



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

**Sabato 9 e Domenica 10 agosto 2025**

## **VAL ZEMOLA: CIMA CENTENERE E SENTIERO ZANDONELLA**

**Direttori d'escursione:**

**Daniela DARINI, Chiara ALBERTI, Chiara PAVAN**

### **PERCORSI SINTETICI:**

**Sabato 9 agosto 2025:** Casera Mela m. 1178, Rifugio Maniago m. 1717, forcella del Duranno m. 2219, Cima Centenere m. 2297, Rifugio Maniago e pernotta.

**Domenica 10 agosto 2025:** Rifugio Maniago m. 1717, Cima Spalla del Duranno m. 2234, Sentiero Zandonella, Casera Mela m. 1178.

### **PROGRAMMA**

#### **SABATO 9 AGOSTO**

ore 7:30 *partenza dal quadrivio di Opicina  
breve sosta durante il viaggio*

ore 10:30 *arrivo al parcheggio di Casera Mela  
ed inizio escursione*

ore 12:30 *arrivo al Rif. Maniago  
sosta pranzo*

ore 13:30 *proseguimento dell'escursione*

ore 16:00 *alla cima Centenere (2297 m)*

ore 16:30 *inizio discesa*

ore 18:00 *arrivo al Rif. Maniago  
cena e pernotta*

#### **DOMENICA 10 AGOSTO**

ore 7:30 *colazione e partenza appena pronti*

ore 9:30 *inizio del Sentiero Zandonella*

ore 11:00 *arrivo sulla Spalla del Duranno  
(2234 m)*

ore 14:30 *fine del sentiero Zandonella  
sosta pranzo*

ore 17:00 *arrivo a Casera Mela  
sosta ristoratrice (a piacere)  
rientro a Trieste libero*

### **DESCRIZIONE DEL PERCORSO:**

L'escursione di due giorni avverrà con mezzi propri e con il pulmino sociale, con ritrovo al quadrivio di Opicina, per partire quindi alla volta di Erto e Casera Mela, dove si lasceranno le autovetture (parcheggio a pagamento - 3 euro al giorno).

Da Casera Mela (1.178 m) prenderemo il sent CAI n.374, costeggiando la dx orografica del torrente Zemola, quindi, attraversandone le gravi (1.203 m) per abbandonare il fondovalle e inerpicarci nel bosco, arriveremo al Rifugio Maniago (splendida la vista sulla bassa Val Zemola). Qui lasceremo l'attrezzatura che useremo il giorno successivo e quanto necessario per la notte e il ricambio. Dopo una sosta ristoratrice, prenderemo il sentiero Cai n. 374, che parte dal fontanile dietro il rifugio, verso le pareti meridionali del Monte Duranno e saliremo fino alla forcella. La Forcella del Duranno è un intaglio nella cresta montuosa che separa il Monte Duranno dalle Cime Centenere. È un punto panoramico molto apprezzato dagli escursionisti, con vista sul Monte Duranno, Cima dei Preti e Cime Centenere, che raggiungeremo subito dopo.

Il primo tratto di salita attraversa mughetti e facili roccette. La seconda parte sale lungo ghiaie sotto la parete Sud del Duranno. L'ultimo tratto, un po' più complicato, con passaggi di I° su roccia, ci porterà fino alla

Forcella Duranno (2217 m) e quindi alla Cima Centenere (2297 m). Breve sosta e discesa al rifugio.

Al rifugio trattamento di mezza pensione, c'è la possibilità di fare la doccia (a pagamento). Ricordo l'obbligo del sacco lenzuolo. Non è presente la connessione telefonica.

