



GRUPPO ALPINO ESCURSIONISTICO
Associazione Affiliata F.I.E.

Mini trekking Croda da Lago - Averau - Nuvolau

25 – 27 agosto 2018

Facile e bellissimo giro ad anello sulle **dolomiti di Cortina d'Ampezzo** al cospetto del **Lagazuoi, Tofane e del Cristallo a Nord**, della **Civetta, Pelmo e Marmolada a Sud**.

I° giorno. La nostra escursione inizia al **Ponte di Rucurto** sulla SP 638 del **Passo Giau** a quota **m1708**. Nei pressi del parcheggio ha inizio il sentiero **numero 437**, che fa parte della variante dell'alta via N°1, con indicazioni per il **Rifugio Palmieri alla Croda da Lago** e la **Val di Formin**. Appena sotto la strada un ponticello consente di attraversare il **Rio Costeana**, quindi si prosegue per il sentiero, che dapprima pianeggiante, risale poi il bosco fino a superare un gradone; un altro ponticello ci permette di superare un ruscello che scende nella **val Formin**. Poco oltre si giunge a un bivio (**1880 m**), nei pressi del **Cason de Formin**. Ora giriamo a destra prendendo il sentiero **435** e risaliamo interamente la rocciosa **val de Formin** fino alla **forcella Rossa del Formin (2462 m)**. Lungo il percorso lo sguardo può ammirare le magnifiche guglie che caratterizzano la **Croda da Lago**, ora il sentiero scende fino ad incontrare **forcella Ambrizzola (2277 m)** situata tra la Croda da Lago e il Becco di Mezzodì, da qui possiamo scorgere il rifugio **Palmieri** che si rispecchia nel bel laghetto Federa da lago, percorriamo ora la stradina che ci porta in breve al rifugio (**2046 m**).

Dislivelli + 750 - 450 tempo ore 4.00

II° giorno. Lasciato il rifugio, riprendiamo a ritroso il sentiero **N° 434** fino alla forcella **Ambrizzola (m 2277)**, sotto la bellissima cima **Becco di Mezzodì**, ora cambiamo direzione prendendo il **sentiero 436** in direzione **passo Giau**. In leggera discesa arriviamo alla malga **Mondeval**, nei pressi della quale è stata ritrovata una **sepoltura mesolitica** di 7000 anni fa, con lo scheletro e le armi di un cacciatore, ora esposto al museo **di Selva di Cadore**. Proseguendo incontriamo il **laghetto delle Baste** dove si rispecchia maestoso il **Pelmo**. Ora in leggera salita arriviamo alla forcella **Giau (m 2360)**, quindi attraversata la **val Cernerera** passiamo a fianco del **col Pionbin**, qui abbiamo una vista fantastica sulla **Marmolada**, regina delle dolomiti e in breve tempo arriviamo al **passo Giau (m 2236)**. Attraversata la strada provinciale seguiamo il sentiero **N° 452**, fino a **Masarei de Piezza (m2282)**, quindi il sentiero **464** fino alla **forcella**





GRUPPO ALPINO ESCURSIONISTICO
Associazione Affiliata F.I.E.

Nuvolau dove sorge il rifugio **Averau (m2413)**. Dalla forcella guardando verso nord possiamo ammirare la parete sud della **Tofana di Rozes (m 3225)** e a destra il monte **Cristallo (m 3221)**.

Dislivelli + 600 - 220 tempo ore 5.30

III° giorno. Da rifugio scendiamo verso nord su sentiero **N° 439** fino a raggiungere il rifugio **Scoiattoli (m2255)**, quindi sentiero **N° 437** passando sotto le 5 torri, ottima palestra di arrampicata, giungiamo al rifugio 5 Torri. Qui possiamo visitare il museo della guerra all'aperto, ci sono camminamenti di collegamento, trincee in pietra, sono predisposti cartelli informativi e allestimenti scenici per vedere come i soldati costruirono le trincee, come e dove edificarono le baracche-ricovero per cucinare il rancio, far sostare i muli, custodire granate, riporre fucili e mitragliatrici. Finita la visita riprendiamo il sentiero **437** che ci porta al **ponte di Rucurto** dove finisce la nostra escursione.

Dislivelli + 0 - 700 tempo 3.00

Abbigliamento: da escursione alta montagna

mezza pensione ai rifugi, al sacco a mezzogiorno

Materiale: bastoncini

TERMINE ISCRIZIONE giovedì 26 luglio

Caparra Euro 50,00

Partenza: ore 7.00 da Parona arrivo 19.00 a Parona

Trasporto: mezzi propri

Organizzatore: Flavio Bertani cell.: 3807895556 e-mail: flavio.bertani@gmail.com

Paolo Lavagnoli cel.: 3475739260 e-mail: paolo.lavagnoli@alice.it

All'atto dell'iscrizione e durante l'escursione i partecipanti si impegnano a rispettare il regolamento gite del gruppo El Capel



GRUPPO ALPINO ESCURSIONISTICO
Associazione Affiliata F.I.E.

