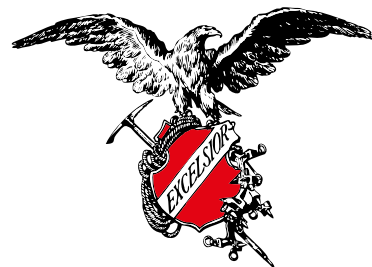




**CLUB ALPINO ITALIANO - TRIESTE**  
**ASSOCIAZIONE XXX OTTOBRE**  
**SOCIETA' ALPINA DELLE GIULIE**  
**ESCURSIONISMO**



**Da sabato 20 luglio a mercoledì 24 luglio 2024**

**CINQUE GIORNI DA FAVOLA IN DOLOMITI**  
**NEL PARCO NATURALE FANES – SENES – BRAIES**

I Gruppi Escursionismo della XXX Ottobre e dell'Alpina delle Giulie propongono un soggiorno nel rifugio Lavarella nel Parco Naturale Fanes-Sennes-Braies.

Un'area naturale delle Dolomiti, protetta dal 2009 quale **Patrimonio Mondiale UNESCO**, composta da cattedrali di roccia dalle pareti rosate, da guglie che si slanciano verso il cielo, da dolci pendii. Visioni che eccitano la fantasia, che in tempi lontani hanno fatto nascere bellissime leggende, che narrano della storia del Regno dei Fanes, della principessa Dolasilla e del "Parlamento" delle marmotte. Si camminerà nella bellezza incontaminata delle Dolomiti, saranno emozioni indelebili, sarà il ricordo infinito di un momento di grande sintonia con la montagna, sarà la scoperta di suggestivi paesaggi costellati di capolavori della natura.

Le cime che contornano questo parco viaggiano tutte sui 3000 metri, di conseguenza sono salite impegnative se iniziate dalle valli (Val Badia, San Vigilio di Marebbe o Cortina); per questo motivo abbiamo pensato di soggiornare in quota a circa 2000 metri ed ogni giorno, senza zaini pesanti, intraprendere una bella (e lunga) escursione.



**1° giorno SAB 20/07: Trieste, Brunico, San Vigilio di Marebbe, rifugio Pederù (1.548 m) - rifugio Lavarella (2042 m), pernotta.**

Da Trieste si raggiunge il paese di San Vigilio di Marebbe e si percorre la rotabile (a pagamento € 12) fino al **rifugio Pederù 1548 m** dove si parcheggia. L'escursione inizia con una salita leggermente ripida solo nel primo tratto (sentiero CAI 7) ma estremamente gratificante metro dopo metro: ampie vedute, cime dolomitiche sempre più vicine, un suggestivo ruscello che scorre nella vallata, fino a raggiungere un vasto pianoro a circa 1900 metri di quota. L'itinerario percorre ora un lungo tratto soleggiato, panoramico e quasi pianeggiante che si addentra nella vallata fino a portarsi ai piedi delle pareti del Col Bechei e della Sella di Ciamparogn. Le pendenze riprendono a salire, moderatamente, ma in pochi minuti si perviene all'alpe di Fanes, dove a breve distanza si trovano i rifugi di Ücia de Fanes 2060 m e **Ücia Lavarella 2042 m** - Cena e pernotta.



**Dislivello salita:** 500 m - **Sviluppo:** 6 km - **Tempi** (soste escluse): 2 ore - **Difficoltà:** E

**2° giorno DOM 21/07: rifugio Lavarella (2042 m), Utia Gran Fanes, Piz Conturines (3064 m), Piz Lavarella (3055 m) ritorno al rifugio Lavarella (2042 m), cena e pernottato.**

