



GRUPPO AMICI DELLA MONTAGNA

San Giovanni Lupatoto



Domenica 10 Giugno 2018

TRE CIME DEL BONDONE

Consueto ritrovo presso il parcheggio alla rotonda del Lupo di San Giovanni Lupatoto alle ore 6,15 con partenza alle ore 6,30 precise.

Il trekking delle *Tre Cime del Bondone* parte dal Pian delle Viote, pianoro trapuntato da gigli rossi e botton d'oro, a quota 1567 m.s.l.m.

Per il sentiero che costeggia la Terrazza delle Stelle, dove si trova l'osservatorio astronomico, ci incamminiamo in costante salita fino a raggiungere la cima Cornetto a 2180 m.s.l.m., punto più alto della nostra escursione, da cui si potrà ammirare sullo sfondo il Gruppo Adamello Brenta.

Si scende poi per ripido sentiero verso una selletta per poi proseguire verso la base del Doss D'Abramo a 2140 m.s.l.m., un massiccio roccioso che contrasta con il verde circostante.

Prima di iniziare l'ultimo tratto caratterizzato da mughetti e rododendri ci fermeremo per la pausa pranzo.

Ripartiremo poi verso cima Verde la cui sommità è un grande prato e un balcone naturale per contemplare un bellissimo panorama sulla Val d'Adige.

SCHEDA TECNICA DELL'ESCURSIONE

- Tempi di percorrenza: 6/7 ore escluse le soste
- Difficoltà: EE – Escursionisti Esperti, passo fermo e assenza di vertigini
- Dislivello: 750 mt.
- Attrezzatura: obbligatori scarponi da trekking alti, consigliati i bastoncini da trekking.
- Quota massima raggiunta : mt. 2.180 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: presso il bar Il Marinaio di Trento
- Pranzo: al sacco
- Per iscrizioni:

Giuliana Targa	3482823861
Sofia Rava	3400901660
Claudio Benini	3409032329
Giuseppe Colasante	3470113996

L'iscrizione è obbligatoria e deve essere effettuata entro Giovedì 07-06-2018

CONTRIBUTO SPESE PULLMAN:

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

- PROSSIMO APPUNTAMENTO GAM -

Domenica 24 Giugno

AL MONTE PIC

Proposta da : Zanella, Damasconi, Galluzzi, Pasini



Escursionistica

**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 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).

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