

Ciaspolando all' Alpe di Rodengo

Partenza : ore 7.30 da Martignano – Fermate : Gardolo – Lavis - San Michele A/A
Ore 09.30 arrivo al Parcheggio Zumis (mt. 1725)

Giro Medio

Partiamo dal parcheggio tutti insieme e percorriamo in leggera salita una comoda strada innevata, fino a raggiungere, dopo circa 50 minuti, la prima Malga Ristorante Oberhause Hutte (aperta). Proseguiamo per altri 15 minuti circa e raggiungiamo un meraviglioso pianoro dove è stata costruita recentemente una pittoresca chiesetta alpina. Dopo una brevissima sosta, proseguiamo sulla strada ammirando un panorama davvero unico, fino a raggiungere il Rifugio Rastner e il Rifugio Starkenfel (entrambi aperti) Ritorno stesso percorso.

Tempo di percorrenza complessivo ore 3.30 circa

Giro Lungo

Stesso percorso del giro medio fino al Rifugio Starkenfeld. Da qui raggiungiamo la Cima Lasta (mt. 2194) da dove si potrà ammirare un magnifico panorama a 360°. Rientro stesso percorso.

Tempo di percorrenza complessivo ore 5.00 – dislivello mt. 450

Munirsi di ramponcini (in caso di neve le ciaspole)

Ritrovo ai pullman ore 15.30

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l'iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell'attività

Sede : Via Pradiscola 18- 38121 Martignano Trento Telefono : 388 2536591 (non abilitato SMS)

e-mail : amicimontagna.tn@gmail.com - sede@amicimontagna.eu - presidente@amicimontagna.eu

Website : <http://amicimontagna.jimdo.com/>

GITA a MANTOVA

Patrimonio dell'UNESCO

19 febbraio 2017



PROGRAMMA

Partenza: ore 07.00 da Martignano.

ore 07.10 parcheggio area ex Zuffo

In mattinata visita guidata a **Palazzo Te**, una delle ville italiane di maggior pregio, costruita tra il 1524 e il 1534 su commissione di Federico II Gonzaga dal celebre architetto Giulio Romano.

Pranzo libero.

Nel pomeriggio tempo a disposizione per visitare la città, che nel 2016 è stata Capitale italiana della Cultura. Tra le attrazioni più interessanti segnaliamo:

Piazza delle Erbe con la Basilica di Sant'Andrea, la Rotonda di San Lorenzo e la Torre dell'Orologio. Opera dell'architetto Leon Battista Alberti, **la Basilica di Sant'Andrea** è la più grande chiesa di Mantova, una delle costruzioni rinascimentali più importanti della città.

Nella cripta è ospitata una teca che secondo i fedeli contiene il Preziosissimo Sangue di Cristo, presumibilmente portato a Mantova da Longino, il soldato romano che spinse la sua lancia nel costato di Gesù. Nella basilica è sepolto Andrea Mantegna, il pittore di corte dei Gonzaga.

La **Rotonda San Lorenzo** è la chiesa più antica della città e risale all'XI secolo. Secondo la tradizione la sua costruzione venne commissionata da Matilde di Canossa, Granduchessa di Toscana, in onore al Santo Sepolcro di Gerusalemme e dedicata al martirio di San Lorenzo. L'interno della chiesa in stile romanico è di grande effetto visivo e si compone di un'abside semicircolare che espone affreschi d'arte di scuola bizantina. Venne sconsecrata nella seconda metà del XVI secolo per poi venire gradualmente lasciata in abbandono, andando a formare parte del quartiere ebraico di Mantova. Dal 1926 la chiesa è stata riaperta al culto cristiano.

La **Torre dell'Orologio** è un edificio rinascimentale situato in piazza delle Erbe. Alla fine del 1473 sulla torre venne collocato l'orologio astronomico opera del matematico mantovano Bartolomeo Manfredi. L'orologio indicava le ore ordinarie, degli astrologi e dei pianeti, Rilevava anche il percorso del sole attraverso i segni dello zodiaco e le fasi lunari.

Vicino a Piazza Sordello, meritevole di una visita, è il **Teatro Scientifico del Bibiena**, progettato e costruito dall'architetto parmense Antonio Galli Bibiena in soli due anni (tra il 1767 e il 1769). Un mese dopo la sua inaugurazione ospitò l'esibizione del prodigio Wolfgang Amadeus Mozart, allora appena quattordicenne. Con i suoi palchi in legno, disposti su più ordini, il teatro è considerato un capolavoro dell'architettura barocca.

La **Chiesa della Madonna del Terremoto**, edificata nel 1754 a ricordo della protezione data dalla Madonna in occasione del terremoto del 1693 è situata in Piazza Canossa, una delle piazze più caratteristiche di Mantova, di fronte a Palazzo Canossa, residenza nobiliare della famiglia Canossa di Mantova.

Imperdibile infine **Palazzo Ducale**, residenza dei Gonzaga. Nelle sue oltre 500 sale di valore inestimabile si trovano tesori artistici, opere dei più grandi pittori del Rinascimento italiano, da Tiziano a Pisanello, Tintoretto e Andrea Mantegna.

Rientro in serata.

Costo: Euro 35,00 a persona. Il prezzo è comprensivo di trasferimento in pullman, entrata a Palazzo Te, visita con la guida alle sale del Palazzo e visita individuale alle collezioni permanenti (mostra Egizia, Mesopotamica e Gonzaghesca). Il costo del biglietto dà inoltre diritto all'entrata alla Chiesa di San Sebastiano e Palazzo San Sebastiano.

Durante la gita sono attivi i seguenti numeri telefonici:

Cellulare degli Amici della Montagna tel. 347 / 8386197 - Biagio Campanelli tel. 348/0141358 - Sonia Osler tel 320/0352772.

Buona gita!



Domenica 05 Marzo 2017

Ciaspolada all' Alpe di Siusi

Partenza : ore 7.00 da Martignano – Fermate Gardolo - Lavis (fermata nuova) – S.Michele

Ore 09.00 al parcheggio Alpe di Siusi

Giro medio

Partiamo tutti insieme dal parcheggio del Compatsch a quota 1870 m. in direzione nord passando a fianco delle piste da sci e da slittino; seguendo il sentiero n° 14 arriveremo al rifugio Bullaccia a 1967 m. , quindi proseguiremo sul sentiero battuto alla nostra destra attraversando dapprima la pista da slittino e successivamente anche la pista da sci per arrivare al ristorante Bullaccia (2100 m.) , da cui avremo una vista stupenda sull'Alpe di Siusi. Sosta pranzo. Il rientro avverrà per lo stesso percorso.

