

Top Dolomiti Camp: Val Pusteria

13/20 luglio 2024

di Ci Vediamo in Cima SSD a RL

PROGRAMMA SINTETICO TREKKING:

SABATO 13 LUGLIO	ARRIVO E PASSEGGIATA LAGO DI DOBBIACO	1 ORE	FACILE
DOMENICA 14 LUGLIO	CIMA CORNO DI FANA E RIFUGIO BONNER	5/6 ORE	MEDIO
LUNEDÌ 15 LUGLIO	TRE CIME DA VAL FISCALINA	7/8 ORE	IMPEGNATIVA
MARTEDÌ 16 LUGLIO	MONTE ELMO E MONTE ARNESE (CONFINO AUSTRIACO)	5 ORE	MEDIO
MERCOLEDÌ 17 LUGLIO	LAGO DI SORAPIS	3/4 ORE	MEDIO
GIOVEDÌ 18 LUGLIO	MALGA NEMES E MALGA COLTRONDO	5 ORE	FACILE
VENERDÌ 19 LUGLIO	TRE CIME DI LAVAREDO GIRO CLASSICO + CADINI DI MISURINA (RIFUGIO FONDA SAVIO)	3 ORE + 3 ORE (6 ORE)	MEDIO
*** VENERDÌ 19 LUGLIO	OPZIONALE E NON INCLUSA - FERRATA MONTE PATERNO	3 ORE	IMPEGNATIVA
SABATO 20 LUGLIO	PARTENZA		

! NB: i trekking potranno cambiare di giorno nonché di itinerari stessi a seconda delle condizioni meteo. In caso di maltempo si fanno percorsi adatti alle condizioni in essere.

DA SAPERE SULLA SETTIMANA DI TOP DOLOMITI CAMP:

- **Il programma proposto di questa settimana riguarda i trekking.** Il resto del tempo è totalmente **libero** e ognuno sarà libero di gestirlo a modo proprio in condivisione con gli altri trekkingisti/tesserati o in autonomia (*quanto si aggiunge nel programma sono solo delle eventuali idee di condivisione*).
- **I pasti sono sempre liberi.** Li faremo a volte al sacco (chi vuole) a volte fermandoci in rifugio (chi vuole mangia, chi vuole prende caffè o nulla). Cene a volte magari cucinate da noi in campeggio (ci divertiamo!) o a volte fuori. Modalità sempre: ognuno paga il suo.
- Avremo diversi **spostamenti in loco**. In alcuni casi prenderemo i mezzi pubblici molto molto efficienti in Alto Adige (più etici e sostenibili). Altre volte invece se costretti useremo le nostre auto.

- **Sistemazioni in tende condivise da 2 o 3 posti.** O portate la vostra o cercate posto chiedendo ai compagni di trekking. Noi come società sportiva potremo noleggiarvene solo un paio. Diversamente le noleggiano in diversi negozi. Questo aspetto sarà coordinato però in seguito con chi iscritto. Nessuno resta “senza tenda sulla testa”.
- **L’attrezzatura necessaria** per poter gestire una settimana di tenda in montagna in estate è:
 - **tenda** (queste si possono anche noleggiare facilmente);
 - **sacco a pelo** pesante (temperatura confort 5 gradi o una coperta in aggiunta);
 - **materassino per dormire in tenda** (ce ne sono diversi di vari prezzi, la media è € 29 da Decathlon). Altre cose realmente necessarie non ci sono. L’attrezzatura specifica e i dettagli saranno condivisi con gli iscritti.

SABATO 13 LUGLIO - ARRIVO E SISTEMAZIONE

Inizia la nostra settimana nelle Dolomiti di Sesto e per la precisione in Val Pusteria! Saremo ai piedi delle Dolomiti in uno dei campeggi più belli d’Italia: Il Caravan Park Sexten (campeggio 5 stelle! Dimenticate i bagni “umili” dei campeggi. Qui si parla di piscine interne e spazi molto curati).

Partiamo dalle diverse parti d’Italia e ci troviamo direttamente in campeggio (vedi il car sharing se vuoi condividere il viaggio). Qui inizieremo a montare le tende in condivisione (aiutandoci a vicenda) e a sistemarci. Appena terminato il montaggio tende, potremo fare una passeggiata al Lago di Dobbiaco. Cena libera (ma per chi vuole in compagnia).

DOMENICA 14 LUGLIO

CIMA CORNO DI FANA E RIFUGIO BONNER

DATI TECNICI:
Dislivello: +/- 1060 metri
Durata: 11 km
Difficoltà: media/livello E
Durata: dato molto indicativo e variabile, ma circa 5/6 ore senza pause

Oggi andiamo a vedere il Corno di Fana, una bellissima escursione fuori dalle Dolomiti di Sesto... perchè è domenica! E metterci dentro ai flussi del weekend, non ha senso. Passeremo anche dal Rifugio Bonner e vivremo un bellissimo percorso vista Dolomiti. Al rientro dall’escursione ognuno è sempre libero di gestire il proprio tempo, di cose da fare in zona tante (a seconda di quanto si è stanchi).

