



Società
Alpina
Friulana
C.A.I. - Sezione di UDINE

Commissione
Escursionismo

WEEKEND SUL LAGO DI GARDA

M. Colodri e M. Colt (EEA / EE) e Cima SAT (EEA)

Dal Lago di Garda al Lago di Ledro in MTB - sentiero del Ponale

sabato 27 - domenica 28 aprile 2019

DIFFICOLTÀ:

1° GIORNO (Gruppo A) EEA // (Gruppo B) EE

2° GIORNO Escursionistico: (Gruppo A) EEA

Cicloescursionismo: (Gruppo B) MTB TC/TC

iscrizione: indicare itinerario scelto 1° - 2° gg

DISLIVELLO / SVILUPPO:

EEA 1° gg: ↑ ↓ m 400 (di cui 150 m ferrata)

EE 1° gg: ↑ ↓ m 400

EEA 2° gg: ↑ ↓ m 1.200 (di cui 650 m ferrata)

MTB 2° gg: ↑ ↓ m 750

DURATA ESCURSIONE:

EEA 1° gg: 2,5 ore (soste escluse)

EE 1° gg: 3 ore (soste escluse)

EEA 2° gg: 6,5 ore (soste escluse)

MTB 2° gg: 6,5 ore (soste escluse)

TRASPORTO:

pullman

PARTENZA:

ore 06:30 27/04 da Udine – NUOVO TERMINAL
BUS in Via della Faula - angolo Via Cadore

RIENTRO:

ore 21:00 28/04

QUOTA di PARTECIPAZIONE:

SOCI: € 110 (caparra € 50) esclusi biglietto visita
facoltativa Castello di Arco e bevande extra in
albergo

NON SOCI: € 110 (caparra € 50) + assicurazione
obbligatoria (€ 17,00 oppure € 28,00 in base ai
massimali) - esclusi biglietto visita facoltativa
Castello di Arco e bevande extra in albergo

per scelta 2° GG (Gruppo B) Itinerario MTB:
15 € aggiuntivi per noleggio bici

ISCRIZIONI:

Entro martedì 23/04/2019

presso la sede SAF o su www.alpinafriulana.it

PRESENTAZIONE ESCURSIONE:

martedì 23/04/2019 ore 21:00

presso la Sede della SAF. Richiesta la **presenza
obbligatoria per i "nuovi" iscritti**

COORDINATORI:

Mauro Rizzo e Paolo Cignacco – CE SAF

Tel. (+39) 333 648809 attivo dal 26/04



www.arcomountainguide.com

Nel linguaggio comune l'area che andremo a visitare è conosciuta col nome di Alto Garda ed è piuttosto nota per le sue vie ferrate e di arrampicata. Baciata da un felice microclima, offre numerose possibilità all'aria aperta, come percorsi di trekking e mtb.

PRESENTAZIONE:

La storia delle Ferrate dell'Alto Garda nasce negli anni '70-'80, grazie a personaggi dotati di grande carisma e volontà, perseveranza e spirito di gratuità. Spesso alla base c'era la voglia di fare qualcosa tra amici o soci della sezione SAT di appartenenza per valorizzare il proprio territorio, le pareti di casa, oppure per creare delle discese rapide dalle pareti dove si andava a scalare.

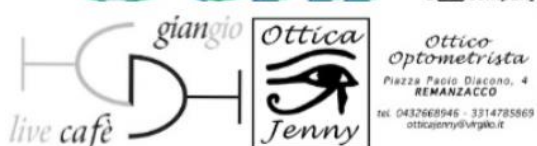
Oltre all'arrampicata e alle ferrate qui si possono praticare trekking, speleologia, mountain bike ma anche equitazione e pesca.

Un elemento che caratterizza la zona è l'Ora del Garda, un vento regolare che inizia a percorrere la valle a partire dal Lago di Garda spirando dalla tarda mattinata al pomeriggio inoltrato.