Tempo 2.00-2.30 ore Dislivello 250 m – in discesa idem

Giro lungo

Facciamo il percorso identico al giro medio fino al ristorante Bullaccia , quindi continueremo sul sentiero PU che ci porterà a fare il giro della Bullaccia. Passando per la cima posta a 2175 m per quindi arrivare e fermarci per il pranzo al rifugio Arnika . Dopo la sosta il rientro avverrà seguendo sempre il sentiero che ci riporterà al rifugio Bullaccia e quindi al parcheggio del Compatsch dove ritroveremo gli amici del giro medio.

Tempo 3.30 - 4.00 ore Dislivello 400 m – in discesa idem

Ritrovo ai pullman ore 15.30-16.00

Obbligo ramponcini o ciaspole

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l'iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell'attività

Sede : Via Pradiscola 18- 38121 Martignano Trento Telefono : 388 2536591 (non abilitato SMS)

e-mail : amicimontagna.tn@gmail.com - sede@amicimontagna.eu - presidente@amicimontagna.eu

Website : <http://amicimontagna.net>

Festa della neve-Malosco-Mte.Penegal-Passo Mendola

Partenza : ore 7.30 da Martignano – Fermate : Gardolo – Lavis (fermata nuova)- San Michele A/A

Ore 09.00 arrivo al Parcheggio

Per la nostra Festa conclusiva invernale, quest'anno abbiamo scelto queste splendide località dell'Alta Val di Non

Giro Medio

Partiamo dal P.sso Mendola in direzione Monte Penegal , per dare a tutti la possibilità di salire in cima e godere il panorama fantastico.(**Pranzo al Sacco**)

Tempo di percorrenza ore 3.00 circa – dislivello in salita mt. 350 – in discesa idem

Giro Lungo

Dal parcheggio dell'Albergo Paradiso, situato poco prima del Passo Mendola, sul limitare del bosco, imbocchiamo un ampio sentiero n. 515, poi il n. 514, che corre in piano verso nord. Proseguiamo dritti fino ai prati delle Regole di Malosco, prendiamo ora il sent. n. 508 che inizia a salire nel bosco rado. Raggiungiamo quindi i prati disseminati di larici che circondano la malga Malosco (chiusa) .Di qui lungo un piacevole sentiero prativo giungiamo alla sommità del Monte Penegal (mt. 1737). Pranzo al sacco. In cima al Monte Penegal vi è una vecchia torretta , su cui consigliamo di salire per ammirare un panorama a dir poco fantastico. Per il rientro proseguiamo verso sud in direzione P.sso Mendola dove troveremo i pullman.

Tempo di percorrenza ore 4.30 circa – dislivello in salita mt. 480 – in discesa mt.300

NB : Per tutti gli Amici esiste la possibilità di ristoro al P.sso Mendola. Tempo di rientro dal M.te Penegal al P.sso Mendola ore 1.15.

Ritrovo ai pullman ore 15.30

NB: Obbligatorie ciaspole o ramponcini , gli Amici che non vogliono fare i giri possono rimanere a passeggiare in zona al Passo Mendola (senza ciaspole o ramponcini)

Alle ore 16.00 merenda e festa in un locale tipico all'Hotel Waldheim (quota di partecipazione a questa escursione € . 30,00 tutto compreso)

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l'iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell'attività



Domenica 02 Aprile 2017

Garda - Rif. Monte San Pietro

Partenza : ore 7.30 da Martignano – Fermate : Area Zuffo

Ore 09.00 circa arrivo al Parcheggio

Giro Medio

La partenza sarà da Ville del Monte a quota 556 m.; da qui attraversando il borgo di Canale di Tenno attraverso il sentiero n° 406 passeremo per la località Bastiani quindi proseguiremo fino a svoltare a destra ed attraverso il sentiero N° 401 e arrivare al rifugio.

Dislivello 400 m. tempo di percorrenza 1,30-2,00 ore

Giro Lungo

Partenza da Gavazzo Nuova vicino a Varone. Da qui seguiremo il sentiero n° 401 che ci porterà fino all'abitato di Tenno, passando per l'omonimo castello ; da qui proseguiremo sempre lungo lo stesso sentiero che ci porterà dapprima in località Calvola e successivamente al rifugio Monte san Pietro a quota 976 m. e dal quale potremo avere una stupenda vista su tutto il lago di Garda.

Dislivello 800 m. tempo di percorrenza 2,30 – 3,00 ore

RITORNO

Il ritorno avverrà tutti insieme dapprima percorrendo il sentiero n° 401 e successivamente il sentiero n° 406 fino al borgo di Canale (come il giro medio all'andata) ma in questo caso proseguiremo sempre lungo il sentiero n° 406 fino al Lago di Tenno dove ci fermeremo per la merenda.

Dislivello 400 m. tempo di percorrenza 2,00 ore

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l'iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell'attività

Sede : Via Pradiscola 18- 38121 Martignano Trento Telefono : 388 2536591 (non abilitato SMS)

e-mail : amicimontagna.tn@gmail.com - sede@amicimontagna.eu - presidente@amicimontagna.eu

Website : www.amicimontagna.net



Domenica 23 Aprile 2017

Parcines - Via dell'acqua e cascata

Partenza : ore 7.30 da Martignano – Fermate : Gardolo – Lavis (fermata nuova) – S. Michele all'Adige

Ore 09.00 circa arrivo al Parcheggio

Giro Medio

Partiamo tutti insieme dal centro abitato di Parcines e dopo aver compiuto un primo tratto lungo il sentiero 7A seguiremo un tratto delle vie d'acqua della Val Venosta; dal quale avremo una stupenda vista sul paese e i suoi dintorni che ci accompagneranno fino a quando imbrocheremo il sentiero che ci porterà tutti insieme alla cascata che potrà essere ammirata sia dalla base sia risalendo un sentiero fino quasi in cima. Il ritorno avverrà per lo stesso sentiero . Pranzo al sacco oppure al ristorante alla cascata.

Dislivello 400 m. tempo di percorrenza circa 2.00 ore

Giro Lungo

Anticiperemo i nostri amici del giro medio fino ad arrivare alla cascata e dopo averla ammirata seguiremo il sentiero n° 26 che ci porterà al ristorante Prunger a quota 1200 m. In mezzo alla natura delle malghe dell'Alto Adige potremo pranzare chi al sacco e chi al ristorante e poi dopo aver ammirato le montagne circostanti ed ancora innevate ci incammineremo per il ritorno lungo il sentiero n° 26, e poi il n° 23 scendendo fino al ristorante Saxner ed infine attraverso il n° 10B tra i meleti fino al paese di Parcines ed ai pullman.

Dislivello 600 m. tempo di percorrenza 2,30 – 3,00 ore

Ritrovo ai pullman ore : 16.00

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l'iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell'attività

Sede : Via Pradiscola 18- 38121 Martignano Trento Telefono : 388 2536591 (non abilitato SMS)

e-mail : amicimontagna.tn@gmail.com - sede@amicimontagna.eu - presidente@amicimontagna.eu

Website : www.amicimontagna.net



Domenica 7 Maggio 2017

Santuario Madonna di Senale

Partenza : ore 7.00 da Martignano – Fermate : Gardolo – Lavis (fermata nuova) – San Michele all’Adige ----- Ore 09.00 circa arrivo al Parcheggio

Come ogni anno è consuetudine fare una gita ad un Santuario; quest’ anno ci recheremo al Santuario di Senale dedicato alla Madonna del Bosco, a poca distanza dal Passo delle Palade.

