

# AZIMUT CLUB

ESCURSIONISMO NATURA TREKKING VIAGGI



## Sab. 7- Dom. 8 Settembre 2019 Antermoia nel cuore del Catinaccio

Ci darà il benvenuto lo **splendido Valon de Antermoia** circondato dalle cime del Catinaccio e dalla Croda del lago a poca distanza dall'omonimo Lago, uno dei più alti e suggestivi laghi delle Dolomiti.

*Antermia* nella tradizione Ladina è il nome della bellissima ninfa che abitava nelle acque del lago del "Giardino delle Rose" -Rosengarten- ovvero il Catinaccio, innumerevoli sono le leggende ladine ambientate sulle rive e nelle acque di questo stupendo laghetto alpino **che avremo modo di conoscere.**

**Ritrovo: ore** 6,15 alla Motorizzazione

**Partenza: ore** 6,30 con auto proprie

**Rientro: ore** 20,30

**Percorso stradale:** A22 Verona-Brennero uscita Egna SS48 per Moena ss 48 poi ss 46 fino a Mazzin

*chilometri totali 279 - ore 3:30*

A **Mazzin, immediatamente dopo la chiesa**, c'è il parcheggio gratuito, dove possiamo lasciare le macchine

### **Itinerario escursionistico primo giorno:**

dall' Hotel Regina di Fassa -mt.1372- un taglio nel bosco ci porta al sentiero 577 per risalire la Val di Dona fino al rifugio Dona -mt. 2100- dove possiamo fare la sosta, prima di affrontare la salita al Pas de Dona -mt. 2516 e, velocemente, raggiungere Rifugio Antermoia, dove pernosteremo.

**Difficoltà: E**

**Dislivello** in salita: mt.1200

**Tempo** : ore 4 fino a Rifugio Antermoia, soste escluse.

### **Secondo giorno: estensione**

*è un giro ad anello che apre lo sguardo su una nuova prospettiva del massiccio del Catinaccio.*

*Partenza alle 7,30 dal sentiero 584 che costeggia il lago di Antermoia si sale fino al passo Antermoia -m2770-*

*Da lì sulla destra si sale alla cima del Col de Laussa -m 2876- e scendendo si interseca, poi, il sentiero 583 B che ci riporta rifugio Antermoia.*

*Dislivello in salita/discesa m. 380*

*Tempo ore 2:30*

*Difficoltà: EE (l'estensione presenta roccette, per le quali conviene riporre i bastoni, qualche tratto in discesa di sentiero mal segnato e sdruciolevole. E' necessario che i partecipanti non soffrano di vertigini e possano contare su un passo sicuro e saldo.*

*--Nel frattempo i nostri compagni, con più tranquillità, imboccando il sentiero 584 potranno ammirare il lago o, prendendo a destra dal rifugio, percorrere un tratto del sentiero 583 fino ad arrivare sopra al lago e ammirarlo dall'alto.*

### **Secondo giorno: escursione base.**

Alle 10:30 circa riuniamo il gruppo e ripercorriamo a ritroso il passo del Sas de Dona percorrendo il sentiero 580, fino ad imboccare la Val de Udai, per scendere fino a Mazzin.

**Difficoltà: E**

**Tempo:** ore 4 soste escluse

**Note:** l'escursione base non presenta particolari di difficoltà , ma si svolge in ambiente di alta montagna, ma va valutato che il dislivello per raggiungere il rifugio –mt. 1200- richiede che gli escursionisti siano ben allenati.

- è richiesto: abbigliamento da alta montagna, con cambio leggero, obbligo di scarponcini da montagna, consigliati bastoncini da trekking, sacco lenzuolo, spuntini energetici e due pranzi al sacco.

- **acqua nella borraccia**

- eventuale cambio completo da lasciare in auto.

Gli organizzatori si riservano di apportare modifiche in base alle condizioni meteo e del gruppo

**NB.** Al rifugio Antermoia sono stati riservati 15 posti a mezza pensione -pernottamento prima colazione e cena- costo €54 (42 Euro per i soci CAI, *ricordate di portare la tessera*)

**é richiesta una caparra di euro 10** che si potrà versare il 29 luglio o il 26 Agosto in sede.

**Al raggiungimento delle 15 prenotazioni, con versamento della caparra, si chiuderanno le iscrizioni.**

Cartografia tabacco 1/25000 foglio 06 Val di Fassa e Dolomiti Fassane

### **Organizzazione**

Annalisa 3397941979 Valter 3357231776

Per la partecipazione alla gita è **OBBLIGATORIO**:

1) Iscrizione al club, . 2) Uso di idonei scarponcini da trekking 3) Dare comunicazione di partecipazione all'organizzatore.





