



*"ad excelsa tendo"*

## GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA SOTTOSEZIONE C.A.I. MILANO

Fondato nel 1923  
20122 Milano

via C.G. Merlo, 3 -

tel. 02.799.178

e-mail: [gam.milano0@gmail.com](mailto:gam.milano0@gmail.com)

Settimana verde dal 13 al 20 Luglio (da sabato a sabato)

**ESCURSIONISMO**

### **VAL di FASSA – MOENA 1200 slm.**

Splendida, idilliaca, serena VAL di FASSA si apre al centro dei gruppi dolomitici più famosi il cui paesaggio è vario: alle bianche crode dolomitiche con guglie e pinnacoli si alternano rocce nerastre di origine vulcanica, prati verdi, scarpate di ghiaia e boschi di conifere. Le attuali forme del paesaggio trovano spiegazione nella storia geologica ovvero una genesi di accumuli di conchiglie coralli e alghe calcaree, che in epoche remotissime emersero dal mare sotto la spinta di forze immane. E' circondata dai più importanti massicci come la Marmolada, il Sella, il Catinaccio e il Sasso Lungo, collegata alle altre valli attraverso la Statale 48 delle Dolomiti (a sud della V. di Fiemme) e con numerosi valichi.



L'Hotel che ci ospiterà è **"LA ROMANTICA" (0462/573298 -3482201715).**

Situato a MOENA 200 mt dalla piazza principale ma ubicato in una zona a traffico limitato, circondato dalle montagne più belle del mondo patrimonio UNESCO. Dotato di ampio e fresco giardino, dall'hotel partono la maggior parte delle passeggiate nei boschi e lungo i prati. Da quest'anno offre la

convenzione con le terme QC TERME DOLOMITI.

**Sab 13-**Partenza. Ritrovo indicativo P.le Loreto ang. Aumai. Autostrada A4 direzione Venezia, a Verona nord svincolo per A22, autostrada BRENNERO, uscire casello Egna/Ora, seguire SS48 Statale delle Dolomiti per Val di Fiemme, Cavalese, Predazzo e Moena (Val di Fassa) (distanza km. 49). **Tot KM stimati 310 ca. Soste libere** nel corso del viaggio in contatto con il resto del gruppo. Arrivo pomeriggio, consegna e sistemazione nelle stanze riservate cena e pernottamento.

**Dom- 14-** Colazione, ritrovo orario concordato 9,30. Escursione Rifugio PAOLINA (mt 2125 tel. 0471 612008 347 9489641) al rif. Roda di Vael (mt 2283 tel 0462 774450.). Da Moena raggiungiamo Vigo di F. e da qui il Passo di Costalunga. Nel centro turistico si trova la seggiovia che sale al rif. Paolina. (indicativamente 13.00 euro A/R). Parcheggio ampio e gratuito. Dal rif Paolina si prende il sentiero 539 di terriccio e sassi ma privo di difficoltà e in 40 minuti si arriva al monumento del Christomannos, un'aquila in bronzo, (2300 mt ca), si prosegue a destra con il 549 con saliscendi sassoso si arriva al Roda de Vael. Circa un'ora di percorso. Difficoltà M. Qui ci si ferma, ma volendo con il sentiero 545 con ripida discesa si raggiunge la malga Vael in circa 50', da segnalare che il ritorno al Roda si presenta ripido. Rientro previsto con seggiovia. Totale dislivello 300 mt.



**Lun-15** Colazione e ritrovo. Escursione Rif. MICHELUZZI (mt 1850 tel 0462 750050). Si raggiunge Campitello quota 1448 mt raggiunto il centro paese si supera il ponte e si svolta a sinistra, si procede in direzione Val Duron fino a raggiungere un parcheggio e si lascia l'auto. Da qui inizia la salita con i primi 200mt un po' ripidi poi si addolciscono e in un'ora e mezzo con 400 mt dislivello si arriva al rifugio. (segnavia 533). Difficoltà M. L'ultimo tratto torna un po' ripido ma ripagato dal gruppo Catinaccio e Sassopiatto. Per chi volesse è disponibile un servizio navetta per il rifugio (16,00 € A/R). Numeri riferimento taxi 336 352881 Volpi; 339 2796383 Mario.

Per i più arditi dal rifugio in 1 ora e 15' si arriva al rifugio SASSOPIATTO (mt 2290 tel 0462 601721 334 9569626).

**Mar-16** Colazione ritrovo. Escursione Rifugio LAREZILA. (mt 1760 tel 0462 573357 339 5211077), una deliziosa casetta immersa in una vegetazione bucolica. Da Moena una bella passeggiata percorrendo via S. Pellegrino

si attraversa obliquamente la statale per immettersi nella forestale che sale ripida ma sterrata fino al rifugio in circa 2 ore coprendo 550 mt dislivello; difficoltà M. Una variante più breve prevede l'arrivo in auto fino impianti LUSIA a 5' di auto da Moena e con il segnavia 625 ,primo pezzo un po' ripido, si incrocia la forestale e in un'ora e mezzo si arriva al rifugio.

