



Club Alpino Italiano

Via Padre Benigno Calvi 1, c/o Villa Gina – Loc. Concesa
20056 Trezzo sull'Adda (MI)

Tel. e Fax 02 90.96.45.44

apertura sede: martedì e giovedì dalle ore 21

www.caitrezzo.it - e mail: info@caitrezzo.eu



organizza

Sabato 4 e domenica 5 luglio 2015

NEL CUORE DELLE DOLOMITI

In MTB nel Parco Naturale "Braies-Sennes-Fanes" e Dolomiti d'Ampezzo

Il Gruppo della Croda Rossa d'Ampezzo, con i suoi sottogruppi di Sennes e Col Bechei (Fanes), è una regione caratterizzata da vasti altipiani dolomitici: i più ampi sono quelli di Fanes Grande, Fanes Piccola (in parte condivisi con il gruppo delle Conturines) e Sennes; più piccola è la conca di Fodara Vedla. Vi si accede per lunghe valli che spesso presentano un'impennata finale per superare lo "zoccolo"; la parte spettante alla provincia di Bolzano è stata adibita a Parco Naturale (Braies-Sennes-Fanes), come il territorio di pertinenza delle Regole d'Ampezzo è parte del Parco Naturale delle Dolomiti d'Ampezzo. Per la particolare struttura geografica, e per la presenza di numerose buone mulattiere, queste zone ben si prestano a lunghe traversate in MTB.

PROGRAMMA

SABATO 4: Fiammes - Ra Stua - Sennes - Rifugio Biella - Croda del Bèco

Ritrovo nei pressi della sede CAI di Trezzo sull'Adda alle ore 5,30. Dopo aver caricato le bici sulle auto, si parte in direzione Cortina d'Ampezzo (BL).

Lasciate le auto in località Fiammes, dopo aver scaldato i muscoli su un breve tratto della ciclabile "Cortina-Dobbiaco", raggiungiamo Ra Stua, poi, risalendo la Val Salata, Sennes e con ultima fatica il Rifugio Biella dove, abbandonati i "ferri", sciammo a piedi la facile cima della Croda del Bèco per ammirare dall'alto il lago di Braies con ampia visione sulla Croda Rossa e, in lontananza, sull'altopiano di Fanes.

DOMENICA 5: Rifugio Biella - Fodara Vedla - Pederù - Passo di Limo - Malga di Fanes Grande - Fiammes

Il secondo giorno, risaliti in sella, rimaniamo subito sorpresi dall'incantevole villaggio di fienili e stalle di Fodara Vedla, impreziosito da una minuscola chiesetta; giunti a Pederù, di fronte al Col Bechei la mulattiera si impenna per poi alleggerirsi in vista dell'Alpe di Fanes Piccola. Senza difficoltà tocchiamo i Rifugi Fanes e La Varella, preludio e raccordo con i vasti altipiani di Fanes. Superato, dopo una ripida salita, il Passo di Limo accanto all'omonimo lago, giungiamo in breve a Malga di Fanes Grande: grandiosa è la visione del solitario ed aspro Vallon Bianco, delle creste dei monti della catena di Fanes e dei lunghi costoni delle cime del Gruppo delle Conturines. Ora le fatiche sembrano essere finite: la discesa piuttosto ripida per la Val di Fanes ci porta in breve alle alte cascate del Rù de Fanes dove per la seconda volta abbandoniamo i destrieri per andare a godere dello spettacolo dei salti di queste limpide acque alpine. Tornati in sella, per Pian de Loa in breve giungiamo a Fiammes, ampiamente appagati dallo spettacolo che i Monti Pallidi in questi due giorni ci hanno regalato.

Difficoltà:	MC-BC; ciclabilità 98%
Dislivello e sviluppo:	primo giorno salita 1.300 m (quota massima 2.327 m – 2.810 m la cima della Croda del Bèco), 30 km secondo giorno salita 800 m (quota massima 2.174 m), 30 km
Fondo stradale:	mulattiera-sentiero-carrareccia
Chiusura iscrizioni:	giovedì 4 giugno 2015 – assicurazione soccorso alpino obbligatoria per i non soci CAI
Riunione pre-gita:	giovedì 2 luglio 2015
Organizzazione:	Cristiano Rotondo, e-mail cristiano.rotondo@gmail.com , tel. 339 32.34.861 – 035 21.05.44 Raffaele Martucciello, e-mail audina@libero.it , tel. 347 44.00.340 – 035 56.11.09

L'organizzazione si riserva variazioni sul programma e sul percorso in base alle condizioni meteo, alle caratteristiche dei partecipanti e/o imprevisti che potrebbero verificarsi durante l'escursione. Le escursioni vengono effettuate in ambiente alpino e di conseguenza possono presentare un margine di rischio non del tutto eliminabile del quale i partecipanti devono essere consapevoli.