Proprio questo vento ha favorito lo sviluppo e la pratica anche di altri sport come il windsurf e la vela che nel settore nord del lago trovano le condizioni ideali per gran parte dell'anno.

Infine l'arco alpino proteso a nord del lago ferma le correnti fredde settentrionali e contribuisce a regalare un clima relativamente mite favorendo così la coltivazione di viti, olivi, orti e alberi da frutto di cui la zona è particolarmente ricca.

segue



L'ESCURSIONE:

data	gruppo	difficoltà	itinerario
1° Giorno SABATO 27/04	GRUPPO A	<u>EEA</u>	Ferrata M. Colodri
	GRUPPO B	<u>EE</u>	M. Colt e M. Colodri
2° Giorno DOMENICA 28/04	GRUPPO A	<u>EEA</u>	Ferrata dell'Amicizia – M. SAT
	GRUPPO B	<u>MTB TC</u>	Dal Lago di Garda al Lago di Ledro sentiero del Ponale

1° Giorno – SABATO 27/04

TEMPI (indicativi) di trasferimento pullman:			orario
Partenza da:	Udine	ore	6.30
	breve sosta	ore	9.00
a:	Arco – fraz. Ceniga	ore	11.00
arrivo a:	parcheggio Camping Arco	ore	11.15

Gruppo A - ITINERARIO EEA Ferrata M. Colodri

Raggiunto Arco (TN), ci dirigiamo verso località Prabi, dove parcheggiamo vicino al campeggio. Di fronte inizia il sentiero 431b che inizialmente sale fra cipressi e massi calcarei, poi - presso uno slargo alla base della parete – ha inizio la via ferrata al Monte Colodri, itinerario non impegnativo. Troveremo cordoni metallici, pioli in ferro e facili passaggi su roccia, lungo un percorso realizzato nel 1981 dalla Sezione S.A.T. di Arco, dove godremo di splendidi scorci panoramici sulla conca di Arco. Arrivati in cresta proseguiremo su traccia di sentiero segnalato - attraversando delle bellissime placche di calcare lavorate e levigate dalla millenaria azione del ghiaccio e dell'acqua - fino alla cima del M. COLODRI (dove ci ricongiungeremo al Gruppo B) e alla sua imponente croce di vetta 398 m. Effettueremo la discesa verso N su sentiero fino alla chiesetta di SANTA MARIA DI LAGHEL e lungo la vecchia "via crucis" inserita in un bellissimo uliveto e, proseguendo oltre le tre pareti alte venti metri sopravvissute alle cannonate napoleoniche, giungeremo - per una visita - (facoltativa) al Castello, che consiste in un sistema di corpi e fortificazioni che in totale copre una superficie di oltre 23.000 metri quadrati ed è arroccato in posizione panoramica sulla piana dell'Alto Garda. Scenderemo poi nel centro storico di Arco, capitale del free-climbing, dove ogni anno viene ospitato il Rock Master, competizione sportiva mondiale di arrampicata che richiama atleti da tutto il mondo. Trasferimento in pullman a Riva del Garda e pernottamento in mezza pensione all'Hotel Virgilio dove la sera ci verrà servita la tipica cena trentina.

TEMPI (indicativi) DELL'ESCURSIONE:		altitudine	dislivello		orario
Partenza da:	escursione via ferrata M. Colodri	90		ore	11.45
a:	M. Colodri	400	310	ore	14.00
	sosta ricongiungimento Gruppo B Itinerario EE				
partenza da	M. Colodri	400		ore	14.15
a	Castello di Arco	260	-140	ore	15.30
	visita Castello (facolt.) e centro storico Arco			ore	15.30-17.30
da	ritrovo parcheggio pullman	91	-170	ore	17.30
arrivo a:	albergo a Riva del Garda			ore	18.15

