



GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA

San Giovanni Lupatoto



Sabato 26 e Domenica 27 Agosto 2017

LAGO DI BRAIES e CIMA CRODA DEL BECCO

Il ritrovo è previsto per sabato 26 agosto presso il parcheggio della rotonda del Lupo alle ore 5,45 per la registrazione e successiva partenza in auto prevista per le ore 6,00 precise, destinazione Lago di Braies (alta Val Pusteria) dopo circa 250 km. via Autobrennero, uscita Bressanone, SS 49 della Val Pusteria. La sosta colazione è prevista al grill Lanz, situato poco dopo l'uscita di Bressanone sulla SS 49 a sinistra.

Superato il paese di Monguelfo svolta a destra per Ferrara e valle di Braies e raggiungeremo il parcheggio N. 2 situato poco prima del lago, dove parcheggeremo le auto e da dove inizierà la nostra 2 giorni.

Il 1° giorno, dopo aver oltrepassato il Lago di Braies, proseguiremo in salita seguendo il sentiero Alta Via n. 1 fino ad arrivare al rifugio Biella a quota 2.327 mt. Prima di arrivare al rifugio, tempo permettendo, ci fermeremo per il pranzo al sacco. Arrivati al Rifugio Biella i più temerari potranno risalire la cima Croda del Becco a quota 2.810 mt., percorso molto impegnativo solo per persone con un buon allenamento, passo fermo e sicuro.

Il 2° giorno, dopo una buona colazione, inizieremo il lungo e impegnativo rientro al Lago di Braies attraverso i sentieri 26 fino al Lago Gran de Foses, Alta Via n. 6°, N. 27 Ucia Mont de Sennes, n. 24A Ju De Sennes, si prosegue sul n. 24, n. 25 fino alla forcella e n. 19 che ci riporta, attraversando tutta la Val Foresta, al Lago di Braies.

Percorso impegnativo per il continuo sali-scendi, per la presenza di una discesa su ghiaione dove serve passo fermo e per dei passaggi che richiedono assenza di vertigini. In caso di maltempo il percorso verrà modificato.

SCHEDA TECNICA DELL'ESCURSIONE

- Tempi di percorrenza (escluse le soste):

1° Giorno: ore 4 al rifugio Biella + ore 2,5 alla cima Croda del Becco;

2° Giorno: ore 7, rientro al Lago di Braies dalla Val Foresta.

- Difficoltà: **EE** – Escursionistica Esperti con buon allenamento e passo fermo

- Dislivello:

1° Giorno: mt.800 al rifugio Biella + mt. 500 alla cima Croda del Becco (impegnativi per pendenza)

2° Giorno: mt.800 - rientro al Lago dalla Val Foresta.

- Quota massima raggiunta: 1° giorno: mt.2.327 s.l.m. al rifugio – mt.2.810 s.l.m. alla Croda del Becco.

2° giorno mt.2.519 s.l.m.

- Attrezzatura: **obbligatorî scarponi alti da trekking**, abbigliamento da alta montagna, **sacco lenzuolo**, consigliati i bastoncini da trekking.

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.

SI RACCOMANDA DI PRENDERE VISIONE DELLE NOTE ORGANIZZATIVE E DEL REGOLAMENTO GITE

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 5,45 – partenza ore 6,00**
- Colazione: Grill Lanz (SS 49, poco dopo l'uscita di Bressanone sull'Autobrennero)
- Pranzo primo giorno : al sacco (in autonomia)
- pranzo secondo giorno : possibilità' di prendere un panino al Rifugio Biella previa prenotazione al momento dell'iscrizione (E.3,50)
- Per iscrizioni : Adriana Bacilieri: 328-1674814
Marco Provolo: 347-0196343
Aloisi Claudio: 338-1344028
Sofia Rava: 340-0901660
- Pernottamento al Rifugio (cena, notte e colazione): € 45,00 escluse le bevande – Max 25 persone
- Il rifugio offre la possibilità di prenotare dei panini per il pranzo della domenica, previa conferma ai capogita al momento dell'iscrizione
- Parcheggio al Lago di Braies: € 12,00 per i due giorni (parcheggio n.2)

L'iscrizione è obbligatoria e deve essere effettuata entro Giovedì 24 Agosto p.v.

- PROSSIMO APPUNTAMENTO GAM -

Domenica 03 Settembre 2017

Il sentiero dell'acqua

Proposta da : Cuccarolo, Bottura, Ricci, Damasconi

BABY GAM (pullman)

**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 possenga 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 titolati 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).