre

CIMA COLLI ALTI (m 2539)

(Gruppo Dolomiti di Braies) – Escursione EE

Dal **lago di Braies** si segue il sentiero sv n. 20, si supera una malga arrivando al **passo Prager Fukel**. Si prosegue in piano sul sv n. 61 fino al bivio a 2300 m che porta alla cima **Colli Alti** a m 2539. Ritornati fino al bivio si riprende il sv n. 61 e proseguendo a saliscendi con bellissima vista sulla **Croda del Becco** si arriva al rifugio **Uces de Fojedora** (m 2114). Da qui con il sentiero sv n. 19 si scende fino alla forestale che porta al **lago di Braies** che si costeggia fino al parcheggio.

Dislivello in salita e in discesa m 1200 – percorso totale ore 6:30

Proposta da **Gianni Pegoretti**

Domenica 14 settembre

MONTE CAMPO CAVALLO (m 2559)

(Gruppo Dolomiti di Braies) – escursione E/EE

Dal parcheggio in **località Ponticello** a quota 1491 m, si punta a sud imboccando sulla destra la carrareccia che sale a **Malga Cavallo**. Poi si prende a destra il sentiero n. 29 che sale fino alla radura di **Malga Posta** (m 1968). Si prosegue fino a raggiungere verso nord una conca tra il **Rosskopf** e il **Monte delle Rondini**. Quindi a sinistra (m 2250) per bel sentiero panoramico fino al valico della **Portella** con vista sulla **Croda del Becco**. Ora a destra per la facile ma ripida cresta meridionale fino al **Monte Campo Cavallo** (m 2259). Si torna fino al valico della **Portella** e poi si prosegue in discesa per il sentiero n. 29 e successivamente per il sentiero n. 30 fino al parcheggio in località **Ponticello**.

Dislivello in salita e in discesa m 1068 – percorso totale ore 6:00

Proposta da **Nicola Dall'Oglio**

Sabato 20 e domenica 21 settembre

CIMA PRESANELLA (m 3558)

(Gruppo della Presanella) – Escursione EEA

1° giorno - Dal **Ponte Val Nambrone** (m 1381) per il sentiero n. 239 si sale alla **Malga Ploza** e al rifugio **Cornisello** (m 2120); si prosegue per i sentieri n. 238 e n. 216 che attraverso la **Bocca dell'Om** portano al **Rifugio Segantini** (m 2371).

Dislivello in salita m 990 – percorso ore 3:00

2° giorno - Dal Rifugio si seguono le indicazioni per la Presanella, inizialmente segnate con bolli bianco/rossi, si continua seguendo dei piccoli ometti e dopo aver attraversato un tratto della **Vedretta di Monte Nero** con i ramponi ai piedi, ci si porta all'inizio del percorso attrezzato che si mantiene a sud rispetto alla **Bocchetta di Monte Nero**. A quota 3074 m si inizia a salire sulla ferrata che sale fino al crinale a quota 3170 m per ridiscendere dalla parte opposta sulla **Vedretta di Nardis Orientale** a quota 3097 m caratterizzata da grossi macigni di granito sul ghiacciaio. Si procede in direzione nord/ovest, poi giunti alla testata della valle s'inizia a risalire ripidamente sulle roccette aiutati da qualche bollo rosso fino al pianoro sommitale. Da qui, dopo aver affrontato un breve passaggio con un camino in discesa attrezzato con cordino metallico, si risale un ripido canalone munito di alcuni gradoni di legno, si arriva al **Bivacco Orobica** (m 3382).

Dal bivacco si sale alla vicina vetta della **Presanella** (m 3558) mantenendosi sulla parte alta del crinale sempre caratterizzata da grossi massi di granito. Discesa per la via di salita.

Dislivello in salita m 1187 e in discesa m 1700 – percorso totale ore 9:00

Proposta da **Nicola Dall'Oglio e Dario Oss Papot**

Domenica 21 settembre

ANELLO DEL LATEMAR

(Gruppo del Latemar) – Escursione -EE

Da **Pampeago**, si sale attraverso il sentiero geologico al rifugio **Torre di Pisa** e sulla **Cima Cavignon** (m 2671). Si prosegue per la **Forcella dei Camosci** (m 2599) dalla quale si scende all'impianto di **Oberholz** e da qui a **Obereggen** (m 1549). Percorso molto panoramico nel cuore del Latemar; il giro ad anello senza difficoltà particolari (un breve tratto attrezzato), se non la ripidità di alcuni tratti di sentiero.

Dislivello in salita m 1200 e in discesa m 1300 - percorso ore 6:00

Proposta da **Andrea Orsingher e Clerio Bertoluzza**

Domenica 28 settembre

CIMA TULLEN (m 2652)

(Gruppo Odle di Eores) – escursione E/EE

Partenza da **Malga Zannes** si sale fino a raggiungere il percorso **Oberer Herrensteig** e poi si prosegue sul **Günther Messner Steig** fino alla **cima Tullen**. Ritorno sul **Günther Messner Steig** fino a quota 2055 m per poi raggiungere l'**Unterer Herrensteig** che riporta alla **Malga Zannes**.

Percorso alternativo da **Malga Zannes** si segue lo stesso percorso fino a quota 2055 m, quindi si scende fino a raggiungere l'**Unterer Herrensteig** che riporta alla **Malga Zannes**.

Dislivello in salita e in discesa m 1200/750 - percorso totale ore 6:30/4.30

Proposta da **Paolo Weber**

Domenica 5 ottobre

BOCCA CASET E MONTE CORNO (m 1729)

(Gruppo Alpi Ledrensi) – Escursione E/EEA

Da **Tiarno di sotto** (m 732) col sentiero n. 416 si arriva a **Bocca Casét** (m 1596) dove si può assistere al monitoraggio, da parte del personale del MUSE, sulla migrazione degli uccelli.

Da qui il gruppo si divide in due percorsi.

Percorso A: da **Bocca Casét** si raggiunge il **Rifugio Garibaldi** (m 660) nei pressi di **Tremalzo**.

Percorso B: con il sentiero n. 456B (**via ferrata "Fiore Mora e Mauro Pellegrini"**) si raggiunge la cima del **Monte Corno** (m 1729) e da qui si scende a **Pieve di Ledro**.

Dislivello in salita m 910/1300, in discesa m 120/1370 – percorso totale ore 3:30/7:40

Proposta da **Maria Carla Failo**

Domenica 12 ottobre

ALLA FORCELLA DI CASIES LUNGO LA ALMWEG 2000

(Monti di Casies) – escursione E

Dal fondovalle in **Val Casies/S. Maddalena** 1465 m si passa il casale **Rotmoos** e si segue il sentiero n. 49 fino alla **Malga Messner Hütte** (m 1660), **Kradorfer Alm** (m 1704) e **Oberbergalm** (m 1975), in salita fino alla **Forcella di Casies** (Gsieser Torl) (m 2305). Il sentiero **Almweg 2000** marcato con un punto rosso, porta dalla forcella in un percorso per lo più pianeggiante fino alla malga **Weissbachalm** (m 2112), si scende sul sentiero n. 53 fino alla malga **Acherle Alm** a 1867 m e si ritorna al punto di partenza.

Dislivello in salita e in discesa m 850 - percorso totale ore 5:30

Proposta da **Eveline Gispén**

Domenica 19 ottobre

SENTIERO DELLE CRESTE – MONTE CARONE (m 1621)

(Gruppo Alpi Ledrensi) – escursione E/EE

Dalla fine della galleria per **Pregasina** (m 450) si raggiunge l'abitato e su sentiero n. 422 si arriva fino a quota 673 m da dove i due percorsi si dividono.

Percorso A: prosegue su segnavia 429 fino a **Bocca da Lè**, dove prende il sentiero n. 430 che sale ripidamente raggiungendo prima **Cima al Bal** (m 1260), poi **Cima Nara** (m 1324) e infine il **Monte Guil** (m 1321). Sul lato opposto si sale al **Monte Carone** (m 1621). Dalla cima si raggiunge poi la Piana di Pur e **Molina di Ledro** (m 650)

Dislivello in salita m 1500 e in discesa m 1300 – percorso totale ore 8:00

Percorso B: proseguendo su segnavia n. 422 raggiunge il **Passo della Rocchetta** (m 1162) e quindi **Passo Guil (m 1210)**. Ora su sentiero n. 421, passando per **Baita Segalla** si ricongiunge col percorso A.

Dislivello in salita m 760 e in discesa m 560 – percorso totale ore 6:00

Proposta da **Maria Carla Failo**

Domenica 26 Ottobre

Pranzo Sociale e castagnata in località da individuare.

Domenica 9 novembre

LE TRACCE DEL VECCHIO TRENINO 'VACA MORA' DA COGOLLO DEL CENGIO

(Altopiano di Asiago) – Escursione E

Da **Cogollo del Cengio loc. Mosson** (m 298) si segue il sentiero n. 666 (antica strada del Costo) percorso storico di origine romana-medioevale, che in molti punti percorre o interseca il percorso del vecchio trenino (in alcuni tratti non più transitabile) detto **Vaca Mora** che da **Piovene Rocchette** saliva ad **Asiago**, incontrando i caselli e le vecchie stazioni della ferrovia. Dopo una lunga salita il percorso percorre la **Val**

Canaglia per giungere a **Campiello**, dove si trova la vecchia stazione intermedia della ferrovia. Il percorso, trasformato in ciclabile-pedonale prosegue in gran parte pianeggiante verso i centri di **Treschè Conca**, **Cesuna**, **Canove di Roana**, superando due gallerie ed infine arriva ad **Asiago** nei pressi della stazione finale a 1178 m.

Dislivello in salita m 876 – percorso totale ore 6:00

Proposta da **Paolo Frassoni**

Domenica 21 dicembre

XXVII Camminata d'oro

Tradizionale appuntamento con le sezioni del Cai Alto Adige al Santuario di Pietralba con percorso da **Laives/Aldino** a **Pietralba** e ritorno.

Accompagnatore: **Paolo Frassoni**

LE ESCURSIONI SOCIALI 'DEL MERCOLEDÌ'

Le "Gite sociali del Mercoledì" costituiscono un appuntamento consolidato delle proposte della Sezione di Trento. Si tratta di escursioni che non richiedono particolare impegno tecnico e fisico, sono adatte a persone di ogni età e sono interessanti dal lato paesaggistico e culturale.

Per quanto riguarda l'iscrizione all'escursione, salvo diversa disposizione indicata nel programma pubblicato, le modalità individuate sono le seguenti:

- **il martedì della settimana antecedente l'escursione l'iscrizione è riservata ai soli soci della Sezione. Ci si può iscrivere in sede o telefonando al numero 0461 987025 dalle ore 17:00 alle ore 19:00;**
- **i giorni successivi l'iscrizione è aperta anche ai soci di altre sezioni e la richiesta va inviata tramite mail all'indirizzo gite.sattrento@gmail.com entro il venerdì della settimana antecedente.**

Eventuali disdette devono essere comunicate via mail a gite.sattrento@gmail.com entro la domenica antecedente l'escursione.

Per tutto quanto riguarda l'organizzazione e lo svolgimento delle gite vale quanto disposto dal Regolamento Gite della Sezione, pubblicato all'indirizzo <http://www.sattrento.it/default.htm>.

Le date non sono impegnative, riservandosi la Commissione escursionismo, per esigenze tecniche o logistiche, di modificare il calendario: eventuali variazioni saranno tempestivamente comunicate. I programmi dettagliati di ogni singola uscita saranno pubblicati nel sito Internet della Sezione.

Mercoledì 15 gennaio

PRATI IMPERIALI - KASERBISN

(Val dei Mocheni) – Escursione con ciaspole

Dalla **località Hacleri** (m 1310) si sale lungo una facile strada forestale fino alla **Malga Pletzn**, quindi si prosegue per il **Baito dei Cacciatori** (m 1717) in località Grosstoa (Pietra Grande) e da lì a sinistra si segue il sentiero che porta ai **Prati Imperiali** (m 1650) da dove si può godere una stupenda vista sulla Paganella, il Gruppo di Brenta e il Monte Bondone. Si ritorna con ampio giro ad anello alla Malga Pletzn e da lì alla località Hacleri.

Dislivello in salita e in discesa m 400 – percorso totale ore 4:30

Proposta da **Claudio Mazzalai e Eveline Gispen**

Mercoledì 22 gennaio

DA OBEREGGEN ALLA OBERHOLZ

Partenza dalla **stazione a valle dello Ski Center Latemar** in val d'Ega con il sentiero n. 9 fino alla **malga Epircher**. Poi con una comoda strada forestale si raggiunge il **rifugio OberHolz** a 2095 m.

Si ritorno al punto di partenza percorrendo lo stesso percorso.

Dislivello in salita e in discesa m 540 - percorso totale ore 4:00

Proposta da **Fabrizio Vedovelli e Piera Giorgini**

Mercoledì 29 gennaio

PEMMERN AL RIFUGIO UNTERHORNHAUS

(Altopiano del Renon) – Escursione facile con ciaspole

Da **Pemmern** (m 1538), parcheggio della cabinovia del Renon, si imbecca il sentiero che conduce a **Rosswagen** e da lì seguendo il sentiero n. 4 si arriva al **Rifugio Unterhornhaus** (m 2044). Si ritorna al punto di partenza con il sentiero n. 1.

Dislivello in salita e in discesa m 490 – percorso totale ore 4:00

Proposta da **Paolo Weber e Mariella Butterini**

Mercoledì 5 febbraio

DA REINSWALD ALLA GETRUMALM

(Monti Sarentini) – Escursione con ciaspole

Dalla stazione a valle della **cabinovia di Reinswald**, fiancheggiando le piste, fino al **ristorante Sunnolm**. Dal ristorante, dopo una breve e ripida salita, un bel sentiero porta appena prima della **Malga Pilchberg** (stazione a monte della cabinovia). Dalla Malga si procede in direzione est fino alla **Malga Getrumalm**. Ritorno per lo stesso percorso o se possibile a fianco delle piste da sci.

Dislivello in salita e in discesa m 614 – percorso totale ore 4:30

Proposta da **Fabrizio Vedovelli e Paolo Bassani**

Mercoledì 12 febbraio

DAL COMPACCIO AL RIFUGIO MOLIGNON

(Alpe di Siusi) – Escursione con ciaspole

Dalla località **Compaccio (Kompatsch)** (m 1870), si sale all'Albergo **Panorama** (m 2014). Seguendo poi le indicazioni per "**Mahlkuechthütte**", segnavia n. 7, si attraversano le pianeggianti distese nevose su larga pista verso sud. Si passa vicino all'Albergo **Goldknopf - Punta d'Oro** per giungere in lieve discesa al grande **Rifugio Molygon (Mahlkuechthütte)** (m 2053). Discesa per l'itinerario di salita.

Dislivello in salita e in discesa m 200 – percorso totale ore 3:00

Proposta da **Mariella Butterini**

Mercoledì 19 febbraio

DALLA VAL SENALES ALLA BERGLALM

(Val Senales) – Escursione con ciaspole

Dal parcheggio funivie "Ghiacciaio val Senales" a Maso Corto (m2011) si prosegue oltre il Kurzhof. Superata la cabinovia Lazaun si segue il sentiero n. 5 e percorsa la **valle di Lagaun** si raggiunge la **Berglalm** (m 2214). Ritorno al punto di partenza sullo stesso sentiero dell'andata.

