

Con il contributo del



Comune di San Giovanni Lupatoto



GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA

San Giovanni Lupatoto

CAMMINALONGA 2018

Venerdì 6 e Sabato 7 Luglio

Camminata notturna da S. Giovanni Lupatoto a Cima Carega

L' appuntamento è fissato per

Venerdì 6 luglio ore 18,45

di fronte al comune di S. Giovanni Lupatoto.

Dopo i saluti, la registrazione, la firma sul foglio di partenza e le foto di rito, alle ore 19,30 prenderà ufficialmente il via la camminata che, risalendo tutta la Val d' Illasi, terminerà il giorno successivo con l'arrivo a Cima Carega.

Lungo il percorso saranno allestiti i consueti punti di ristoro.

LO SPIRITO DI QUESTA MANIFESTAZIONE E' QUELLO DI CONDIVIDERE UN'AVVENTURA IN COMPAGNIA, CONOSCERCI, FATICARE E, SE POSSIBILE, ARRIVARE TUTTI INSIEME ALLA META.

SICURAMENTE NON E' UNA CORSA A CHI ARRIVA PRIMO!!!

- **Quota di partecipazione:** € 30,00
- **Iscrizioni:** tutti i giovedì sera dalle ore 21.00 presso la pizzeria da Gianni a San Giovanni Lupatoto da Giovedì 17-05-2018
- **Termine ultimo per le iscrizioni:** Giovedì 14-06-2018

Per informazioni e iscrizioni: **Franca Bottura** cell. 3398027537
Ezio Damasconi cell. 3285427307

- BUONA CAMMINALONGA A TUTTI !!! -

www.gruppoamicidellamontagna.org

Seguici su **facebook**

info@gruppoamicidellamontagna.org

Con il contributo del



Comune di San Giovanni Lupatoto



CAMMINALONGA 2018

Venerdì 6 e Sabato 7 Luglio

Camminata notturna da S. Giovanni Lupatoto a Cima Carega

- LA MANIFESTAZIONE E' RISERVATA AI SOCI -

L'ISCRIZIONE ALLA MANIFESTAZIONE VALE QUALE AUTOCERTIFICAZIONE DI IDONEITA' AL SUPERAMENTO DELLE DIFFICOLTA' PREVISTE.

CON L'APPOSIZIONE DELLA FIRMA ALLA PARTENZA IL PARTECIPANTE DICHIARA DI AVER PRESO VISIONE DEL REGOLAMENTO E DI ACCETTARNE IL CONTENUTO.

Ci troviamo tutti i giovedì sera dalle ore 21,00 presso la pizzeria da Gianni di San Giovanni Lupatoto - Piazza Umberto I n° 79

