



Federazione  
Italiana  
Escursionismo

---

GRUPPO ALPINO ESCURSIONISTICO  
Associazione Affiliata F.I.E.

## Escursione ad anello Gruppo di Puez 23 – 24 luglio 2022

**1° giorno :Partenza da Parona** ore 8.00 arrivo Selva di Val Gardena ore 11.00

Da **Selva di Val Gardena** si prende la Cabinovia “ Dantercepiez” fino al passo Gardena (m.2120)

Dal Passo si imbecca il sentiero numero 2 (Alta Via delle Dolomiti) che transita dal bar per sciatori Jimmys e sale a **Forcella Cir** (m 2.462). Si scende in una conca che va poi risalita fino **alla Forcella Crespeina** (m. 2.528). Qui si tocca la quota massima dell'escursione. Si perde ancora una volta quota per risalire a **Forcella Ciampei** (m 2.366), passando per il caratteristico **laghetto di Crespeina**, ed infine, con percorso vario su rocce pianeggianti, si risale lentamente al Rifugio Puez (m 2.475).

**Tempi circa ore 3.30 dislivelli m. 670 su m. 295 giù difficoltà E**

**2° giorno:** Dal rifugio si segue , in falsopiano, il sentiero alta via n° 2 .e dopo aver superato una cengia munita di cordino metallico si arriva alla **forcella Sieles** (m.2512).

Qui inizia la discesa tra rocce e ghiaie fino a raggiungere il **rifugio Firenze** (m. 2039).

Si prende ora la stradina che scende a Santa Cristina di Val Gardena e dopo circa 1,5 Km. a quota 1800 m. la si lascia per prendere il sentiero n° 3 che conduce al **rifugio Juac** e poi a Selva **di val Gardena**.

**Tempi: 5.00 ore circa . Dislivelli m.150 su m. 1000 giù difficoltà E un tratto EE**

Per i non soci è richiesta una quota di 4 euro per l'assicurazione

Abbigliamento: da alta montagna

Materiale: bastoncini , scarponi da trekking.

Trasporto: mezzi propri

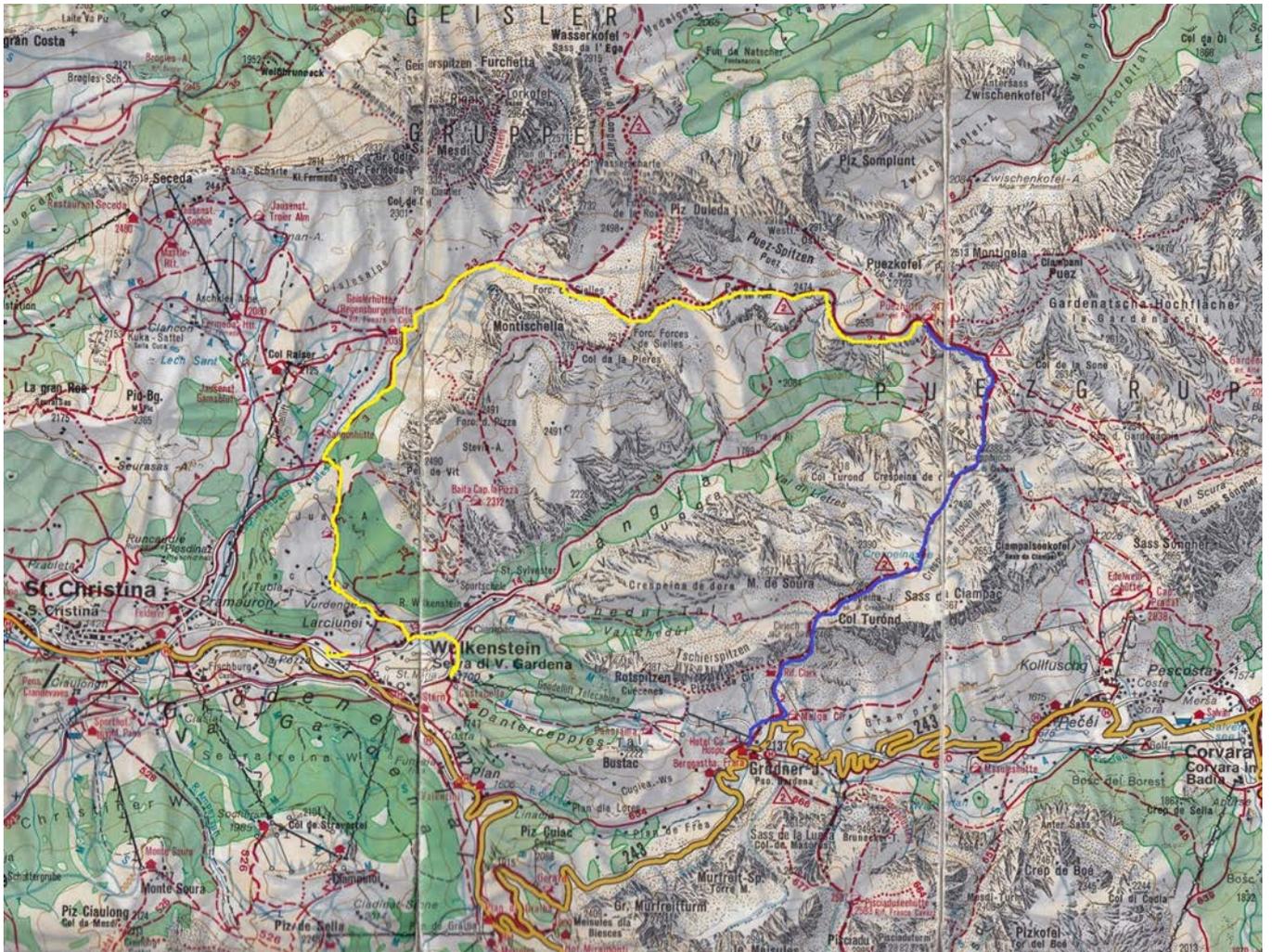
Organizzatore: Flavio Bertani tel. 3807895556 mail. [Flavio.bertani@gmail.com](mailto:Flavio.bertani@gmail.com)

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



Federazione  
Italiana  
Escursionismo

GRUPPO ALPINO ESCURSIONISTICO  
Associazione Affiliata F.I.E.



[Segno Blu andata](#)

[Segno Giallo Ritorno](#)