Dislivello in salita e in discesa m 316 – percorso totale ore 4:00

Proposta da **Fabrizio Vedovelli e Piera Giorgini**

Mercoledì 26 febbraio

SANTA MADDALENA - RIFUGIO DELLE ODLE - MALGA ZANNES

(Gruppo delle Odle) - Escursione con ciaspole

Poco oltre **Santa Maddalena** (m 1364) lasciando sulla sinistra la strada per Malga Zannes si raggiunge il Ranuirmüllerhof e il vicino parcheggio. Da lì si inizia a salire su una traccia forestale seguendo le indicazioni per il **rifugio Odle** (m 1996), dapprima la traccia sv. n. 28 e successivamente la sv. n. 34 evitando di salire lungo la traccia dedicata agli slittini. La salita è progressiva senza strappi. Si scende poi a Malga Zannes (m 1685), dove ci attende il pullman, percorrendo per un tratto la traccia di salita fino ad incontrare un bivio dove si continua seguendo la traccia sv n. 33.

Dislivello in salita m 690 e in discesa m 350 – percorso totale ore 4:00

Proposta da **Paolo Weber**

Mercoledì 5 marzo

GIRO AD ANELLO IN VAL RIDANNA

(Val Ridanna) – Escursione con ciaspole

Dal paesino di Ridanna (m 1370) si segue l'ampio sentiero forestale che attraverso il bosco arriva al Museo

delle Miniere di Masseria. Attraversata la strada principale si procede lungo un sentiero ben segnalato che conduce a Gasse. Salita alla Cappella dei Minatori S. Maddalena che sovrasta un piccolo colle sopra la strada. Ritornati sulla via principale si raggiunge il punto di partenza.

Dislivello in salita e in discesa m 150 – percorso totale ore 3:00

Proposta da **Mariella Butterini**

Mercoledì 12 marzo

DA TEL A MERANO PER IL WAALWEG DI LAGUNGO E LA TAPPAINERWEG

(Conca di Merano) – Escursione E

Da Tel, una piccola località del comune di Parcines, seguiamo la Strada Vecchia in direzione di Lagundo per raggiungere il parcheggio “Algunder Waal/roggia di Lagundo” dove si inizia a camminare lungo il sentiero costruito a fianco dello storico canale di irrigazione. Il percorso ci porta prima attraverso frutteti e vigneti e poi attraverso un fitto bosco. Più ci avviciniamo a Merano si possono notare alberi di ulivo, cipressi e tante altre piante mediterranee. Arrivati al quartiere di Quarazze proseguiamo sulla Passeggiata Tappeiner che porta nel centro di Merano.

Dislivello in salita m 50 e in discesa m 260 - percorso totale ore 3:00 – km 10

Proposta da **Mariella Butterini**

Mercoledì 19 marzo

SENTIERO DELLE VECCHIE MINIERE D'ARGENTO DI CALDARO

(Valle dell'Adige – Bassa Atesina) – Escursione E

Da **Caldaro** località Malga/Campi sportivi (m 558), si prende il sentiero che sale a **Castelvechio (Altenburg)**(m 615). Si scende quindi per il romantico **Rastenbachklamm** (Sentiero delle miniere) al sottostante **Lago di Caldaro (Kalterer See)** (m 231). Seguendo ora il **Seewanderweg** si giunge alla **stazione di Caldaro** (m 426).

Dislivello in salita e in discesa m 490 - percorso totale ore 4:30

Proposta da **Mariella Butterini**

Mercoledì 26 marzo

LA ROCCA DI MANERBA

(Lago di Garda) – Escursione E

Dal **Porto di Dusano** (BS) si imbecca il sentiero che attraversa l'area coltivata, che consente di raggiungere una zona molto panoramica. Da lì si scende verso il lago fino a raggiungere il **Promontorio di Sasso**, oasi naturale dove si potranno osservare le piante della macchia mediterranea. Il Promontorio offre bellissimi scorci sul monte Baldo, sul Lago di Garda e sulle isole di Garda e di San Biagio. **Visita al Museo** con sosta. Si riprende quindi il cammino su sentiero fino alla **Chiesetta di San Giorgio** e il Porto di Dusano.

Dislivello in salita e in discesa m 250 – percorso totale ore 4:00

Proposta da **Ivana Pasqua Lorenzini**

Mercoledì 2 aprile

DA MOSO A SAN LEONARDO IN PASSIRIA

(Gruppo di Tessa) - Escursione E

A Moso si inizia con la visita guidata al **Bunker Museum** e al vicino **parco dei camosci** (circa ore 1:30). Nel museo con alcune aree espositive riguardanti la preistoria e la storia dell'insediamento umano nell'alta val Passiria nonché la Miniera di Monteneve. Da Moso (m 1007). Dopo la visita del Bunker Museum, si scende a **S. Leonardo** lungo il sentiero della **gola del Passirio** (Passeierschlucht).

Dislivello in discesa m 311 – percorso totale ore 3:00

Proposta da **Mariella Butterini**

Mercoledì 9 aprile

GIRO AD ANELLO "PASSO NEL TEMPO" – sulle tracce della storia

(Cavalese) - Escursione E-T

Da Cavalese dove si imbecca il sentiero nei pressi del **Parco della Pieve** che scende ad incrociare la strada dove una volta correva la ferrovia della Val di Fiemme. Da lì si prosegue lungo lo sterrato arrivando in breve al bivio per salire alla **Torre di San Valerio**. Punto panoramico eccezionale la cui vista spazia sul Lagorai, sul Cucal (la caratteristica montagnola sopra Cavalese) e sulle Pale di San Martino.

Si riprende la discesa lungo una stradiciola lastricata in porfido immergendosi in una distesa prativa per raggiungere **l'Antica segheria**. Proseguendo ancora in discesa e dopo aver superato il sottopasso dello stradone di fondovalle e un bel ponte sopra l'Avisio, si raggiunge la bellissima **cascata di Cavalese**.

Da lì si ritorna a Cavalese percorrendo a ritroso il cammino fino ad imbccare a sinistra il bivio per una strada di campagna per poi imbattersi in una lunga salita agevolata da 83 scalini in legno che conduce nei pressi dell'Ospedale di Fiemme. Da qui attraverso caratteristici vicoli e viottoli di Cavalese si rientra al punto di partenza.

Dislivello in salita e in discesa m 150 – percorso totale ore 5:00

Proposta da **Andrea Orsingher e Michele Dalsasso**

Mercoledì 16 aprile

LAGHI DI MONTICOLO E VALLE DELLA PRIMAVERA

(Oltradige – Bassa Atesina) – Escursione E

Da **S. Michele Appiano** (400 m) si segue il sentiero "**Patersteig**" fino al maso **Schwarzhaus** e poi con il sentiero n. 3 si raggiunge il paese di **Monticolo** (Montiggl - 494 m). Si prosegue con il sentiero n. 5 verso il Lido del Lago di Monticolo e con il sentiero n. 1 fino al Lago piccolo di Monticolo. Completato il giro dei due laghi si seguono le indicazioni per la "**Frühlingstal**" (Valle della Primavera) per giungere con il sentiero n. 20 in prossimità del lago e raggiungere il **Lido del Lago di Caldaro**.

Dislivello in salita m 250 m e in discesa m 450 - percorso ore 4:00.

Proposta da **Mariella Butterini**

Mercoledì 23 aprile

ESCURSIONE ALLA BAITA DELLE MERIDIANE

(Monti della Valsugana) – Escursione E

Dalla **frazione Parise di Telve** si imbecca un sentiero fra i castagni che porta prima alla **frazione Savari** e poi alla **frazione Campestrini** del comune di Torcegno. Poco dopo un sentiero nel bosco conduce alla **località Austa** evitando la strada asfaltata che porta ai **masi Costi e Berti**. Successivamente si raggiunge la **località Costa Cortù** dove è ubicata la **Baita delle Meridiane del socio SAT Mauro Giongo**. Qui Mauro, appassionato di astronomia, ha realizzato una trentina di meridiane e altri strumenti di misura del tempo. Dopo il pranzo al sacco nel prato della baita si raggiunge il pullman a **Torcegno** dove c'è la possibilità di ammirare alcuni

affreschi del pittore locale Francesco Chiletto, uno dei quali rappresenta Castel San Pietro, di epoca medievale. Dalla Baita delle Meridiane si può godere di una splendida veduta sulla conca di Torcegno, su parte della Valsugana e sul gruppo della Cima 12.

Dislivello in salita e in discesa circa 500 metri – Percorso ore 3:00

Proposta da **Antonio Morstabilini**

Mercoledì 30 aprile

GIRO DEI CASTELLI DI APPIANO

(Monti Bassa Atesina) – Escursione E

Da **S. Paolo Appiano** (St. Pauls) (m 394), al **Castel Corba** (Schloss Korb) (m 444), al **Castel Belmonte** (Schloss Boymont) (m 580) ed al **Castel d'Appiano** (Schloss Hocheppan) (m 633). Si sale quindi a **Predonico** (Perdonig) (m 800) e a **Faedo** (Buchwald) (m 891). Discesa a **Sasso della Croce** (Kreuzstein) (m 628) ed a **S. Paolo Appiano**.

Dislivello in salita e in discesa m 600 — percorso totale ore 6:00.

Proposta da **Mariella Butterini**

Mercoledì 7 maggio

PARCO DELLE CASCATE FUMANE

(Altopiano dei Monti Lessini) – Escursione E

A circa 30 minuti da Verona, sull'Altopiano dei Monti Lessini, si trova il **Parco delle Cascate di Molina**, un'opera d'arte della natura di ben 80.000 metri quadrati, dove rocce, acqua e vegetazione formano un connubio di grande fascino. I **fiumi Vaio delle Scalducce e Vaio di Molina** qui si incontrano per dar vita a numerose cascate, che formano specchi d'acqua turchese in cui si riflettono le grigie pareti rocciose e l'abbondante vegetazione.

Il nome "Molina" deriva dai numerosi mulini presenti nella zona, alcuni dei quali ancora integri. Nel **Borgo di Molina** si trovano ben diciassette mulini e, tra questi, il **Mulino dei Veraghi**, ancora in funzione.

Dislivello in salita e in discesa m 100/250 – percorso ore 3:00 con visita guidata.

Proposta da **Ivana Pasqua Lorenzini**

Mercoledì 14 maggio

GIRO AD ANELLO DA PLAN IN PASSIRIA - MALGA VALCANALE – PLAN

(Gruppo di Tessa) – Escursione E

Escursione circolare, facile e comoda, che da Plan (m 1623) raggiunge con il sentiero n. 6 la **Faltschnalalm** (malga Val Canale - m 1871). Si prosegue sul sentierino che parte dietro la malga e superato rio Plan si raggiunge con il sentiero n. 4, per bosco e distese di rododendri, **Lazins** (m 1782) e con il sentiero n. 24 si fa ritorno a Plan.

Dislivello in salita e in discesa m 250 – percorso ore 3:00

Proposta da **Ezio Bragagna e Claudio Mazzalai**

Mercoledì 21 maggio

DA UMS ALLA MALGA TUFF E LAGHETTI DI FIÈ ALLO SCILIAR

(Gruppo dello Sciliar) - Escursione E

Da Ums (m 930) con il sentiero n. 3 si sale alla **Hofer Alpl** (m 1340), quindi con il sentiero n. 1A e poi con il

sentiero n. 1 si raggiungere la **Tuff Alm** (m 1274) da dove si gode un ampio panorama sulla valle sottostante. Proseguendo con il sentiero n. 1 si arriva ai **laghetti di Fiè allo Sciliar** (m 106) e dopo averne percorse le rive si scende con il sentiero n. 2 a Ums.

Dislivello in salita e in discesa m 500 – Percorso totale ore 3:30 – km 9,5

Proposta da **Mariella Butterini**

Mercoledì 28 maggio

RIFUGIO VIVIANI PRADALAGO E LAGO DELLE MALGHETTE

(Gruppo di Brenta) – Escursione E

Dal **Passo Carlo Magno** (m 1681) con il sentiero n. 265 per **Malga Zeledria** (m 1767) fino al suggestivo **Rifugio Viviani Pradalago** (m 2082), nel parco Adamello Brenta, con vista panoramica sulle Dolomiti di Brenta (ore 1:00). Proseguendo in discesa si giunge al suggestivo **Rifugio Lago delle Malghette** (m 1890) (ore 1:30). Da qui, con il sentiero n. 201, passando per la **Malga Vigo** (m 1800), si arriva a Campo Carlo Magno (ore 2:00).

Dislivello in salita e in discesa m 500 – percorso totale ore 4:00/4:30

Proposta da **Ivana Pasqua Lorenzini e Emanuela Franceschini**

Mercoledì 4 giugno

VIEL DEL PAN

(Sasso Pordoi) – Escursione E

Dal **Passo Pordoi** (m 2242), si prende la stradina che porta alla **Cappella Pordoi** e da lì con il sentiero n 601 si sale a mezza costa sul fianco del Sas Becè per raggiungere la **Baita Fredarola** (m 2388). Superato un altro breve tratto in salita si arriva ad una forcella dalla quale si prosegue su un sentiero molto panoramico che si sviluppa a mezza costa con lievi saliscendi fino al **Rifugio Viel dal Pan** (m 2450) (ore 1:45).

Dal Rifugio sempre con il sentiero n. 601 si scende verso il **Lago della Fedaia** (m 2054) con una ripida discesa nella parte finale.

Dislivello in salita m 300 e in discesa m 450 – percorso totale ore 3:30

Proposta da **Ivana Pasqua Lorenzini e Mariella Butterini**

Mercoledì 11 giugno

GIRO AD ANELLO A SALTUSIO IN VAL PASSIRIA

(Gruppo di Tessa) - Escursione E

La Val Passiria, patria dell'eroe popolare Andreas Hofer, delimita il Gruppo di Tessa ad Est. La partenza del giro ad anello è il paese di **Saltusio** (m 499). Si va verso la località **albergo Eder**, si prosegue per **Steinhof**, **Maso Scaffler**, si percorre il sentiero n. 24 **Alta Via Meranese** e si arriva a **Magdfeld** (m 1102). Si rientra con il sentiero n. 2 alla località **Quellehof** e si percorre lungo il fiume Passirio ritornando a Saltusio.

Dislivello in salita e in discesa m 600 – percorso totale ore 4:00

Proposta da **Ezio Bragagna e Claudio Mazzalai**

Mercoledì 18 giugno

RIFUGIO AVERAU – NUVOLAU - CINQUE TORRI - FALZAREGO

(Dolomiti d'Ampezzo) – Escursione E

Dal **Rifugio Fedare** si sale gradatamente fino al Rifugio Averau (m 2413). Proseguendo con il sentiero n. 439 si sale quindi al **Rifugio Nuvolau** (m 2575). Si ritorna nuovamente al Rifugio Averau e, proseguendo con il sentiero n. 440, si raggiunge il **Rifugio Scoiattoli** (m 2255), con le spettacolari **Cinque Torri**, museo all'aperto della prima guerra mondiale. Da qui si scende con i sentieri n. 425 e n. 424 a **Bai De Dones** (m 1889) e, infine, su strada fino al passo **Falzarego**.

Dislivello in salita e in discesa m 600 – percorso totale ore 4:45

Proposta da **Ivana Pasqua Lorenzini**

Mercoledì 25 giugno

DA PASSO DI COSTALUNGA ALLA RODA DI VAEL

(Gruppo del Catinaccio) – Escursione E

Dal Passo di Costalunga si sale con il sentiero n. 552 al bivio con il sentiero n. 548. Andando a sinistra si raggiunge il Rifugio Paolina, mentre a destra ci si porta al Rifugio Roda di Vael (m 2283) passando per il monumento a Christomannos. Ritorno per la via di salita.

Dislivello in salita e in discesa m 540 – percorso totale ore 3:30

Proposta da **Piera Giorgini e Fabrizio Vedovelli**

Mercoledì 2 luglio

TRODO DEI FIORI

(Passo del Brocon) – Escursione botanica E

Il sentiero botanico parte dal **Passo Brocon** (m 1616) e, ricalcando in parte vecchie mulattiere risalenti alla Prima Guerra Mondiale, raggiunge i 2050 m del **Col del Boia** per poi ridiscendere al Passo. Nella sua estensione è possibile distinguere dieci diverse tipologie di flora alpina. Ciascuna tipologia è evidenziata da apposite stazioni in legno che recano tavole a colori con le caratteristiche salienti dell'ambiente e delle specie floreali che lo popolano. Lungo il sentiero crescono ben 300 diverse specie di piante.