Giro Unico

Per questa gita faremo tutti insieme lo stesso percorso che partirà dal paese di Castelfondo; da qui lungo la strada asfaltata saliremo fino al rifugio Arnika a quota 1250 m. ; dopo una piccola pausa proseguiremo su una strada sterrata che ci accompagnerà attraverso un maestoso bosco di abeti.

Passeremo il torrente Novella arriveremo ai masi Urban e Langes e giungeremo al Santuario della Madonna di Senale.

Alle 12.30 verrà celebrata la S.Messa per il nostro gruppo all’ interno del santuario.

Poi chi vorrà potrà mangiare portandosi il pranzo al sacco mentre per chi volesse è possibile prenotare al ristorante del posto.

E' possibile salire al Santuario direttamente in pullman.

L’ora del rientro verrà comunicata sul pullman.

Dislivello in salita 500 m.. Tempo di percorrenza circa 3.00 ore . Solo andata rientro in pullman

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l’iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell’attività

Sede : Via Pradiscola 18- 38121 Martignano Trento Telefono : 388 2536591 (non abilitato SMS)

e-mail : amicimontagna.tn@gmail.com - sede@amicimontagna.eu - presidente@amicimontagna.eu

Website : www.amicimontagna.net



Domenica 4 Giugno 2017

Maranza-Moserhutte-Monte Cuzzo

Partenza : ore 7.00 da Martignano – Fermate : Gardolo – Lavis (fermata nuova) – San Michele all’Adige ----- Ore 09.00 circa arrivo al Parcheggio sopra Maranza

Giro Medio

Partiamo dal parcheggio a quota circa 1600 m. e ci incamminiamo lungo una strada sterrata che ci porterà dapprima alla baita Grosberg a quota 1640 m. e successivamente percorrendo tutta la valle di Altafossa al Pranterstadel a 1836 m. Il percorso è molto facile e comodo e ci permetterà di apprezzare questa stupenda valle che sembra un grazioso giardino. Qui ci fermeremo per pranzo al sacco oppure per chi vorrà alla malga.

Dislivello 250 m. tempo di percorrenza circa 2.00 ore in salita – ore 1.30 in discesa

Giro Lungo

Dopo un primo tratto con gli amici del giro medio svolteremo a destra per raggiungere lungo il sentiero N° 16A la baita Moserhutte(1936 m.) da qui risaliremo il costone lungo il sentiero n° 6 che ci porterà fino alla cima del piccolo Cuzzo a quota 2261 m. La vista che da questo punto spazia dal monte Pelmo al Corno Bianco fino alle cime del Similaum è impareggiabile e vale sicuramente la fatica fatta per arrivarci. Da qui scenderemo fino alla Weisalm e successivamente lungo il sentiero N° 12B fino a raggiungere i nostri amici del giro medio.

Dislivello 700 m. tempo percorrenza circa 3.00 ore in salita – ore 2.00 in discesa

L’ora del rientro verrà comunicata sul pullman.

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l’iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell’attività

Sede : Via Pradiscola 18- 38121 Martignano Trento Telefono : 388 2536591 (non abilitato SMS)

e-mail : amicimontagna.tn@gmail.com - sede@amicimontagna.eu - presidente@amicimontagna.eu

Website : www.amicimontagna.net



Domenica 18 Giugno 2017

Val S. Nicolò-Baita Monzoni-Lago Lagusel

Partenza : ore 6.30 da Martignano – Fermate : Gardolo – Lavis (fermata nuova) – San Michele all’Adige ----- Ore 09.00 circa arrivo al Parcheggio

Giro Corto

Come il giro medio ma chi non si sente di fare l’intero percorso può fermarsi alla Malga Ciampìè (Aperta)

Tempo di percorrenza 3,00-3.30 – dislivello in salita 400 m, in discesa idem

Giro medio

dal parcheggio in prossimità dell'albergo Soldanella all'inizio della val san Nicolò, ci avvieremo lungo la strada asfaltata per circa 2 km., dove imbrocheremo sulla destra una stradina sterrata che dopo aver attraversato il torrente Ruf de Jumela ci permetterà di risalire tutta la valle in mezzo al bosco per arrivare alla baita alle cascate a quota 2000 m.; da qui avremo una stupenda vista sulle cime maestose che circondano questa valle e potremo pranzare chi al sacco chi al ristorante della baita.

Tempo percorrenza 4,00-4,30 ore - dislivello in salita 550 m. in discesa idem

Giro lungo

dopo un breve tratto asfaltato con gli amici del giro medio risaliremo la val Monzoni fino al ponte della fessura, un po' più avanti svolteremo a sinistra e lungo il sentiero n° 641 risaliremo la costa fino alla forcella di Pief, dalla quale alla nostra sinistra potremo ammirare il piccolo ma incantevole lago del Lagusel; proseguendo arriveremo alla forcella della Palaccia e con un ultimo sforzo arriveremo fino al monte Pecol (m. 2300) . pranzo rigorosamente al sacco con sfondo da una parte le stupende cime della Marmolada e dall'altra il maestoso Catinaccio.

Discesa fino a valle e rientro al pullman lungo la strada sterrata in mezzo al bosco.

Tempo percorrenza 5,30-6,00 ore - dislivello in salita 900 m. in discesa idem

Ritrovo al pullman ore 16.30

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l’iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell’attività

Sede : Via Pradiscola 18- 38121 Martignano Trento Telefono : 388 2536591 (non abilitato SMS)

e-mail : amicimontagna.tn@gmail.com - sede@amicimontagna.eu - presidente@amicimontagna.eu

Website : www.amicimontagna.net



Domenica 2 Luglio 2017

Bressanone - Rifugio Plose

Partenza : ore 6.30 da Martignano – Fermate : Gardolo – Lavis (fermata nuova) – San Michele all’Adige ----- Ore 09.30 circa arrivo al Parcheggio

Giro medio

Partiamo questa volta dalla skyhutte a quota 1900 m. Lungo il sentiero n° 8 arriveremo al rifugio Schatzer a quota 1985 m. e da qui svolteremo a sinistra proseguendo lungo il sentiero 17A che dapprima ci porterà alla malga Rossalm a quota 2180 m. da qui poi in leggera discesa percorreremo il sentiero Woody walk che ci porterà fino a Valcroce, lungo questo cammino potremo ammirare le stupende Odle, il Sas e Putia e tutte le montagne che circondano questo stupendo comprensorio. Possibilità di pranzo sia al sacco che in rifugio ,Il rientro ci porterà da Valcroce fino a Plancios dove troveremo i pullman

Tempo percorrenza 3,00-3,30 ore circa dislivello in salita 300 m. in discesa 500 m

Giro lungo

Dopo aver fatto lo stesso percorso degli Amici del giro medio noi proseguiremo lungo il sentiero n° 7 che ci porterà dapprima al rifugio Plose e poi per chi vorrà fino alla cima del monte Telegrafo a quota 2500 m. (possibilità di pranzo al sacco oppure al rifugio) Da qui potremo goderci un stupendo panorama a 360 gradi che spazia dalle già citate Odle fino al lontano Grossglockner. Il rientro ci porterà fino a Valcroce e poi insieme agli amici del giro medio scenderemo fino a Plancios dove faremo la merenda.