www.gruppoamicidellamontagna.org



info@gruppoamicidellamontagna.org

Con il contributo del



Comune di San Giovanni Lupatoto



GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA

San Giovanni Lupatoto

CAMMINALONGA 2018

Venerdì 6 e Sabato 7 Luglio

Camminata notturna da S. Giovanni Lupatoto a Cima Carega

- 19ª EDIZIONE -

REGOLAMENTO

- *LA MARCIA SI SVOLGERA' TUTTI INSIEME, MANTENENDO LA MINIMA DISTANZA POSSIBILE TRA LA TESTA E LA CODA DEL GRUPPO DEI PARTECIPANTI. (Per vari motivi il percorso potrebbe subire delle modifiche durante la marcia).*
- *AI POSTI DI RISTORO, OGNI 1,5-2 ORE CIRCA, SI RIUNISCE TUTTO IL GRUPPO PRIMA DI RIPARTIRE PER LA TAPPA SUCCESSIVA.*
- *E' INDISPENSABILE MANTENERE IL RUOLINO DI MARCIA (tempi di percorrenza e di sosta) PER NON STRAVOLGERE LA MANIFESTAZIONE. (Chi non riesce a tenere il passo della comitiva, all'arrivo della tappa dovrà fermarsi e salire sul pulmino al seguito per riacquistare le forze...).*
- *PER L'ABBIGLIAMENTO DA TENERE DURANTE LA MARCIA, OGNUNO FARA' COME MEGLIO CREDE fatta salva la necessità di indossare in alcuni tratti del percorso il GIUBBETTO AD ALTA VISIBILITA'.*
- *NEI TRATTI SU STRADA E' OBBLIGATORIO INDOSSARE IL GIUBBETTO ALTA VISIBILITA' (tipo quello in dotazione ad ogni autoveicolo in caso di sosta forzata).*
- *CON L'ARRIVO A GIAZZA FINIRA' L'ASSISTENZA DEI MEZZI CHE TRASPORTANO IL MATERIALE, PER CUI OGNI PARTECIPANTE DEVE PROVVEDERE PER SE' FINO ALLE ORE 16,00 (orario presunto per il rientro al rifugio Revolto). CHI VORRA' LASCIARE DEL MATERIALE ALL' INTERNO DEGLI STESSI, LO POTRA' RECUPERARE AL RIENTRO, AL PARCHEGGIO PRESSO IL RIFUGIO REVOLTO.*
- *ALLA RIPARTENZA DA GIAZZA E' OBBLIGATORIO INDOSSARE SCARPONI ALTI DA TREKKING ED AVERE AL SEGUITO UNA DOTAZIONE MINIMA (bevande, barrette energetiche, vestiario idoneo per far fronte ad eventuali cambiamenti climatici sempre possibili in montagna, giacca impermeabile, maglia termica a maniche lunghe, guanti, berretto, pantaloni lunghi, telino termico, ecc.).*

Con il contributo del



Comune di San Giovanni Lupatoto



L'ORGANIZZAZIONE SI INCARICA DI:

- accompagnare gli iscritti lungo il percorso;
- fissare le varie tappe ed i tempi di percorrenza;
- raccogliere gli eventuali ritardatari (stanchi o infortunati);
- trasportare da una tappa all'altra con auto e/o furgoni gli zaini dei partecipanti;
- approntare punti di ristoro;
- provvedere all' eventuale recupero da Revolto a San Giovanni Lupatoto per chi non avesse trovato una diversa soluzione.

IL PARTECIPANTE DEVE PROVVEDERE A:

- eventuali cibi e bevande secondo proprie esigenze, da utilizzare durante il percorso;
- vestiario e occorrente vario per il freddo e/o la pioggia;
- giubbotto ad alta visibilità obbligatorio (tipo quello in dotazione a tutte le auto) da indossare in alcuni tratti del percorso;
- luce frontale o torcia per il tratto notturno (indispensabile);
- eventuale recupero in caso di problemi vari (in caso di ritiro il partecipante che non intendesse seguire la manifestazione per intero è tenuto ad organizzarsi per un eventuale rientro);
- Comunicare al momento dell'iscrizione eventuale necessità di rientro a fine manifestazione.

MATERIALE CONSIGLIATO

- *PANTALONI LUNGI ED UNA FELPA PER LA MARCIA NOTTURNA, SPRAY PER ALLONTANARE GLI INSETTI.*
- *SPOLVERINO O GIACCA A VENTO LEGGERA, BERRETTO O CAPPELLO.*
- *OMBRELLINO "TASCABILE".*
- *UN CAMBIO DI ABBIGLIAMENTO DA USARE IN CASO DI EMERGENZA (SOPRATTUTTO SE DOVESSE PIOVERE!!)*
- *ALIMENTARI E BEVANDE CHE OGNUNO RITIENE NECESSARIO (COMUNQUE DURANTE IL PERCORSO SONO ORGANIZZATE, SECONDO PROGRAMMA SOSTE, PUNTI DI RISTORO)*

QUESTO MATERIALE DEVE ESSERE DIVISO TRA QUELLO CHE SI TRASPORTA A SPALLA TRA UNA TAPPA E L'ALTRA E QUELLO CHE SI PUO' FAR PORTARE ALL'ORGANIZZAZIONE E CHE VIENE MESSO A DISPOSIZIONE DURANTE LE SOSTE.