LUNEDÌ 15 LUGLIO
TRE CIME DA VAL FISCALINA

DATI TECNICI:
Dislivello: + 1350 metri
Durata: 18 km
Difficoltà: impegnativo/E con tratti EE
Durata: dato molto indicativo e variabile, ma circa 7/8 ore senza pause

Si parla semplicemente di una delle escursioni più belle in assoluto di tutte le Dolomiti, la più bella senza dubbio per godere delle Dolomiti di Sesto e delle Tre Cime. Preparatevi a restare a bocca aperta di continuo. Non solo alle famose Tre Cime. Il trekking è impegnativo e adatto a chi ha allenamento e gamba.

MARTEDÌ 16 LUGLIO
MONTE ELMO E MONTE ARNESE - SUL CONFINE AUSTRIACO

DATI TECNICI:
Dislivello: + 590 - 1320 metri
Durata: 15,5 km
Difficoltà: medio/E
Durata: dato molto indicativo e variabile, ma circa 5 ore senza pause

Oggi una escursione sul confine austriaco, altro grande classico della Val Pusteria! Ammireremo le Dolomiti nuovamente dal “balcone” e godremo appieno della bella salita al Monte Elmo, incontrando diversi rifugi fino in Austria. Per poi scendere. Si sale con cabinovia.

MERCOLEDÌ 17 LUGLIO
LAGO DI SORAPIS

DATI TECNICI:
Dislivello: +/- 425 metri

Durata: 11 km
Difficoltà: media/ E con tratti EEA
Durata: (dato molto indicativo e variabile, ma circa 4 ore senza pause)

Questa è una delle escursioni più belle di tutte le Dolomiti? Sì. Senza dubbio il luogo in cui si arriva toglie il fiato, lascia interdetti e attoniti MA attenzione che è anche una delle più frequentate e per viverla bene servono accortezze maggiori. Ci alzeremo quindi all'alba (oh yes!) Per essere al punto di partenza quando ancora tutti dormono (oh yes). Il percorso è di carattere medio, non tanto lungo, ma alcune parti sono esposte. Cercheremo quindi di arrivare al Lago per viverlo in modo "magico". A quel punto piano piano vedremo arrivare tutti... Colazione in Rifugio (chi vuole eh) e poi scendiamo con tutta calma. Anche perchè in tanti saliranno. Il Pomeriggio sarà totalmente libero... per riposarsi, godersi la vacanza o andare nelle piscine del campeggio!

GIOVEDÌ 18 LUGLIO
MALGA COTRONDO E MALGA NEMES

DATI TECNICI:
Dislivello: +/- 450
Durata: 14 km
Difficoltà: Facile/ E
Durata: (dato molto indicativo e variabile, ma circa 4/5 ore senza pause)

Una camminata classica e di livello facile, qui si può godere appieno dei paesaggi con vista sulle Dolomiti e del piacere di incontrare diverse malghe aperte. Si gode dei prati in alta quota che saranno una meraviglia se la giornata lo concede.

VENERDÌ 19 LUGLIO
TRE CIME GIRO CLASSICO + RIFUGIO CARPI E CADINI DI MISURINA
*** OPZIONALE E NON INCLUSA: FERRATA MONTE PATERNO**

DATI TECNICI TRE CIME:
Dislivello: +/- 450

Durata: 10 km
Difficoltà: Facile/ E
Durata: (dato molto indicativo e variabile, ma circa 3 ore senza pause)

DATI TECNICI RIFUGIO FONDA SAVIO:
Dislivello: +/- 500
Durata: 6 km
Difficoltà: Facile/Medio / E
Durata: (dato molto indicativo e variabile, ma circa 3 ore senza pause)

Non possiamo proporvi una settimana in quel della Val Pusteria senza proporvi anche il giro Classico delle Tre Cime... Sì è inflazionato. Sì è piano di gente... Ma caspita se è bello. Anche oggi ci alzeremo all'alba quindi per viverlo, ma sarà qualcosa di incredibile.

A seguire poi per chi ha voglia e sprint: si cambia "location" e si sale al Rifugio Fonda Savio immerso nei Cadini di Misurina. Una vera e propria meraviglia.

Il programma è pensato inoltre per poter dividerci in due gruppi... e poi ricongiunti insieme a chi sceglie di fare:

OPZIONALE E AGGIUNTIVA:

FERRATA AL MONTE PATERNO (MATTINA)

Si parla di una delle ferrate più belle e indubbiamente adatta a chi inizia. La ferrata però necessita delle guide alpine e i costi in Val Pusteria in estate sono di media € 180 a persona per la ferrata del Monte Paterno (durata circa 3 ore).

** I costi precisi vi saranno forniti non appena si saprà chi e in quanti vogliono viverla. Questa escursione aggiuntiva richiede si adatta solo agli escursionisti esperti che non soffrono di vertigini. Trovate la descrizione della [Ferrata qui](#)*

SABATO 20 LUGLIO

PARTENZA

Giornata di smontaggio tende e partenza. Solitamente i check out dei campeggi sono mattutini tipo alle 9 o massimo alle 10.