



Sezione di Livorno

Club Alpino Italiano

Nando Bastianelli – Lido Del Nista

Fondata nel 1888



47° GITONE ALPINISTICO – ESCURSIONISTICO

Dolomiti - Pale di S. Martino

9 -16 luglio 2016

Referente: **Mauro Ciampi** Tel.0586 502629- cellulare 329 3711854 e-mail: mauro.alp@libero.it .

Capi Gita: **Mauro Ciampi, Ettore Simoncelli**



L'Hotel Plank * m. 1500 c.** si trova a San Martino di Castrozza, immerso nelle Pale di San Martino: le più belle tra le Dolomiti! Localizzato a 5 minuti dal centro del paese, sulle sponde di un delizioso laghetto alpino, offre un'ottima vista delle montagne da una posizione letteralmente immersa nella natura.

**Quota di partecipazione Soci € 530.00 – Camera doppia o matrimoniale.
Camera singola Soci € 600.00.**

La quota comprende: viaggio in pullman GT al seguito - Hotel Plank *** - mezza pensione (comprese bevande ai pasti)
Accompagnamento durante le gite.

ATTENZIONE: per motivi logistici legati alla disponibilità camere e acconto Hotel, si pregano i Soci di prenotarsi il prima possibile in Sezione lasciando una caparra di € 50. Entro il 6 maggio anticipo quota di € 100 - Entro 10 giugno Saldo.

Programma Gite:

I tempi di percorrenza delle escursioni sono calcolati SENZA le soste .

Per i percorsi : ferrate EEA. È fatto obbligo dell'attrezzatura omologata .

I pranzi durante le gite si intendono al sacco, non compresi nella quota partecipazione.

Sabato 9 luglio - ore 6.45 carico bagaglio - Partenza ore 7.

Caserma Vannucci poi consuete fermate - arrivo a S. Martino di Castrozza previsto ore 15.

Domenica 10 luglio - Gruppo A : Cima Mulaz m. 2.906

Accesso: Dal P.so Rolle seguire la traccia per prati fino alla Baita Segantini e da qui scendere per la strada forestale fino alla Val Travignolo, attraversare per inserirsi sul sent. 710. Risalire il sentiero per svolte su ghiaione e qualche roccetta fino al piano della teleferica e da qui a sinistra attraverso ripide placche, poi sentiero fino al Passo del Mulaz m. 2619 . Dal passo seguire il sentiero a sinistra per svolte e poi ripido su ghiaie rosse fino ad un alto forcellino sopra un salto, poi a destra per un cengione e per sentiero lungo cenge e qualche roccetta comodamente alla cima del Mulaz m. 2.906

Discesa: Come per la salita.

Dislivello in salita e discesa m. 900 - Difficoltà EE. - Totale ore 6./ 6.30

Ambiente dolomitico superbo con panorama immenso su tutte le Dolomiti, dal Latemar alla Schiara.

Gruppo B : Col Verde m. 1.965

Salita: Dal Passo Rolle m. 1970- Sentiero 712 per strada bianca alla Baita Segantini e a Malga Fosse di Sopra. Si prosegue e ci si innesta al Sentiero 706 fino a Col Verde m. 1.965 – Classica traversata in quota sotto le grandi pareti del Cimon della Pala.

Discesa per Sentiero 701 a S. Martino .

Dislivello in salita m. 300 ore 3.30 - In discesa m. 500 ore 1.30 – Difficoltà E.



Lunedì 11 luglio – Gruppo A: Giro della Pala di S. Martino.

Con seggiovia e funivia alla Rosetta e al Rifugio Pedrotti - Sentiero n.709 fino al rifugio Pradidali ore 2.30. Si prende la Ferrata del Porton n. 739 fino alla Forcella Il Porton. Ore 2 . Si scende la breve Ferrata della Vecia e ci si innesta al sentiero 721 che porta a S. Martino. Ore 2.30 .

Dislivello in salita m. 350 - In discesa m. 850 - Difficoltà EEA. Totale ore 7.

Gruppo B : Rifugio Rosetta/Pedrotti m. 2.581. Discesa dalla Val di Roda- S. Martino.

Percorso: Dal Rifugio Rosetta/Pedrotti per l' altopiano delle Pale si prende il sentiero 702 che porta al Col de Le Fede e al Col dei Bechi. Sempre in discesa per la splendida Val di Roda ci si porta nei grandi prati nei pressi di S. Martino.

Dislivello in salita irrisorio – In discesa m. 1.030 - Totale ore 4.30 - Difficoltà E.



