



CLUB
ALPINO
ITALIANO

SEZIONE DI VERONA

Commissione
Escursionismo



Gruppo Seniores Cai d'Argento

MERCOLEDI' 5 giugno 2024

12° RADUNO INTERREGIONALE SENIORES VFVGAA A LAGUNDO-MERANO

Ritorna anche quest'anno il Raduno dei Seniores del Veneto, Friuli Venezia Giulia e Alto Adige, a Forst nel comune di Lagundo, con escursioni di diverso impegno al mattino e poi la tradizionale festa nel pomeriggio. Ecco il Programma della giornata:

08:00 – 09:00 Accoglienza dei gruppi presso il Parcheggio II **della Birra FORST**. Registrazione dei partecipanti a cura dei capi gruppi.

09:00 – 09:30 Raduno dei partecipanti secondo la scelta degli itinerari ed inizio delle **escursioni**.

09:30 – 10:00 Per coloro che non intendono camminare possibile visita guidata alla Birra Forst, massimo 30 persone.

14:30 – 15:00 Rientro dalle escursioni, ritiro borsa-shopper ed inizio del **momento conviviale** presso la sala "Sixtus". Intervento delle **Autorità**. *Ogni tavolo sarà contrassegnato con il nome del capogruppo e della sezione CAI di appartenenza, ci saranno dei tavoli riservati anche ad altri gruppi.*

NB. Ogni gruppo dovrà provvedere autonomamente ai viveri dei propri partecipanti.

16:30 – 17:00 Chiusura della manifestazione.

Avvertenze importanti

- **PRENOTAZIONE:** Obbligatoria, sul sito web CAI Seniores a partire dal **10 maggio** fino alle 17 del 31 maggio. Eventuale **disdetta** entro le ore 17 del giorno **31 maggio 2024**; in caso di necessità telefonare al coordinatore.
- **Partenza: P.ta Vescovo h 6:00; Parcheggio B Stadio h 6:15**
- **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:** non è previsto ristorante, sono gradite torte (dolci o salate), vino e altri generi di conforto.
- **Oltre alla quota pullman è prevista una quota di iscrizione di 10 euro, che dovrà essere comunque versata in caso di disdetta senza sostituzione.**

Coordinatore: Maurizio Carbognin cell. 3485428481 (le escursioni saranno guidate da accompagnatori locali)

Si richiede cortesemente ai soci che risultassero in LISTA DI ATTESA di verificare, fino al venerdì precedente, l'eventuale proprio inserimento tra gli iscritti alla gita al fine di evitare spiacevoli disguidi (esclusione di altri in lista d'attesa).

ESCURSIONI

PERCORSO AZZURRO (tradizionale)

Dal parcheggio della Birra FORST si sale fino a incrociare la Algunder Waalweg, la roggia di Lagundo, che passa sopra l'omonimo paese nel Burgraviato, con stupende viste panoramiche sull'intera Val d'Adige, lungo ca. 5 km e porta da Plars, passando per Lagundo, fino a Quarazze (Merano), gran parte del sentiero è stato mantenuto al suo stato originale. Da qui imbocchiamo la Passeggiata Tappeiner che ci conduce a Merano sulla Passeggiata d'Estate fino ad arrivare alle Terme di Merano. Da qui un pullman ci riporterà a Foresta.

Tempi di percorrenza: 3:30 – 4:00 ore, dislivello: 238 m



PERCORSO VERDE (intermedio)

Dal parcheggio della Birra FORST si attraversa la strada statale e si prosegue lungo la stradina fino ad incrociare la Waalweg/Roggia di Marlengo che seguiremo per un tratto per poi deviare verso i Quadrati. Da qui seguendo il sentiero 9 arriviamo ai masi Brunnl, scendiamo al Senn am Egg, al Schönblick e rincrociata la Waalweg ritorniamo al punto di partenza.