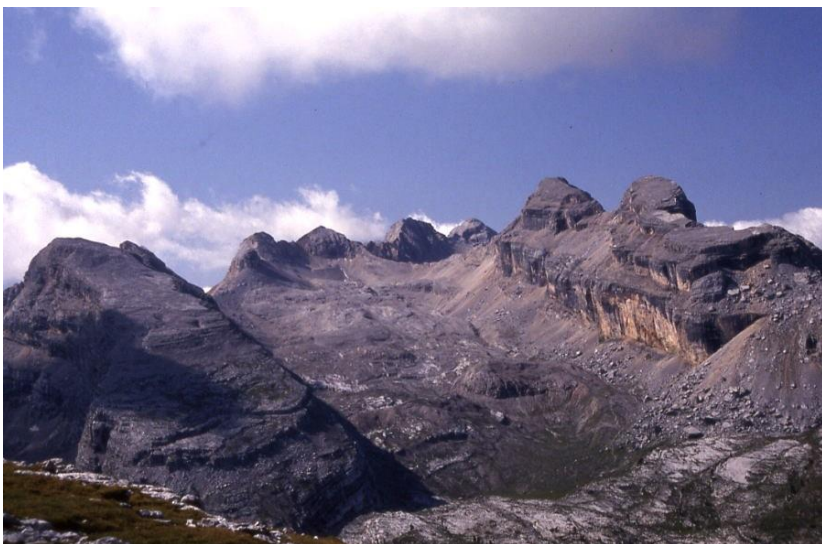
Dal rifugio Lavarella 2042 m si sale al Lago di Limo 2174 m (sentiero/carrareccia CAI 11), si prosegue in leggera discesa verso il rifugio Gran Fanes 2102 m e si traversa fino al Passo Tadege (Ju da l'Ega), 2157 m (1,30h). Nei pressi di una ciclopica frana si lascia il sentiero principale per prendere una traccia sulla destra, indicazioni per Conturines-Lavarella (sentiero Tru Dolomieu). La traccia sale ripidamente un grande vallone e conduce all'alveo del piccolo Lago di Conturines (2518 m -2.00h). Si continua sulla destra, bolli bianco-rossi, la traccia sale tra gradini rocciosi elementari e pendii detritici e termina su un'ampia forcella (cresta principale che unisce le cime della Lavarella con il Piz Conturines). Si segue la traccia di sinistra, diretta al Piz dle Conturines e si arriva rapidamente alla base della conoide ghiaiosa, da dove inizia la ferrata (2930 m - 3.30h). Fino a questo punto facile escursione, seppur faticosa; dalla forcella grandioso panorama.

Il proseguo della salita si sviluppa lungo un facile sentierino attrezzato, provvisto di scale e cavo che aiutano a superare roccette esposte ma non difficili e conduce in 30 minuti sulla cima del **Piz Conturines 3064 m** (4.00h). Ridiscesa la ferratina si ritorna sulla grande forcella, dalla quale si punta in direzione opposta verso il Piz Lavarella. Si segue la traccia che sale un canalino detritico, si traversa una cengia esposta e non protetta e alcune roccette con facili passaggi di arrampicata (I grado) che conducono ad una forcella sul filo della cresta, posto tra le due cime del Piz Lavarella. Si sale a destra (bolli rossi) superando qualche facile gradino roccioso e si raggiunge la vetta principale del **Piz Lavarella, Cima Est 3055 m** (5,00 h). Discesa con lo stesso itinerario di salita e rientro al rifugio Lavarella 2042 m. Cena e pernottato.



**Tutte e due le cime - dislivello salita:** 1270 m - **dislivello discesa:** 1270 m - **tempi** (soste escluse): circa 9 ore - **Difficoltà:** **EE** (fino alla forcella) – **Ferrata Piz Conturines** per Escursionisti Esperti con Attrezzatura (**EEA**)

**3° giorno LUN 22/07: rifugio Lavarella (2042 m), Utia Gran Fanes, Croda Vallon Bianco (2683 m), Bivacco Baccon-Barborka (2620 m), Furcia Rossa II (2703 m), Bivacco Baccon-Barborka [FACOLTATIVO- Via della Pace, Piz de Furcia Rossa III (2791m), Bivacco della Pace (2760m)] ritorno al rifugio Lavarella (2042m), cena e pernottato.**



Dal rifugio Lavarella 2042 m si sale al Lago di Limo 2174 m (sentiero/carrareccia CAI 11), si prosegue in leggera discesa verso il rifugio Gran Fanes 2102 m (1 h). Superato il rifugio si devia a sinistra sul sentiero CAI 17 VB che va seguito fino in cima; si sale tra sfasciumi e si superano due incroci, uno dei quali porta alla ferrata della Furcia Rossa mentre l'altro al bivacco (che verrà raggiunto al ritorno). Si sale ripidamente a zig-zag tra le rocce, con un sentiero costruito dai militari austriaci durante la Grande Guerra. Si affronta, dopo una piccola discesa, la parte forse più bella di questo tratto. Si superano passaggi discretamente esposti tramite dei ponticelli in legno attrezzati con corda d'acciaio, e si traversa un taglio profondo nella roccia con un piccolo ponte sospeso in acciaio. Si tratta di un facile sentiero attrezzato che consente

di raggiungere l'ampia sommità del **monte Vallon Bianco 2684 m** (3 h). Dalla vetta si ritorna indietro fino al bivio per il bivacco, in prossimità di un muretto a secco a circa quota 2550 m. Si devia per salire al piccolo ricovero di guerra all'interno di una conca rocciosa e in circa 20 minuti si raggiunge il **Bivacco Baccon-Barborka 2620 m**, dal quale in pochi minuti si raggiunge la vetta della Furcia II (circa 4 h). Discesa con lo stesso itinerario di salita e rientro al rifugio Lavarella 2042 m. Cena e pernottato.