Martedì 12 Luglio – Gruppo A: Punta della Disperazione – Sentiero attrezzato del Canalone

Percorso: Dalla località Cant del Gal / La Rionda m. 1.160 al Rifugio Treviso m. 1.630. Prendere il segnavia n.720 per la Forcella delle Mughe. Risalire il Vallon delle Mughe per poi abbandonare il sentiero proseguendo verso dx per tracce di sentiero su ghiaie portandosi la base dell'inizio del caratteristico canalone. Grossa catena di ferro che aiuta la salita fino alla cima.

Per non ridiscendere per la ferrata si esegue l'anello che con un sentiero gira lungo le ghiaie basali del Punta della Disperazione per poi allacciarsi al sentiero 720 dal quale con 30 minuti di ripida discesa si giunge al rifugio. Quindi alla Ritonda.

Dislivello m. 650 in salita e discesa. Ore totali 4 . Difficoltà EEA.

Gruppo B: Traversata da Passo Cereda alla Ritonda /Cant de Gal .

Percorso: Dal Passo Cereda m. 1.370 si sale Sentiero 718 – Alta Via n. 2 – alla Forcella d’Otro m. 2.112. Da qui si scende al rifugio Treviso m. 1.630 e alla Ritonda m. 1.180.

Sentieri con scenari entusiasmanti, forme bizzarre di pareti e rocce.

Dislivello in salita m. 750 – In discesa m. 930 - Totale ore 5.30 – Difficoltà E.



Mercoledì 13 Luglio – Gruppo A: Ferrata Bolver-Lugli

Con seggiovia a Col verde, fino ad Imboccare il sentiero 712 (Dei finanziari) che porta all’attacco della ferrata.

Percorso: Si attacca la via ferrata superando lo zoccolo di I° grado, seguendo i segnavia rossi fino ad arrivare all’inizio vero e proprio del percorso attrezzato (in questo primo tratto non ci sono cavi). La via si svolge attraverso camini, placche verticali e sezioni più appoggiate, sempre godendo dello splendido panorama sul paese di San Martino. Il ripido tratto terminale porta fuori dalla grande parete del Cimone su un anfiteatro ghiaioso dov’è posto il Bivacco Fiamme Gialle m. 3005.

Posto sulla spalla del Cimon della Pala, il Bivacco Fiamme Gialle si raggiunge in 3h e 30’ dall’attacco.

Discesa: Dal bivacco Fiamme Gialle portarsi per tracce di sentiero marcate in rosso, alla forcella del Travignolo, per imboccare il sentiero 716, quindi attraverso la Val dei Cantoni e il Passo Bottega si raggiunge il Rifugio Rosetta (1 ora e 45'). Discesa con Funivia e seggiovia.

Dislivello in salita m. 1.000 - In discesa m. 400 - Totale ore 7. Difficoltà EEA.

Gruppo B: Rifugio del Velo m. 2.358. Da San Martino m.1466 per il sentiero alto della Val di Roda, il sentiero 721. In tutti i casi gran parte della salita si svolge nel piacevole fresco del bosco, accompagnati dagli scorci sulla Pala di San Martino, sui Campanili di Val di Roda e nella parte finale, dalle eleganti linee della Cima Madonna. Una breve e facilissima ferrata ben protetta porta al Rifugio del Velo.

Discesa: alla Malga Civertàghe m. 1.375 - Si scende fino a prendere la diramazione del sentiero 713 e ancora si scende la Val Vecia. Per strada forestale del Camoi si risale per km. 3.5 a S. Martino. Dislivello in salita m. 890 - In discesa m. 980 - Ore 6 - Difficoltà E +



Giovedì 14 Luglio- Gruppo A / B: Lago di Calaita m. 1.621

Percorso: Da S. Martino per strada forestale e sentiero fino al bellissimo lago. (Rifugio -ristorante)
Nella zona del Lago diverse possibilità di facili e molto panoramiche escursioni -

Dislivello in salita m. 250 - da S. Martino ore 2.30 - Discesa a Siror (strada S. Martino - Primiero) m. 800
Totale ore 4.30/5. Difficoltà T / E.

Venerdì 15 Luglio - Gruppo A: Il Cimerlo m. 2.503 per la Ferrata Dino Buzzati.