Tempo percorrenza 4,30-5,00 ore circa dislivello in salita 800 m. in discesa 1000 m.

L’ ora del ritrovo sarà comunicata sul pullman

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l’iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell’attività

Sede : Via Pradiscola 18- 38121 Martignano Trento Telefono : 388 2536591 (non abilitato SMS)

e-mail : amicimontagna.tn@gmail.com - sede@amicimontagna.eu - presidente@amicimontagna.eu

Website : www.amicimontagna.net



Domenica 16 Luglio 2017

Marmolada - Lago Fedaiia - Rif. Pian dei Fiacconi

Partenza : ore 6.00 da Martignano – Fermate : Gardolo – Lavis (fermata nuova) – San Michele all’Adige ----- Ore 09.00 circa arrivo al Parcheggio

Giro medio

Partiamo tutti insieme da Pian Trevisan (mt.1681), imbocchiamo il sentiero n. 605, il quale, in salita, impegnativa, ci porterà al Lago di Fedaiia (mt.2050). Oltrepassiamo lo sbarramento della diga omonima, su comoda strada, per poi giungere nei pressi dell'impianto di risalita che porta in quota. Gli amici del giro medio continuano, costeggiando il lago Fedaiia, fino al Rif. Passo Fedaiia, breve sosta, Ritorniamo all'impianto di risalita, ammirando in tutta la bellezza il Ghiacciaio della Marmolada e quindi saliremo in quota con l'impianto, fino al Rif. Pian dei Fiacconi (mt 2630). Sosta pranzo. In questo modo daremo la possibilità a tutti di ammirare molto da vicino l'affascinante e, purtroppo in pericolo, ghiacciaio della Marmolada (La Regina delle Dolomiti).Il ritorno avverrà con l'impianto fino al Passo Fedaiia dove troveremo i Pullman.

Dislivello in salita mt. 400 circa - Tempo di percorrenza ore 3.00 - 3.30

Giro lungo

Lasciati gli amici nei pressi dell'impianto di risalita, proseguiamo su sentiero n. 606, il quale ci porterà direttamente al Rif. Pian dei Fiacconi (mt.2630). Sosta pranzo. Lo spettacolo è affascinante e ripaga dalla fatica della salita. Il rientro avverrà dallo stesso percorso dell'andata.

NB : Il sentiero è molto impegnativo, per evitare un affaticamento eccessivo a qualche Socio e per tranquillizzare gli organizzatori ,preghiamo vivamente i Soci di valutare le proprie capacità, condizioni fisiche e allenamento al momento di scegliere il percorso.

Dislivello in salita mt.950 idem in discesa – Tempo di percorrenza ore 4.30-5.00

Ritrovo ai pullman ore 16.00

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l'iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell'attività

Sede : Via Pradiscola 18- 38121 Martignano Trento Telefono : 388 2536591 (non abilitato SMS)

e-mail : amicimontagna.tn@gmail.com - sede@amicimontagna.eu - presidente@amicimontagna.eu

_Website : www.amicimontagna.net



Domenica 30 Luglio 2017

Alleghe-Malga Pioda-Monte Civetta

Partenza : ore 6.00 da Martignano – Fermate : Stazione interpodereale Pergine Valsugana

Giro medio

Dal rifugio Palafavera a quota 1500 mt. dove ci porterà il pullman e dove faremo la consueta colazione, ci incammineremo lungo la strada N° 564 che ci porterà, attraversando le piste di sci, alla malga Pioda a quota 1816 mt. e quindi proseguendo sempre lungo la strada arriveremo fino alla funivia del col dei Baldi a quota 1920 mt. Da qui avremo uno stupendo scorcio sul paese di Alleghe e il relativo lago con lo sfondo della Marmolada. Girandoci indietro potremo ammirare il maestoso monte Pelmo oltre ovviamente alle maestose cime del monte Civetta. Pranzo al sacco oppure in ristorante.

Dislivello in salita 400 m. in discesa idem tempo percorrenza complessivo 3,00 – 3,30 ore

Giro lungo

Iniziamo la salita insieme agli Amici del giro medio fino a malga Pioda; a questo punto svoltiamo a sinistra seguendo il sentiero n° 556 risaliremo verso il Civetta fino ad arrivare al rifugio Coldai a 2130 mt., chi vorrà potrà fermarsi a pranzare mentre con un piccolo ulteriore sforzo supereremo la forcella Coldai e davanti a noi potremo ammirare lo stupendo laghetto del Coldai: In basso 1000 mt. più giù il lago di Alleghe sopra la Marmolada, c'è solo l'imbarazzo della scelta su dove puntare lo sguardo!!

Dislivello in salita 650 m. in discesa idem tempo percorrenza complessivo circa 5,00 ore

L'ora del ritrovo sarà comunicata sul pullman

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l'iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell'attività

Sede : Via Pradiscola 18- 38121 Martignano Trento Telefono : 388 2536591 (non abilitato SMS)

e-mail : amicimontagna.tn@gmail.com - sede@amicimontagna.eu - presidente@amicimontagna.eu

_Website : www.amicimontagna.net

Solda - Rifugio Serristori

Partenza : ore 6.00 da Martignano – Fermate : Gardolo – Lavis – San Michele A/A

Giro medio

Arrivati nel paese di Solda il pullman ci lascerà al parcheggio della funivia Pulpito che ci porterà direttamente da quota 1900 m del paese fino alla quota di 2350 m . Lo stupendo paesaggio dell'Ortles del Gran Zebrù e dello Zebrù che si stagliano nel cielo ci accompagneranno lungo tutto il nostro percorso; dapprima lungo il sentiero n° 12 che ci porterà con leggero saliscendi fino a ricongiungersi sentiero N° 5 che salendo dalle valle di Zai ci porterà fino al rifugio Serristori a quota 2720 m. Sosta pranzo al sacco oppure al rifugio. Il ritorno avverrà lungo lo stesso sentiero utilizzando la seggiovia per ridiscendere a valle.

