

15 FEBBRAIO 2015

### Rocca da Campo (Tre Picchi)

*Organizzazione:* Sezione CAI di Valcomelico

*Ritrovo:* Padola di Comelico ore 7,00

*Itinerario:* classica salita ai "Tre Picchi" con partenza da località Sant'Anna

*Difficoltà:* BS - Bravo Sciatore

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 900 m - 4 ore

*Info & iscrizioni:* longerin@alice.it

Albino De Bernardin 333.3903916 - caicomelico@tiscali.it

*Nota:* Artva - Pala - Sonda

22 FEBBRAIO 2015

### Incontro d'inverno

*Organizzazione:* Sezione CAI di Cortina d'Ampezzo

*Ritrovo:* località Campo di Sotto ore 9,00

*Itinerario:* salita alla località di Ru Curto - Strada Provinciale Passo Giau - con mezzo pubblico - salita al Rifugio Croda da Lago

*Difficoltà:* EAI - CIASPE

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 350 m - 2 ore

*Info & iscrizioni:* www.caicortina.org - calendario

*Nota:* possibilità di mangiare e percorrere la discesa a piedi, in slittino, con le ciaspe o con gli sci

1 MARZO 2015

### Passo del Mulo

*Organizzazione:* Sezione CAI di Cortina d'Ampezzo

*Ritrovo:* Santo Stefano di Cadore ore 9,00

*Itinerario:* partenza da Costa d'Antola seguendo il sentiero CAI 135 entrando nella bellissima Val Popera passando in rassegna i stupendi dolomitici campanili del Rinaldo e le relative forcelle, punti d'arrivo e partenza per discese... spesso memorabili su nevi polverose

*Difficoltà:* BSA - Bravo sciatore alpinista

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 1020 m - 4/5 ore

*Info & iscrizioni:* longerin@alice.it

Albino De Bernardin 333.3903916 - caicomelico@tiscali.it

*Nota:* Artva - Pala - Sonda

8 MARZO 2015

### Ruderi Rifugio Popena (2251 m)

*Organizzazione:* Sezione CAI di Auronzo di Cadore

*Ritrovo:* Auronzo Piazza di Reane ore 7,30 e trasferimento sulla Strada Statale 48 bis Rio Popena (mezzi propri)

*Itinerario:* Rio Popena 1659 m, Val Popena, Forcella de Popena 2251 m

*Difficoltà:* EAI - CIASPE

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 600 m - 4/5 ore

*Info & iscrizioni:* info@caiauronzo.it - Davide 347.710637

**Le iscrizioni vengono chiuse  
due giorni prima di ogni gita**

**Le Sezioni CAI hanno a disposizione  
alcuni kit di strumenti di ricerca in valanga  
per le gite che ne richiedono l'utilizzo**

**I kit verranno assegnati  
ai primi iscritti alle gite**



## REGOLAMENTO GITE

La partecipazione alle gite è sempre libera ai soci CAI e ai non soci, anche se l'iscrizione al CAI è consigliata. I partecipanti alle gite del CAI godono di assicurazione in caso di incidenti che dovessero avvenire durante lo svolgimento delle escursioni; i non soci sono assicurati al costo di € 7 versati all'atto dell'iscrizione **2 giorni prima di ogni gita**. Il Capogita ha la facoltà di non accettare i partecipanti non adeguatamente attrezzati o persone ritenute non idonee ad affrontare il percorso. I partecipanti dovranno esibire all'atto dell'iscrizione la relativa tessera, in regola con l'anno in corso ed esserne provvisti durante l'escursione. La Sezione del CAI si riserva di variare il programma in relazione a particolari esigenze organizzative o ambientali ed hanno la facoltà di annullare la gita in caso di mancato raggiungimento di un minimo di partecipanti. I minorenni dovranno essere accompagnati dai genitori o da persone di loro fiducia. Qualsiasi attività umana comporta del rischio, non esistono attività a rischio zero. Le escursioni qui proposte, per quanto guidate da accompagnatori con esperienza pratica, comportano dei rischi legati all'ambiente montano in cui si svolgono, rischi di cui ogni partecipante alle escursioni deve essere consapevole. Proprio per diminuire questi rischi ciascun escursionista nel corso dell'escursione deve seguire le direttive del Capogita e comunque tenere presente le seguenti regole comportamentali:

- tenere un comportamento corretto e di obbedienza e collaborazione nei confronti del Capogita e degli accompagnatori;
- rimanere uniti alla comitiva evitando "fughe" o ritardi;
- non seguire senza autorizzazione o avviso percorsi diversi; l'allontanamento sancisce l'autoesclusione dalla gita;
- non creare situazioni difficili o pericolose per l'incolumità propria ed altrui;
- non lasciare rifiuti di alcun genere lungo il percorso o sui luoghi di sosta.

