

Gruppo Amici della Montagna
VECCHIO SCARPONE

Limena

Sabato 13 e Domenica 14 Settembre 2014

ESCURSIONE SUL PARCO NATURALE PUEZ ODLE

Interessante e spettacolare escursione di due giorni in uno dei gruppi più belli e suggestivi delle Dolomiti Sud-Tirolesi.

Partenza: ore **6.00** da Limena, P.le S. Francesco (dietro orafi veneti) in pulman.

Percorso stradale: Valsugana ,Trento, Bolzano,Chiusa,Santa Cristina di Valgardena

1° Giorno : gruppo A-B

Partenza dal parcheggio di S.Caterina Val Gardena, si prende la stradina asfaltata con segnavia n.1-3 che sale fino al rifugio Firenze, a circa metà percorso nei pressi della **Baita Sangon** (piccolo laghetto) ci si può fermare per una piccola sosta per poi salire direttamente al rifugio Firenze (ore 2.00 dalla partenza).

Come alternativa si può prendere un comodo sentiero (deviazione a sinistra della **Baita Sangon** tra i boschi, e salire alla **Baita Gamsblut** e quindi deviare per segnavia n.4 e salire fino al rifugio **Col Raiser** proseguendo poi sempre per sentiero n. 4 in leggera discesa, fino al rifugio Firenze. (ore 2.30 dalla partenza).

2° Giorno : gruppo A (Lunga e faticosa escursione, diversi passaggi facili in roccia, adatta solo per esperti e con bel tempo)

Sveglia ore 6.30 ore 7.00 colazione

ore 7.30 partenza dal rifugio su sentiero n.2-3 in discesa verso il Rio Cisles e superato, si sale lungo una dorsale boscosa ed un terreno sabbioso,si prosegue sullo stesso poi più avanti arriva ad una alta valle detritica, quindi verso in salita ad una biforcazione. Qui si va diritti sul sentiero n.2 ed infine serpeggiando ripidamente si sale alla Forcella de Sielles (2505mt) ore 1.30 dal Rifugio Firenze, ora lungo il filo di una cresta rocciosa (funi metalliche) verso sinistra in salita poi più avanti lunga traversata a destra e discesa all'Alpe del Puez. (alta via 2)

La si attraversa verso est, poi aggirando il monte Puez, giunge al rifugio Puez che sorge in un campo di doline (2475mt) ore 3.30 dal rifugio Firenze.

Sosta per il pranzo al sacco o al rifugio,quindi si prende il sentiero n.14 verso sud e in serpentine su erti pendii si prosegue verso la Valle Lunga e ampi campi detritici, superando questi ultimi verso destra si scende nel fondovalle, e seguendo la strada attraverso boschi e prati, si esce alla Cappella di S.Silvestro (1632mt).

Da qui lungo la strada in direzione sud-ovest si arriva nei pressi del piazzale della funivia di Selva di Valgardena ,qui ci sarà il pulman per il rientro a casa.

2° Giorno: gruppo B

Sveglia ore 6.30 ore 7.30 colazione

ore 8.00 il gruppo partirà per una escursione abbastanza lunga e faticosa si scende per sentiero n°1 si sale verso est nella Val Cisles, alla biforcazione sinistra della via con sentiero n° 17b attraverso mughi e più tardi su pendii prativi, si sale in serpentine verso un canalone,lo si attraversa lasciando a destra la torre La Piza per salire alla forcella La Piza (2489) quindi a destra sul sentiero n°17 si scende lungo i pendii di una ampia dorsale al Rifugio Stevia (2312mt) ore 2.30 circa.

Sosta per il pranzo a sacco o al rifugio.

Partenza verso le ore 13.00 per il rientro a Selva tramite il sentiero n.17 si entra nella selvaggia gola di S.Silvestro tenendo la destra si scende in un canalone che porta alla per **Baita Juac** (1903mt).

Si procede ora a sinistra su sentiero n.3 e si scende fino al primo bivio (1788mt) seguendo sempre il sentiero n.3 fino ad incontrare la stradina nella località Larcionei e poi lungo la strada fino al piazzale della funivia di Selva Gardena, dove ci attende il pulman per il rientro a casa.

Una seconda alternativa per le persone che non sono in grado di fare questo giro:

Dal rifugio Firenze scendere lungo il sentiero n. 1 al bivio per la Baita Sangon prendere la deviazione a sinistra sentiero n.3 fino alla Baita Juac, quindi proseguire seguendo le istruzioni sopra riportate.

1° Giorno dislivello: gruppo A – B 500mt salita Difficoltà : E
Tempi di percorrenza: ore 2,30

2° Giorno dislivello: gruppo A 550mt salita
 1100mt discesa Difficoltà : EE (*escursione solo per esperti*)
Tempi di percorrenza: ore 7.00

2° Giorno dislivello: gruppo B 550mt salita
 1100mt discesa Difficoltà : EE
Tempi di percorrenza :ore 5.00

Pranzo : al sacco (i due pranzi)

Capi gita: Consiglio direttivo

ACCONTO: 30 EURO DA PAGARE ENTRO IL 7 SETTEMBRE

COSTO TOTALE: pullman e rifugio una notte con mezza pensione escl. bevande (obbligatorio in rifugio sacco lenzuolo) è di 85 euro a persona.

Per i soci CAI c'è uno sconto di 10 euro.

N.B. Portare abbigliamento adeguato alle alte quote!