Dislivello in salita e in discesa m 450 – Percorso totale ore 4:00

Proposta da **Federico Bigaran e Lucio Sottovia**

Mercoledì 9 luglio

MALGHE DEL PASUBIO E RIFUGIO LANCIA

(Gruppo del Pasubio) – Escursione botanica E

A fine giugno, all'inizio dell'estate, sulle rocce crescono i tipici fiori delle Alpi calcaree meridionali. Dalla **località Giazzera** presso Trambileno, nell'area di **Malga Cheserle** si prende il sentiero n. 119 che ci porta prima a **Malga Monticello** e poi sul **Monte Spil**, per scendere di nuovo a **Malga Zocchi**. Il sentiero n. 102A (Sentiero delle Zie) attraverso un bosco di conifere conduce fino ai **prati dell'Alpe Pozza**, dove si trova il **Rifugio Vincenzo Lancia**. La via di ritorno segue la strada forestale (sentiero n. 101).

Dislivello in salita e in discesa m 516 - percorso totale ore 3:45 – km 11,1

Proposta da **Federico Bigaran e Lucio Sottovia**

Mercoledì 16 luglio

DA CASTELIR A MALGA BOCHE

(Gruppo di Cima Bocche) – Escursione E

Dalla **località Castelir** (m 1549) si imbecca la stradina che sale lungo la pista da sci fino alla stazione a monte

dell'impianto di risalita (m 1970). Rimanendo sulla traccia battuta si raggiunge in breve la strada forestale che porta a **Malga Bocche** (m 1946). Discesa su strada forestale al parcheggio nei pressi del Centro visitatori di **Paneveggio** (m 1524).

Dislivello in salita e in discesa m 450 – percorso totale ore 3:30

Proposta da **Ivana Pasqua Lorenzini e Mariella Butterini**

Mercoledì 23 luglio

DA PRÀ RODONT AI PRATI DI MALGA MOVLINA

(Gruppo Dolomiti di Brenta) – Escursione E

Da Pinzolo si sale con la cabinovia a **Prà Rodont** (m 1498) e da lì con il sentiero n. 307B, in leggera salita in direzione sud-est, si arriva a **Malga Bregn da l'Ors** (m 1640) e proseguendo sul sentiero n. 307 si raggiunge il **Passo Bregn de l'Ors** (m 1836). Da lì imbocchiamo il sentiero n. 354 per raggiungere il **Passo del Gotro** (m 1860) e proseguendo, dopo circa 30 minuti, i **prati di Malga Movlina** a 1800 m di quota (nessun ristoro). La vista spazia dalle Dolomiti di Brenta alla Val d'Algone, oltre la Val Rendena, verso i ghiacciai dell'Adamello e della Presanella. Si ritorna al punto di partenza sullo stesso percorso dell'andata.

Dislivello in salita e in discesa m 500 - percorso totale ore 4:00

Proposta da **Ivana Pasqua Lorenzini e Emanuela Franceschini**

Mercoledì 30 luglio

DA PASSO NIGRA A PASSO DI COSTALUNGA

(Gruppo del Catinaccio) – Escursione E

Dal **Passo Nigra** (m 1668) con il sentiero n. 1 si sale alla **Messner Hütte** e al **Messner Joch** (m 1910), quindi in discesa si raggiunge, con il sentiero n. 1B, il bivio per il sentiero n. 15 e poi il n. 16 che porta al **Rif. Duca di Pistoia** (m 1775). Da lì si segue il sentiero n. 1A che con alcuni saliscendi porta ad incrociare il sentiero che sale al Rif. Paolina per poi scendere a al **Passo di Costalunga** (m 1753).

Dislivello in salita m 400 e in discesa m 350 - percorso ore 3:20 - km 10

Proposta da **Paolo Bassani e Fabrizio Vedovelli**

Mercoledì 6 agosto

CIMA CALDIERA E MONTE ORTIGARA

(Altopiano di Asiago) – Escursione E

Partenza dal parcheggio di **Piazzale Lozze** (m 1771) seguendo l'itinerario n. 1 fino alla selletta a nord della **Chiesetta**, dove si prende l'itinerario giallo (sentiero CAI 841) che si segue fino ad una ampia conca sovrastata dalla imponente **Cima della Caldiera**. Tagliando le pendici meridionali di Cima Caldiera si prende la strada rotabile che, tra resti di baraccamenti e caverne, risale il versante orientale fino ad una selletta a quota 2109 da cui raggiungere **Cima della Caldiera** (m 2124) con croce metallica. Si discende verso la marcata depressione del **Pozzo della Scala** dove, durante la battaglia del giugno 1917 si ammassavano le truppe italiane che muovevano all'attacco dell'Ortigara. Tra camminamenti e trincee si segue l'itinerario giallo fino al **Baito dell'Ortigara** dove ci si ricollega all'itinerario n 1 con cui si sale al **Passo dell'Agnella**. Con alcuni tratti attrezzati con gradini e funi metalliche si raggiunge la cima austroungarica dell'**Ortigara (Lepozze)** (m 2101). Da qui, per facili gradoni rocciosi si raggiunge la cima principale del **Monte Ortigara** (m 2105) dove si trova la famosa Colonna Mozza. Dalla Cima si segue il sentiero 840 che porta alla **Chiesetta del Lozze**, al **Rifugio Cecchin** ed infine al parcheggio di partenza.

Dislivello in salita m 660 e in discesa m 526 – percorso totale ore 5:30 - lunghezza km 12

Proposta da **Paolo Frassoni**

Mercoledì 13 agosto

SENTIERO GLACIOLOGICO DELLE VAL MARTELLO

(Gruppo Ortles - Cevedale) – Escursione E

Dal **Rifugio Genziana** (m 2050), dove finisce la strada della Val Martello, si raggiunge con il sentiero n. 151 il **Rifugio Corsi** (m 2265). Accanto al rifugio troveremo una piccola chiesetta costruita nel 1882 dal Club Alpino di Dresda, sede di un comando austriaco durante la Grande Guerra.

Si prosegue sul sentiero n. 150 fino ad incrociare il n. 103 che, con ripida salita, ci porterà al **Rifugio Martello** (m 2610), con vista superba sui ghiacciai del Cevedale e del Gran Zebrù.

Dal rifugio si scende con sentiero n. 103 per poi deviare sul sentiero n. 37, denominato “sentiero glaciale”, che scende sul lato opposto della valle, riportandoci al punto di partenza.

Dislivello in salita e in discesa m 600 - percorso ore 5:00

Proposta da **Ivana Pasqua Lorenzini e Giuliana Frigoli**

Mercoledì 20 agosto

GIRO CIRCOLARE IN VAL MAZIA

Da Mazia alla Matscher Alm e ritorno lungo la MatscherWaalweg

(Alpi Venoste) - Escursione E

Giro circolare lungo la Val Mazia, piccola valle laterale sopra Malles in Alta Val Venosta.

Dal parcheggio prima del paese di **Mazia** (m 1600), che si raggiunge da Malles in Alta Venosta, si cammina in costa seguendo il sentiero 15 e poi 16, salendo fino alla **Matscher Alm** (m 2045 m). Si scende poi quasi fino al **hotel Gliesshof** (m 1850), seguendo **Thanai** lungo un sentiero non marcato e ritornando per un breve tratto lungo la strada, per poi prendere al **Rastifhof** (m 1750) la **Waalweg** per arrivare a Mazia.

Dislivello in salita e in discesa m 845 – percorso totale ore 7:00 – km 19,5

Proposta da **Eveline Gispen**

Mercoledì 27 agosto

ULFASER WAALWEG

(Alta Val Passiria) – Escursione E

L'escursione si svolge interamente nel **Parco Naturale di Tessa (Texelgruppe)**. Partenza dall'abitato di **Plat** (m 1525) con il sentiero n. 24 verso **Ulfas**, sulla Alta via di Merano, per poi proseguire verso la **Ulfaser Alm** (1.605 m) e di seguito sui waalweg con sosta per il pranzo. Ritorno sul percorso dell'andata.

Dislivello in salita e in discesa m 570 – percorso totale ore 4:00

Proposta da **Paolo Bassani e Fabrizio Vedovelli**

Mercoledì 3 settembre

PASSO DI CIMABANCHE - PRATO PIAZZA – RIFUGIO VALLANDRO - CARBONIN

(Gruppo Dolomiti di Braies) – Escursione E

Dal parcheggio del **Passo di Cimabanche** (m 1530) prendiamo il sentiero n. 18 fino all'**Albergo Prato Piazza** (m 1991) e, successivamente, su sentiero n. 40 e n. 40/A fino alla **Malga Prato Piazza** (m 2046). **Dopo breve sosta** riprendiamo il cammino fino al **Rifugio Vallandro** (m 2040), dove si ha una splendida vista sul Monte Cristallo, Le Tofane, la Croda Rossa d'Ampezzo e le Tre Cime di Lavaredo. Riprendiamo il cammino su sen-

tiero n. 37 fino a **Carbonin**.

Dislivello in salita e in discesa m 550 – percorso totale ore 5:00 – km 13

Proposta da **Ivana Pasqua Lorenzini**

Mercoledì 10 settembre

GIRO DELLE TRE CIME DI LAVAREDO

(Dolomiti di Sesto) – Escursione E

Dal **Rifugio Auronzo** (m 2320) si sale con il sentiero n. 101 al **Rifugio Lavaredo** (m 2344) quindi alla **Forcella Lavaredo** (m 2454). Da lì in leggera discesa si scende ai piedi del Monte Paterno per poi risalire al **Rifugio Locatelli** (m 2405). Si prosegue il giro ad anello con il sentiero n. 105 per la **Malga Lunga** (Lange Alm) e da lì proseguendo sotto la Cima Ovest delle Tre Cime si ritorna al Rifugio Auronzo.

Dislivello in salita e in discesa m 400 – percorso totale ore 3:40

Proposta da **Ivana Pasqua Lorenzini e Piera Giorgini**

Mercoledì 17 settembre

ANELLO DEL SACRO DI ZORTEA E DELLA VAL DI LOZEN

(Canal San Bovo) – Escursione E

L'anello del sacro di Zortea e della valle del Lozen si sviluppa a cavallo tra il paese di **Zortea** (m 1022) una frazione del comune di Canal San Bovo (TN) e la sovrastante valle, ricca di baite, un tempo adibita all'allevamento di animali in stalle, pascolo primaverile ed autunnale. Dal paese partono numerosi sentieri che vanno verso le montagne circostanti. L'anello del sacro raggiunge i **masi di Lozen** dove sorge la **Cappella di Santa Romina** (m 1170). Sul percorso si possono osservare dipinti, croci e capitelli segni del sacro sparsi sul territorio e visibili all'aperto.

A questo punto si rientra verso il paese percorrendo prima la strada carrabile, poi un ripido sentiero che porta a Zortea. Lì si visiterà al primo piano della **Casa della Cultura** la **Stanza del sacro**, piccolo museo dedicato alla storia della comunità e alla relazione con il sacro, accompagnati da una collaboratrice dell'Ecomuseo del Vanoi.

Dislivello in salita e discesa circa m 300 – percorso totale ore 4:30 (comprese le soste)

Proposta da **Ezio Bragagna**

Mercoledì 24 settembre

DA ANTERSELVA DI SOPRA AL LAGO DI ANTERSELVA

(Valle di Anterselva) – Escursione E

Dal parcheggio della **Trattoria Vorderpassler** (m 1430) si procede verso nord-est per attraversare un torrente e seguire l'indicazione "Seeweg" sentiero n. 11 che porta per boschi e prati al Lago di Anterselva. Si continua sulla sponda sinistra su percorso ondulato con passerelle lungo la sponda, fino alla riva est con due trattorie (m 1638) (ore 1:30).

Si ritorna completando il giro del lago sulla riva opposta e all'Albergo Seeresidenz si gira a sinistra, seguendo la stradina n. 1, in leggera salita, verso Anterselva di Sopra. Ad un bivio si svolta a destra e scendendo per boschi e prati si arriva ad attraversare la strada statale asfaltata per proseguire su sentiero fino al parcheggio di partenza.

Dislivello in salita e in discesa m 250 – percorso totale ore 3:15

Proposta da **Ivana Pasqua Lorenzini**

Mercoledì 1 ottobre

DA SLINGIA AL RIFUGIO SESVENNA

(Gruppo del Sesvenna) – Escursione E

Dal paese di **Slingia** (m 1738), in Alta val Venosta, si segue una strada forestale e poi sentiero fino al rifugio Pforzheim. Proseguendo quasi in piano si raggiunge poi il **rifugio Sesvenna** (m 2262) per la sosta. Ritorno sullo stesso percorso.

Dislivello in salita e in discesa m 520 – percorso totale ore 3:00

Proposta da **Fabrizio Vedovelli e Piera Giorgini**

Mercoledì 8 ottobre

DA ORTISEI A LAJON SUL SENTIERO DELLA POSTA

(Val Gardena) – Escursione E

Partenza dal centro di **Ortisei** si imbecca il **sentiero P** (Sentiero della Posta), fino al borgo di **San Pietro** e quindi si raggiunge **Laion**. Percorrendo il **sentiero Gorneggweg** si scende a valle fino alla fermata dell'autobus, a **Novale** di Laion, dove attende il pullman. Pranzo lungo il percorso.

Dislivello in salita e in discesa m 300 – percorso totale ore 5:00

Proposta da **Piera Giorgini e Fabrizio Vedovelli**

Mercoledì 15 ottobre

PRIMA TAPPA DEL CAMMINO DELLE TERRE SOSPESI

(Val di Cembra) – Escursione E

A Lavis si raggiunge la piazza Loreto e si seguono le indicazioni per il Doss del Paion fino ad incrociare la stradina interna di uscita del Giardino dei Ciucioi. Un sentiero in salita ci porterà alla sommità del **Dosso** (m 351). Da qui si prosegue per **Maso Franch** e i primi vigneti della Val di Cembra. Attraversata la SS 612 si imbecca la “**strada delle careghe**” che attraversa campi e zone boschive per finire con un breve tratto di discesa su asfalto. Si prosegue su un’agevole strada detta “**Il sentiero della Rosa**” che conduce all’abitato di Palù di Giovo. Abbandonato quest’ultimo si raggiunge **Verla di Giovo** e seguendo le indicazioni per il centro storico lo si attraversa per intero proseguendo sulla **via del Grec** che porta ad attraversare la SP 131 del vino. Proseguendo si raggiunge la chiesetta di **San Floriano** (m 670), quindi si scende nel bosco in direzione del paese di **Ceola** (m 570) dove si attraversa nuovamente la SS 612 per inoltrarsi nelle campagne sottostanti e raggiungere il **Maso Spedenal**. Si continua a scendere fino ad oltrepassare il **Rio Ischiele** per affrontare una ripida salita alla chiesetta di **San Leonardo** e continuando arrivare a **Lisignago**(m 582).

Dislivello in salita m 742 e in discesa m 392 – percorso totale ore 4:40 – 12,4 km

Proposta da **Mariella Butterini**

Mercoledì 22 ottobre

SENTIERO DELLE TERAGNOLE DA NORIGLIO

(Valle di Terragnolo) – Escursione E

Il sentiero delle Teragnole ripercorre un’antica strada che da una stretta valle di montagna portava verso Rovereto e la Vallagarina. Si sviluppa per circa 11 chilometri passando dai 200 metri di Rovereto agli 800 m di Piazza di Terragnolo, la frazione più grande del comune. Noi partiremo **da Noriglio**, camminando “ad elisse” per un totale di circa 13 km, evitando così circa 200 m di dislivello.