Tempo di percorrenza ore 3,30 circa - dislivello in salita 400 m. - in discesa idem

Giro lungo

Partiamo direttamente dal parcheggio dove ci lascia il pullman; in questo caso saliremo direttamente dal paese di Solda fino al rifugio Serristori lungo la valle di Zai tutto in un fiato lungo il sentiero n° 5. Questo percorso ci permetterà di raggiungere il rifugio ma ci consentirà di ammirare tutto il panorama alle nostre spalle con sullo sfondo il rifugio Milano, il Coston e il Tabaretta fino al più alto rifugio Payer oltre i 3000 m. Sosta pranzo al sacco oppure al rifugio. Il ritorno può avvenire lungo il sentiero dell'andata oppure con gli amici del giro medio sfruttando la funivia.

NB: il sentiero è molto impegnativo e ripido per cui preghiamo gli Amici di valutare bene le proprie capacità al fine di scegliere al meglio il percorso più adatto.

Tempo percorrenza ore 5,30 – 6.00 circa - dislivello in salita m. 850- in discesa idem

L'ora del ritrovo sarà comunicata sul pullman

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l'iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell'attività

Sede : Via Pradiscola 18- 38121 Martignano Trento Telefono : 388 2536591 (non abilitato SMS)

e-mail : amicimontagna.tn@gmail.com - sede@amicimontagna.eu - presidente@amicimontagna.eu



Domenica 27 Agosto 2017

Val Badia - Rifugio Pederù

Partenza : ore 6.00 da Martignano – Fermate : Gardolo – Lavis – San Michele A/A

Giro medio

Dal rifugio Pederù nella valle di Tamerse a quota 1577 m. ci incammineremo lungo la Val di Funes sul sentiero n° 7 che fa parte dell'alta via delle Dolomiti n° 1 che porta dal lago di Braies fino in quel di Belluno; di questa via fa parte anche il sentiero che abbiamo già percorso il 30 luglio per arrivare al rifugio Coldai al Civetta. Quindi dopo un primo tratto più ripido il sentiero spianerà e ci porterà al rifugio Lavarella a quota 2038 m. (sosta pranzo al sacco oppure al rifugio)

Tempo percorrenza complessivo ore 3.30 circa – dislivello in salita 450 m. in discesa idem

Giro lungo

Stesso percorso del giro medio fino al rifugio Lavarella; da qui noi proseguiremo dapprima lungo il sentiero n° 12 per svoltare a destra lungo il sentiero n° 11A ed ammirare il lago de La Vert ; quindi proseguiremo per il sentiero 11a/11 per risalire fino al passo del Limo e fermarci all'omonimo lago. Sosta pranzo al sacco.

Tempo percorrenza complessivo ore 5.30-6.00 - dislivello in salita 700 m. in discesa idem

Il ritorno avverrà per tutti lungo il sentiero dell'andata.

L'ora del ritrovo sarà comunicata sul pullman

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l'iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell'attività

Sede : Via Pradiscola 18- 38121 Martignano Trento Telefono : 388 2536591 (non abilitato SMS)

e-mail : amicimontagna.tn@gmail.com - sede@amicimontagna.eu - presidente@amicimontagna.eu

_Website : www.amicimontagna.net



Domenica 10 Settembre 2017

Val Casies - Rifugio Weisbachalm

Partenza : ore 6.00 da Martignano – Fermate : Gardolo – Lavis - San Michele all'Adige

Giro corto

dal parcheggio del pullman ci incammineremo dapprima lungo un tratto di strada asfaltata che si trasformerà attraversando il rio di Casies in sentiero; questa via (numero 49A) ci porterà con un leggero dislivello alle stupende malghe Kradorfer e Messnerhutte. Pranzo al sacco o in baita. Ritorno lungo carrareccia (sentiero n° 49)

tempo di percorrenza complessivo ore 1,30-2,00 dislivello in salita circa 300 m. in discesa idem

Giro medio

Seguiremo gli amici del giro corto ma arrivati alle malghe proseguiremo lungo una carrareccia (sentiero n° 49) fino ad arrivare alla malga Oberberg dove due simpatici nonnini, per chi vorrà, ci delizieranno con polenta spezzatino ed altro cucinato tutto rigorosamente al momento. Pranzo al sacco o in baita. Ritorno lungo carrareccia (sentiero n° 49).

tempo di percorrenza complessivo ore 2,30-3,00 dislivello in salita circa 500 m. in discesa idem

Giro Lungo

Dopo un primo tratto asfaltato ci incammineremo lungo una carrareccia (sentiero n° 53) che ci porterà fino ai 2150 m. della Weisbachalm; da qui su un sentiero risaliremo ancora la montagna fino ad arrivare all'altezza massima di quasi 2300 m. per poi ridiscendere leggermente fino alla forcella al confine fra Italia ed Austria. Una stupenda vista ci aspetta a ripagarci della fatica fatta; Croda Rossa e Monte Cristallo sono solo alcune delle montagne che potremo ammirare. Pranzo al sacco.

Ritorno lungo sentiero fino alla malga Oberberg poi carrareccia (sentiero n° 49)

tempo di percorrenza complessivo ore 5,30-6,00 dislivello in salita circa 800 m. in discesa idem

NOTA: per motivi logistici, dato il lungo tratto da percorrere col pullman, per questa gita sospenderemo la merenda!

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l'iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell'attività



Domenica 24 Settembre 2017

Villandro-Gasserhutte-Totensee

Partenza : ore 6.30 da Martignano – Fermate : Gardolo – Lavis – San Michele A/A

Giro medio

dalla Gasserhutte ci incammineremo lungo una carrareccia (n° 6) che ci permetterà di arrivare fino alla malga Pfroder e in pochi minuti fino alla chiesetta e successivamente al lago del Morto. Girandoci indietro ai piedi del monte di Villandro potremo ammirare lo stupendo paesaggio dal Catinaccio alle Odle, dal Sas di Putia fino alla Plose. Ritorno stessa strada fino all'hotel Samberberhof. Pranzo in malga o al sacco

Tempo di percorrenza complessivo ore 3,30-4,00 - dislivello in salita 450 m. - in discesa 700 m.

Giro lungo

dalla Gasserhutte ci incammineremo lungo la carrareccia che ci porterà come i nostri amici del giro medio fino al Moar in Plum, quindi noi proseguiremo fino alla sella dei sentieri a quota 2058 m. lungo la strada/sentiero n° 7A, da qui risaliremo lungo la montagna lungo dapprima il sentiero n° 1 e poi n° 2 per poi ridiscendere fino al lago del morto ed alla malga dove incontreremo gli amici del giro medio. Il panorama è talmente ampio che ci permette di vedere perfino fino alla nostra Paganella, ed il Brenta da una parte e le alpi dello Stubai dall'altra con nel mezzo il Catinaccio e molto altro ancora ... Ritorno lungo la strada del giro medio; Pranzo in malga o al sacco

Tempo percorrenza complessivo ore 5,00 – 5,30 - dislivello in salita 700 m.- in discesa 950 m.