PROGRAMMA

ORE 18.45 KM 0,0 - RITROVO DI FRONTE AL COMUNE DI S. GIOVANNI LUPATOTO
(carico bagagli, foto di rito, convenevoli vari)

ORE 19.30 **PARTENZA DELLA 19ª EDIZIONE DI CAMMINALONGA2018**

ORE 21.00 KM 7,5 - PONTE DI ZEVIO
(Sosta breve) **RIPARTENZA ORE 21.10**

ORE 22.30 KM 14,0 - PONTE DELLE ASSE - VAGO DI LAVAGNO
(Sosta) **RIPARTENZA ORE 22.50**

ORE 00,10 KM 20,0 - DONZELLINO
(Sosta breve) **RIPARTENZA ORE 00.20**

ORE 1.20 KM 26,0 - CEMENTIFICIO DI TREGNAGO
(Sosta) **RIPARTENZA ORE 01.40**

ORE 2.50 KM 31,0 - COGOLLO (IN PIAZZA)
(Sosta breve) **RIPARTENZA ORE 03.00**

ORE 4.30 KM 38,0 - S. ANDREA (IN PIAZZA)
(Sosta lunga) **RIPARTENZA ORE 05.00**

ORE 7.00 KM 47,0- GIAZZA
(Colazione)

ORE 8,00 **PARTENZA DEL GRUPPO INTERESSATO ALLA CIMA**

(Chi non avesse intenzione di proseguire è pregato di darne comunicazione all'organizzazione).

I percorsi previsti per raggiungere la vetta sono due e prevedono entrambi il passaggio dal rifugio Revolto, (primo controllo) per poi raggiungere la vetta dalla via normale, segnavia 109, (passando dal rifugio Scalorbi o, in alternativa, dalla via direttissima (segnavia 108bis) che percorre il vallone della teleferica (secondo controllo rifugio Pertica, terzo controllo bivio direttissima/via normale). Il controllo del Bivio dovrà essere superato non oltre le ore 11,00. Passaggi successivi non consentirebbero la chiusura della manifestazione secondo il programma e i tempi previsti.



TEMPI DI PERCORRENZA

GIAZZA – RIF. REVOLTO (segnavia 185 fino a rifugio Boschetto, segue 186)

1,5 ore circa (REGISTRAZIONE PASSAGGIO)

RIF. REVOLTO – RIF. PERTICA (segnavia 186)

0,5 ore circa (REGISTRAZIONE PASSAGGIO)

RIF. PERTICA – BIVIO (segnavia 109)

0,5 ore circa (REGISTRAZIONE PASSAGGIO)

BIVIO – RIF. FRACCAROLI (segnavia 108bis, DIRETTISSIMA)

2 ore circa (REGISTRAZIONE DI ARRIVO)

ARRIVO A CIMA CAREGA

**FOTO DI GRUPPO A CIMA CAREGA E BRINDISI DI FINE
CAMMINATA CON I PRESENTI**

- ORE 13,00 CHIUSURA DELLA MANIFESTAZIONE -

**“PER MOTIVI LOGISTICI L’ ORGANIZZAZIONE NON GARANTIRÀ DI
POTER ATTENDERE OLTRE QUESTO ORARIO CHI PER QUALSIASI
MOTIVO NON FOSSE RIUSCITO A RISPETTARE GLI ORARI DI MARCIA
PREVISTI.”**

**E’ INDISPENSABILE CHE TUTTI I PARTECIPANTI SI ATTENGANO
SCRUPOLOSAMENTE AL PRESENTE REGOLANENTO. EVENTUALI
TRASGRESSIONI POTRANNO COMPORTARE L’ESCLUSIONE
DALLA MANIFESTAZIONE.**