



CLUB
ALPINO
ITALIANO

SEZIONE DI VERONA

Commissione
Escursionismo



Gruppo Seniores Cai d'Argento

GIOVEDI' 01.02.2024 (*intermedia EAI*)

NELLA FORESTA DEI FOLIGNANI

Classica passeggiata invernale

introduzione all'uso delle ciaspole e dei ramponcini

INDISPENSABILI RAMPONCINI E CIASPOLE (solo il mattino stesso i capogita decideranno se le ciaspole sono indispensabili per tutti) **N.B.** Chi non ha mai usato le ciaspole o pensa di aver bisogno di assistenza è pregato di mandare un messaggio a Cristina

Il nostro giro ad anello inizia a Bocca di Selva prendendo la strada forestale che in discesa ci porta verso le malghe Folignano di sotto e Folignano di fondo, nel cuore della foresta dei Folignani che, insieme a quella di Giazza, è uno dei boschi più estesi del Parco della Lessinia. 55 ettari prevalentemente di faggio, abete bianco e carpino nero classificati come Riserva Naturale Orientata del Parco, nella foresta non manca nemmeno una ricca fauna come per esempio il gallo cedrone, la civetta nana, volpi, ungulati.... Nel primo tratto di strada, se non coperte dalla tanta neve, possiamo vedere le innumerevoli marogne sparse nei prati, a testimonianza del durissimo lavoro di dissodamento fatto in passato per rendere il terreno adatto al pascolo.

Fino a Folignano di fondo seguiamo la forestale, che soprattutto nel tratto nel bosco potrebbe essere ghiacciata perché in ombra

Arrivati agli Arbi di Cornicello imbocchiamo, risalendo costantemente di quota, il vaio delle Ortighe, (sentiero 256) dove i faggi prendono in parte il posto degli abeti bianchi presenti prevalentemente nella prima parte del percorso. Sbuciamo poi nei pascoli sotto Podestaria e con una breve ed intensa salita su sentiero arriviamo alla suddetta malga con la chiesetta dedicata a San Bartolomeo (24 agosto data in cui in passato veniva lasciato l'alpeggio per tornare a valle "descargàr montagna"). Dopo una sosta ristoratrice continuiamo il nostro tragitto in parte sulla strada della translessinia (sentiero 255) e in parte su prato fino ad arrivare sul monte Tomba per la pausa pranzo presso il rifugio Primaneve Qui lo sguardo si perde a 360 gradi verso le cime dell'Adamello, Presanella, Brenta, Baldo e Carega....

La pausa pranzo a circa $\frac{3}{4}$ del percorso ci permette di goderci la sosta in tranquillità (meteo e tempi permettendo). Il rientro prosegue per lo stesso sentiero, parte su strada e parte su prato.

CONSIGLIO DI CONTROLLARE L'ATTACCO DELLE CIASPOLE E REGOLARNE LA LUNGHEZZA CON LO SCARPONE IN MODO DA NON FARLO IL MATTINO STESSO AL FREDDO

Avvertenze importanti

- **PRENOTAZIONE:** Obbligatoria, sul sito web CAI Seniores entro le ore 17 del giorno precedente l'escursione; in caso di necessità telefonare al capogita entro tale orario.
- **RADUNO:** ore **9.30 PARTENZA – LOCALITA' Bocca di Selva**
- **CAR POOLING** ore **8.00 Gavagnin**
- **DIFFICOLTA':** EAI **DISLIVELLO TOTALE:** 510 m **LUNGHEZZA:** 10 km
- **TEMPO DI PERCORRENZA PREVISTO:** 4 1/2 ore (escluse soste)
- **EQUIPAGGIAMENTO RICHIESTO:** pedule (preferibilmente alte alla caviglia) munite di suola adeguata tipo VIBRAM, consigliati i bastoncini (utili alla progressione sia in salita sia in discesa); vestiario adeguato alla quota e alla stagione; protezioni antipiovvia/antifreddo, provviste di acqua e generi di conforto. **CIASPOLE E RAMPONCINI**
- **PRANZO:** ristorante con menù libero non concordato / al sacco

Accompagnatori: Cristina Montanari (3492109326)- Maurizio Carbognin – Antonio Iannucci

Per partecipare all'escursione è necessario essere soci CAI con tessera valida.

Coloro che non lo sono devono fornire i dati personali, entro le 16.00 del giorno precedente la gita, alla Segreteria CAI - tel. 045 8030555 per la procedura del caso. Chi non è in regola si deve ritenere escluso dalla gita. **La partecipazione alle escursioni implica la lettura delle locandine:** i partecipanti confermano di essere stati puntualmente informati sulle caratteristiche dell'itinerario da percorrere e sul livello di difficoltà tecniche del percorso; di essere a conoscenza dei rischi oggettivi connessi all'attività in montagna e di assumerli a proprio carico; di non avere alcuna patologia che possa impedire o compromettere il buon andamento dell'escursione o mettere a rischio la propria incolumità o quella di altri partecipanti.

Coloro che si allontanano dal percorso programmato senza l'autorizzazione degli accompagnatori devono ritenersi esclusi dal gruppo e lo fanno a loro rischio e pericolo.

NOTA: Si richiede cortesemente ai soci che risultassero in LISTA DI ATTESA di verificare, fino al mercoledì precedente, l'eventuale proprio inserimento tra gli iscritti alla gita al fine di evitare disguidi (esclusione di altri in lista d'attesa e/o pagamento quota pullman).

A tutti di controllare la bacheca per informazioni importanti dell'ultimo minuto