



## PARCO NATURALE PUEZ-ODLE

Val Gardena insolita: Vallunga , Puez , Gruppo del Cir , Val Chedùl

**19 - 20 Luglio 2014**

**Ritrovo.** Hotel Lux a Modena ore 6,45    **Partenza.** Ore 7,00

### Viaggio con auto proprie

**Percorso automobilistico:** Autostrada A22, direzione Brennero. Uscita Chiusa/Val Gardena, poi, si imbecca la SS n°242 fino a Selva Val Gardena(m.1537). Giunti in vista dell'hotel Corona svoltiamo a sinistra e ci immettiamo sulla strada che conduce alla Cabinovia Dantercepies in prossimità della quale lasceremo le auto (parcheggio a pagamento).  
Tempo percorso stradale ore 3,30 circa (sosta compresa).

### ITINERARIO ESCURSIONISTICO

#### **1° Giorno**

Dal parcheggio imbocchiamo l'inconfondibile Vallunga (con la spettacolare forma ad "U" prodotta dall'erosione glaciale) e seguiamo il comodo tracciato (**segnavia 14**) procedendo su distese prative attorniate da grandi pareti dolomitiche. Superiamo la chiesetta di S.Silvestro e, in leggera salita percorriamo circa metà della vallata che abbandoneremo per imboccare , sulla sinistra, il ripido **sentiero n.16** (m.1790 ,1ora dal parcheggio). Saliamo in direzione del Munt de Puez con itinerario circolare fino ad immetterci, tenendo la destra, sull'**Alta Via Nr. 2** (m. 2414), proveniente dal rifugio Genova, e proseguire su comodo sentiero nella verde terrazza fino al rifugio Puez (m.2475) dove pernosteremo.

**Dislivello primo giorno :** in salita **m. 938.** circa

**Tempo :** ore 3,30 circa, dal parcheggio (soste escluse)

#### **2° Giorno**

**Ascensione facoltativa** al Col de Puez (m. 2725) : Meteo permettendo imboccheremo il sentiero con **segnavia nr.14** per raggiungere la cima che domina dall'alto il rifugio ed offre una splendida vista sul Parco per poi ridiscendere dallo stesso percorso.( ore 1,40 andata e ritorno).

Lasciamo quindi alle nostre spalle il rifugio percorrendo **l'Alta Via nr.2** in direzione della Forcella Ciampei e attraversando, su percorso pianeggiante, la parte occidentale dell'Altopiano della Gardenaccia da cui si domina il canion della Vallunga e si gode di un panorama spettacolare sulla Val Gardena (Gruppo del Cir, Sassolungo e Sciliar). La Forcella di Ciampei (m.2366) è un crocevia di sentieri provenienti dalla Val Gardena e dalla Val Badia ed un punto panoramico verso il Sassongher e l'imponente gruppo del Sella. Proseguendo sul **sentiero nr.2** attraversiamo in leggera salita l'altopiano di Crespeina con il caratteristico laghetto fino alla omonima forcella (m.2528). Scendendo incontriamo il bivio da cui parte il **sentiero nr.12** per la val Chedùl e quello (**nr.2**) per la forcella del Cir (m.2469) (variante consigliata, se il tempo lo consente, per vedere le spettacolari guglie della catena rocciosa). Iniziamo la lunga discesa, con pendenza in crescendo, sul **sentiero nr. 12** seguendo la selvaggia Val Chedùl fino a ritrovare la Vallunga ed il **tracciato nr. 14** che ci riporta al parcheggio.

**Dislivello secondo giorno :** in salita **m. 90** circa ; in discesa **m. 1000** circa

(m. 340 in salita e m. 1250 in discesa se si sale al Col de Puez)

**Tempo** (indicativo): ore 6 (soste escluse) + 1,40 h per la salita al Col de Puez

**ABBIGLIAMENTO:** da alta montagna con cambio leggero , **obbligo di scarponcini da montagna e vivamente consigliati i bastoncini da trekking.** Per il rifugio è **obbligatorio il sacco lenzuolo.** Consigliato un cambio da lasciare in auto per usarlo al rientro.

**PASTI :** Portare nello zaino 2 pranzi al sacco. Per il secondo giorno, chi vuole, può acquistare i panini presso il rifugio.  
Portare acqua nella borraccia ; fonti non disponibili al di fuori della Vallunga.

**Gli organizzatori si riservano di apportare modifiche all'itinerario in base alle condizioni meteo e del gruppo.**

**CARTOGRAFIA :** TABACCO 1:25000 FOGLIO **05** VAL GARDENA / ALPE DI SIUSI

**COSTI :** Mezza pensione in rifugio **40,00** Euro. Soci Cai con tessera **35,00** Euro

**Obbligo di prenotazione entro il 23 giugno** previo versamento della caparra di **Euro 10,00**

**ORGANIZZATORI : Daniela : 3476200538 Monica : 3473071450**