Gruppo B - ITINERARIO EE M. Colt e M. Colodri

Passando tra le case raggiungiamo il Ponte Romano che scavalca il fiume Sarca e subito dopo prendiamo il sentiero 431 indicato per Colt e Laghel. Pochi metri e ripieghiamo sul sentiero di destra che sale a località Naroncolo dove, all'altezza di un traliccio, giriamo a sinistra il sentiero per Croce di Ceniga. Con ripida salita nel bosco, spesso su roccette, raggiungiamo la Croce da cui si gode una bella vista sulla valle del Sarca, sempre con il sentiero 431, camminando ora sul crinale, superiamo la sommità del Monte Colt 430 mt. proseguendo in sali e scendi arriviamo ad una balconata da cui possiamo ammirare alcuni rocciatori che risalgono le falesie che dominano la Valle dei Laghi. Dopo un tratto in discesa giungiamo nei pressi di una fattoria con maneggio, ci immettiamo in una carrareccia e subito l'abbandoniamo per prendere sulla sinistra il sentiero per "Falesia muro dell'Asino e Ferrata Colodri". Camminando nel bosco giungiamo ad un canalino munito di corde e staffe di ferro che facilitano la progressione per raggiungere la cima del Colodri dove troveremo il gruppo dell'itinerario EEA.

Da qui scenderemo tutti assieme verso la chiesetta di Santa Maria di Laghel e successivamente con l'eventuale visita al castello di Arco e poi liberi tutti nel centro storico di Arco a fare shopping nei numerosi negozi di articoli per la montagna.

TEMPI (indicativi) DELL'ESCURSIONE:				orario
Partenza da:	Ceniga		ore	11.00
a:	M. Colt		ore	12.30
a:	M. Colodri		ore	14.00
	sosta e ricongiungimento Gruppo A itinerario EEA			
partenza da	M. Colodri		ore	14.15
a	Castello di Arco		ore	15.30
	visita Castello (facolt.) e centro storico Arco		ore	15.30-17.30
da	ritrovo parcheggio pullman		ore	17.30
arrivo a:	albergo a Riva del Garda		ore	18.15

2° Giorno – DOMENICA 28/04

Gruppo A - ITINERARIO EEA Ferrata dell'Amicizia – Cima SAT



Dopo la prima colazione in albergo, ci muoveremo in pullman da Riva verso la Gardesana occidentale. Lasciato il mezzo, in breve saliremo una stradina lastricata (sentiero n. 404) che conduce al Bastione, fortezza veneziana a pianta circolare del 1508. Con erti tornanti che ci fanno superare una diga paramassi, tenendo il sentiero 404, arriviamo a Capanna Santa Barbara (560 m), struttura gestita dalla SAT di Riva. Sempre lungo questo sentiero si sale in direzione della bianca chiesetta di Santa Barbara, eretta dai minatori. Prima di giungervi seguiremo a destra, verso le rocce, il sentiero n. 404 bis, cioè la Via Ferrata dell'Amicizia, molto panoramica ed aerea, costruita per il centenario della SAT. Nei pressi del cartello che indica l'inizio della ferrata indosseremo l'imbrago. Avanzaremo lungo

semplici cenge attrezzate con funi, alternando tratti attrezzati ad altri ove si continua camminando su sentiero e passeremo dei camminamenti, di altissimo valore storico, che attraversano quelle che furono le linee del fronte della Prima Guerra Mondiale. Peculiarità di questa ferrata sono le scalette: superata la prima di 15 m, siamo sull'esile terrazzino dal quale parte la seconda sequenza di pioli: la scala, alta ben 70 metri, si inarca all'interno di un grande diedro giallo sino a divenire strapiombante nel settore superiore. I punti panoramici sul Lago di Garda e su Riva del Garda sono mozzafiato. Stando letteralmente sospesi sulla grande parete si raggiunge infine la soprastante rientranza. Una terza scaletta alta una quindicina di metri ci porta definitivamente nel bosco, al termine delle maggiori difficoltà, da dove si scorge lo sperone roccioso terminale. Si superano altre due brevi scalette prima di arrivare a Cima Sat 1.260 m (libro di vetta). Stupendo il panorama sul lago, la piana benacense, il Monte Baldo, l'Altissimo, la catena Bondone-Stivo. Ci si porta dalla parte opposta e, dopo essersi calati per una decina di metri, aiutati dalle funi e dai pioli, si scende su sentiero e si prosegue fino ad un bivio dove prenderemo il sentiero n. 413 che porta a Riva del Garda passando dalla CHIESETTA SANTA BARBARA per poi ricongiungersi al sentiero affrontato in salita nei pressi della Capanna Santa Barbara. Durante la discesa incontreremo ancora alcune funi attrezzate e una scaletta di una decina di metri dove utilizzeremo l'imbrago e il kit da ferrata.