L'ora del ritrovo sarà comunicata sul pullman

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l'iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell'attività

Sede : Via Pradiscola 18- 38121 Martignano Trento Telefono : 388 2536591 (non abilitato SMS)

e-mail : amicimontagna.tn@gmail.com - sede@amicimontagna.eu - presidente@amicimontagna.eu

Website : www.amicimontagna.net



Domenica 8 Ottobre 2017

Merano - Rifugio Ivigna

Partenza : ore 7.00 da Martignano – Fermate : Gardolo – Lavis – San Michele A/A

Giro medio

dopo la colazione a Scena il bus ci porterà alla funivia del Taser che da quota 820m. ci porterà fino ai 1450 m. dell'arrivo; da qui inizierà la nostra camminata che, attraverso il bosco, lungo il sentiero n° 18A/18 ci porterà fino al rifugio Picco Ivigna a quota 1810 m. Qui potremo ammirare l'omonima montagna e potremo apprezzare le bontà che ci potrà offrire il rifugio (oppure pranzare al sacco) . Il ritorno avverrà lungo il sentiero n° 18 fino al maso Egger quindi lungo il sentiero n° 40 attraverso il Greiterer arriveremo alla funivia

Tempo di percorrenza complessivo ore 2.30-3.00 – dislivello in salita m. 360 – in discesa idem – distanza 4.9 km.

Giro lungo

come per il giro medio la funivia ci porterà fino alla quota di 1450 m.; seguiremo il sentiero 18°/18 che ci porterà fino al rifugio Picco Ivigna , ma poi proseguiremo per circa mezz'ora fino alla radura Lenzeben a quota 1900 m. lungo il sentiero n° 24A; da qui potremo ammirare uno stupendo scorcio sulla val Venosta e sul gruppo di Tessa e quindi proseguiremo lungo il sentiero n° 24 che si inerpica e ci porta fino alla cima Lauwand e dove troveremo la tripla croce che segna la cima della montagna. Pranzo al sacco e ritorno lungo lo stesso sentiero del giro medio.

Tempo di percorrenza complessivo ore 5.00-5.30 – dislivello in salita m. 780 – in discesa idem –distanza 8.4 km.

L'ora del ritrovo sarà comunicata sul pullman

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l'iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell'attività

Sede : Via Pradiscola 18- 38121 Martignano Trento Telefono : 388 2536591 (non abilitato SMS)

e-mail : amicimontagna.tn@gmail.com - sede@amicimontagna.eu - presidente@amicimontagna.eu

_Website : www.amicimontagna.net



Domenica 22 Ottobre 2017

Val Isarco - Via dei castagni

Partenza : ore 7.00 da Martignano – Fermate : Gardolo – Lavis – San Michele A/A

Giro medio

Partiremo tutti insieme dalla piazza centrale di [Chiusa](#) (525 m), badando alla segnaletica «Säben» seguiremo l'arcaica scalinata che sale a Castel Branzoll, purtroppo di proprietà privata e non visitabile; continuando sulla via selciata 1, si giunge a Sabiona-Säben (729 m, 45 minuti), questo monastero non è accessibile ma d'altra parte è possibile visitare 3 delle 4 cappelle che fanno parte di questo convento. Proseguendo verso nord sul n. 1 (il sentiero dei castagni), si scende brevemente, per poi ascendere al villaggio di Pardell ;qui ci fermeremo per il pranzo in trattoria oppure al sacco. Da qui poi proseguiremo passando a destra sul sentiero 12, toccando il grande maso Moar zu Viersch con la cappella, e si traversa a lungo in quota con saliscendi fino a [Velturmo](#) dove verrà a prenderci il pullman.

Tempo percorrenza 3.00 ore; dislivello 400 m. distanza 6 km.

Giro lungo

Faremo lo stesso percorso dei nostri amici del giro corto fino al paese di Pardell; da qui risaliremo lungo il sentiero n° 1B fino al paese di Verdines per poi ridiscendere lungo il sentiero n° 3 riincontrare i nostri amici del giro corto e pranzare tutti insieme in trattoria oppure al sacco. Da qui poi proseguiremo tutti insieme fino a [Velturmo](#) dove verrà a prenderci il pullman.

Tempo di percorrenza 4 ore; dislivello 600 m. distanza 8 km.

L'ora del ritrovo sarà comunicata sul pullman

Durante le escursioni contattare il numero : **3478386197**

Con l'iscrizione alla gita il socio dichiara di aver preso visione del regolamento sociale e di accettare tutte le clausole in esso contenute; esonera il Direttivo da ogni responsabilità, civile e/o penale, per danni e/o infortuni che si potessero verificare durante lo svolgimento dell'attività

Sede : Via Pradiscola 18- 38121 Martignano Trento Telefono : 388 2536591 (non abilitato SMS)

e-mail : amicimontagna.tn@gmail.com - sede@amicimontagna.eu - presidente@amicimontagna.eu

_Website : www.amicimontagna.net

SCOPRIRE GENOVA DAL 2 AL 3 DICEMBRE 2017

02 DICEMBRE: Partenza da Martignano ore 06.00, Trento Piazzale Zuffo ore 06.10. Soste lungo il percorso, arrivo a Genova in mattinata. Visita libera del meraviglioso Acquario, il più grande d'Europa. Immergersi in un mondo di emozioni, vivere la straordinaria esperienza di una passeggiata tra i delfini, squali e centinaia di altre specie che popolano i mari del pianeta. Pranzo libero. Nel pomeriggio alle ore 15.00 incontro con la guida e visita a piedi della città. Si passeggerà lungo i tipici carruggi, gli stretti vicoli del centro storico; raggiungeremo la cattedrale con visita del suo splendido interno medioevale, il palazzo Ducale, Piazza de Ferrari dove sorge il teatro dell'opera, la chiesa dell'Annunziata. La passeggiata poi proseguirà per raggiungere via Garibaldi zona patrimonio dell'Umanità, via costeggiata da lussuose residenze del 500/600 costruite dalle più potenti famiglie della città.

Al termine della visita trasferimento in hotel, sistemazione, cena e pernottamento.