Percorso: Dal Rifugio Baita La Ritonda m. 1.160 si sgue stradina di circa km. 2.5 fino alla Malga Prati Fosne m. 1.350 Segnavia " sentiero attrezzato Dino Buzzati " - Sul sentiero747 si passa la Malga Prato Cimerlo e attraverso un bosco, mughì e detriti si arriva alla prima corda metallica. Per canaloni forcelle e piccoli gradini in parete più volte attrezzati, alla vetta si giunge alla vetta del Cimerlo. **Grandioso scenario roccioso.**

Discesa: Attraverso cenge rocciose attrezzate tra il Cimerlo e la Cima Stanga si raggiunge il Sentiero del Cacciatore. Si scende a sinistra in circa 1 ora al Rifugio del Velom.2.358. Per segnavia 713-721 si scende a S. Martino. Dislivello in salita m. 1350 - In discesa m. 1.100 - Totale ore 8. Difficoltà EEA.

Gruppo B: Monte La Cavallazza m. 2.324.

Percorso: Da S. Martino per Sentiero 348 al Rifugio Colbricon m. 1.922 - Laghetti - Si sale per facile sentiero alla vetta della Cavallazza m. 2.324.

Per crinale con sentiero brevemente attrezzato fino alla vetta della Tognazza m. 2.200 e sempre per ampio crinale al Passo Rolle m.1970.

Dal Rifugio si può raggiungere il Passo Rolle con piacevole passeggiata.

Panorami bellissimi sulle Pale.

Dislivello in salita m. 850 - Dislivello in discesa m. 350 - Totale ore 4.30 - Difficoltà E +



Sabato 16 Luglio: *carico bagagli e partenza ore 10.* **Arrivo a Livorno in serata.**

*– Le iscrizioni si ricevono presso la Segreteria nei giorni e orari di apertura.
Non si ricevono iscrizioni senza versamento acconto.*



CONDIZIONI GENERALI.

La quota di partecipazione comprende: assicurazione CAI contro infortuni (per i Soci in regola con le quote 2016); viaggio A/R in pullman GT; quota di iscrizione; sistemazione in hotel *** stelle con trattamento di ½ pensione (**bevande incluse**):

Possibilità su richiesta di colazioni al sacco nelle gite **non** comprese nella quota.

Le camere dispongono di servizi privati.

Sono inoltre a disposizione degli ospiti, sala bar (consumazioni non incluse), soggiorno, palestre, sauna a seconda regolamento dell'Hotel. Il trattamento in Hotel inizia con la cena di sabato 9 luglio e termina con la prima colazione sabato 16 luglio 2016. Tutto ciò che non è compreso nella "quota di partecipazione" (**impianti di risalita o mezzi pubblici, consumazioni al bar, bevande ecc.**) andrà pagato a parte.

RINUNCE: al partecipante rinunciatario che da informazione alla segreteria del CAI entro il 10 giugno 2016, **ed in assenza di un'iscrizione "sostitutiva"**, verrà rimborsata, se già interamente versata, la quota totale **detrato l'anticipo. Dopo tale data o in assenza di sostituzione, non verrà effettuato nessun rimborso.**

I rimborsi avverranno, di norma, nel mese successivo al rientro.

AVVERTENZE

1. L'iscrizione implica l'accettazione ed osservanza, da parte degli iscritti, del regolamento gite, del programma, degli orari e delle **eventuali varianti al programma gite o disposizioni accessorie che il Capo gita ritenesse opportuno adottare in corso d'opera.**
2. Per il rispetto dei tempi di viaggio e scongiurare possibili contrattempi, sono essenziali la puntualità e la massima sollecitudine nelle operazioni di carico e "imbarco" e durante le soste "tecniche".
3. La mattina del rientro, le camere dovranno essere tassativamente liberate entro le 10.00.
4. La Sezione del CAI di Livorno ed il Capo gita, per il fatto che sono gli organizzatori dell'iniziativa, non sono responsabili, salvo colpe dirette, di eventuali danni a persone o cose subiti o provocati dagli iscritti e per tutto il periodo della gita, durante lo svolgimento delle attività programmate.
5. Tutti i partecipanti dovranno avere al seguito un valido documento di identità. **I soci CAI dovranno avere anche la tessera associativa valida.**
6. Il capo gita, qualora ritenesse che qualcuno degli iscritti potesse rappresentare un pericolo per sé stesso o per il corretto svolgimento di una particolare escursione, ha titolo per escluderlo dalla partecipazione individuando col medesimo un'attività alternativa più adeguata.

Nel mese di giugno 2016, alle ore 21.00 presso la sede del CAI- Livorno, si invitano gli iscritti alla gita alla consueta riunione per la definizione dei dettagli, l'approfondimento del programma e per eventuali chiarimenti.



*L'ambiente dell'Hotel Plank ****



L'ambiente delle Ferrate



Le Pale di S. Martino

Composizione by Giustino