Il percorso ripercorre per ampi tratti la mulattiera costruita da Eugenio di Savoia nel 1701. Attraverso un itinerario fatto di **antichi sentieri e mulattiere** si possono apprezzare le notevoli bellezze naturali e paesaggistiche di una **valle ancora selvaggia e incontaminata** e provare nel contempo quella fatica che quasi quo-

tidianamente **le donne di Terragnolo**, fino agli anni Cinquanta del secolo scorso, provavano nel risalire verso casa, dopo aver venduto in città i prodotti della loro terra, legna, patate, funghi, ciliegie, uova, fiori e particolarmente il latte. A queste donne, umili e forti, è dedicato questo itinerario che vuole anche simboleggiare quel cordone ombelicale che univa Terragnolo a Rovereto tramite attività di piccoli commerci indispensabile per integrare i magri bilanci familiari.

Il percorso si sviluppa attraversando **agglomerati rurali, paesaggi terrazzati, ambienti che solo camminando possono svelare sorprese incredibili quali fiori di rara bellezza**, animali, muretti a secco particolari.

Dislivello in salita m 500 – percorso totale ore 4:00 – km 13

Proposta da **Eveline Gispen**

Mercoledì 29 ottobre

GIRO AD ANELLO ATTORNO A PRISSIANO

(Monti destra Adige- Macaion-Penegal) – Escursione E

Da **Prissiano** (Prissian – m 610) si segue il sentiero che per bosco e prati ci conduce a **Grissiano** (Grissian). Proseguendo si raggiunge la chiesa di **S. Giacomo** (St. Jacob – m 922) e attraverso un'ampia forra si arriva a **St. Apollonia** (m 900). Si scende quindi per strada e bosco a **Sirmiano** (Sirmian – m 687) e attraversata la gola del Torrente **Grissiane Bach** si ritorna a **Prissiano**.

Dislivello in salita e in discesa m 350 - percorso totale ore 3:30

Proposta da **Mariella Butterini**

Mercoledì 5 novembre

DA SANTA MADDALENA A TISO (SUNNSEITNWEG)

(Val di Funes) - Escursione E

Da **Santa Maddalena** in fondo alla Val di Funes seguiremo il **Sunnseitnweg** (“via sul lato del sole”) passando da **S. Pietro**, **S. Jakob**, per arrivare a **Tiso** (950 m). Si cammina da est a ovest, rimanendo in quota, al sole, godendosi i panorami della valle di Funes: alla partenza, quello sulle Odle, poi, verso ovest, i monti dell'altra parte della Valle d'Isarco: i monti Sarentini con Villandro.

Dislivello in salita m 300 e in discesa m 500 – percorso totale ore 4:00 - km 12

Proposta da **Eveline Gispen**

LE ESCURSIONI SOCIALI DEL SABATO DEL "GRUPPO GIOVANI"

Per quanto riguarda l'iscrizione all'escursione, salvo diversa disposizione indicata nel programma pubblicato, le modalità individuate sono le seguenti:

- il primo giorno di iscrizione è riservato ai soli soci della Sezione; ci si può iscrivere compilando apposito modulo elettronico, attraverso il link presente nel programma, nella newsletter, nei social network della sezione e sul sito internet www.sattrento.it, oppure inviando una e-mail a gite.sattrento@gmail.com;
- i giorni successivi l'iscrizione è aperta anche ai soci di altre sezioni, con le stesse modalità, entro il venerdì.

Eventuali disdette devono essere comunicate via mail a gite.sattrento@gmail.com entro il mercoledì antecedente l'escursione. Superato tale termine, gli iscritti sono tenuti al pagamento della quota di iscrizione.

La trasferta A/R per l'escursione sarà effettuata con pullman, nel caso il numero di iscritti fosse sufficiente e a condizione che la meta sia accessibile con detto mezzo di trasporto. In caso contrario verranno utilizzati automezzi privati.

Per tutto quanto riguarda l'organizzazione e lo svolgimento delle gite vale quanto disposto dal Regolamento Gite della Sezione, pubblicato all'indirizzo <http://www.sattrento.it/default.htm>. Le date non sono impegnative, riservandosi la Commissione escursionismo, per esigenze tecniche o logistiche, di modificare il calendario: eventuali variazioni saranno tempestivamente comunicate. I programmi dettagliati di ogni singola uscita saranno pubblicati nel sito Internet della Sezione.

Sabato 18 gennaio

MONTE STIVO IN NOTTURNA

Partenza da **Passo S. Barbara/S. Antonio** (m 1220). Si raggiunge il **rifugio Marchetti** (m 2012) e poi la cima del **Monte Stivo** (m 2059). Dopo la cena al Rifugio, si scende passando dalla stessa via di andata.

Dislivello in salita e in discesa m 890 – percorso totale ore 5:00 – lunghezza km 10

Proposta da: **Anna Filippi e Dario Oss Papot**

Sabato 8 febbraio

PARCO NATURALE FANES-SENNES-BRAIES

(Dolomiti di Fanes - Val Badia) - Scialpinistica MS e Escursione E con ramponcini/ciaspole

Partenza **dal rifugio Pederù** (m 1548), da subito in direzione sud e poi ovest si raggiunge il **rifugio Fanes** (m 2060) e poi il **Passo di Limo** (m 2174). Ritorno per la stessa via di andata.

Dislivello in salita e in discesa m 650 - percorso totale ore 5:00 – lunghezza km 15

Proposta da: **Nicola Dall'Oglio**

Sabato 1 marzo

UNA TONDA SULL'ALTOPIANO DELL'ALPE DI SIUSI

(Alpe di Siusi)- Escursione E con ramponcini

Giro ad anello: da **Compatsch** (m 1820) si sale all'**hotel Panorama** (m 2015) per poi scendere verso il **rifugio Molignon** (m 2054), **rifugio Tirlir** (m 1740). Giunti a **Saltria** si segue la forestale fino a Compatsch.

Dislivello in salita e in discesa m 506 – percorso totale ore 5:00 – lunghezza km 15

Proposta da: **Paolo Corso**

Sabato 22 marzo

GIRO AD ANELLO IN VAL DI RABBI

(Parco Nazionale dello Stelvio) - Escursione E con ramponcini

Partenza da Rabbi Fonti (m 1222) salendo per strada Forestale fino a **Malga Monte sole Alta** (m 2057) e scendendo per la **Val Cercen**.

Dislivello in salita e in discesa m 820 - percorso totale ore 6:30 – lunghezza Km 16

Proposta da: **Francesco Gorfer**

Sabato 12 aprile

TRAVERSATA DAL LAGO DI LEDRO A TENNO

(Alpe di Ledro) - Escursione E-EE

Itinerario A: Da **Pieve di Ledro** si sale verso il **monte Cocca** (1405 m) in direzione **Bocca Saval** (m 1740). A questo punto il gruppo si divide con la variante impegnativa che prevede il **Senter Delle Greste** con arrivo a **Campi di Tenno**.

Dislivello in salita e in discesa m 1400 – percorso ore 7:00 – lunghezza km 16

Itinerario B (meno difficile) si dirige in discesa nei pascoli, verso **malga Grassi** e si ricongiunge alla strada forestale **Val Mera** verso **Campi di Tenno**.

Dislivello in salita e in discesa m 1100 – percorso totale ore 6:00 – lunghezza km 12,5

Proposta da: **Dario Oss Papot**

Sabato 10 maggio

FERRATA CIMA CAPI E SENTIERO ATTREZZATO SUSATTI

(Prealpi Gardesane) - ferrata EEA

Itinerario A: da **Biacesa** (m 400) fino all'attacco della ferrata, poi ferrata fino alla vetta di **Cima Capi** (m 909). Dalla vetta si scende sul versante opposto il **Sentiero Attrezzato Foletti** che ci conduce al **Bivacco Arcioni** poi alla **Chiesa di San Giovanni** e quindi a **Biacesa**.

Dislivello in salita e discesa m 610 – percorso ore 4:00 – lunghezza km 7

Itinerario B: **Sentiero Attrezzato Susatti** che ci condurrà a **Bocca d'Enzima**, poi fino a **Biacesa**.

Dislivello in salita e in discesa m 1080 – percorso totale ore 5:30 – lunghezza km 9,5

Proposta da: **Christian Carlen e Tiziana Bailoni**

Sabato 24 maggio

CORNO BIANCO – CORNO NERO

(Dolomiti di Fiemme) - Escursione E

Da **passo Oclini** (m 1989) si segue il sentiero n. 502 fino alla Cima del **Corno Nero** (m 2439), dalla cui vetta si scende verso il **Passo Cugola**. Si prosegue verso la Cima del **Corno Bianco** (m 2316). Nello scendere si devia verso **Malga Gurndin**, prima di raggiungere il parcheggio.

Dislivello in salita e in discesa m 980 – percorso totale ore 5:30 – lunghezza km 11

Proposta da: **Dario Oss Papot**

Sabato 21 giugno

LA GRAN TRAVERSATA DEL CATINACCIO con vista sul lago d'Antermoia

(Gruppo del Catinaccio) - Escursione E

Dal **rifugio Ciampedie** (raggiunto con funivia da Vigo di Fassa) si sale dapprima al **rifugio Principe** e poi al **rifugio Antermoia** passando per l'omonimo laghetto. Si prosegue in discesa tramite la **val Duron** passando per il **rifugio Micheluzzi** con arrivo finale a **Campitello**.

Dislivello in salita m 940 m e in discesa m 1520 – percorso totale ore 7:30 – lunghezza km 19,5

Proposta da: **Paolo Corso**

Sabato 12 luglio

CIMA D'ASTA

(Gruppo Cima d'Asta – Cime di Rava) - Escursione E -EE

Partenza dalla **malga Sorgazza** (m 1450) passando dal **Rifugio Brentari** (m 2473), salendo dalla **Forzeleta** si raggiunge **Cima d'Asta** (m 2847). Ritorno dalla stessa via di andata o dalla forcella del Passetto.

Dislivello in salita e in discesa m 1500 – percorso totale ore 7:00 – lunghezza km 19

Proposta da: **Francesco Gorfer e Anna Filippi**

Luglio 2025**

CANYONING a RIO NERO

(Valle di Ledro) - Canyoning (* 4V)

Canyoning Rio Nero nella valle di Ledro, attività di canyoning completa (salti, tuffi e cordate) con guida alpina per circa ore 3:00.

Proposta da **Alessandro Borgo**

Sabato 2 agosto

FERRATA BOCCHETTE CENTRALI

(Dolomiti di Brenta) - Escursione E e ferrata EEA-PD

Dal **Rifugio Vallesinella** (m 1513) si sale al **Rifugio Brentei** (m 2182) fino alla **Bocca di Brenta**, dove inizia la ferrata Bocchette Centrali fino a **Bocca d'Armi**. Discesa al **Rifugio Alimonta** (sv 323) e ritorno al **Rifugio Brentei** e al **Rifugio Vallesinella**.

Dislivello in salita e in discesa m 1600 – percorso totale ore 10:00 – lunghezza km 18

Proposta da: **Christian Carlen e Alessandro Borgo**

Sabato 30 – domenica 31 agosto

GIRO SUL GHIACCIAIO DELLE LOBBIE

(Gruppo dell'Adamello) - escursione EEA

1 g Da **malga Bedole** (m 1584) attraverso il **sentiero del Matarot** si raggiunge il **rifugio Lobbia alta ai Caduti dell'Adamello** (m 3020) e facoltativa salita a **Cresta Croce** (m 3313). Pernotto al rifugio.

Dislivello in salita m 1436/1729 – percorso totale ore 6:30/8:00

2 g Discesa a valle passando dal **rifugio Città di Trento al Madron** (m 2449).

Dislivello in discesa m 1436 – percorso totale ore 6:00

Proposta da: **Francesco Gorfer e Nicola Dall'Oglio**

Sabato 20 settembre

FERRATA BOLVER LUGLI E RIFUGIO ROSETTA

(Pale di San Martino) - ferrata EEA-PD (A) – Escursione EE (B)

Itinerario A: Partenza da **Malga Fosse di Sopra** (m 1935), si raggiunge l'attacco della **ferrata Bolver Lugli**. Dopo la ferrata si prosegue verso **Passo del Travignolo** (m 2925) e poi **Passo Bettega** (m 2658) fino al **Rifugio Rosetta** (m 2578). Rientro a San **Martino di Castrozza**.

Dislivello in salita m 1300 e in discesa m 1750 – percorso totale ore 7:45 – lunghezza km 13,5

Itinerario B: Da **Malga Fosse di Sopra** (m 1935) si sale al **rifugio Rosetta** (m 2578) e si scende con il gruppo A a San **Martino di Castrozza**.

Dislivello in salita m 600 e in discesa m 1000 - percorso totale ore 5:30 – lunghezza km 12

Proposta da: **Anna Filippi e Christian Carlen**

Sabato 11 ottobre

TRAVERSATA DALLA VAL DI FASSA ALLA VAL DI TIRES

(Gruppo del Catinaccio) - Escursione EE

Da **Vigo di Fassa** si sale verso il **rifugio Ciampedie** e poi per la **Valle del Vajolet** fino al **Rifugio Principe** (m 2600). Tramite breve tratto di fune metallica si scende al **Rifugio Bergamo** (m 2125) proseguendo poi per la **Val Ciamin** fino ai **Bagni di Lavina Bianca** di Tires (m 1200).

Dislivello in salita m 1280 e in discesa m 1494 – percorso totale ore 8:00 – lunghezza km 18,7

Proposta da: **Paolo Corso e Nicola Dall'Oglio**

Sabato 25 ottobre

FOLIAGE AI LAGHI DI SAN GIULIANO E GARZONÈ

(Catena dell'Adamello) - Escursione E

Giro ad anello dal **parcheggio Poc Dali Fafc** (m 1650 sopra Caderzone) si prosegue verso i **laghi di San Giuliano e Garzonè**. Si sale fino a 2180 m per poi scendere fino al **lago di Vacarsa** e poi alla **malga Campastril** e poi tornare al parcheggio.

Dislivello in salita e in discesa m 700 – percorso totale ore 4:15 – lunghezza km 12,5

Proposta da: **Paolo Corso e Dario Oss Papot**

Sabato 8 novembre

GIRO AD ANELLO NEL CUORE DELLE MADDALENE

(Gruppo delle Maddalene) - Escursione EE

Da **Malga Bordolona di sotto** (Val di Bresimo) (m 1806) si sale al passo di Alplaner (m 2424) per scendere al **Lago Trenta** (m 2387), quindi aggirata l'omonima cima per salire al passo di Val Clapa e poi scendere al punto di partenza.

Dislivello in salita e in discesa m 980 – percorso totale ore 5:00 – lunghezza km 10

Proposta da: **Alessandro Borgo e Anna Filippi**

Sabato 13 dicembre

SLITTINO A MONTE CAVALLO (Vipiteno)

(Alpi Breonie Occidentali - gruppo di Ridanna) - Escursione E - ramponcini

Dalla stazione di Valle degli impianti Monte Cavallo a Vipiteno si risale per comodo sentiero innevato lungo il bosco, raggiungendo la stazione a monte dove sarà possibile noleggiare gli slittini e scendere dalla pista.

Dislivello in salita m 910 – lunghezza km 10

Proposta da: **Dario Oss Papot**

I TREKKING ESCURSIONISTICO CULTURALI

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Il consiglio direttivo della Sezione ha deliberato, in via sperimentale, una nuova modalità di iscrizione ai trekking programmati per l'anno 2025.

Possono presentare domanda di iscrizione i soci SAT 2024 in regola con il tesseramento per l'anno 2025.

I soci possono chiedere di partecipare all'iniziativa programmata:

- in abbinamento con altro socio in matrimoniale o in doppia o con altri due soci in tripla;
- come singolo, nei limiti dei posti disponibili, oppure dando la disponibilità a condividere la stanza con altri soci, se non sono disponibili stanze singole.