TEMPI (indicativi) DELL'ESCURSIONE:		altitudine	dislivello		orario
Partenza da:	albergo Riva del Garda	70		ore	8.00
a:	trasferimento per sentiero e partenza ferrata dell'Amicizia	96	26	ore	8.30
arrivo a:	Cima SAT	1.255	1.159	ore	12.00
	sosta pranzo				
da:	Cima SAT	1.255		ore	12.30
a:	parcheggio pullman	70	-1.185	ore	15.30
arrivo a:	trasferimento e riunione con Gruppo B Itinerario MTB			ore	16.00
	rinfresco			ore	16-17.00

Gruppo B - ITINERARIO MTB
Dal Lago di Garda al Lago di Ledro in MTB – sentiero del Ponale



Il Lago di Garda è uno dei posti dove i bikers di tutto il mondo sognano di andare per pedalare lungo i percorsi più suggestivi del Nord Italia. Noi vi “accompagnamo” lungo uno di questi, forse il più famoso Riva del Garda. Si percorre la Gardesana Occidentale S.S. 45bis, in direzione Limone. Pochissimi metri oltre il porto sulla destra, prima del tunnel, si sale lungo la vecchia strada del Ponale, che un tempo collegava Riva del Garda con la Valle di Ledro. Oggi è stato trasformato in sentiero ciclo-pedonale con panorami mozzafiato sul lago di Benaco, meglio conosciuto come lago di Garda. Il sentiero si presenta sterrato nella sua parte

iniziale e con dei cartelloni segnaletici utili per gli escursionisti e i bikers. L'itinerario percorre i tunnel scavati nella roccia calcarea e il tracciato per i primi 4 km è a strapiombo sulle acque del Garda. La pendenza della salita si mantiene su un comodo quasi costante 5%. Essendo il sentiero in alcuni tratti abbastanza stretto e percorso sia da biciclette che da escursionisti in cerca di tranquillità e di un bel panorama, si deve prestare attenzione al traffico di chi ci viene incontro, soprattutto in coincidenza delle numerose curve cieche. La costruzione della strada del Ponale iniziò nel 1847 e allora fu accolta come un prodigio dell'ingegneria, poiché, attraverso una serie di gallerie e tornanti, apriva la valle ad un agevole flusso di genti e merci fino allora impensabile. Il piano stradale era a ciottolato e protetto dallo strapiombo a picco sul lago da parapetti in muratura e ringhiere di legno. Ebbe così origine uno dei tratti paesaggistici e storici tra i più spettacolari dell'Alto Garda. Le prime automobili vi transitarono nel 1891 e la strada fu utilizzata fino al 1990 quando venne inaugurata quella nuova. In seguito la via fu completamente chiusa e riaperta solamente nel 2004, per permettere a pedoni e ciclisti di godere un panorama a dir poco spettacolare. Lungo la salita, possiamo anche scoprire la presenza di numerose feritoie, gallerie e fortificazioni austro-ungariche erette per impedire prima la discesa delle truppe garibaldine dalla valle di Ledro verso il Garda e poi a difesa del confine dell'Impero Austro-ungarico con l'Italia prima della I Guerra Mondiale. Dopo qualche chilometro, all'altezza di una sbarra, lo sterrato lascia il posto al vecchio asfalto della strada del Ponale, ormai in disuso. Entriamo nella Val di Ledro, e dopo un breve pezzo su asfalto superiamo il paesino di Biacesa ed entriamo nel centro di Prè di Ledro, e siamo già sulla salita che ci porta prima a Molina e poi al bellissimo Lago di Ledro, dove troviamo il museo delle Palafitte che espone i reperti archeologici del noto insediamento preistorico ritrovato nei pressi del lago. Tutto il lago è costeggiato da un percorso ciclabile (circa 10 km) che ci riporta al museo delle palafitte e da qui per la stessa strada rientriamo a Riva del Garda, ricordandoci sempre di prestare attenzione al “traffico” delle biciclette e dei trekker. Questo itinerario può essere modificato in relazione ai tempi di percorrenza.