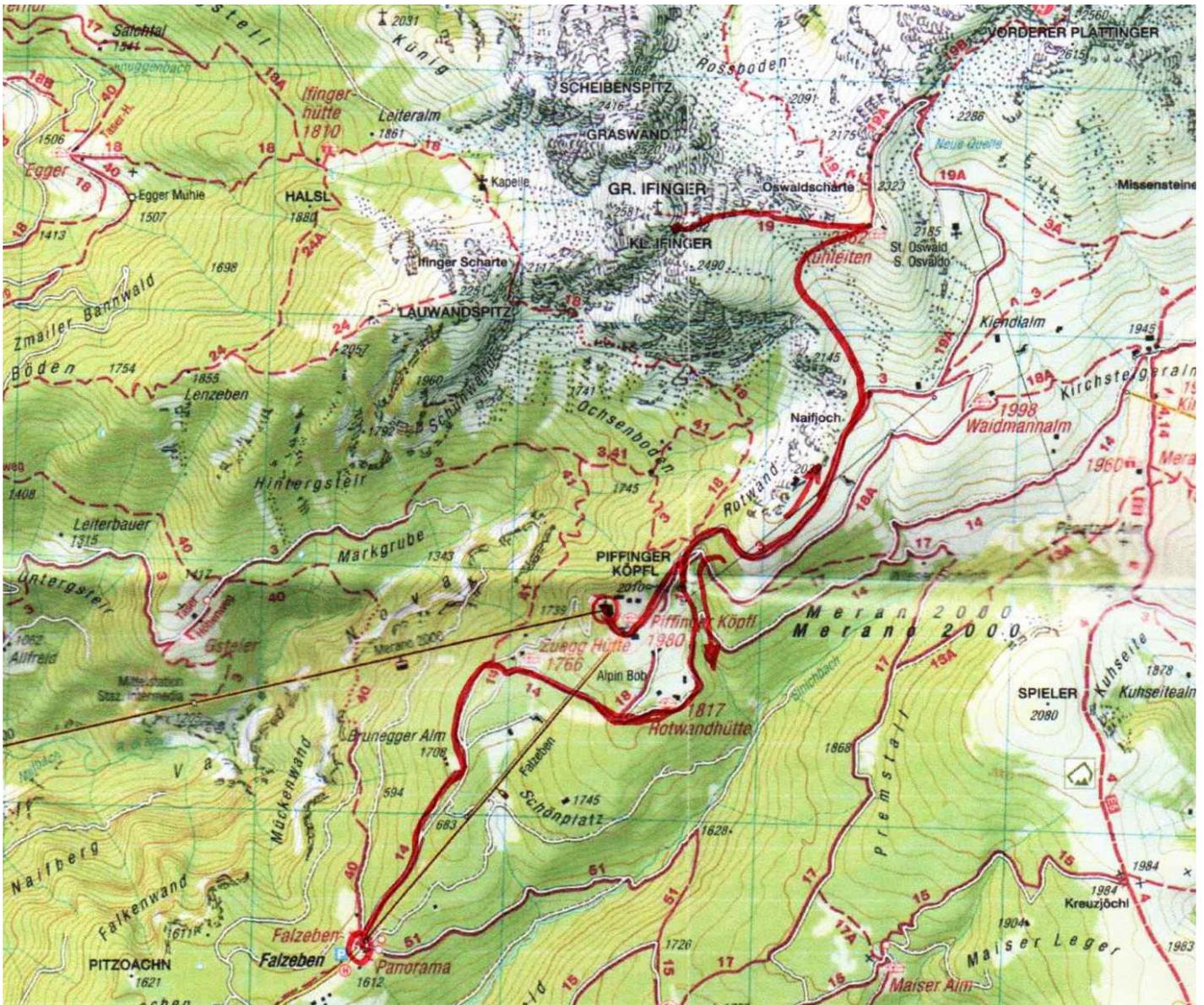
Tempi di percorrenza: 3:30 – 4:00 ore, dislivello: 530 m.



PERCORSO ROSSO (impegnativo)

Dei pullman ci portano alla Stazione della Funivia di Merano 2000 e con questa saliamo a monte. Da qui seguiamo il sentiero 3 prima ed un altro sentiero poi che sempre in costante salita ci porta in Vetta del Piccolo Picco Ivigna (2552 m). Dopo aver ammirato il panorama si scende per la stessa via fino ad incrociare il sentiero 14 che ci porta al Rifugio Parete Rossa, di proprietà della Sezione di Merano, e poi a Falzeben dove ci attendono i pullman per il rientro.

Tempi di percorrenza: 4:00 – 4:30 ore, dislivello: 652m in salita 932m in discesa



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