Tutti coloro che intendono partecipare alle gite escursionistiche e/o alpinistiche proposte sono tenuti alla perfetta conoscenza del presente regolamento, ad assumere esaurienti informazioni dai Capogita sulle difficoltà del percorso, sui tempi di percorrenza, sull'allenamento necessario, nonché l'abbigliamento e l'attrezzatura di cui dotarsi, onde poter affrontare nella massima sicurezza ogni escursione. L'adesione alle escursioni implica, da parte dei partecipanti, la piena osservanza e la completa conoscenza del presente regolamento.

EQUIPAGGIAMENTO INDISPENSABILE PER ESCURSIONI INVERNALI.

È inoltre opportuno essere muniti di occhiali da sole, borraccia termica, lampada frontale e medicinali pronto soccorso.



Club Alpino Italiano Sezioni Cadorine con Cortina  
In collaborazione con CNSAS e Guide Alpine

## PROGRAMMA GITE CON CIASPE E SCIALPINISMO



Quando le forze della montagna si uniscono per promuovere le Dolomiti dell'Unesco. È il caso delle gite invernali, con ciaspe e scialpinismo, promosse dalle Sezioni Cadorine e dalla Sezione di Cortina d'Ampezzo del Club Alpino Italiano. Insieme hanno dato vita ad un programma eccezionale: una ventina di escursioni ed altrettanti siti tra i più belli sul piano paesaggistico e panoramico. E con le Sezioni del CAI sono scesi in campo anche gli altri soggetti protagonisti della montagna: le Guide Alpine, il Soccorso alpino e il Gruppo Rocciatori Ragni.

Le gite saranno precedute da due incontri dedicati alla prevenzione dei rischi in montagna nella stagione invernale. Sotto l'egida di "MontagnAmica e Sicura", il programma dedicato alla prevenzione in montagna portato avanti congiuntamente da Cai, Soccorso Alpino e Guide Alpine, saranno organizzate due esercitazioni nel corso delle quali si metteranno a punto tutti quegli accorgimenti che favoriscono una buona frequentazione del terreno innevato e si imparerà l'uso dell'Artva, della sonda e della pala. Tra le mete delle escursioni non potevano mancare i rifugi alpini che sono i sostenitori del "Regno delle Ciaspe", il progetto di valorizzazione dei percorsi innevati del Cadore. Si tratta di una trentina di Rifugi Alpini che restano aperti anche nella stagione invernale grazie alla battitura dei sentieri che li collegano con il fondo-valle. Passa attraverso questo progetto la valorizzazione dell'escursionismo invernale in Cadore.

E la promozione dell'uso delle ciaspe o racchette da neve trova la sua massima espressione agonistica in alcune gare di specialità. Si pensi all'ormai collaudata CiaspDolomitica in programma domenica 11 gennaio a Padola - Val Comelico o alla Ciaspalonga, la prova di gran fondo con le ciaspe in calendario il prossimo 14 febbraio. Si tratta di una vera e propria maratona, 44 km attraverso il Centro Cadore: si parte da Auronzo e attraverso i comuni di Lozzo, Domegge e Calalzo, al cospetto delle selvette Marmarole, si giunge fino a Pieve, alle pendici dell'Antelao.

## ESERCITAZIONI PRATICHE CON ARTVA

8 gennaio - 17 gennaio 2015

*Organizzazione:* Soccorso Alpino

*Ritrovo:* Praciadelan 8 gennaio ore 18,00

17 gennaio ore 14,15

*Info & iscrizioni:* pievedicadore@cnsas.veneto.it

## 27 DICEMBRE 2014

### Ricovero Miaron

*Organizzazione:* Sezione CAI di Lorenzago di Cadore

*Ritrovo:* Passo della Mauria ore 18,30

*Itinerario:* salita al ricovero Miaron, circa 3,5 km per strada ex militare. Percorso illuminato con fiaccole. Si consiglia lampada frontale.

