



**CLUB
ALPINO
ITALIANO**

SEZIONE DI VERONA



**Commissione
Escursionismo**



Gruppo Seniores Cai d'Argento

GIOVEDI' 16 OTTOBRE 2025 (*intermedia in pullman*)

**NELLA GOLA DEL RASTENBACH
(Lago di Caldaro)**



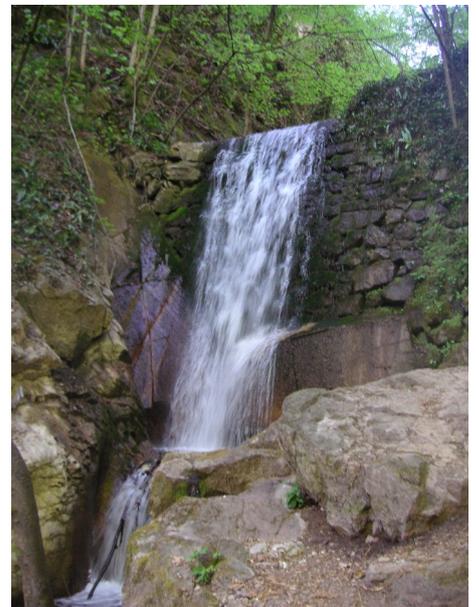
Il nome Caldaro probabilmente deriva dal latino *caldaria (caldaia)*; il paese era già importante nel basso medioevo e si trova a circa 15 chilometri da Bolzano in una delle aree vitivinicole più importanti dell'Alto Adige e d'Italia. Il punto di attrazione è l'omonimo lago , spesso ventoso che permette la pratica della vela e del surf.

Il paesaggio che lo attornia è fatto di vigneti, frutteti e boschi. E' sovrastato dalla Costiera della Mendola e dall'omonimo passo che lo mette in comunicazione con la Val di Non.

La selvaggia **gola del Rastenbach**, che il torrente ha scavato nella roccia porfirica nel corso di migliaia di anni, è percorsa da scale di metallo, passerelle e ponti. La gola, grazie al particolare microclima presenta una folta e variegata vegetazione.

La **Friendensweg (percorso della pace)**, realizzata fra il 1996 e il 2000, nasce dalla collaborazione fra la Parrocchia di Santa Maria Assunta, il progetto Tau del convento dei francescani e l'associazione turistica di Caldaro. Lungo il percorso ci sono dei punti di meditazione, che noi in parte toccheremo lungo il cammino; si conclude presso i ruderi della basilica di S. Peter passando per il ponte della Pace.

Raggiunto il **lago di Caldaro** (mt.236), dopo un breve tratto su strada asfaltata (in salita !), iniziamo a percorrere il bosco incuneato nell'intrigante stretta gola (segnavia 1); un susseguirsi di scale e ponticelli ci permette di arrivare ad alcune cascate ed, infine, al Ponte della pace. Questo fa parte del cosiddetto FRIEDENSWEG. Facciamo una breve sosta per ammirare la Costiera della Mendola, proprio sopra di noi, e poi proseguiamo per **Castelvecchio** dove merita una visita la chiesa dedicata a S.Vigilio, patrono della diocesi. Il paesino si trova su un terrazzamento naturale (mt.614) dal quale poter godere un bel panorama su Corno Bianco e Corno Nero, in lontananza i Lagorai e sotto di noi il Lago di Caldaro e la Bassa Atesina. Di fronte fanno capolino alcune cime del Catinaccio tra cui la Croda di Re Laurino.



Dopo la sosta pranzo riprendiamo il nostro cammino (segnavia 9F) in direzione di **S. Antonio** immersi in un bosco rigoglioso con tragitto praticamente pianeggiante; la discesa verso il Lago di Caldaro alterna sentieri con tratti di forestale sul " sentiero della pace".

Il percorso all'interno della Gola richiede passo sicuro e assenza di vertigini anche se si svolge tutto in sicurezza.

L'escursione è contemporanea a quella impegnativa (stesso pullman)

IMPORTANTE: chi si iscrive ad una delle due, e volesse cambiare percorso, lo potrà fare in

accordo col capogita solo a partire da mercoledì 15 ottobre alle 17.00 quando saranno completate le iscrizioni e le cancellazioni.

Avvertenze importanti

- **PRENOTAZIONE:** Obbligatoria, sul sito web CAI Seniores entro le ore 17 del giorno precedente l'escursione ; in caso di necessità telefonare al capo gita entro tale orario.
- **PARTENZA:** **ORE 6.30 Via Verdi, davanti cinema Alcione, Borgo Santa Croce**
ORE 6.45 Park B Stadio
- **DIFFICOLTA': E DISLIVELLO TOTALE:** 550 mt (con i vari saliscendi)
- **LUNGHEZZA:** 13 km
- **TEMPO DI PERCORRENZA PREVISTO:** 5.30 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 antipioggia/antifreddo, provviste di acqua e generi di conforto
- **PRANZO: SOLO AL SACCO**

Accompagnatori: G. Sartori e L. Lorenzi cell. 333 7687717

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 spiacevoli disagi (esclusione di altri in lista d'attesa e/o pagamento quota pullman).

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

Coloro che non lo sono devono fornire i dati personali, entro le **19.00 del martedì** 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.