03 DICEMBRE: Ore 08.00 Colazione.

Ore 09.00 incontro con la guida e giro panoramico in bus verso la collina con discesa a Castelletto da dove si gode un magnifico panorama su tutta la città. Si prosegue poi verso piazza della Vittoria e Corso Italia dove visiteremo il quartiere più antico di Genova, Boccadasse. Con le sue case dalle tinte pastello addossate le une alle altre e strette attorno ad una piccola baia, è una delle più belle attrattive turistiche genovesi. La grande suggestione di questo luogo è dovuta al fatto che non si tratta di una semplice conservazione del passato ad uso turistico, ma di un borgo vivo e vitale, dove ancora alcuni pescatori continuano la loro antica attività. Al termine della visita rientro in città e pranzo in ristorante

Nel pomeriggio partenza ed arrivo in serata a Trento/Martignano

QUOTA DI PARTECIPAZIONE: EURO 249,00 A PERSONA (gruppo minimo 30 persone)
SUPPLEMENTO SINGOLA: EURO 50,00

La quota comprende:

- Bus GT ditta Dellai a disposizione per tutto il periodo
- sistemazione hotel 4 stelle in trattamento di mezza pensione, bevande incluse
- ingresso all'Acquario
- 2 mezze giornate di visita guidata
- pranzo in ristorante bevande incluse
- ns accompagnatore
- assicurazione medico/bagaglio/annullamento



La quota non comprende

- mance, tassa di soggiorno da saldare in hotel, extra, tutto quanto non incluso ne "la quota comprende"

INFO E PRENOTAZIONI PRESSO GLI AMICI DELLA MONTAGNA ENTRO L'8 NOVEMBRE 2017.

AL MOMENTO DELL'ISCRIZIONE COMUNICARE, PER IL PRANZO DELLA DOMENICA, SE SI PREFERISCE CARNE OPPURE PESCE. EVENTUALI INTOLLERANZE O PARTICOLARI ABITUDINI ALIMENTARI

LA PRENOTAZIONE VERRA' CONFERMATO SOLO DOPO AVER EFFETTUATO L'ISCRIZIONE PRESSO GLI AMICI DELLA MONTAGNA E AL RICEVIMENTO DELL'ACCONTO DI EURO 100,00 A PERSONA TRAMITE BONIFICO BANCARIO

INTESTATO A:

VIAGGI TROPICANA SRL - CASSA RURALE DI ROVERETO CAUSALE: ACCONTO GENOVA 2/3 DICEMBRE
- COD IBAN IT22C082102080000030211898 - SALDO ENTRO IL 15 NOVEMBRE 2017

Organizzazione tecnica:

Viaggi Tropicana srl - Registro imprese Trento 01021210222 - REA TN110185

C.F. e P.I. 01021210222 Licenza Prov.Aut.TN n. 2218 del 27.08.1986

Polizza RC 100980279, Polizza RC Grandi Rischi n. 100980292 UnipolSai Ass.ni,

Fondo di Garanzia booking sicuro n. IT/MGA/FFI/00238/2016 CBL Insurance Europe LTD3

TREKKING IN SARDEGNA DAL 22 AL 30 MAGGIO 2017

22 maggio:

Partenza in pullman da Martignano nel primo pomeriggio e arrivo a Livorno per l'imbarco su Sardinia Ferries alle ore 21.00. Cena libera. Pernottamento a bordo.

23 maggio:

Arrivo a Golfo Aranci alle ore 06.30, sbarco e partenza in pullman per Pattada (SS). Arrivo ed accoglienza presso Casa Betania. Aperitivo e saluto di benvenuto dell'Associazione Arkenatour e del Sindaco di Pattada. Pranzo con piatti tipici della tradizione sarda. Nel pomeriggio visita al paese di Pattada (musei del coltello tipico e prova di forgiatura – laboratorio del Liutaio). Cena con piatti tipici della tradizione sarda. Pernottamento



24 maggio:

Ore 07.00 colazione e successivamente trasferimento al Villaggio Turistico Costa Paradiso (Loc. Costa Paradiso) e inizio trekking Costa Paradiso – Cala Li Cossi – Cala Li Tinnari. Pranzo al sacco. Verso le ore 17.30 rientro. Cena in agriturismo Solorche con piatti tipici della tradizione sarda. Pernottamento

25 maggio:

ore 07.00 colazione e inizio trekking su Monte de Subra. Pranzo. Verso le ore 16.30 rientro. Cena con piatti tipici della tradizione sarda a Casa Betania. Pernottamento

26 maggio:

Ore 07.00 colazione e trasferimento a Cala Gonone. Ore 10.00 inizio trekking Cala Fuili – Cala Luna – Architteddu de Lupiru. Pranzo al sacco. Ore 17.00 rientro. Cena con piatti tipici della tradizione sarda (Chalet). Pernottamento

27 maggio:

Ore 07.00 colazione e trasferimento nella foresta di Montes (Orgosolo). Ore 10.00 inizio trekking a Monte Novo San Giovanni. Pranzo al sacco. Ore 15.00 visita al paese e Murales di Orgosolo. Ore 17.00 rientro. Ore

20.00 cena con piatti tipici della tradizione sarda ed intrattenimento con canti e balli della Sardegna a Casa Betania

28 maggio:

Ore 07.00 colazione e trasferimento ad Alghero. Visita della città. Pranzo al sacco. Nel pomeriggio visita dalla cittadina di Bosa. Ore 17.00 rientro. Ore 20.00 cena con piatti tipici della tradizione sarda ed intrattenimento con musica dal vivo a Casa Betania.

29 maggio:

Ore 07.00 colazione. Ore 08.00 trasferimento a Santa Teresa di Gallura. Ore 10.30 inizio del trekking a Capo Testa. Pranzo al sacco. Al termine scambio di saluti e trasferimento in tempo utile al porto. Ore 20.00 imbarco e partenza con il traghetto Sardinia Ferries per Livorno



30 maggio:

Ore 06.30 arrivo a Livorno. Sbarco e rientro in pullman a Martignano.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE: EURO 810,00 A PERSONA

NESSUN SUPPLEMENTO SINGOLA

La quota comprende:

- bus Gt della ditta Dellai a disposizione per tutto il periodo
- pacchetto "Trekking in Sardegna" di Arkenatour (alloggio per sette giorni, pranzi e cene con prodotti tipici e piatti della tradizione sarda bevande incluse, pranzi al sacco nelle giornate di trekking, biglietti d'ingresso nei siti che si visiteranno, intrattenimenti, ass.ne durante i trekking, visite guidate, assistenza Arkenatour 24h su 24h)
- passaggio in traghetto Sardinia Ferries con sistemazione in cabina doppia, solo pernottamento
- assicurazione medico/bagaglio/annullamento

La quota non comprende:

- mance, extra e tutto quanto non specificato ne "la quota comprende"

Prenotazioni entro il 21 MARZO presso Viaggi Tropicana – Via Garibaldi 77/79 – 38068 Rovereto Tn versando un acconto di euro 300,00 causale versamento "Trekking Sardegna, nome e cognome", saldo entro il 20 APRILE. Coordinate bancarie: Viaggi Tropicana Cassa Rurale di Rovereto cod iban IT22C0821020800000030211898

Organizzazione tecnica:

Viaggi Tropicana srl – Registro imprese Trento 01021210222 – REA TN110185

C.F. e P.I. 01021210222 Licenza Prov.Aut.TN n. 2218 del 27.08.1986

Polizza RC 100980279, Polizza RC Grandi Rischi n. 100980292 UnipolSai Ass.ni,

Fondo di Garanzia booking sicuro n. IT/MGA/FFI/00238/2016 CBL Insurance Europe LTD3

