



GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA

San Giovanni Lupatoto



Domenica 24 Giugno 2018

AL MONTE PIC - VAL GARDENA

Una delle più panoramiche cime della Val Gardena: il Monte Pic. Questa cima è un balcone panoramico collocato al centro della valle, tra gli abitati di Santa Cristina e di Ortisei.

Oltre a dominare tutta la valle, consente di gettare uno sguardo a 360° sulle guglie dolomitiche che le fanno corona.

Lo sguardo abbraccia le cime dei gruppi del Sassolungo, del Catinaccio-Sciliar, delle Odle, del Puez-Gardenaccia e del massiccio del Sella.

Ritrovo alle ore 6,15 alla solita rotonda del lupo di San Giovanni Lupatoto e partenza, alle ore 6,30 precise, in direzione Selva di Val Gardena.

Dalla frazione **Daunei** di Selva Gardena (Volkenstein - mt. 1560) si imbecca il sentiero che sale alla Sella del Juac (mt. 1900) e, dopo un tratto a saliscendi, consente di arrivare al Rifugio Firenze (Regensburger Hütte - mt. 2037).

Seguendo le ondulazioni prative dell'Alpe di Cisles (Cisles Alm) e dell'Alpe Mastlè (Aschkler Alm) si transita per il Rifugio Fermeda (Fermeda Hütte - mt. 2111) e si giunge alla Sella Cuca (Kuka Sattel - mt. 2150). Seguendo la cresta nord si sale sulla vetta del **Monte Pic** (mt. 2363).

La discesa si svolge lungo il costolone ovest del monte e porta ai prati di Seurasass (mt. 2149) dominati da un grandioso e suggestivo crocifisso ligneo. La discesa prosegue per sentiero boschivo e, passando per la chiesa di San Giacomo (Sacun - mt. 1565) ed il sito archeologico del Col de Flam (mt. 1446), si conclude ad **Ortisei** (Urtijei - mt. 1234).

SCHEDA TECNICA DELL'ESCURSIONE

- Tempi di percorrenza: ore 5,30 escluso le soste
- Difficoltà: E – Escursionistica. Un breve tratto roccioso in corrispondenza della cima richiede attenzione.
- Dislivello: In salita mt. 800; in discesa mt. 1.130
- Attrezzatura: obbligatori scarponi alti da trekking, consigliati i bastoncini da trekking.
- Quota massima raggiunta: mt. 2.363 s.l.m.

SEMPRE NELLO ZAINO

Berretto, guanti, giacca antivento, poncho impermeabile, micropile, bevande, barrette energetiche, frutta secca (prugne, uva sultanina) fischietto per segnalazioni, telino termico, accendino, lumino, lampada frontale, kit pronto soccorso, occhiali con lenti protettive

**SI RACCOMANDA DI PRENDERE VISIONE DELLE NOTE ORGANIZZATIVE E DEL
REGOLAMENTO GITE RIPORTATO SUL RETRO**

INFORMAZIONI ORGANIZZATIVE E LOGISTICHE:

- Punto di ritrovo per la partenza: parcheggio vicino alla rotonda del Lupo a San Giovanni Lupatoto
- Orario di partenza: ritrovo per la registrazione ore 6,15 – partenza ore 6,30
- Colazione: durante il viaggio
- Pranzo: al sacco
- Per iscrizioni:

Galluzzi Vito	3470797441
Pasini Gianfranco	3386062759
Damasconi Ezio	3285427307 (dopo le ore 20,00)

L'iscrizione è obbligatoria e deve essere effettuata entro Giovedì 21-06-2018

CONTRIBUTO SPESE PULLMAN:

Adulti € 17,00; ragazzi € 8,50 fino a 15 anni compiuti.

- PROSSIMO APPUNTAMENTO GAM -

Domenica 15 Luglio

FORCELLA PICCOLA DEL LATEMAR

Proposta da : Annichini, De Togni, Peroli, Zanoni



Escursionistica/Esp.

**Ci troviamo tutti i giovedì sera dalle ore 21,00 presso la
Pizzeria da Gianni - Piazza Umberto I n. 79 a San Giovanni Lupatoto**

www.gruppoamicidellamontagna.org



info@gruppoamicidellamontagna.org



REGOLAMENTO GITE

La partecipazione alle gite sociali è riservata esclusivamente ai Soci.

Non sono ammessi alle gite sociali minori di età se non accompagnati.

In caso di trasferimenti con auto private l'organizzazione declina ogni responsabilità per eventuali incidenti che dovessero accadere.

Gli organizzatori rappresentano a tutti gli effetti il "Consiglio" ed hanno la facoltà, qualora lo ritenessero opportuno, di variare il percorso e l'orario delle escursioni stesse, per un miglior risultato della gita.

Premesso che in montagna non esiste rischio zero, la pericolosità è insita nell'esercizio della stessa pratica ed è ineliminabile, colui che decide di intraprendere una gita o un'escursione deve essere consapevole di esporsi ad una percentuale di rischio, deve possedere preparazione tecnica e fisica, equipaggiamento ed attrezzatura adeguati alle caratteristiche e difficoltà dell'escursione cui partecipa ed ha l'obbligo di informarsi sulle sue particolarità (difficoltà, lunghezza, dislivello, tempi di percorrenza, quota, ecc.), rinunciando ogni qualvolta non possiede la preparazione necessaria ad affrontare in piena autonomia le difficoltà della medesima.

L'iscrizione alla gita vale perciò quale affermazione di piena autosufficienza nel superamento delle difficoltà previste dalla gita stessa. Essa non può in alcun caso essere intesa quale atto costitutivo di rapporto di accompagnamento in capo al Gruppo, agli organizzatori preposti o ad altri soggetti partecipanti alla gita.

I nostri accompagnatori non sono titolari né professionisti e svolgono quindi l'attività di accompagnamento senza percepire alcun compenso.

Partecipando alle gite si dà il consenso alla pubblicazione di fotografie e filmati ritraenti la propria persona (sito web, facebook, proiezioni in occasione di incontri ufficiali organizzati dal Gruppo).

I partecipanti alle escursioni dichiarano di conoscere e accettare senza riserva alcuna il regolamento e le coperture assicurative dell'associazione.