La domanda di iscrizione va inviata compilando un **modulo elettronico**, a cui si può accedere cliccando sull'indirizzo web che verrà pubblicato sia con la newsletter di invio del programma del trekking sia nel sito della sezione, oppure inviando una mail a trekking.sattrento@gmail.com contenente le medesime informazioni richieste sul modulo *on-line*.

Sarà data priorità alle domande di iscrizione dei soci della sezione di Trento. Qualora il trekking sia co-organizzato con un'altra Sezione, la priorità di iscrizione sarà data ai soci di entrambe le Sezioni, nei limiti dei posti stabiliti per ciascuna.

Si sottolinea che il Consiglio direttivo della Sezione di Trento ha deliberato che - **limitatamente ai trekking escursionistici/turistici - l'aggregazione** alla Sezione da parte di soci di altre sezioni **non dà diritto alla priorità di iscrizione**.

La domanda d'iscrizione vale quale manifestazione di interesse per l'iniziativa programmata e l'ordine di arrivo non dà diritto ad alcuna priorità, in quanto successivamente la Sezione procederà alla composizione dell'elenco dei partecipanti mediante **sorteggio**:

- le domande dei soci della Sezione pervenute nei giorni a loro riservati saranno sorteggiate per prime per la copertura dei posti disponibili e, se in sovrannumero, andranno a costituire la riserva per l'eventuale copertura dei posti che si sono resi disponibili a seguito di eventuali rinunce;
- se il numero dei soci della Sezione che hanno presentato domanda nei giorni a loro riservati sarà inferiore ai posti disponibili non sarà necessario il sorteggio, e la residua disponibilità di posti sarà sorteggiata tra tutte le richieste pervenute nei giorni successivi a quelli riservati ai soci della Sezione.

L'estrazione avverrà per singoli e per coppie/doppie/triple (considerate un unico soggetto) in funzione del tipo di domanda pervenuta.

Nel corso dell'anno sociale 2025 ogni socio/a potrà inviare richiesta di iscrizione a tutti i trekking proposti, ma potrà partecipare ad un **massimo di 2 trekking**, salvo disponibilità di posti residui.

I soci sorteggiati riceveranno via mail le indicazioni per il versamento della quota di acconto a conferma dell'iscrizione al trekking.

Martedì 25 - venerdì 28 febbraio 2025

TREKKING AOSTA: TRA BORGHI E CASTELLI"

Escursione T

1° giorno: FORTE DI BARD – CASTELLO DI ISSOGNE

Partenza da Trento in pullman (soste lungo il percorso) e arrivo al borgo medioevale di Bard, ai piedi del Forte, ripercorrendo il famoso assedio napoleonico. Salita al Forte con gli ascensori panoramici (o a piedi) e visita guidata all'esterno della Fortezza, e libera al Museo delle Alpi. Pranzo libero. Nel pomeriggio con la guida visiteremo il Castello di Issogne: orgoglio dei conti Challant, perfettamente e miracolosamente conservato: è uno dei capolavori del medioevo valdostano. All'interno conserva magnifici affreschi, soffitti e arredi originali. Al termine raggiungeremo l'hotel, assegnazione camere, cena e pernottamento.

2° giorno: AOSTA – VALPELLINE - CASTELLO DI FENIS

Visita guidata di Aosta, incastonata ai piedi delle più alte vette d'Europa, vanta 5000 anni di storia e di tradizioni: l'Arco d'Augusto, la Collegiata e il Chiostro di Sant'Orso, la Porta Pretoria, il teatro romano, il criptoportico forense, il Municipio e l'Hotel des Etats. Pranzo libero. Nel pomeriggio raggiungeremo in pullman la Valpelline, dove ci attende la visita guidata di un caseificio che produce vari tipi di Fontina DOP e Toma e a seguire, piccola degustazione. Ci sposteremo poi in località di Fenis, con salita a piedi al rinomato castello. Il Castello di Fenis è il prototipo del castello trecentesco: esternamente è uno dei massimi esempi dell'architettura militare medioevale e all'interno è una raffinata dimora quattrocentesca. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

3° giorno: VIA FRANCIGENA e CAMMINO BALTEO

Nus - Châtillon (17 km – dislivello +320/-280m)

Partenza in bus per Nus, comune di origine romana, il cui nome indicava la distanza in miglia romane - nove - tra Augusta Praetoria (Aosta) e la "mansio" di Nus. Il percorso si snoda tra vigneti su strade secondarie asfaltate, sterrate e sentieri. Si parte dalla parte alta del paese vicino alla chiesa di Sant'Ilario, attraverso alcune case delle frazioni di Nus, fino ad arrivare alla vecchia stazione ferroviaria in disuso del paese di Chambave. Da qui il percorso è in prevalenza su sentieri segnalati che indicano Chatillon centro. All'inizio di Chatillon si passa vicino al Castello Gamba, sede di un museo di arte contemporanea e si prosegue verso il borgo vero e proprio, separato dal torrente Marmore e collegato da diversi ponti (tra cui il più antico risale all'epoca romana) con l'abitato di Chameran. Nell'antichità Châtillon era uno dei centri più importanti della regione, come testimoniato dalla presenza di numerose torri e castelli. Rientro in hotel, cena e pernottamento

4° giorno: AOSTA - AGLIÈ- IVREA - TRENTO

Rilascio delle camere, e partenza per Agliè con visita dell'omonimo castello. Una storia lunga sette secoli, che ha visto il passaggio di duchi, principi e re: il Castello di Agliè, già proprietà dei marchesi San Martino, vanta un antico e nobile passato, testimoniato dalla varietà degli allestimenti che ancora oggi caratterizzano appartamenti e giardini. Circondato da un parco con alberi secolari e grandi serre, il castello conta oltre 300 stanze con un patrimonio di arredi e collezioni prezioso ed eterogeneo, che spazia dai quadri ai reperti archeologici, fino alle sorprendenti raccolte ornitologiche e orientali. Pranzo libero. Nel pomeriggio visita dell'antica città di Ivrea, considerata capoluogo del Canavese, area storico-geografica del Piemonte, collocata al centro di un'area lacustre importante. Il centro storico si inerpica su una collina che porta al Castello sabauda e al Duomo, mentre la parte moderna si estende in pianura, lungo il corso della Dora Baltea. Nel tardo pomeriggio rientro a Trento.

ISCRIZIONI (Già effettuate per motivi organizzativi e di prenotazione dei servizi previsti)

Proposta da Daniela Gabardi e Walter Pisoni

Domenica 6 – domenica 13 aprile

TREKKING IN SARDEGNA: IL SENTIERO DI SANTA BARBARA (1 Parte)

1 giorno: partenza da Trento e arrivo a Cagliari con trasferimento in treno a Iglesias. Visita alla Grotta di Santa Barbara: una delle cavità più antiche del mondo.

2 giorno: da Iglesias a Nebida: lunghezza 21 km – m 753 in salita – m 797 in discesa

Sin dalla prima tappa, camminiamo sulle rocce calcareo-dolomitiche più antiche d'Italia, sui grandi giacimenti di piombo, zinco e argento che per secoli sono stati oggetto di un'intensa attività estrattiva. Dalla città medioevale di Iglesias fino al villaggio di Nebida, incontriamo cappelle, chiese ed edifici di culto dedicati alla santa patrona dei minatori. La tappa è mediamente impegnativa, non tanto per la lunghezza, quanto per i due strappi in salita che occorre superare nella prima parte del percorso per raggiungere il colle del Buon Cammino (339 m/slm) e gli scavi di Cungiaus (323 m/slm).

3 giorno: da Nebida a Masua: lunghezza 9,3 km – m 371 in salita – m 500 in discesa

Sin dall'inizio di questa tappa superiamo alcuni impegnativi saliscendi e ci immergiamo nella bellezza del paesaggio costiero fino a giungere alle falesie calcaree di Masua. La brevità del percorso lascia il tempo per le visite alle strutture di archeologia industriale costruite sulla scogliera.

Qui, assieme al magnifico paesaggio costiero, si possono ammirare i colori e le strutture delle formazioni geologiche che raccontano l'evoluzione della crosta terrestre della terra più antica d'Italia.

4 giorno: da Masua - Canal Grande – Bugerru: lunghezza 19,3 km – m 887 in salita – m 889 in discesa

Questa è una delle più impegnative tappe del Cammino, soprattutto per i dislivelli. La fatica è compensata dalla straordinaria bellezza del paesaggio costiero e dalla ricchezza del patrimonio geologico: in località Canal Grande possiamo osservare i reperti fossili delle prime forme di vita apparse sul pianeta. Di notevole interesse anche l'archeologia industriale, dalla vecchia ferrovia che giunge all'impianto di caricamento di Cala Domestica, al grande scavo di Planu Sartu.

6 giorno: da Buggerru a Portixeddu: lunghezza 12,4 km – m 464 in salita – m 460 in discesa

È una tappa abbastanza breve, ma impegnativa che consente di dedicare le prime ore della giornata alla visita delle testimonianze della storia mineraria di Buggerru. Da non perdere, il monumento ai minatori caduti nell'eccidio del 1904, il museo minerario e la galleria Henry, la Grotta delle Lumache e la Grotta S'Acqua Gelada. Il resto la tappa è caratterizzata dal bellissimo paesaggio costiero fino all'arrivo nello straordinario sistema dunale di Portixeddu.

7 giorno: da Portixeddu a Piscinas/Pitzinurri: lunghezza 16,5 km – m 462 in salita – m 467 in discesa

Tappa di discreta lunghezza che presenta qualche modesta difficoltà per i diversi tratti in salita e per gli ultimi 5 km di fondo sabbioso. Incontriamo la caratteristica morfologia a grossi massi e tafoni, tipici delle rocce granitiche di questa zona. Colpisce soprattutto la maestosità del sistema dunale di Scivu-Piscinas, che appare improvvisamente dopo la sella della vedetta di Capo Pecora. Trasferimento per la città di Cagliari.

8 giorno: visita guidata alla città di Cagliari e con aereo rientro a Trento.

NB! tutti i percorsi saranno effettuati con zaino leggero; il bagaglio pesante viaggerà con transfer e lo troveremo presso la struttura di pernottamento; le strutture ricettive sono "posada" o strutture confortevoli, ma "semplici"; il sacchetto per il pranzo verrà fornito dalla struttura o verrà acquistato direttamente dai partecipanti in piccoli negozi del posto.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE:

- **MARTEDÌ 7 gennaio 2025 le domande di iscrizioni sono riservate ai soci della sezione di Trento compilando il modulo elettronico a cui si può accedere cliccando sul indirizzo web che sarà pubblicato**

sulla newsletter di invio del programma del trekking e sul sito della sezione oppure inviando una mail a trekking.sattrento@gmail.com, contenente le medesime informazioni richieste sul modulo *on-line*;

- da **MERCOLEDÌ 8 a LUNEDÌ 13 gennaio 2025** le domande possono essere presentate anche dai soci di altre sezioni CAI/SAT con le modalità sopra indicate.

Max 20 posti disponibili (compresi gli accompagnatori)

Proposta da: **Daniela Gabardi e Walter Pisoni**
con Guida ambientale locale e Guida turistica a Cagliari

Sabato 3 – sabato 10 maggio

TREKKING SULLE TRACCE DI MONTALBANO LUNGO I SENTIERI DEI MONTI IBLEI

(Sicilia) – Escursioni T/E

1° giorno: Ragusa Ibla

Arrivo dei partecipanti in aeroporto a Catania e successivo trasferimento a Ragusa Ibla. Sistemazione nelle case del centro storico secondo la formula dell'ospitalità diffusa. Presentazione del programma e visita guidata del paese, dichiarato nel 2002 (insieme alla Val di Noto) Patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO.

Ragusa Ibla è uno dei luoghi più importanti in assoluto per la presenza di preziose testimonianze d'arte barocca. Cena in ristorante e pernottamento nelle case di Ragusa.

Giornata culturale.

2° giorno: Cave S. Leonardo, Misericordia e Mastratto

Escursione ad anello con partenza a piedi da Ragusa Ibla, che ci porta ad attraversare tre differenti Cave: S. Leonardo, Misericordia e Mastratto.

L'altopiano ibleo si distingue per l'aspetto prevalentemente agricolo del territorio, ricco di numerosi fiumi e torrenti che hanno scavato, grazie anche a delle faglie, profonde forre e gole a volte con andamento molto sinuoso, localmente chiamate Cave. A metà percorso degustazione in masseria.

Cena in ristorante e pernottamento nelle case di Ragusa.

Difficoltà: E – Dislivello: +600 m. – Durata totale: 7 ore.

3° giorno: Cava d'Ispica - Modica

Escursione ad anello con trasferimento a Cava d'Ispica. Vallata fluviale che per circa 13 km incide l'altopiano ibleo, tra le città di Modica e Ispica. La vallata, immersa nella tipica vegetazione della macchia mediterranea, custodisce necropoli preistoriche, catacombe cristiane, oratori rupestri, eremi monastici e nuclei abitativi di tipologia varia. Pranzo a buffet in un piccolo rifugio all'interno di Cava D'Ispica.

Nel pomeriggio passeggiata a Modica, anch'essa dichiarata Patrimonio dell'Umanità per il suo centro storico ricco d'architetture barocche. Durante la passeggiata visiteremo anche la pasticceria artigianale "Casa Don Puglisi" dove si potrà assaggiare la famosa cioccolata modicana.

"Casa Don Puglisi", intitolata al prete siciliano vittima innocente di mafia, è anche un progetto d'accoglienza di donne disagiate o che hanno subito violenze.

Cena in ristorante e pernottamento nelle case di Ragusa.

Difficoltà: E – Dislivello: +250 m. – Durata totale: 4.30 ore.

4° giorno: Riserva Naturale di Pantalica, Valle dell'Anapo e Torrente Cava Grande

Escursione ad anello con trasferimento all'ingresso della Riserva Naturale di Pantalica. La riserva istituita nel 1997 è ricca di elementi di straordinario interesse naturalistico, archeologico ed etnoantropologico che fanno di Pantalica un sito sicuramente unico al mondo. Nelle pareti a strapiombo sul fiume Anapo si trova, scavata nella roccia calcarea, la necropoli più grande d'Europa, un alveare di 5.000 tombe. Lungo il

percorso ci sarà la possibilità di immergersi nel fiume. Cena in ristorante e pernottamento nelle case di Ragusa Ibla.

Difficoltà: E – Dislivello: +500 m. – Durata totale: 5.30 ore.

5° giorno: Grotta delle Trabacche - Castello di Donnafugata - Scicli

Visita guidata alla grotta delle Trabacche; non si tratta di una grotta naturale bensì di una piccola catacomba scavata negli altipiani calcarei che caratterizzano i Monti Iblei. A seguire visita guidata al castello di Donnafugata, non un vero e proprio castello medievale bensì una sontuosa dimora nobiliare del tardo '800 nonché set di alcuni episodi del commissario Montalbano. Nel pomeriggio trasferimento sulla costa in località Punta Secca, dove vive e nuota il Commissario Montalbano. Dopo l'eventuale nuotata ci si sposta a Scicli. Passeggiata lungo la monumentale città barocca Patrimonio dell'Umanità. Cena in ristorante e pernottamento nelle case di Ragusa Ibla.

Giornata culturale.

6° giorno: Riserva Naturale Cava Grande del Cassibile - Noto

Escursione ad anello con trasferimento all'ingresso della Riserva Naturale Cava Grande del Cassibile. Istituita nel 1990 l'area protetta ingloba un tratto lungo circa 10 km del corso fluviale del Cassibile, uno dei più importanti fiumi della Sicilia sud orientale, che incassandosi fortemente tra le rocce del tavolato ibleo genera un canyon profondo in alcuni tratti oltre 250 metri, dalle ripide pareti fittamente vegetate. Non esistono probabilmente altri paesaggi fluviali come questo in Sicilia. Cava Grande del Cassibile, al pari di Pantalica cui è territorialmente vicina, conserva tesori archeologici di grandissimo valore, che testimoniano l'avvicinarsi di popolazioni dalla preistoria sino all'epoca bizantina. Lungo il percorso numerose saranno le piscine naturali formate dal fiume dove ci si potrà immergere.

