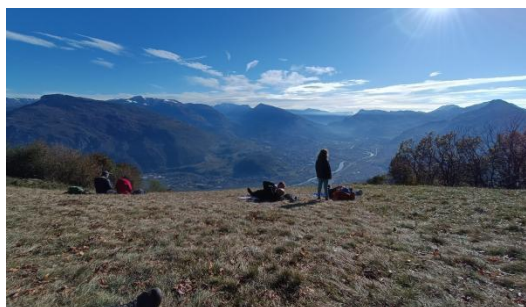


GIOVEDI' 05 giugno 2025

Lago di Cei e Malga Cimana (intermedia)

Ripetiamo l'escursione avvenuta a novembre scorso ma in uno scenario primaverile. La partenza dell'escursione avverrà dal parcheggio a fianco alla chiesa di San Lorenzo a **Castellano** direttamente sulla SP 20 che sale da **Rovereto Nord**. Attraverseremo il paese per poi proseguire su strada dapprima asfaltata poi bianca ma sempre confortevole e facile fino al lago di Cei. Il lago merita una sosta per il panorama che offre, per la vegetazione e la fauna locale. Superato lo specchio d'acqua, in un'altra ora e mezza, su sentiero leggermente più impegnativo, si giungerà a Malga Cimana il cui ristorante offre una vasta scelta di piatti del territorio. Superata la malga,



camminando ancora per pochi minuti, arriveremo ad un prato inclinato verso sud che domina la Val d'Adige e offre una stupenda vista verso la valle e l'abitato di Rovereto.

Quanti avranno optato per il pranzo al sacco, si

fermeranno in questo spazio utilizzando alcune panche e tavoli ben sistemati per godere il panorama.

Scenderemo quindi per una strada a tratti asfaltata per giungere poi ad una zona umida con un lago-palude denominato Prà dall'Albi.

Nelle vicinanze se il tempo a disposizione lo consentirà, saliremo ad ammirare una minuscola chiesetta (purtroppo chiusa) la cui costruzione risale al XII secolo ma altre fonti la datano al X secolo. Ci ricongiungeremo al percorso di andata più in basso senza ripassare dal lago di Cei.



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.
- **CAR POOLING a discrezione dei partecipanti:** Parcheggio "B" dello stadio alle ore 7,15
- **RADUNO:** ore 8,30 – **LOCALITA'** Castellano. Nel paese esiste il Bar Zircol per chi desidera il caffè e la sosta bagno. Essendo l'unico esercizio del territorio, si suggerisce di arrivare con un po' di anticipo e usufruire del bar alla spicciolata.
- **DIFFICOLTA': E** **DISLIVELLO TOTALE:** 600 m **LUNGHEZZA:** 15 km
- **TEMPO DI PERCORRENZA PREVISTO:** 5,30 ore (escluse soste)
- **EQUIPAGGIAMENTO RICHIESTO:** pedule (fortemente consigliate 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:** al sacco oppure libero presso Malga Cimana, compatibilmente con i tempi limitati della sosta.

Accompagnatori: Mauro Albano 335 7411439 – Stefano Pollorini e Lelio La Verde.

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 disguidi (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 antecedente 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.