*Difficoltà:* EAI-CIASPE / Medio Sci Alpinista

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 400 m - 2 ore

*Info & iscrizioni:* cai.lorenzago@yahoo.it - Emilio 328 6875716

*Nota:* all'arrivo ristoro riscaldato con possibilità di mangiare.

## 28 DICEMBRE 2014

### Val Visdende

*Organizzazione:* Sezione CAI di Val Comelico

*Ritrovo:* Presenaio di San Pietro ore 8,00

*Itinerario:* bellissimo giro per i borghi della Val Visdende innevata.

*Difficoltà:* EAI-CIASPE

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 200 m - 4/5 ore

*Info & iscrizioni:* gzonta@tin.it - Giancarlo Zonta 349.6624627

## 30 DICEMBRE 2014

### Malga Campobon

*Organizzazione:* Sezioni CAI di Val Comelico

*Ritrovo:* Santo Stefano di Cadore ore 17,00

*Itinerario:* partenza Val Visdende località La Fitta. Salita in notturna fino alla malga.

*Difficoltà:* EAI-CIASPE

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 700 m - 3/4 ore

*Info & iscrizioni:* ivo.zandonella@libero.it - Ivo 334.6546354

*Nota:* al ritorno possibilità di cenare alla Malga Dignas.

Consigliata la lampada frontale.

## 5 GENNAIO 2015

### Cima Colesei

*Organizzazione:* Sezione CAI di Val Comelico

*Ritrovo:* Padola - località Val Grande ore 8,00

*Itinerario:* salita ad un promontorio molto panoramico.

*Difficoltà:* EAI-CIASPE

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 700 m - 4 ore

*Info & iscrizioni:* gzonta@tin.it - Giancarlo Zonta 349.6624627

## 6 GENNAIO 2015

### Gita fotografica al Rifugio Città di Carpi

*Organizzazione:* Sezione CAI di Vigo di Cadore

*Ritrovo:* Misurina, Seggiovina Col de Varda ore 8,00

*Itinerario:* salita al rifugio Città di Carpi da Col de Varda col fotografo professionista. Discesa per la via di salita.

*Difficoltà:* EAI-CIASPE

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 400 m - 6 ore

*Info & iscrizioni:* caavigocadore@gmail.com - Marco 339.1790159

*Nota:* soci CAI gratis. Non soci Euro 10,00. La gita sarà annullata in caso di maltempo. Portare la macchina fotografica.

## 11 GENNAIO 2015

### Traversata del Cadore

*Organizzazione:* Sezione CAI di Calalzo di Cadore

*Ritrovo:* le informazioni logistiche verranno comunicate al momento dell'iscrizione

*Itinerario:* Calalzo (Chiesetta San Giovanni) - Pozzale - Nebbiù. Il rientro per la stessa o per la ciclabile delle Dolomiti.

*Difficoltà:* EAI-CIASPE

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 300 m - 4/5 ore

*Info & iscrizioni:* info@caicalalzo.it - Marilisa 333.4612361

*Nota:* Artva - Pala - Sonda. In caso di carenza di neve munirsi di ramponcini a 4-6 punte.

## 18 GENNAIO 2015

### Forcella Rin Bianco (2200 m)

*Organizzazione:* Sezione CAI di Domegge di Cadore

*Ritrovo:* Domegge Piazza dei Martiri ore 8,00 e trasferimento a Misurina (mezzi propri)

*Itinerario:* partenza lago d'Antorno (1866 m), sent. CAI 101-119 Ciadin de Rin Bianco, Forcella de Rin Bianco

*Difficoltà:* EAI-CIASPE

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 350 m - 4 ore

*Info & iscrizioni:* Giovanni 0435.72415. Ferramenta Casalingshi Da Vinchie Giancarlo 0435.72050 orario negozio