Nel pomeriggio trasferimento a Noto. Sistemazione in B&B e successiva visita guidata della capitale del barocco, Patrimonio dell'Umanità, ricca di tanti monumenti e beni culturali, tra tutti la cattedrale.

Cena e pernottamento in hotel a Noto. ^[1]_[SEP]

Difficoltà: E – Dislivello: + 250 m. – Durata totale: 4 ore.

7° giorno: Riserva Naturale di Vendicari - Marzamemi - Isola delle Correnti

Escursione con trasferimento alla Villa Romana del Tellarò, ricca residenza extraurbana della tarda età imperiale, famosa perché al suo interno sono conservati splendidi mosaici risalenti IV secolo d.c.. Successivo trasferimento in pullman all'ingresso della Riserva Naturale di Vendicari. Istituita nel 1984 è oggi una delle zone umide più rappresentative d'Europa. Centinaia sono le specie d'uccelli che la scelgono ogni anno come luogo di sosta nel viaggio verso le zone di riproduzione. La riserva non è solo questo. E' infatti uno dei pochi luoghi in cui è ancora possibile osservare la tipica macchia mediterranea in tutto il suo splendore. L'escursione prevede di partire dall'ingresso principale e di raggiungere l'uscita nord di Eoro, costeggiando il Pantano Piccolo e quello Grande e fermandosi per fare il bagno nella suggestiva e limpida Calamosche. Nel pomeriggio visita di Marzamemi piccolo borgo di pescatori, e dell'Isola delle Correnti, estrema punta meridionale della Sicilia continentale. Cena e pernottamento in hotel a Noto. ^[1]_[SEP]

Difficoltà: E – Dislivello: +100 m. – Durata totale: 3 ore.

8° giorno: Siracusa

Trasferimento a Siracusa che non poteva non essere insignita anche lei del titolo di Patrimonio dell'Umanità, dato il suo notevole e numeroso patrimonio archeologico culturale ed artistico. Visita guidata di Ortigia, del Duomo e del parco archeologico della Neapolis, dove al suo interno si trovano il teatro Greco, l'orecchio di Dionisio e le Latomie. Trasferimento in aeroporto a Catania per la partenza.

Giornata culturale.

IMPORTANTE: Il programma può subire modifiche a causa delle condizioni meteorologiche o logistiche.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE:

- **MARTEDÌ 7 gennaio le domande di iscrizioni sono riservate ai soci della sezione di Trento compilando il modulo elettronico** a cui si può accedere **clickando sul indirizzo web che sarà pubblicato sulla newsletter di invio del programma del trekking e sul sito della sezione oppure inviando una mail a trekking.sattrento@gmail.com, contenente le medesime informazioni richieste sul modulo *on-line*;**
- **da MERCOLEDÌ 8 a DOMENICA 12 gennaio le domande possono essere presentate anche dai soci di altre sezioni CAI/SAT con le modalità sopra indicate.**

Max 25 posti (compreso accompagnatore)

Accompagnatori: **Paolo Weber con agenzia Misafumera - Trekking nelle Terre del Sud**

Sabato 24 – sabato 31 maggio

TREKKING TRA I PARCHI REGIONALI DI NEBRODI E MADONIE

(Sicilia) – Escursione T/E

1° giorno: Longi - Parco dei Nebrodi

Arrivo in aeroporto a Catania o Palermo. Trasferimento in pullman a Longi per una passeggiata nel piccolo borgo arroccato. Successiva sistemazione in agriturismo nelle campagne di Longi nel cuore del Parco Regionale dei Nebrodi. Cena e pernottamento in agriturismo.

Giornata culturale

2° giorno: Rocche del Crasto

Le Rocche del Crasto sono formazioni rocciose di natura calcarea dell'era mesozoica e rappresentano un raro esempio di rocce dolomitiche nell'Italia meridionale. Sono culla di una grande varietà di flora (orchidee, anemoni, primule, ciclamini, cardi, krokus, Euforbia ecc.) e fauna (lepri, istrici, donnole, ricci, volpi). Il paesaggio si compone di rocce, linee di faglia, ampie vallate e alte vette. Fra le sue aspre ed inaccessibili fenditure nidificano molte specie di rapaci, dal potente sparviero al velocissimo falco pellegrino, dal possente grifone alla maestosa aquila. Cena e pernottamento in agriturismo.

Difficoltà E – Dislivello +350 m. – Durata circa 4:30 ore

3° giorno: Cascate del Catafurco

30 m di cascata quella del Catafurco che nasce sul torrente San Basilio nel cuore del Parco Regionale dei Nebrodi. Alla base della cascata il continuo scorrere delle acque ha creato una cavità naturale chiamata Marmitta dei Giganti in cui, nella bella stagione, è possibile bagnarsi. L'escursione è un percorso ad anello che parte da Portella "Addrichi" e percorre un sentiero sterrato per alcuni chilometri prima di arrivare alla Cascata. Il ritorno si snoda sulla "trazzera" (mulattiera) che, passando per il vecchio villaggio di pastori di Molisa, porta fino alla Contrada di San Basilio. Cena e pernottamento in agriturismo.

Difficoltà E – Dislivello +300 m. – Durata circa 4:30 ore

4° giorno: Cozzo Luminario

Piano Pomo è una valle di forma suggestiva assimilabile ad un terrazzo depresso in contro pendenza. La pendice di sud ovest è coperta di faggi, quella esposta a sud-est di querce. Tra queste due pendici, sorge un bosco di agrifogli unico nel suo genere, con individui che possono raggiungere altezze superiori ai quindici metri. Continuando oltre Piano Sempria si raggiunge Cozzo Luminario punto panoramico sopra il centro abitato di Castelbuono e su Pizzo Carbonara, vetta più alta delle Madonie. Nel pomeriggio trasferimento a Castelbuono Cena e pernottamento in agriturismo.

Difficoltà E – Dislivello +500 m. – Durata circa 4:30 ore

5° giorno: Geraci Siculo - Petralia Soprana

Questo percorso offre siti di grande interesse naturalistico, boschi naturali di querce e agrifogli, boschi artificiali di conifere, vasti pascoli animati dalle mandrie dalla tarda primavera all'inizio dell'inverno, prati in quota, zone umide e faggete. Il tutto in un ambiente calcarenitico, che fa da serbatoio alle ricche acque delle Madonie. Nel pomeriggio passeggiata nel centro storico di Petralia Soprana eletto borgo più bello d'Italia nel 2019. Cena e pernottamento in agriturismo.

Difficoltà E – Dislivello +600 m. – Durata circa 5:00 ore

6° giorno: Pizzo Carbonara

Da quasi 2000 metri di altezza Pizzo Carbonara, seconda vetta della Sicilia dopo l'Etna, domina il paesaggio con uno sguardo a 360° che può raggiungere Ustica, le Eolie, l'Etna. Altrettanto incredibile è la conformazione carsica di queste aspre montagne, segnate dall'alternarsi di pascoli montani ricchi di basilisco e boschi a faggeta. Tutta l'area del Carbonara è piena di doline che rivestono notevole interesse geologico e antropologico. Fino all'immediato dopoguerra, venivano utilizzate da numerosi "nivalora" per accumularvi neve e prelevarla in estate, sotto forma di blocchi di ghiaccio da commercializzare. Nel pomeriggio trasferimento in pullman a Cefalù. Cena in ristorante e pernottamento in hotel.

Difficoltà E – Dislivello +400 m. – Durata circa 4:30 ore

7° giorno: Gratteri - Isnello

L'escursione fra le più panoramiche sulla costa di Cefalù prende il via presso l'abitato di Gratteri un piccolo centro definito "terrazza sul mare" per la sua posizione dominante. Proseguendo sopra al paese sarà possibile visitare Grotta Grattara antica condotta freatica. Scendendo poi lungo il sentiero si raggiunge il centro abitato di Isnello meta della nostra escursione. Cena in ristorante e pernottamento in hotel.

Difficoltà E – Dislivello +550 m. -650 m. – Durata circa 5:30 ore

8° giorno: Cefalù

Nella mattinata visita di Cefalù. Furono i greci, nel IV secolo a.C., a dare al centro indigeno il nome di Kefaloidion, dal greco kefa o kefalé, ovvero «testa, capo», riferito probabilmente al suo promontorio. Successivamente Cefalù fu conquistata e ne porta traccia, dai romani, dagli arabi, dai normanni e dagli spagnoli. Oggi è un caratteristico borgo medievale sormontato dalla Rocca normanna che sorge sui resti di un antico tempio greco dedicato a Diana e arricchito di un bellissimo duomo normanno, al cui centro è stato portato alla luce un prezioso mosaico bizantino. Molto caratteristico anche il lavatoio medioevale. Nella tarda mattinata o primo pomeriggio, in base all'orario del volo di rientro, trasferimento all'aeroporto a Palermo.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE:

- **LUNEDÌ 20 gennaio** le domande di iscrizioni sono riservate ai soci della sezione di Trento compilando il modulo a cui si può accedere cliccando sul indirizzo web che sarà pubblicato sulla newsletter di invio del programma del trekking e sul sito della sezione oppure inviando una mail a trekking.sattrento@gmail.com, contenente le medesime informazioni richieste sul modulo *on-line*;

- **da MARTEDÌ 21 a DOMENICA 26 gennaio** le domande possono essere presentate anche dai soci di altre sezioni CAI/SAT con le modalità sopra indicate.

Max 20 posti compreso accompagnatore

Accompagnatore: **Silvana Del Giudice con agenzia Misafumera - Trekking nelle Terre del Sud**

Sabato 4 – sabato 11 ottobre
TREKKING SULL'ISOLA DI RODI
(Grecia)

1 giorno: partenza da Trento e arrivo sull'Isola di Rodi, trasferimento e sistemazione in hotel

2 giorno: Lindos: "la perla del Dodecaneso" (lunghezza 11 km – m 350 salita- sentiero misto sassoso/terra battuta)

Il sentiero si trova sopra la baia di Vlichia e prosegue attraverso un suggestivo ambiente roccioso per continuare leggermente in salita contornato da rocce. La vista si apre sulla Baia di Navarone e dopo un centinaio di metri si potrà ammirare dall'alto l'Acropoli che domina il paesino di Lindos. Da qui si scende lungo un sentiero a volte impegnativo, si attraversa il paese e si prosegue verso la tomba di Kleovulos (antico governatore del VI secolo a.c.). Si ritorna al paese per un pranzo tipico greco. Tempo libero per un bagno al mare.

3 giorno: sette sorgenti (lunghezza 10 km – m 200 in salita – terreno sterrato)

Si parte dal paese di Archangelos. Il sentiero è comodo e passando attraverso uliveti ci porta alle 7 sorgenti, luogo famoso per la diga costruita da italiani negli anni 30' e il suo tunnel di 150 m che è possibile percorrere a piedi. L'intera area è ricca di sorgenti e varie specie di flora e fauna: una piccola oasi.

4 giorno: Akramitis e Monolithos "panorami e profumi" (lunghezza 10 km - m 550 salita – sentiero misto terra battuta/sassoso)

Il nostro sentiero parte da Monolithos e ci porta in vetta alla montagna più verde dell'isola attraverso un folto bosco e sentieri rocciosi. Riprendiamo il sentiero nel bosco per arrivare alla grotta "Limeri" e si passa nei pressi della chiesetta di Ag. Ioannis per giungere alla seconda cima dell'isola: il monte Akramitis. La discesa passa per un sentiero erto, a tratti impegnativo e sassoso, ma con un'affascinante veduta. Sosta pranzo in una tipica taverna nel paesino di Monolithos. Successivamente visita alle rovine del castello di Monolithos, costruito su un monolito alto 136 metri.

5 giorno: Città di Rodi, city tour e terme di Kalithea (giornata culturale)

Giornata culturale: prima tappa alle Terme di Kalithea dove la guida ci farà conoscere questo luogo costruito in epoca romana. Tour panoramico sul Monte Smith: Tempio di Apollo e Stadio antico. Visita guidata della città alla Porta di "Amboise", visita all'esterno del Palazzo del Gran Maestro, della Locanda d'Inghilterra e del Museo Archeologico. Tempo libero.

6 giorno: blu infinito, a picco sul mare: Agathi -Tsampika (lunghezza 16 km – m 550 in salita – percorso sentiero/strada di terra battuta)

Si partirà dalla baia di Agathi. Qui il sentiero prosegue talvolta impervio sulla scogliera a ridosso del mare e dopo un'incantevole spiaggia rossa si arriva a Stegna: villaggio tipico di pescatori. Pausa pranzo a base di pesce in una tipica taverna. Da Stegna si prosegue fino alla spiaggia di Tsambika per arrivare all'ascensione del piccolo monastero di Tsambika. Si potranno ammirare spiagge pittoresche e selvagge della costa est dell'isola. Si rientrerà per lo stesso sentiero.

7 giorno: nel cuore verde dell'isola, da Salakos a Profitis Ilias (lunghezza 8 km – m 500 in salita – sentiero sterrato/mulattiera)

Si camminerà su un incantevole sentiero nel bosco fino alla cima del "Profeta Elia" per ammirare il cuore verde dell'isola e assaporare il profumo e il silenzio della natura. Il Sentiero parte dal paese di Salakos e percorre un'antica mulattiera che ci porta ad una piccola cappella dedicata all'Arcangelo Michele e poi fino alla cima della terza montagna dell'isola il monte Profitis Ilias (798 m). Cipressi e pini di Aleppo fanno da contorno al nostro cammino.

8 giorno: colazione in hotel e trasferimento in aeroporto per il rientro a Trento (giornata di rientro)

MODALITÀ ISCRIZIONE

Sulla base del calendario che sarà comunicato

- **il primo giorno di iscrizione le domande saranno riservate**
 - a) ai soci della sezione di Trento, compilando il modulo acceduto con il link che sarà pubblicato sulla newsletter di invio del programma del trekking e sul sito della sezione, oppure inviando una mail a trekking.sattrento@gmail.com, contenente le medesime informazioni richieste sul modulo *on-line*;
 - b) ai soci della Sezione di Sardegna, inviando una mail a sardagna@sat.tn.it;
- i giorni successivi le domande potranno essere presentate anche dai soci di altre sezioni CAI/SAT con le modalità sopra indicate.

Max 20 partecipanti (compresi accompagnatori).

Accompagnatori: Daniela Gabardi e Walter Pisoni con guide Hiking Rhodes

Sabato 11 – sabato 18 ottobre

TREKKING ALL'ISOLA D'ELBA

Una delle isole più belle del Mediterraneo, dall'incredibile varietà geologica, circondata da un mare cristallino, ricca di storia, di natura selvaggia e montagne affascinanti. Facendo base all'Hotel Punto Verde a Marina di Campo nella zona più autentica dell'isola, partiamo per incredibili escursioni alla scoperta di un territorio fantastico ed emozionante tra antichi boschi, valli rigogliose, scogliere a picco sul mare e montagne rocciose. L'energia e la bellezza del mare non sono soltanto una cornice di questo trekking, ma elementi al centro di questo trekking grazie alle meravigliose calette in cui ci si rilassa durante le escursioni o in cui si scende per una bella nuotata al termine di ogni passeggiata.

1° Giorno: Partenza da Trento, visita di Portoferraio ed arrivo in hotel

Piombino dove ci imbarchiamo sul traghetto per Portoferraio. Passeggiata libera per la città e partenza per l'hotel Belmare di Patresi (Marciana) in tempo per osservare il primo di tanti bellissimi tramonti sulla Corsica che potremo goderci durante la permanenza.

