



12 -13 Gennaio 2019 Con le Ciaspole in Val di Non

Una ciaspolata con le racchette da neve è un modo unico per esplorare in sicurezza tutto il bello della natura imbiancata. Le ciaspole sono l'alleato ideale per escursioni invernali adatte a tutti, dove divertimento e relax si uniscono in un fascino irresistibile. Ciaspolare è un modo diverso e divertente per esplorare la montagna, scegliendo percorsi ogni volta diversi, dove tutti possono condividere l'emozione di un'esperienza piacevole e sostenibile. Le ciaspole non necessitano di impianti di risalita. I percorsi sono spesso liberi e vanno incontro alle diverse esigenze di chi preferisce una salita più impegnativa o una passeggiata in tutta tranquillità. Quest'anno il Centro Sportivo ha scelto una vallata cara ai parmigiani: la Val di Non.



SABATO 12 GENNAIO

ANELLO DA LANZA DI RUMO AL PANORAMICO PASSO FRESNA

DESCRIZIONE

Facile escursione ad anello attraverso i verdi prati di Rumo e le sue frazioni. L'escursione è piacevole per i molti punti panoramici sulla valle e per le graziose chiesette di Corte Inferiore e Lanza che vale la pena visitare, dando la possibilità inoltre di visitare il particolare paese di Proves.



Dal centro di Marcena si sale sulla strada principale e si procede in direzione Lanza. Da qui si intraprende il cosiddetto sentiero "Giro del Lez". Su questo suggestivo sentiero si procede pressoché pianeggianti sopra i villaggi della Val di Rumo fino all'incrocio con il sentiero SAT 147. Devian-
do sulla strada asfaltata, si può scendere fino al piccolo paese sottostante, Corte Inferiore, dove su un colle panoramico sorge la graziosa chiesetta quattrocentesca di S. Udalrico che vale la pena visitare per i bellissimi affreschi dei fratelli Baschenis. Sul sentiero 147 si prosegue in salita fino all'incrocio con il sentiero 12-14 imboccandola destra. Si continua fino ad incrociare nuovamente il sentiero 147 e da questo bivio si procede su strada pianeggiante verso il Passo Frenassi attraversando dei prati pianeggianti con diversi punti panoramici e chi lo volesse da qui può raggiungere a piedi soli 15 minuti il paese altoatesino di Proves

dove è consigliata una visita alla chiesa neogotica di San Nicolò. Dal Passo Fresna si ripercorre a ritroso il percorso fino all'incrocio con il sentiero 147 da dove si prosegue scendendo sempre attraverso i prati fino a raggiungere nuovamente il paese di Lanza, dove è consigliata una visita alla chiesa parrocchiale di S. Vigilio, posta in posizione panoramica.

DIFFICOLTA': E

LUNGHEZZA PERCORSO (storico-culturale) ad anello: 8 KM

DURATA: 3 h (escluse le soste)

DOMENICA 13 GENNAIO

PERCORSO CLASSICO DELLE MALGHE DELLE MADDALENE

DESCRIZIONE

Splendida passeggiata ad anello e non troppo impegnativa nel cuore del Gruppo delle Maddalene. L'itinerario ha in buona parte una pendenza comoda e si svolge tra boschi e panoramiche radure. Quasi tutte le malghe che si incontrano lungo questo percorso sono aperte nei weekend invernali e meritano una sosta per la calda accoglienza e l'ottima cucina che offrono.

Questo itinerario è uno dei più noti e frequentati dagli abitanti della Val di Non e della Val d'Ultimo nel periodo invernale. Il percorso si svolge per lunghi tratti su sentieri SAT/AVS ma data la popolarità la traccia è sempre battuta e ben evidente. Inoltre la presenza di punti di ristoro aperti anche in inverno lo rendono un percorso ideale sulla neve.

PARTENZA CIASPOLATA dal Parcheggio Hofmahd tra Val di Non e Val d'Ultimo (1688 m)

PERCORSO

Dal parcheggio si imbecca l'evidente forestale che sale nel bosco fino ad incontrare il segnavia n. 3 che risalendo un breve pendio raggiunge l'accogliente Malga di Lauregno. Si segue ora il segnavia SAT 114 che sale sul dosso vicino alla malga e con una serie di saliscendi sbuca sull'ampissima radura detta Pra del Signor dove si imbecca l'ampia forestale SAT 157 che sale dal paese di Castelfondo per raggiungere la Malga Castrin.

Dopo una pausa in malga si scende lungo la stessa forestale e poco dopo il recinto di legno nei pressi del Passo Castrin si imbecca sulla destra il segnavia SAT 133 che, attraversando un pendio in quota, porta al Malghetto di Cloz.

Dopo il malghetto si prosegue a monte dei prati della **Malga di Revò, dove pranzeremo**. Dalla Malga il rientro è comodo seguendo la forestale che passa alla Malga di Cloz per poi raggiungere il parcheggio.



Malga di Revò

DIFFICOLTÀ: E

LUNGHEZZA PERCORSO ad anello: 9 KM

DURATA: 5 h (escluse le soste)

SCHEDA TECNICA

Si consiglia: zaino, giacca a vento, guanti, berretto, maglietta di ricambio; scarponcini (**no Moon Boots**); borraccia o thermos; occhiali da sole, creme protettive, ghette.

Partenza Sabato 12 Gennaio ore 6,30 da Viale Villetta

Ritorno : Domenica 13 Gennaio ore 21.30 traffico permettendo.

La quota di partecipazione è di € 200,00 e comprende 1 pernottamento dal 12/01 al 13/01/2019 in pensione completa + 1 pranzo in malga le guide, il noleggio di ciaspole, la tassa di soggiorno.

acconto € 100,00 al momento della prenotazione

IL SALDO ENTRO IL 11/01/2019