



# GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA

## San Giovanni Lupatoto



**Domenica 09 Aprile 2017**

## **PRA' DA STUA - SENTIERO VENTRAR**

Arrivati nei pressi del lago artificiale Pra' da Stua (1065 m.s.l.m.) e parcheggiate le auto, ci incamminiamo per il sentiero che fiancheggia il lago attraversando le "Terre Verdi" fino ad un bivio. Qui abbandoniamo il sentiero di partenza per tenere quello di sinistra che ci porterà a Bocca Navene (1428 m.s.l.m.)

Saliamo quindi per ripido sentiero fino alla Colma di Malcesine (1754 m.s.l.m.) punto più alto della nostra escursione per proseguire il nostro cammino scendendo verso il sentiero del Ventrar.

Il "Ventrar" taglia il costone della montagna ed è a precipizio sul Lago di Garda, per cui ci consente una vista panoramica diversa dal solito con ampie vedute sul lago, sulle Prealpi bresciane e sul gruppo del Brenta.

**Attenzione: in alcuni punti il sentiero é anche attrezzato con corde, si richiede perciò ai partecipanti assenza di vertigini e passo sicuro.**

*(Se qualcuno pensa di avere problemi può evitare il Ventrar usando per la discesa il sentiero già percorso in salita).*

Il pranzo al sacco, in base ai tempi di percorrenza, è previsto a Bocca Navene, o al rifugio Graziani, dopo di che ci dirigiamo, su una breve strada asfaltata, fino al rifugio Fos-Ce.

Dietro al rifugio parte un bel sentiero, tra i boschi, che sbuca su una carrareccia, arriveremo fino ad una piccola spianata e da qui proseguiremo per il sentiero che ci porterà a "MINIERE". Continuiamo per un breve tratto fino a ricordarci al sentiero delle Terre Verdi, già calpestato al mattino, ed arrivare quindi al parcheggio.

### **SCHEDA TECNICA DELL'ESCURSIONE**

- Tempi di percorrenza: Ore 8 escluse le soste.
- Difficoltà: **E** – Escursionistica. Il percorso si snoda su strade asfaltate, bianche e sentieri.
- Dislivello: 900 m. circa sia in discesa che in salita.
- Attrezzatura: Obbligatorie scarponi da trekking alti, consigliati i bastoncini da trekking.
- Quota massima raggiunta: mt. 1.754 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.

**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 7,00 – partenza ore 7,15 con le auto.
- Colazione: Bar Millevoglie di Sabbionara d'Avio.
- Pranzo: Al sacco
- Per iscrizioni: Barini Roberto                   tel. 349 178 0441  
                  Zantedeschi Stefania           tel. 347 230 8310  
                  Zantedeschi Sergio           tel. 349 156 3753

**L'iscrizione è obbligatoria e deve essere effettuata entro Giovedì 06-04-2017**

### **- PROSSIMO APPUNTAMENTO GAM -**

**Domenica 7 Maggio**

**Giro del lago di Iseo**

**Biciclettata**

**Proposta da : Quaglia M., Bellomi B., Damasconi E., Ruffo G.**

### **!!! AVVISO IMPORTANTE !!!**

**L'escursione prevista per Domenica 30 Aprile prossimo  
viene spostata a Domenica 28 Maggio 2017**

**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](http://www.gruppoamicidellamontagna.org)



[info@gruppoamicidellamontagna.org](mailto: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).