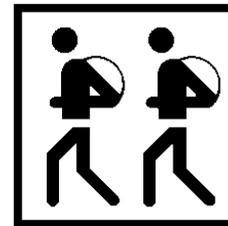




CAI CINISELLO BALSAMO



24 – 25 GIUGNO 2017

RIFUGIO SANTA CROCE (mt. 2.311) – Cima di San Cassiano (mt. 2585)

Alpi Sarentine (BZ)

Vista panoramica sulle Dolomiti

RITROVO: ore 6.30 presso il Palazzetto dello Sport di Cinisello Balsamo

LOCALITA' DI PARTENZA:

Sabato = Gostnerhof in Località Spelonca (Spiluk) di Varna (mt. 1390)

Domenica = Lazfons Maso Kühhof mt. 1.587

ACCESSO: Autostrada Milano-Venezia – Deviazione sull'autostrada del Brennero direzione Nord
– Uscita Bressanone

CARTE E GUIDE: Carta Kompass 1:50000 n° 56 Bressanone – Carta Alta via dei monti Sarentini 1:30000 Bressanone Chiusa

DIFFICOLTA': Sabato = E / domenica = E - EE

EQUIPAGGIAMENTO: da escursionismo

COLAZIONE: al sacco (possibilità pranzo/spuntino presso strutture locali)

PERNOTTAMENTO: presso Agriturismo Gostnerhof con trattamento di mezza pensione

ACQUA SUL PERSORSO: SI, in più punti

QUOTA D'ISCRIZIONE: € 4.00

DIRETTORE DI ESCURSIONE: ASE Valeria Scarpini

Fine settimana in Sud Tirolo tra boschi di abeti e ampie vedute su Valle d'Isarco, Dolomiti, Val Sarentino. Sabato di relax tra semplici passeggiate e cena tipica nel tepore della pittoresca stübe della famiglia Larcher. Domenica spostamento in auto di circa un'ora per raggiungere Velturmo/Lazfons ed il Maso Kühhof.

DESCRIZIONE DEI PERCORSI

Sabato pomeriggio

Percorso A:

Scheibenberg/Punta del Bersaglio mt. 1925 (Breve escursione dislivello +/- mt. 535)

Dall'agriturismo si sale per la strada forestale fino ad un bivio, si prosegue sulla strada a destra e continuando in salita si raggiunge il piccolo avvallamento del passo dove sempre sulla destra nel bosco si stacca il sentiero (indicazioni) che raggiunge la panoramica Punta del Bersaglio. La vista spazia dall'imbocco della Val Pusteria al lontano gruppo del Sasso Lungo. La croce di vetta è situata esattamente sopra l'agriturismo quindi la discesa avviene per un ripido sentiero nel bosco che in breve ci porta al punto di partenza. (tempo stimato per il giro completo circa 3 ore).

Percorso B:

Zirmeitalm mt. 1890 (Breve escursione +/- mt. 500 tempo stimato A/R ore 2.30)

Dall'agriturismo si imbecca il sentiero che sale nel bosco di abeti (cartello indicatore - segnavia n. 2) il percorso si sviluppa in maniera alternata tra sentiero nel bosco e strada agro-silvo-pastorale toccando la piccola malga non gestita Steinwiesalm (1537 m); continuando nella foresta si giunge alla malga Zirmeitalm (1890 m.). Per il ritorno si ripercorre il sentiero di salita.

Domenica:

Rifugio Santa Croce e Cima di San Cassiano mt. 2.585 (dislivello +/- 1050 – Km. 14)

Segnavia: Bianco/rosso CAI – sentieri n. 1,8,9

In auto attraverso una stretta strada di montagna si raggiunge il parcheggio del Maso Kühnhof (mt. 1.587) dove lasciamo le auto.

La chiesetta posta vicino al rifugio Santa Croce è visibile da subito. Per raggiungerla dobbiamo avviarci sulla comoda strada d'accesso che attraversando boschi e alpeggi, leggermente in salita, ci porta al Rifugio Chiusa (mt. 1.920); meta ideale per famiglie offre un piccolo parco giochi per i piccoli alpinisti ed una terrazza esposta al sole, con splendida vista sulle numerose vette dolomitiche, per i genitori (ore 1).

La strada prosegue passando per il rifugio Rungger trasformandosi quindi in un ripido sentiero.

Si giunge alla chiesetta Santa Croce di Lazfons, dietro la quale sorge l'omonimo rifugio (mt. 2.311) gestito dalla famiglia dell'alpinista estrema Tamara Lunger. (ore 2,30)

Il panorama è maestoso, ampio sulle vette dolomitiche, che giustifica volendo il termine dell'escursione.

Dopo una breve pausa attraverso prati con mucche, asini e cavalli pascolanti un sentiero segnalato sale al Lago di San Cassiano. Il sentiero continua lungo la riva occidentale del lago salendo verso un gioiolo che apre la vista sulle vette delle Alpi Sarentine. Si sale lungo il dorso occidentale della Cima di San Cassiano fino alla croce di vetta posta a mt. 2.585 (ore 3,30)

Da qui oltre alle già citate vette dolomitiche e della Valle Sarentino si aggiungono alla vista altre cime fino ad arrivare all'Ortles.

La discesa viene effettuata per il medesimo sentiero.

Note:

La chiesetta di Santa Croce di Lazfons è la meta di pellegrinaggio più alta dell'Alto Adige e addirittura una delle mete religiose più alte d'Europa. Fu costruita nel 1868 sulle rovine di una piccola cappella che ospita in estate il "Schwarzen Herrgott" (il Gesù Cristo nero), un'icona cristiana che trova tutela presso la chiesa e che attira pellegrini da tutto il mondo.

Tamara Lunger - "Sono una sognatrice innamorata delle montagne"

Tamara nasce a Bolzano nel 1986, eredita dal padre, famoso scialpinista, l'amore per la montagna e già da giovanissima capisce che gli 8.000 sono la sua passione.

Nel 2010 è la donna più giovane a raggiungere la vetta del Lhotse.

Nel 2014 raggiunge la vetta del K2 come seconda donna italiana nella storia dell'alpinismo.

Nel 2016 partecipa con Simone Moro alla "prima invernale" del Nanga Parbat fermandosi a soli 70 metri dalla vetta.

Nella sua biografia "Io, gli 8000 e la felicità" racconta un modo nuovo di vivere la montagna e di stare bene con se stessi.

Speriamo di incontrarla e farci fare una dedica su una copia del suo libro!!!