TREKKING VAL D'ORCIA DAL 28 SETTEMBRE ALL' 1 OTTOBRE 2017

La Val d'Orcia, Parco artistico, naturale e culturale. Il primo parco che tutela il paesaggio nel suo insieme. E' infatti il paesaggio, l'elemento che caratterizza in modo particolare questo ampio lembo di Toscana. Il paesaggio che è frutto di un prolungato connubio tra l'azione dell'uomo e della natura. Un luogo dove il tempo sembra fermarsi e l'integrazione tra ambiente naturale e storia secolare dell'uomo suggerisce un alone di mistero e misticismo. Il paesaggio della Val d'Orcia è fatto di colline con calanchi, crete e terre rosse, boschi di querce o macchia mediterranea, dove l'uomo ha lavorato creando campi coltivati ed antichi centri abitati o religiosi. Le colline della Val d'Orcia, infatti, ben rappresentano il tipico paesaggio toscano, conosciuto e rinomato in tutto il mondo e dove si inseriscono perfettamente una rete di sentieri e vie di pellegrinaggio che suggeriscono il cammino lento ed il perdersi in questi ambienti bucolici.

28 settembre: Martignano - Ragnaie S. Antimo

Sviluppo 6km ca. Dislivello - 300 m.ca. Difficoltà E (escursionistica)

Partenza da Martignano alle ore 06.00, area Zuffo ore 06.10. Soste lungo il percorso.

Pranzo al sacco. Arrivo, incontro con la guida e facile escursione di mezza

giornata, prevalentemente in discesa che, partendo in prossimità di

Montalcino ci porterà fino all'abbazia di S. Antimo, luogo mistico e spirituale

tuttora abitata dai monaci. Il percorso si snoda su strade sterrate

e sentieri immersi nella natura passando da Borgo A Tolli,

agglomerato di case con villa di origine

etrusca sviluppato nel medioevo, completamente e perfettamente restaurato negli

anni '80. L'arrivo all'abbazia, posta in prossimità del paese di Castelnuovo dell'Abate, ci proietterà in un'atmosfera surreale, specialmente se arriveremo nell'orario delle

funzioni religiose. Al termine dell'escursione rientro in pullman a Montalcino, sistemazione in hotel, cena e pernottamento.



29 settembre: Anello di Bagno Vignoni

Sviluppo circa 10 km c.a., dislivello + 300 + 300m c.a. Difficoltà E (escursionistica)

Colazione in hotel. Partenza ed escursione ad anello nel vero cuore della Val d'Orcia. Trasferimento in pullman e partenza da Bagno Vignoni, caratteristico centro termale rinomato anche nel passato. Visita alla piazza delle Sorgenti (piazza di origine medioevale, con vasca rettangolare termale) e breve sosta al Parco Naturale dei Mulini. Discesa per un sentiero fino alle rive del fiume Orcia poi, immersi nella vegetazione, risaliremo il tipico paesaggio collinare fino alle strade bianche che hanno reso famosa la campagna senese. A fine anello, arriveremo a Vignoni Alto, vecchio borgo fortificato di origini medioevali ed oggi quasi abbandonato. Un luogo di sicuro impatto che gode di uno splendido paesaggio. Pranzo al sacco.

Nel tardo pomeriggio degustazione di vino in un'azienda agricola di Montalcino. Rientro in hotel, cena e pernottamento.

30 settembre: Traversata Pienza/Montalcino

Sviluppo 14 km ca. Dislivello + 300 -200 m ca. Difficoltà E (escursionistica)

Colazione in hotel. Questa sarà la giornata nella Val d'Orcia più tipica. Il pullman ci porterà nella terra dei papi, la bellissima Pienza, arroccata in cima al colle panoramico dove ci perderemo nelle sue strette vie con i suoi tipici negozi. Da qui ci inoltreremo lungo strade sterrate e sentieri che ci porteranno dapprima a Vitaleta, la chiesina più fotografata d'Italia e poi a S. Quirico, paese che per la sua posizione centrale, è da considerarsi il fulcro del parco. Dopo una breve visita al borgo continueremo la nostra escursione attraversando il torrente Asso, sempre immersi nel paesaggio della Val d'Orcia per poi risalire al colle di Montalcino, paese conosciuto per la sua storia, ma ancor di più per il prelibato vino. Pranzo al sacco.

Al termine dell'escursione, rientro in hotel, cena e pernottamento.



1 ottobre: Montalcino - Siena - Martignano

Colazione in hotel. Partenza in pullman alla volta di Siena. Arrivo, incontro con la guida e visita guidata della città di Siena. Pranzo in ristorante. Nel pomeriggio rientro a Martignano. Soste lungo il percorso, arrivo in serata

QUOTA DI PARTECIPAZIONE: euro 460,00 (gruppo minimo 35 persone)

SUPPLEMENTO SINGOLA: EURO 80,00

La quota comprende:

- ❖ viaggio in pullman GT ditta Dellai
- ❖ sistemazione hotel 3 stelle a Montalcino in trattamento di mezza pensione, $\frac{1}{4}$ di vino e $\frac{1}{2}$ acqua minerale inclusi
- ❖ 2 cestini per il pranzo
- ❖ guida escursionistica
- ❖ $\frac{1}{2}$ giornata di visita guidata di Siena
- ❖ pranzo in ristorante a Siena bevande incluse
- ❖ assicurazione medico/bagaglio/**annullamento**

La quota non comprende:

- ❖ mance, extra, tutto quanto non specificato ne "la quota comprende"

**INFO E PRENOTAZIONI PRESSO AMICI DELLA MONTAGNA DI
MARTIGNANO ENTRO IL 31 LUGLIO 2017**

LA PRENOTAZIONE VERRA' CONFERMATA AL RICEVIMENTO DELL'ACCONTO DI
EURO 100,00 A PERSONA TRAMITE BONIFICO BANCARIO INTESTATO A:
VIAGGI TROPICANA SRL - CASSA RURALE DI ROVERETO CAUSALE: ACCONTO
TREKKING VAL D'ORCIA - COD IBAN IT22C0821020800000030211898
SALDO ENTRO IL 28 AGOSTO 2017

Organizzazione tecnica:

Viaggi Tropicana srl – Registro imprese Trento 01021210222 – REA TN110185

C.F. e P.I. 01021210222 Licenza Prov.Aut.TN n. 2218 del 27.08.1986

Polizza RC 100980279, Polizza RC Grandi Rischi n. 100980292 UnipolSai Ass.ni,

Fondo di Garanzia booking sicuro n. IT/MGA/FFI/00238/2016 CBL Insurance Europe LTD3

Viaggi Tropicana srl – Via Garibaldi 77/79 – 38068 Rovereto (Tn) tel.: 0464438380

donatella@tropicana.it - www.tropicana.it – www.orizzontidiriflessione.net