**Dislivello salita:** 820 m - **discesa:** 820 m - **tempi** (soste escluse): circa 7 ore - **Difficoltà:** per Escursionisti Esperti con Attrezzatura (**EEA**)

*[SALITA FACOLTATIVA: In caso di condizioni meteo buone e condizione fisica ancora ottimale, lungo la discesa si ritrova il primo bivio per imboccare la traccia che conduce alla ferrata della Furcia Rossa III (media difficoltà) con molte scale e dalla esposizione notevole (dislivello +/- 400 metri, tempo indicativo 3 ORE)]*

**4° giorno – MAR 23/07 - rifugio Lavarella (2042m), Forcella della Croce (2612 m), Sasso della Croce (2907m), Sasso delle Dieci (3026m) ritorno al rifugio Lavarella (2042m), pernotto.**

Dal rifugio Lavarella 2042 m si sale con il sentiero n° 12 e 7 sull'ampia Forcella della Croce (Forcella della Crusc) 2612 m, da dove si ammira un panorama mozzafiato sulle magnifiche vette delle Dolomiti. Dalla forcella si segue il sentiero 7B verso destra lungo la piatta cresta del Sasso della Santa Croce. Arrivati ad un bivio si sale a sinistra per il **Sasso della Croce (2907 m)**. Tornati al bivio, si continua verso la vetta del Sasso delle Dieci. Un'ultima ripida salita su ghiaione porta alla base della piccola ma esposta ferrata della montagna. In 45 minuti, per un dislivello di 75 metri la brevissima ferrata conduce al **Sasso delle Dieci (3026 m)**. Straordinario panorama verso la Val Badia. Discesa con lo stesso itinerario di salita e rientro al rifugio Lavarella 2042 m. Cena e pernotto.

**Dislivello salita:** 1000 m - **Dislivello discesa:** 1000 m - **tempi** (soste escluse): 7-8 ore - **Difficoltà:** EE (fino alla forcella) – **Ferrata Sasso delle Dieci** per Escursionisti Esperti con Attrezzatura (EEA)



**5° giorno MER 24/07: rifugio Lavarella (2042 m), Col Bechei (2793 m), rifugio Pederù (1548), Trieste**

Dal rifugio Lavarella 2042 m si sale al Lago di Limo 2174 m (sentiero/carrareccia CAI 11), si contorna il lago ad oriente e si prende il sentiero 418. Si sale all'interno di un vallone roccioso fino ad un bivio nei pressi dei resti di una batteria d'artiglieria della Prima Guerra Mondiale. Si abbandona il sentiero principale per deviare a sinistra. La traccia sale ripida prima su pendii erbosi, in seguito su roccette, che conducono alla cresta finale del **Col Bechei Dessora 2794 m**. Discesa con lo stesso itinerario di salita e rientro al rifugio Lavarella 2042 m. Recupero delle proprie cose e prosecuzione della discesa fino al rifugio Pederù 1548 m. Rientro a Trieste

**Dislivello salita:** 750 m - **Dislivello discesa:** 1300 m - **Difficoltà:** EE - **Sviluppo:** 15 km – **Tempi:** salita al Col Bechei 2,15 h - discesa complessiva fino a valle, 4 ore

**D.E.: Ondina Benvenuti & Livio Marassi**

**Difficoltà del tour: Escursionisti Esperti (EE)**

**Cartografia: CARTINA TABACCO 03 Cortina d'Ampezzo (ediz. 2013)**

**Quota di partecipazione per i Soci CAI 400,00 €**

**Per i non Soci CAI supplemento di 60 € per assicurazioni infortuni e soccorso alpino**

**Presentazione martedì 23/4 alle 18.30 presso la XXX Ottobre, via Battisti 22.**

**L'iscrizione sarà valida solo con il versamento dell'acconto (260 €) e si potrà fare esclusivamente presso la XXX Ottobre a partire da lunedì 22 aprile fino a venerdì 24 maggio**



PARCO NATURALE FANES - SENES - BRAIES  
NATURPARK FANES - SENES - FRAGS  
PARCH NATURAL FANES - SENES - BRAIES

SASSO DELL'EDIE  
ZEHNER  
SAS DALES DIESC

Ucia Poderò  
1548

Ucia Lavarella  
1925

Ucia de Fanes  
2060

Ucia de Gran Fanes  
2130

RIZ DE LAVARELLA  
3055

RIZ D'ES CONTURINES

CRODA DEL VIRON BIANCO

COL BECHE  
DESSORAY

RIZ D'ALVAL

RIZ D'ES CHIAVAL

RIZ D'ALZUBER

RIZ D'ES FORCÈS

RIZ D'ES CONTURINES

RIZ D'ES CONTURINES

RIZ D'ES CONTURINES

RIZ D'ES CONTURINES

RIZ D'ES CONTURINES

RIZ D'ES CONTURINES