**Merc-17.** Colazione ritrovo. Giornata GIRORIFUGI. Arriviamo a Passo Sella in 50' da Moena. Da qui sono raggiungibili alcuni rifugi; Friedrich August( **mt 2298 tel 0462 764919**) dislivello ca. 200 mt ore 0,45.'Si passa il rif. rifugio Valentini, rifugio Salei, tratto pianeggiante poi leggera salita che si fa più pendente e poi discesa al Friedrich. Ci troviamo sul sentiero Federico Augusto e con falso piano sterrato si arriva al Rifugio Sandro Pertini (**mt 2300 tel.328 8651993**) da dove si ammira il panorama che va dalla Marmolada al Catinaccio. Proseguendo dal Sassopiatto rifugio si prende a destra e con ca 280 mt discesa si arriva al rifugio ZALLINGER (mt 2037) nella parte superiore delle verde Alpe Siusi.Strada sterrata ed ampia . Difficoltà escursione facile /medio con pochi dislivelli. Tranne il ritorno dallo Zallinger in salita.

**Giov- 18.** Ritrovo. Escursione rif alpino BUFFAURE(**mt 2050 tel.0462 764101 cell. 339 5951401**), caratteristica capanna in legno dall'aspetto rustico. Da Pera di Fassa (1320 mt) di fianco al parco giochi a destra si prende la forestale e si arriva alla Malga Giumela da qui con segnavia 643 si sale al Buffaure dislivello 700mt ore 2 e mezzo ca. Il rifugio si raggiunge anche con telecabina da Pozza di Fassa(14,50 € A/R) e da qui 5' a piedi. Dal rifugio chi volesse con il sentiero 613 si raggiunge il rifugio CIAMPAC in un ora e mezzo ca (**mt 2148 tel 0462 600060**). **Difficoltà E.**



**Ven-19.** Ritrovo. La settimana con un'escursione un po' più impegnativa al rifugio LA VALLACCIA(**mt 2275Cell. 349 8866866.**) Si trova in mezzo alle praterie del Gardeccia sovrastato dalle maestose Cime 11.

Con l'auto arriviamo alla Malga Crocifisso (1526 mt)e si parcheggia. Da qui si prosegue su strada forestale fino Malga Monzoni,e si imbecca il sentiero 624. Il sentiero rimonta alcuni pascoli inclinati Dislivello 740 mt ca senza particolari difficoltà. (M).Dal rifugio si sale in 45' alla Cima Undici(2505 mt).

**Sab-20.** Colazione ed esaurite le formalità di check –out,partenza per Milano.

**Quote: Soci GAM 580,00 €. Soci C.A.I. 590,00€. Supplemento singola 15.00 € al giorno.** Le camere dall'arredamento in legno sono dotate di TV,telefono,balcone,Wi-Fi,bagni dotati di idromassaggio. L'hotel dispone di palestra e centro benessere gratuito con vasca idromassaggio e sauna, cascata fredda tonificante e doccia con cromoterapia. Presente l'ascensore. Sito [www.hotellaromantica.it](http://www.hotellaromantica.it)

La quota comprende:

-Mezza pensione (colazione con pane locale,crostate, yogurt,succhi e salato, formaggi affettati), la cena Prevede scelta tra 6 primi, 6 secondi e dessert, e comprende ½ litro acqua ed ¼ vino. Grande buffet di verdure.

-Centro benessere.

La quota non comprende:

-Il viaggio che verrà effettuato con mezzi propri condividendo le spese ad esclusione del guidatore.

Oppure con servizio AUTOSTRADALE(02 30089000) DIRETTO da MILANO senza cambi fino a Moena ove all'arrivo il gestore dell'hotel verrà a prendere gli ospiti.

-Tassa soggiorno pari a euro 1,00 salvo aumenti dal 2019.

- Quanto non espressamente specificato

**ISCRIZIONI: tramite versamento caparra 150,00 € entro 04 Aprile e saldo entro 20 giugno in contanti nelle serate di apertura della Sede: martedì dalle 18.30 all 3 20.30 e giovedì dalle 21.00 alle 23.00, oppure con bonifico bancario**

**sul conto del GAM presso la Banca Montepaschi Siena IBAN: IT62D0103001654000061104572 causale**

**Settimane Verdi 2019,indicando nome e cognome del partecipante e mandando copia del bonifico alla coordinatrice Cristina Mazzetti. Tel fisso 02 5395282 cell. 339 8320257 e mail. [cristina.mazzetti@alice.it](mailto:cristina.mazzetti@alice.it)**

**Al momento dell'iscrizione i partecipanti comunichino in caso di condivisione stanza il nominativo della persona con cui stare.**

**N.B. Il programma è indicativo, le escursioni sono state inserite su consigli delle APT locali e potranno subire variazioni in base alle condizioni meteo ed in relazione agli eventi atmosferici dell'ottobre u.s.**