*Nota:* Artva - Pala - Sonda

## 18 GENNAIO 2015

### Cresta del Palombino

*Organizzazione:* Sezione CAI di Valcomelico

*Ritrovo:* Santo Stefano di Cadore - ore 7,00

*Itinerario:* Val Visdende località La Fitta per la Val di Londo, dal bivio Ciandon si prosegue per Malga Dignas poi a sinistra si sale un tratto nel bosco e si esce nella Valle del Palombino giungendo sulla Spina poi alla sella 2302 m e alla cima

*Difficoltà:* BS Bravo sciatore

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 1050 m - 4/5 ore

*Info & iscrizioni:* longerin@alice.it

Albino De Bernardin 333.3903916 - caicomelico@tiscali.it

*Nota:* Artva - Pala - Sonda. Gli accompagnatori delle gite scialpinismo si riservano di valutare le condizioni nivo-meteo ed eventualmente cambiare l'escursione programmata.

## 25 GENNAIO 2015

### Col de Lasta

*Organizzazione:* Sezione CAI di Lozzo di Cadore

*Ritrovo:* Lozzo Piazza IV Novembre ore 7,00 (mezzi propri) e trasferimento fino a Cortina d'Ampezzo, loc. Sant'Uberto.

*Itinerario:* Sant'Uberto 1449 m, Malga Ra Stua 1668 m, Rifugio Sennes 2116 m, Col de Lasta 2297 m.

*Difficoltà:* MS - Medio sciatore

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 910 m - 5/6 ore

*Info & iscrizioni:* lozzodicadore@cai.it - Eugenio 368.3970600

*Nota:* Artva - Pala - Sonda

## 31 GENNAIO 2015

### Monte Schiaron

*Organizzazione:* Sezione CAI di Valcomelico

*Ritrovo:* Santo Stefano di Cadore ore 7,00

*Itinerario:* partenza in Val Visdende loc. La Fitta dopo 10 minuti si prende a sinistra una strada forestale che si risale giungendo in terreno aperto in vista della cima Schiaron e del canale del Gusta si sale a destra nel bosco e successivamente passando la baita dei cacciatori si sale alla quota 2105 m, ultimo strappo alla base delle roccette sommitali e poi passando verso sinistra un

canalino si prende una corta cretina che porta in cima

*Difficoltà:* MS-BS. Bravo-medio sciatore

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 950 m - 4 ore

*Info & iscrizioni:* longerin@alice.it

Albino De Bernardin 333.3903916 - caicomelico@tiscali.it

*Nota:* Artva - Pala - Sonda

## 1 FEBBRAIO 2015

### Rifugio Chiggiate

*Organizzazione:* Sezione CAI di Calalzo di Cadore

*Ritrovo:* comunicato al momento dell'iscrizione

*Itinerario:* Caravaggio 830 m per sentiero n. 261 Rifugio Chiggiate 1911 m

*Difficoltà:* EAI-CIASPE

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 1061 m - 7 ore

*Info & iscrizioni:* info@caicalalzo.it - Marilisa 333.4612361

*Nota:* Artva - Pala - Sonda

## 7 FEBBRAIO 2015

### Giau - San Vito

*Organizzazione:* Sezione CAI di San Vito di Cadore

*Ritrovo e itinerario:* le informazioni logistiche verranno comunicate al momento dell'iscrizione

*Difficoltà:* Medio Sci Alpinista

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 550 m - 5/6 ore

*Info & iscrizioni:* caisanvitodicadorebl@alice.it - Ivo 336 710151

*Nota:* Artva - Pala - Sonda

## 8 FEBBRAIO 2015

### Rifugio Bonner

*Organizzazione:* Sezione CAI di Pieve di Cadore

*Ritrovo:* comunicato al momento dell'iscrizione

*Itinerario:* Kandelle (Dobbiaco)

*Difficoltà:* EAI-CIASPE

*Dislivello e tempo di percorrenza:* 800 m - 5 ore

*Info & iscrizioni:* pievedicadore@cai.it - Gianni 333.2625048

## 14-15 FEBBRAIO 2015

### Ciaspalonga delle Marmarole

#### La corsa con le Ciaspe più lunga del Mondo!

*Info & iscrizioni:* info@cadoreventi.it - www.ciaspalonga.it