2° Giorno: Un viaggio nella storia e nelle ricchezze minerarie dell'Elba

Partendo dal grazioso paesino di S. Piero in Campo, attraversando la gariga di cisto e boschetti di ginestra in fiore, rimaniamo sempre in vista della Costa del Sole e, poco distanti, le Coste della Corsica, l'isola di Pianosa e l'isola di Montecristo. Raggiungiamo la chiesa romanica di San Giovanni e la torre pisana che domina su San Piero in Campo e Sant'Ilario in Campo; poi i suggestivi e panoramici siti archeologici di Collaccio, Macinelle e Pietra Murata. Dopo un percorso tra vetusti boschi di castagno, antiche cave romane di granito ed altre testimonianze storiche, scendiamo alla spiaggia di Cavoli, dove potremo nuotare nell'omonima baia in un mare trasparente ed un fondale bianco!

Dislivello in salita m 350 e in discesa m 600; lunghezza: 12 km

Nuotata a Cavoli.

3° Giorno: Le montagne ferrose della zona est, il Castello del Volterraio ed il Santuario di Monserrato

Montagne spigolose, fatte di roccia rossa come il ferro ossidato di cui sono composte, sempre circondate dal mare, sono le protagoniste di questa giornata che ci porterà a godere di panorami stupendi su tutto il lato sud-est dell'Arcipelago Toscano ed il continente. Siamo nella zona del grazioso villaggio di Porto Azzurro, attraverso una fresca pineta saliamo fino all'impervia cima del Monte Mar di Capanna, da qui procediamo fino al Monte Castello e poi Cima del Monte, da cui ridiscendiamo in direzione dell'austero castello del Volterraio. Al ritorno scendiamo al monastero di Monserrato. Prima di tornare in hotel, una sosta sulla spiaggia di Barbarossa, una delle spiagge di Porto Azzurro.

Dislivello in salita e in discesa m 730; lunghezza: 17 km

Nuotata a spiaggia Barbarossa

4° Giorno: Da Marciana Marina a Patresi per la baia di Sant'Andrea

Partendo dal villaggio sul mare di Marciana Marina percorriamo un'antica via che collegava vari villaggi costieri attraversando (e soffermandoci per un bagnetto) alcune spiagge paradisiache.

Dislivello in salita e in discesa m 550 ; lunghezza: 14 km

Nuotata a Sant'Andrea

5° Giorno: Il Monte Capanne

Tra Castagneti ed antichi "caprili" abbandonati, sulle rocce dove regnano i mufloni, arriviamo sulla cima più alta per godere di un panorama di impareggiabile bellezza su tutta l'isola, sull'Arcipelago Toscano, sulla Corsica e sulla costa Toscana. Da qui ridiscendiamo sul versante nord-ovest passando per antichi eremi immersi nei bellissimi castagneti e sfruttando le mulattiere fatte ristrutturare da Napoleone!

Dislivello in salita e in discesa m 750; lunghezza: 18 km

Nuotata a Marina di Campo o a Patresi una volta tornati in hotel

6° Giorno: Il doppio anello del Golfo di Campo: Capo Poro e Capo Fonza

Partendo accanto a Marina di Campo, ci inoltriamo su un sentiero tra la macchia mediterranea a picco su un mare turchese limpidissimo. Camminando immersi in bellissimi boschi di leccio, arriviamo al piccolo faro di Capo Poro, da cui si gode di un panorama mozzafiato sulla baia di Marina di Campo e sulle isole dell'arcipelago. Da qui scendiamo alla selvaggia spiaggia di Galenzana, dove possiamo approfittare per un primo bagno rinfrescante. Poi procediamo fino a Marina di Campo. Nel pomeriggio l'escursione continua sull'altro lato del golfo, fino alla spiaggia di Fonza, dove sta volta ci aspetta una nuotata coi fiocchi!

Dislivello in salita e in discesa m 380; lunghezza: 15 km

Nuotata a Fonza o a Marina di Campo

7° Giorno 7: Le miniere di Capoliveri e partenza

Dopo la colazione lasciamo l'hotel in direzione Capoliveri dove ci immergeremo nell'ormai dimenticato mondo delle miniere di ferro dell'Isola d'Elba. Intorno all'ora di pranzo, si parte da Portoferraio per tornare a Piombino e a Trento.

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Sulla base del calendario che sarà comunicato

- il primo giorno di iscrizione le domande saranno riservate ai soci della sezione di Trento, compilando il modulo acceduto con il link che verrà pubblicato sulla newsletter di invio del programma del trekking e sul sito della sezione, oppure inviando una mail a trekking.sattrento@gmail.com, contenente le medesime informazioni richieste sul modulo *on-line*;
- i giorni successivi le domande potranno essere presentate anche dai soci di altre sezioni CAI/SAT con le modalità sopra indicate.

max 25 persone (compreso l'accompagnatore)

Accompagnatore: **Anna Guastalla**

LE ESCURSIONI SOCIALI DEL GRUPPO "SAT PIEDICASTELLO"

PROGRAMMA ESCURSIONI 2025

Per info e iscrizioni scrivere a gruppo.sat.piedicastello@gmail.com

Domenica 26 gennaio

Dal Rifugio Pederù (m1545) al Rifugio Fanes (m 2062) e Rifugio Laverella (m 2042)

(Dolomiti di Fanes – Val Badia)

Escursione **E** con le ciaspole

Da San Vigilio di Marebbe si arriva fino al **Rifugio Pederù (m 1534)** e dal parcheggio si sale per segnavia n. 7 verso **Fanes**. All'Ucia des Montagnoles si prende il sentiero che in 10 minuti porta al **Rifugio Lavarella** (chiuso in inverno). Si ritorna indietro e dal bivio in breve si raggiunge il **Rifugio Fanes**, aperto anche in inverno. Si ritorna per la stessa via.

Dislivello in salita e in discesa m 599 - percorso totale ore 5:00.

Accompagnatori: **Carla e Franca Sartori, Gabriele Zago**

Domenica 16 febbraio

Dal Rifugio Serot (m 1566) al Passo La Portella (m 2152)

(Gruppo Lagorai)

Escursione **E** con le ciaspole

Poco prima del **Rifugio Serot (m 1566)** si prende il sentiero 371 per la Val Portelle, che sale ripido nel bosco, quindi prosegue in saliscendi fino all'altezza del Lago delle Prese. Mantenendosi sempre sul versante orografico di sinistra si prosegue fino ad un piccolo baito in legno a 1.985 m. Si prosegue fino al **Passo La Portella (m 2152)**. Si ritorna per la stessa via.

Dislivello in salita e in discesa m 586 - percorso totale ore 5:00.

Accompagnatori: **Franco Postinghel e Andrea Sartori**

Domenica 16 marzo

Rifugio Micheluzzi 1840 m e Val Duron – Val di Fassa

Escursione **E** con le ciaspole

Da **Campitello di Fassa (m 1414)** si prende la **Via Crucis** che sale ripidamente verso la piccola e suggestiva frazione di **Pian**. Seguendo le indicazioni per il rifugio Micheluzzi si prosegue tra gli abeti innevati fino a raggiungere **Baita Fraines**.

In circa ore 1.30 si raggiunge quindi un altipiano, dove è situato il **Rifugio Micheluzzi (m 1840)**. La valle ora si apre in un lungo alpeggio e prosegue pianeggiante fino alla **Baita Lino Brach (m 1856)** e oltre fin quasi alla testata della valle, tra caratteristiche baite e fienili, con splendida vista sui Denti di Terrarossa e il Catinaccio di Antermoia. Si ritorna per la stessa via.

Dislivello in salita e in discesa m 500 - percorso ore 5:00 circa.

Accompagnatori: **Carla e Franca Sartori, Gabriele Zago**

Domenica 13 aprile

Via dei Masi di Val d'Ultimo

Escursione circolare E

Da **Località Pracupola in Val d'Ultimo** si sale verso i Masi Unter ed Oberhof, un antico gruppo di masi con bellissimo fienile, si prosegue lungo la vecchia strada in leggero saliscendi toccando i numerosi masi dell'antica via con splendido panorama sul fondovalle, per arrivare quindi a **Santa Gertrude** (sosta per pranzo al sacco in area attrezzata).

Si ritorna percorrendo il versante occidentale della valle, con sosta per ammirare i "Larici millenari" (oltre 2000 anni di vita sono le più antiche conifere d'Europa).

Dislivello in salita e in discesa m 320 - percorso totale ore 5:30 – 18 km

Accompagnatori: Carla e Franca Sartori, Gabriele Zago

16 - 17 e 18 maggio – GITA SOCIALE – "DA DEFINIRE"

a cura di Dart Travel di Pergine Valsugana

Accompagnatori: Direttivo Gruppo SAT Piedicastello

Domenica 29 giugno

GIRO DELLE TRE CIME DI LAVAREDO - DOLOMITI DI SESTO

Escursione circolare E

Dai pressi del **Rifugio Auronzo (m 2320)** si prende verso Est il sentiero n. 101 e si prosegue fino al **Rifugio Lavaredo (m 2342)**, ai piedi della Cima Piccola. Si prosegue verso la Forcella Lavaredo 2541 m e, passando sotto le pareti ovest del Monte Paterno, si raggiunge il **Rifugio Locatelli (m 2405)**. Seguendo il sentiero n. 105 si scende nell'avvallamento della Grava Longa e quindi si risale fino alla **Forcella di Mezzo (m 2315)**. Da qui con percorso pianeggiante si torna al parcheggio.

Dislivello in salita e in discesa m 500 - percorso ore 4.30 circa.

Accompagnatori: Carla e Franca Sartori, Gabriele Zago

Domenica 27 luglio

SALITA AL CROZ DELL'ALTISSIMO – GRUPPO DEL BRENTA

Escursione EE

Da Molveno (TN) con gli impianti di risalita fino al Pradel e poi al panoramico **Rifugio Montanara (m 1515)**. Il sentiero ben segnalato in direzione nord risale un ripido bosco, supera il bivio per il Pizzo Galino, conduce fino all'ampia conca dei Mandrini, da dove, a sinistra porta alla cima sud-est con la croce del **Croz dell'Altissimo (m 2339)**. Si ritorna per la stessa via.

Dislivello in salita e in discesa m 830 - percorso totale ore 5:30

Accompagnatori: Franco Postinghel e Andrea Sartori

Domenica 7 settembre

RIFUGIO TUCKET DA VALLESINELLA – GRUPPO DEL BRENTA

Escursione E

Con il bus navetta da Madonna di Campiglio si raggiunge il **Rifugio Vallesinella (m1540)**. Si segue il **sentiero**

per le Cascate Alte, che conduce a questo spettacolare monumento naturale in 20 minuti. Si prosegue sul sentiero n. 317B, in direzione del **Rifugio Casinei (m 1850)**. Si prosegue sul sentiero n. 317, che porta in poco più di un'ora sopra il limite del bosco, ai piedi dell'immensa roccia del **Castello di Vallesinella**. Ci troviamo in mezzo alle Dolomiti di Brenta e dopo l'ultimo pezzo di sentiero in salita si raggiunge il **rifugio Francis Fox Tuckett e Quintino Sella**, ad oltre **quota 2200 m**.

Si ritorna seguendo il sentiero n. 328 fino al **Rifugio Casinei** e quindi il sentiero n. 317 fino al **Rifugio Vallesinella**

Dislivello in salita e in discesa m 768 - percorso totale ore 5:00.

Accompagnatori: **Franco Postinghel e Andrea Sartori**

Domenica 5 ottobre

VAL DI FUMO – PARCO ADAMELLO BRENTA

ESCURSIONE E

Dal parcheggio alla diga di **Lago di Malga Bissina (m 1800)** si segue il sentiero n. 240 che ci conduce, costeggiando il lago, alla **Malga Breguzzo (m 1826)**. Da qui, costeggiando il Chiese, si risale fino alla Malga Val di Fumo 1887m che si trova proprio sotto al **Rifugio Val di Fumo (m 1918)**. Si prosegue sul sentiero 240 sempre lungo il fiume Chiese, fino alla **Casera delle Levade (m 2056)** – 12 km.

Si ritorna per la stessa via fino al **Rifugio Val di Fumo** e poi si prosegue sul versante opposto del Chiese fino alla Malga Breguzzo.

Dislivello in salita e in discesa m 256 – percorso totale ore 5:00 circa.

Accompagnatori: **Franco Postinghel e Andrea Sartori**

Domenica 23 novembre

PRANZO SOCIALE

L'ALPINISMO GIOVANILE



ALPINISMO GIOVANILE

SAT sez. di Trento - Via Mancini, 57

www.sattrento.it - ag.sattrento@gmail.com



PROGRAMMI 2025

“ LA MONTAGNA INCANTATA ” per socie/soci 9-14 anni

“ LA MONTAGNA 360° ” per socie/soci 14-18 anni

La Commissione di Alpinismo Giovanile (A.G.) della sezione SAT di Trento ha formulato anche per l'anno 2025 un progetto rivolto alle giovani generazioni. Trattasi in particolare di due percorsi distinti per età: “La Montagna incantata” per la fascia d'età: 9-14 anni, “La montagna 360°” per la fascia d'età 14-18 anni.

In linea con il Regolamento della Sezione, recentemente revisionato (www.sattrento.it, link Regolamento Sezione), gli accompagnatori facenti parte della Commissione A.G. hanno l'obiettivo di avvicinare i giovani al mondo della montagna in una modalità accattivante, sicura ed istruttiva, attraverso una conoscenza il più possibile approfondita dell'ambiente naturale sotto il profilo climatologico, geologico, botanico, faunistico, storico e geografico.

Per la maturazione consapevole delle giovani generazioni non meno importante è lo sviluppo di capacità trasversali, quali la cura ed il rispetto dei territori che si frequentano, un'adeguata fruizione della montagna (zaino, attrezzatura, alimentazione, meteo, ...), l'accrescimento nel “team building” (formazione di un gruppo di giovani accomunati da un'identica passione), la capacità di condivisione e collaborazione reciproca, nonché la promozione di significative esperienze di rete ed inclusività.

La presenza di un gruppo di socie e di soci volontari di varie età che si dedicano con passione al settore dell'Alpinismo Giovanile come sopra definito, sarà affiancata dalla collaborazione - in alcune uscite proposte - da esperti di altre Associazioni del Territorio e di SAT Centrale; laddove necessario, anche dal coinvolgimento di alcune Guide Alpine con le quali la Sezione collabora abitualmente.

Ciascun programma prevede un'uscita mensile, nella giornata di domenica, a partire da gennaio 2025. Sia il raggiungimento della destinazione sia il rientro dalle uscite avverrà possibilmente con mezzi pubblici o di trasporto collettivo allo scopo di sensibilizzare i partecipanti ad una riduzione degli impatti ambientali, sociali ed economici generati dai veicoli privati.

Per partecipare al programma (o alle singole uscite) risulta necessario il tesseramento al sodalizio SAT, preferibilmente alla Sezione di Trento, che ha il seguente costo annuale: € 16,00 (nati dal 2007), dal secondo figlio € 9,00: l'iscrizione comprende l'invio del bollettino SAT (digitale), lo sconto del 50% sul pernottamento nei Rifugi CAI/SAT, la copertura assicurativa relativa agli infortuni se verificatisi durante l'attività con la Sezione.

Nel primo programma (*La montagna incantata*) il filo conduttore che unirà le diverse uscite sarà rappresentato dalle numerose leggende e fiabe tramandate in tutta la Regione, racconti creati dalla fantasia popolare presenti in numerosi luoghi delle nostre vallate alpine. Le voci narranti degli accompagnatori racconteranno, durante le uscite, la leggenda che caratterizza l'ambiente che si andrà ad esplorare; storie di folletti,

streghe, animali misteriosi, luoghi segreti ed incantati, ...le montagne del Trentino e dell'Alto Adige si raccontano attraverso le leggende delle proprie genti. Facendo nel contempo conoscere quei racconti, quel patrimonio millenario che rischia di disperdersi al giorno d'oggi, in un momento storico dove la tecnologia e l'iperattività dei giovani permette raramente di scoprire la lettura e il fascino dei miti antichi.