TEMPI (indicativi) DELL'ESCURSIONE:

		ore	orario
Partenza da:	Riva del Garda	ore	9.00
a:	Bivio per Pregasina	ore	9.50
a:	Biacesa di Ledro	ore	10.30
arrivo a:	lago di Ledro (anello)	ore	13.30
	sosta		
arrivo a:	Rientro a Riva del Garda parcheggio pullman	ore	15,30
da:	trasferimento e riunione con Gruppo A Itinerario EEA	ore	16.00
	rinfresco		16-17.00

TEMPI (indicativi) di trasferimento pullman:

		ore	orario
Partenza da:	Riva del Garda	ore	17.00
	breve sosta	ore	19.30
arrivo a:	Udine	ore	21.00

EQUIPAGGIAMENTO:

per tutti (itinerario EE – EEA): abbigliamento da montagna con pantaloni lunghi e giacca antivento, calzature adeguate con suola in vibram, berretto, guanti, utili i bastoncini. Raccomandati anche occhiali da sole, crema protezione solare, un ricambio completo per ogni fine escursione. Pranzo al sacco e adeguate riserve d'acqua.

per itinerario EEA: : attrezzatura completa da ferrata OMOLOGATA: imbracatura, set da ferrata, casco, guantini ferrata.

per itinerario MTB: casco e occhiali, luce (frontale). Pranzo al sacco e adeguate riserve d'acqua e abbigliamento adeguato ad un'escursione in bici.

NOTE: Si richiede a tutti i partecipanti una buona preparazione fisica, di prendere visione del programma proposto, del percorso previsto e di attenersi allo stesso, di dotarsi di carta topografica del luogo, di mantenersi sempre in gruppo seguendo le disposizioni dei Direttori di escursione, rispettando in particolare i tempi di marcia.

I Direttori di escursione si riservano la facoltà di apportare modifiche all'itinerario programmato sulla base delle condizioni di tempo e di neve del luogo.

CARTOGRAFIA: Carta topografica TABACCO 061 Alto Garda – Ledro Monte Baldo, scala 1:25.000

SOCCORSO: Tel. 112 Italia (Numero Unico di Emergenza)

Bibliografia: Ferrate dell'Alto Garda - Fabio Della Casa – Ideamontagna Editore
Vie Ferrate per Esperti e Principianti - Christjan Ladurner – Tappeiner
www.360gardalife.com percorsi ferrate

ESCURSIONI SUCCESSIVE: Giovedì 22 aprile: **Matajur da Mersino** – Prealpi Giulie (Seniores)
Domenica 5 Maggio: **Intersezionale SAF** (a cura Sottosezione SAF di Pasiàn di Prato)
Domenica 22 Maggio: **Val Montanaia e biv. Perugini** – Parco Naturale Dolomiti Friulane

REGOLAMENTO:

1. La partecipazione all'escursione è subordinata all'iscrizione da effettuarsi compilando l'apposito modulo cartaceo o on-line dal sito <http://www.alpinafriulana.it>, al versamento dell'intera quota stabilita sul programma e all'accettazione del presente regolamento. Non sono accettate le iscrizioni telefoniche.
2. Le iscrizioni devono essere formalizzate presso la sede sociale entro la giornata del giovedì precedente l'escursione salvo diversa indicazione definita sul programma. Le iscrizioni sono accettate entro i termini prestabiliti, ma possono essere chiuse anticipatamente nell'eventualità si raggiunga il numero massimo di iscritti.
3. Al momento dell'iscrizione si deve dichiarare la condizione di socio o non socio.
4. La copertura assicurativa è definita in accordo alle normative del Club Alpino Italiano (CAI).
5. I minori dovranno essere accompagnati da persona garante e responsabile.
6. La quota versata all'iscrizione a titolo di caparra non sarà restituita in caso di mancata partecipazione. E' invece ammesso che l'iscritto/a lasci il posto ad altra persona previo formalizzazione del cambiamento presso la sede della sezione entro il giovedì precedente l'escursione.
7. Il Direttore di Escursione (capogita) ha la facoltà (e dovere) di escludere dall'escursione i partecipanti che per cause diverse (inadeguato equipaggiamento, precarie condizioni fisiche, inesperienza, ecc.) non diano sufficienti garanzie al superamento delle difficoltà dell'itinerario, senza pregiudizio per loro stessi e per il gruppo.
8. La Società Alpina Friulana si riserva la facoltà di annullare l'escursione in caso di mancato raggiungimento del numero minimo di partecipanti, oppure se si si presentino situazioni tali da pregiudicare il buon esito, inoltre è possibile che per necessità sia modificato l'itinerario dell'escursione stessa e la logistica (p.e. mezzi di trasporto). Nel caso di annullamento dell'escursione sarà restituita la quota versata, mentre nel caso di modifica dell'itinerario e della logistica si rivaluterà la quota restituendo parte di quanto versato se dovuto.
9. L'escursione sarà effettuata conformemente al programma, salvo eventuali variazioni comunicate durante la presentazione della stessa presso la sede sociale o modifiche decise dal Direttore di Escursione qualora sorgano situazioni di precarietà e rischio per i partecipanti.
10. Chi si iscrive all'escursione è informato tramite il programma di dettaglio e la presentazione della stessa presso la sede sociale delle caratteristiche dell'itinerario, delle difficoltà e degli equipaggiamenti necessari, degli orari, del luogo di ritrovo, dei mezzi di trasporto per il trasferimento e pertanto, nel caso in cui partecipi all'escursione, se ne assume la responsabilità.
11. L'escursione si intende tale dal luogo di partenza e di arrivo della stessa così come definito dal programma di dettaglio. Il trasferimento dal luogo di ritrovo al luogo dell'escursione e viceversa per il rientro, fanno parte del programma quando ci sia esplicita indicazione organizzativa.
12. Il partecipante, prima di iscriversi, deve leggere con attenzione il programma e valutare l'opportunità della propria iscrizione in base alle proprie capacità tecniche e al proprio stato di salute e allenamento fisico.
13. Ai partecipanti sono particolarmente richieste: puntualità al ritrovo, scrupolosità nel seguire le indicazioni del Direttore di Escursione ed Accompagnatori, prudenza, disponibilità e collaborazione.
14. Durante l'escursione si deve rimanere uniti alla comitiva evitando inutili ritardi, non si devono creare situazioni difficili per la propria ed altrui incolumità, non si devono lasciare rifiuti di alcun genere sui percorsi e/o luoghi di sosta.
15. Non è consentito ad alcuno, salvo autorizzazione, l'abbandono della comitiva o la deviazione per altri percorsi.
16. Per quanto qui non contemplato vale lo Statuto della Società Alpina Friulana.
17. **Per la partecipazione all'attività è richiesta l'accettazione del presente regolamento.**

Società Alpina Friulana

Via Brigata Re, 29 – Udine
Segreteria – tel. (+39) 0432 504290
Orario: mer-giov-ven 17.30-19.00,
giovedì anche dalle 21 alle 22.30
mail: escursionismo@alpinafriulana.it
website: www.alpinafriulana.it