



**CLUB
ALPINO
ITALIANO**

SEZIONE DI VERONA

**Commissione
Escursionismo
SENIORES**



Gruppo Cai d'Argento



GIOVEDI' 28 LUGLIO 2016

ALLE PENDICI DEL SASSOLUNGO

Da Plan de Gralba – Rifugio Passo Sella – Santa Cristina

Usciti dalla A22 del Brennero all'altezza di Chiusa percorriamo la Val Gardena; oltrepassati i paesi di Ortisei, Santa Cristina e Selva ci dirigiamo verso la località **Plan de Gralba** (mt.1790) da dove inizia la nostra escursione. Una traccia nel prato risale il pendio in direzione del **Rifugio Passo Sella** (mt.2180). Seguendo il sentiero CAI 657, che percorre la piccola valle del rio Civazes prendiamo quota circondati dalle cime del gruppo del Sella con le sue torri e la "locomotiva" e dallo Spallone del Sassolungo. Di fronte a noi ci attende un punto panoramico verso il Piz Boè sul Sass Pordoi, la Marmolada e la catena di Costabella con la cima Uomo. Attraversiamo la "Città dei sassi" generata da una frana staccatasi dalle verticali pareti dello Spallone. Percorrendo i prati che stanno alla base del gruppo montuoso arriviamo al Rifugio Comici dove ci fermiamo per il pranzo al sacco (mt.2153 – h.3.00). Dopo la sosta iniziamo la discesa verso Santa Cristina seguendo il segnavia 526 che raggiunge i prati di Sass Sfondù con un sentiero ghiaioso ed in alcuni tratti ripido, lasciandoci alle spalle i Campanili e il "Salame"; proseguiamo sul segnavia 528 che alterna tratti di strada forestale a sentieri nel bosco; attraversando un ponticello in legno ci spostiamo sul segnavia 23 fino a raggiungere la località di Ciaslat (mt.1605) dove ci aspetta l'impareggiabile scorcio sul gruppo di Fermeda delle Odle. Seguiamo il sentiero nel bosco 22c che raggiunge Castel Gardena fiancheggiando la pista Sasslong della Coppa del Mondo di sci. In breve arriviamo al pullman che ci attende in località Ruacia a Santa Cristina (mt.1409 – h.2.30/3.00).

PARTENZA: ore **6.30** Porta Vescovo (viale Stazione) – ore **6.45** casello VR NORD

DIFFICOLTA': E

DISLIVELLO: mt. 400 in salita-mt.800 in discesa con i vari saliscendi

TEMPI DI PERCORRENZA: ore 5.30 / 6.00 in totale

OBBLIGATORI: Pedule alte alla caviglia,consigliati bastoncini

RIENTRO PREVISTO: entro le 21.00

Accompagnatori: LORENZI L. 333 7687717 - SARTORI G.

Iscrizioni e disdette vanno date entro le 14.00 del martedì antecedente la gita.

PER PARTECIPARE ALLE GITE E' NECESSARIO ESSERE SOCI CAI. Coloro che non lo sono devono fornire i dati personali, entro le 16.00 del giorno precedente la gita, alla Segreteria CAI 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.

Si ricorda che 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.