Le diverse esperienze verranno documentate sul "*Diario di Vetta*", fornito gratuitamente dalla Sezione, dove i ragazzi trascriveranno i propri appunti, idee, disegni, dettagli etc. dell'uscita; su di esso (come per gli anni precedenti per "La montagna in tutti i sensi" (2023) e "La montagna sotto-sopra" (2024) gli accompagnatori applicheranno al termine di ogni uscita un apposito "bollino" che "certifica" l'adesione del partecipante alla determinata uscita. Così facendo si verrà a creare un "sistema premiante" che avrà come punto di arrivo il Campo Estivo di Val Campelle 2025 e la premiazione di fine anno.

NB! CAMPEGGIO VAL CAMPELLE da domenica 6 a domenica 13 luglio 2025

La prenotazione della struttura avverrà nei primi mesi del nuovo anno e sarà data precedenza nelle iscrizioni a chi avrà frequentato le uscite del programma 2025 e agli iscritti alla Sezione di Trento.

Nel secondo programma (*La montagna 360%*) si cercherà invece, salvaguardando il fondamentale aspetto educativo, di trasmettere ai partecipanti la passione per la montagna attraverso diversificate esperienze: da quelle in ambiente innevato (ciaspolate d'avventura con utilizzo di strumenti di ricerca Artva, Pala, Sonda), ad alcune ferrate (prealpi e dolomiti), all'alta quota (pernotto al rifugio Vioz), all'escursionismo d'avventura e per finire canyoning e speleo.

NB! TREKKING DI 3 GIORNI ALL'ALPE DI SIUSI da venerdì 29 a domenica 31 agosto 2025

La prenotazione della struttura avverrà nei primi mesi del nuovo anno e sarà data precedenza nelle iscrizioni a chi avrà frequentato le uscite del programma 2025 e agli iscritti alla Sezione di Trento.

E poi...

In primavera verranno organizzati due CORSI DI ARRAMPICATA (avviamento all'arrampicata e corso avanzato di arrampicata) con la collaborazione di Guide Alpine che collaborano abitualmente con la Sezione. Indicativamente si tratta di 4 uscite pomeridiane nella giornata di SABATO sulle falesie dei monti di Trento.

E per concludere...

- **14 dicembre 2025** — BRINDISI NATALIZIO con presentazione documentaria (video, foto, elaborati, premiazione, etc.) dell'attività svolta nel corso del 2025 e presentazione programma 2026

EXCELSIOR!
GLI ACCOMPAGNATORI



L'Alpinismo Giovanile della SAT
di Trento presenta:

La montagna incantata

Programma 2025 - ragazzi 9- 14 anni

11 - 12 gennaio: "LA LEGGENDA DELL'AQUILA DI PIETRA DEL BONDONE" - Pernottamento al Malghet di Sopramonte con ciaspolata notturna

9 febbraio: "SOREGHINA, LA FIGLIA DEL SOL" - Ciaspolata diurna sui Monti Pallidi

9 marzo: "I FANTASMI DEL CASTELLO DI ARCO" - Ferrata Colodri e giro delle Creste del Castello

13 aprile: "Ecoraduno CLEAN & CLIMB" con Guide Alpine - Pulizia bosco e arrampicata in Valsugana. Aperto anche alle famiglie.

18 maggio: "PACHLERZOTTL, LA LEGGENDA DELLA STREGA" - Sentiero degli Omini di Pietra in Val Sarentino

14 - 15 giugno: "LA SAGA LADINA DEL RE LAURINO" - Pernotto al Rifugio nel gruppo del Catinaccio Rosengarten con traversata al Rifugio Bergamo / Rifugio Tires

6 - 13 luglio: "IL MISTERO DELLA MONTAGNA" - Campeggio estivo
Val Campelle 2025

23 - 24 agosto: "LA LEGGENDA DELLA LONTRA DEL PRIMIERO" - Salita al Monte Pavione dall' Altopiano della Vederna con tendata e cena trapper

21 settembre: "LE STREGHE DELLO SCILIAR" - Sentiero ad anello alla Panca delle Streghe sul Monte Bullaccia, Alpe di Siusi

12 ottobre: "LA LEGGENDA DEL BECCO DI FILADONNA" - Salita dal Rifugio Sindech e dal Rifugio Casarota con i simpatici alpaca

9 novembre: "LA LEGGENDA DELLA PRINCIPESSA TRESENGA" - Castagnata al Lago di Tovel con famiglie.

14 dicembre: Festa di fine anno!



✉ ag.sattrento@gmail.com
📷 [sat_trento_a.g](https://www.instagram.com/sat_trento_a.g)
📘 Alpinismo Giovanile Sat Trento
🌐 www.sattrento.it



*Scannerizzare il QR code per scoprire tutto il programma 2025. Ricordiamo che per prendere parte alle gite serve essere iscritti alla SAT. Le date potrebbero subire variazioni o essere a numero chiuso.



L'ALPINISMO GIOVANILE DELLA SAT
DI TRENTO PRESENTA

LA MONTAGNA

360°

PROGRAMMA 2025 RAGAZZE/I 14-18 ANNI

9 FEBBRAIO

Ciaspolata al Passo Rolle (verso Baita Segantini) in collab. con Scuola Alpina Guardia di Finanza e Unità Cinofila (ricerca sepolto con prove ARTVA, Pala e Sonda)

30 MARZO

Ciaspolata d'avventura in Lagorai con mèta da decidere sulla base delle condizioni di innevamento

27 APRILE

Ferrata del Rio Secco con guide alpine e collaborazione con SAT A.G. San Michele

25 MAGGIO

Escursione sulla leggendaria Strada delle 52 gallerie del Monte Pasubio

29 E 30 GIUGNO

Uscita in alta quota - Rifugio Vioz e Cima Vioz con visita al Museo Punta Linke e pernottato al rif. Mantova al Vioz (m. 3.525)

27 LUGLIO

Canyoning con guide alpine. Emozionante avventura con tuffi e calate su torrente alpino





29 / 30 / 31 AGOSTO

Trekking di 3 gg all'Alpe di Siusi con pernotta in autogestione a Malga Boccia (CAI Bolzano) 2 uscite:

- a) anello Rif. Bolzano e rif. Tires
- b) da Saltria al rif. Pertini e salita sul Sasso Piatto

27 / 28 SETTEMBRE

Via ferrata delle Bocchette Centrali con pernotta al rif. Alimonta (raggiunto da M.di Campiglio). Rientro dalla Bocca di Brenta, rif. Pedrotti/Tosa e rientro a Molveno (via Ferrata con Guide Alpine)

26 OTTOBRE

Attività speleo al Bus della Spia (Sporminore) in collab. con Gruppo Speleo

9 NOVEMBRE

Escursione autunnale a Tovel coi ragazzi del percorso "La Montagna incantata" presso Malga Tuena con castagnata conclusiva allo Chalet Tovel

DICEMBRE

Serata in Sezione con consegna diplomi

- ✉ ag.sattrento@gmail.com
- 📷 [sat_trento_a.g](https://www.instagram.com/sat_trento_a.g)
- 📘 Alpinismo Giovanile Sat Trento
- 🌐 www.sattrento.it

*Ricordiamo che per prendere parte alle gite serve essere iscritti alla SAT. Le date potrebbero subire variazioni o essere a numero chiuso.



Gli incontri si terranno alle ore 20:30 presso la Casa della SAT – Sala A. Pedrotti, Via Mancini 57, Trento.
Ingresso libero.

Martedì 14 gennaio

ISLANDA TOUR – la terra del fuoco e del ghiaccio

Claudio Battan

Martedì 21 gennaio

Dolomiti Open: dalla montagna inclusiva ai beni collettivi

I ragazzi dell'associazione Dolomiti Open ASD

Martedì 28 gennaio

PAESAGGIO RIFUGIO. Visioni e incontri di un altrove alpino” Documentario prodotto da TSM - Accademia della Montagna

Michele Trentini e Andrea Colbacchini

Martedì 4 febbraio

Alta quota, alimentazione e idratazione

Antonella Bergamo

Martedì 11 febbraio

NUN 2024 – in cima all'amicizia – Spedizione alpinistica in Himalaya indiano

Alessandro Rossi

Martedì 18 febbraio

IL DESTINO DI UNA GOCCIA D'ACQUA dal Trentino al Pakistan in bicicletta

Yanez Borella

Martedì 25 febbraio

PUMORI 7161 M – Figlia dell'Everest

Angelo Giovanetti , Trentino for Langtang ODV

Martedì 4 marzo

SENZA SOSTA - Tutti i 4000 delle Alpi in continuità

Franco Nicolini e Diego Giovannini

Martedì 11 marzo

La traversata dell'Asia in bicicletta. Mongolia, Cina, Tibet e Nepal

Alessandro de Bertolini

Martedì 25 marzo

*Sopra le montagne... **IL SOLE** e i suoi misteri*

Mirco Elena

Martedì 1 aprile

Orientamento e cartografia in montagna e sistemi di allertamento dei soccorsi in caso di bisogno

Collegio Guide alpine del Trentino e Soccorso Alpino e Speleologico Trentino

Martedì 8 aprile

LE VIE DELL'ACQUA. Un viaggio attraverso le montagne vuote dalle nuvole alla sorgente

Gruppo speleologico SAT Lavis

Martedì 15 aprile

MARMOLADA – Madre roccia. Documentario prodotto da Sky

Massimo Faletti e Maurizio Giordani

Giovedì 17 aprile

Serata auguri di Pasqua

Giovedì 18 dicembre

Serata auguri di Natale

IL PROGRAMMA DELLA COMMISSIONE BOTANICA

| DATA | INIZIATIVA |
|-----------------------|---|
| Giovedì 16/01/2025 | Conferenza micologica a cura di Marco Floriani del Gruppo Bresadola . Caratteristiche botaniche ed ecologiche dei principali funghi mangerecci e velenosi del territorio trentino. |
| Giovedì 30/01/2025 | Conferenza su “Comunicazione e cooperazione nel mondo vegetale” . A cura di F. Bigaran, L. Sottovia, M. Valli, C. Bonomi . |
| Giovedì 06/02/2025 | Conferenza del prof. Antonio Sarzo su “Le nostre erbe selvatiche commestibili” . |
| Giovedì 6/03/2025 | Conferenza su: “Le piante tossiche e velenose” a cura di Lina Bortolameotti, Tiziana Dal Lago, Michaela Pranzelores |
| Giovedì 13/03/2025 | Escursione botanica alle Marocche di Dro con Gino Zambanini e Lucio Sottovia . |
| Giovedì 20/03/2024 | Conferenza su “Le piante alimurgiche” , ossia le erbe selvatiche commestibili in Trentino. Caratteristiche ed habitat – il loro utilizzo in cucina. A cura di Antonella Agostini . |
| Giovedì 03/04/2025 | Conferenza su: “I boschi di faggio e di larice in Trentino, caratteristiche botaniche, aspetti tecnici e condizioni ecologiche” . A cura di esperti dei Servizi forestali provinciali. |
| Giovedì 17/04/2025 | Visita ai laboratori di ricerca e produzione e al Giardino scientifico di "Confort Zone" a Parma , azienda specializzata in cosmesi e agricoltura biologica rigenerativa (it.comfortzoneskin.com) e visita al “Labirinto della Masone” a Fontanellato |
| Giovedì 08/05/2025 | Escursione ciclo-botanica da Trento, lungo la ciclabile dell’Adige al biotopo della foce dell’Avisio e al Giardino dei Ciucioi a Lavis . |
| Giovedì 15/05/2025 | Escursione botanica al “biotopo vecchio Adige - Taglio di Nomi” e birdwatching |
| Giovedì 22/05/2025 | Visita all'Azienda agricola produttrice di piante officinali per il benessere e la cosmesi GioVe officinali a Grumes – Val di Cembra. |
| Giovedì 05/06/2025 | Alla scoperta della botanica cittadina . In collaborazione con il Comune di Trento. |
| Giovedì 10/07/2025 | Escursione botanica sul Monte Peller |
| Giovedì 17/07/2025 | Visita guidata al giardino botanico alpino "Giangio Lorenzoni" nel Cansiglio (BL). |
| Giovedì | Visita guidata all' oasi WWF in Valtrigona , accompagnatore Stefano Mayr . |

| | |
|-----------------------|--|
| 31/07/2025 | |
| Giovedì 04/09/2025 | Uscita micologica. |
| Giovedì 25/09/2025 | Gli abeti di risonanza del Parco di Paneveggio. |

Nota:

Le conferenze si terranno presso la Sala Pedrotti, 1° piano della Casa SAT, Via Mancini 57 a Trento, dalle ore 20:30 alle ore 22:30/23:00.

Ulteriori escursioni botaniche potranno essere inserite in sostituzione di altre o aggiunte nel caso di disponibilità di organizzatori e partecipanti e del programma delle "Escursioni sociali del mercoledì".

LA MANUTENZIONE SENTIERI

Nel corso del 2024 la Commissione sentieri ha effettuato complessivamente 12 uscite che hanno coinvolto 13 volontari, per un totale di 244 ore di lavoro.

Sono stati controllati tutti i sentieri di pertinenza della Sezione, provvedendo ad opere di decespugliamento e sramatura, segnaletica orizzontale e sistemazione di pali segnaletici.

Anche per il 2025 è in previsione il controllo di tutti i sentieri di nostra pertinenza. Dato che il lavoro di manutenzione è particolarmente dipendente sia dal meteo che dalla situazione del terreno (impossibile lavorare in presenza di neve o anche su sassi o alberi bagnati) è difficile fare fin da ora una previsione puntuale delle uscite.

Si fornisce quindi un'indicazione di massima.

Fra la seconda metà di marzo e il mese di aprile si prevedono queste uscite (tenendo conto che in base alla disponibilità dei volontari in una stessa giornata, divisi in gruppi diversi, si possono coprire due tratti di sentiero):

sul sentiero San Vili basso da La Vela all'incrocio col sentiero 645;

sul sentiero 627–San Vili da La Vela all'incrocio col sentiero 611;

sul sentiero 611 da Ischia Podetti fino all'Hotel Lillà;

sul sentiero 627–San Vili dall'incrocio con il sentiero 611 ai Laghi di Lamar;

sul sentiero 615–Vigilius da Le Valene al bivio con il sentiero 627.

Nel mese di maggio si prevedono queste uscite:

sul sentiero 627 dai Laghi di Lamar a Ciago;

sul sentiero 627 da Ciago a Margone;

sui sentieri 627 e 627B da Ranzo a Malga Bael.

Nel mese di giugno, infine, si prevedono le uscite sui sentieri 636 e 636A di Cima Verde e delle Viote.

Corso di Gyrokinesis 2025

Anche per il 2025 la Sezione propone il corso di Gyrokinesis, che consiste in un ciclo di lezioni (10 + 1 recupero) ciascuna della durata di 60 min., tenute il venerdì - a partire dal 10 gennaio -dalla 9:00 alle 10:00 presso la sala Pedrotti della nostra sede, con istruttore certificato.

Gyrokinesis è un metodo per migliorare la flessibilità, la forza e la resistenza, ottimizzando la preparazione fisica per le camminate in montagna. Attraverso strumenti pratici sarà possibile ridurre il rischio di infortuni, grazie a esercizi mirati che aumentano la consapevolezza corporea e l'equilibrio oltre a sostenere il benessere psicofisico, migliorando nel contempo la concentrazione e la gestione dello stress attraverso tecniche di respirazione e movimenti fluidi.

Per informazioni e iscrizioni, a partire dal 2 gennaio inviare una mail a gite.sattrento@gmail.com con oggetto "corso di Gyrokinesis".