Il secondo giorno seguiremo il sent CAI n.382, e raggiungeremo la Forcella della Spalla (2.127 m). Il M. Duranno si erge dietro a noi, maestoso e severo in queste uniche Dolomiti Friulane. Sulla dorsale si raggiunge la cima della Spalla, da cui proseguiremo il nostro cammino sul sentiero alpinistico attrezzato Osvaldo Zandonella. L'itinerario è obbligato: Cima de le Diese, Forc. Portelline, Cima di Rodisegre, Forcella Pagnac de Entro, Cima Pagnac, per poi scendere verso Casera Bedin. Il cammino è aspro, impervio e a tratti esposto, con saliscendi per aggirare erti costoni sia su parete attrezzata, sia su roccia e ghiaioni. Da Cima Pagnac inizia la discesa, che comunque richiede attenzione in ogni suo punto, prima verso Casera Bedin di Sopra, quindi in direzione Casera Mela e al parcheggio.

**Cartografia:** Tabacco 021 - 1:25.000

**SABATO 9/08:**

**Difficoltà:** Escursionismo (E)

**Dislivello:** 1040 m circa - **Sviluppo:** km 9 circa

**DOMENICA 10/08:**

**Difficoltà:** Escursionisti Esperti con attrezzature (EEA)

**Dislivello:** circa 750 m positivi e 1030 m negativi - **Sviluppo:** km 9 circa

**OBBLIGO DEL SET DA FERRATA OMOLOGATO E DEL CASCO**

## **I PROSSIMI APPUNTAMENTI**

### **16-20/08 - 5 GG SULLE FERRATE DEL BRENTA**

**Sab 16:** Madonna di Campiglio, funivia del Grostè, Rif. Stoppani (2438 m), sent. 305, Bocca alta di Vallesinella (2946 m), Rif. Tuckett (2272 m), cena e pernotta. **Dom 17:** dal rifugio alla Bocca del Tuckett (2613 m), sent. 305, ferrata delle Bocchette alte, Bocchetta bassa dei Massodi (2796 m), Bocca dei Armi, ferrata delle Bocchette centrali, Rif. Pedrotti (2491 m), cena e pernotta. **Lun 18:** dal rifugio al sentiero Brentari 358, Sella di Tosa (2859 m), Rif. Agostini (2410 m), ferrata Castiglioni, Bocchetta dei Due Denti (2859 m), Rif. Garbari ai XII Apostoli (2488 m), cena e pernotta. **Mart 19:** Rif. Garbari ai XII Apostoli, sentiero "dell'Ideale", Bocca dei Camosci (2757 m), sent. alpinistico D. Martinazzi, Rif. Maria e Alberto ai Brentei (2182 m), cena e pernotta. **Merc 20:** dal rifugio sent. 305b "Sosat", Rif. Tuckett (2272 m), Rif. Casinei (1826 m), sent. 317b, Cascade alte, Rif. Vallesinella (1513 m), Madonna di Campiglio (1572 m), parcheggio funivia.

**Cart.** Tabacco 053 - 1:25000 - **Sab.**

**16:** DL: +500/-700 - **Dom. 17:** DL: 1000 m - **Lun 18:** DL: 850 m -

**Mart. 19:** DL: 300 m - **Merc. 20:** DL: +300/-1100 m.

DF: Escursionisti Esperti con Attrezzature (EEA)

D.E.: AE Maurizio Toscano

### **24/08 - SENTIERO LEVA e CIMA DI TERRAROSSA**

Piani del Montasio, Rif. Di Brazzà (1660 m), Forca dei Disteis, sentiero Leva, Forca del Palone, Cima di Terrarossa (2420 m), Rif. Di Brazzà, Piani del Montasio.

**Cart.** Tabacco 027 - 1:25000 - DL 1100 m - SV: 11 km

DF: Escursionisti Esperti con Attrezzature (EEA)

D.E.: Daniela Darini - Chiara Alberti - Stefania Varagnolo

## **Quota Soci CAI € 75,00**

**Per i non soci supplemento di € 25,00 per Assicurazione Infortuni e Soccorso Alpino.**

Il programma, salvo cause di forza maggiore, sarà strettamente osservato e attuato secondo il regolamento escursioni e condotto ad insindacabile giudizio del direttore d'escursione.

In caso di mutamenti atmosferici particolarmente significativi, che potrebbero in qualche modo condizionare il regolare svolgimento dell'escursione, i Direttori d'escursione hanno la facoltà di modificare o annullare la stessa.



