

# CORTINA

## 12 LUGLIO 2014

### Escursioni

Le escursioni non sono ancora definitive, potranno variare il loro percorso o potranno esserne introdotte di nuove in base al numero di partecipanti e al meteo.

Il CAI di Mirano sezione "Alberto Azzolini", in occasione del trentennale della Scuola di Alpinismo, Scialpinismo, Arrampicata Libera "Antonello Leonardo" fornirà supporto all'evento.

#### Trekking alle Vette (Difficoltà EE)

1. Sass de stria da passo Falzarego (via Normale)
2. Col dei Bòs da passo Falzarego
3. Lagazuoi da passo Falzarego (abbinabile a discesa per le gallerie dal Lagazuoi, necessari caschetto e torcia)
4. Nivolao da parcheggio 5 Torri (strada verso Falzarego). Si transita per 5 Torri, poi rifugio Scoiattoli, rifugio e forcella Averau, chi desidera prosegue per Nivolao (dislivello complessivo circa 900 metri).

#### Escursioni avanzate (Difficoltà EEA)

1. Sentiero Kaiserjager: spettacolare itinerario tra panorami mozzafiato e percorsi nella storia, attraverso le trincee austriache.
2. Gallerie del Lagazuoi: sentiero che attraversa le postazioni di guerra Italiane attraverso una galleria scavata nella roccia del Lagazuoi.

#### Ferrate (Difficoltà EEA)

1. Cascate di Fanes (partenza da Fiames): avvicinamento su facile sentiero 1,5 ore, e successiva breve (30') ma suggestiva ferrata che passa sotto la cascata, adatta anche a ragazzi/e e principianti. Possibilità di proseguire l'escursione verso il lago di Limo.
2. Col Rosà (partenza da Fiames). Ferrata della durata di circa 1-2 ore, più verticale, preceduta e seguita da sentiero di avvicinamento.

#### Arrampicata su vie alpinistiche:

1. Lagazuoi/Trapezio
2. Torri Falzarego-Sass de Stria-Col dei Bòs.

#### Arrampicata in Falesia

1. Falesia Cinque Torri
2. Falesia Sass de Stria

#### Logistica

Campo base a Fiames.

Ritrovo ore 9. Fine attività ore 16. Per eventuali trasferimenti verso 5 Torri e Falzarego, auto proprie o condivise.

#### Costi e assicurazioni

Per i soci CAI: usufruiscono automaticamente dell'assicurazione "soccorso alpino" e "infortuni", poiché si tratta di attività organizzata dal CAI.

#### Per i non soci

minorenni: necessaria tessera CAI, con tariffa agevolata

maggioresnni: assicurazione "soccorso Alpino" (obbligatoria) già compresa nella quota d'iscrizione alla manifestazione  
assicurazione supplementare "infortuni giornaliera" (8 euro)

NB condizioni di polizza su [www.cai.it](http://www.cai.it)

Solo per l'evento sarà eventualmente possibile un "tesseramento Cai agevolato": - socio ordinario: 35€ anziché 51) - socio familiare: 22€ anziché 28€ - socio giovane (fino a 18 anni) 12€ anziché 18€

Per le attività su via ferrata, Falesia, o via di arrampicata è necessaria adeguata preparazione/esperienza. A breve verrà predisposto un apposito modulo di iscrizione.

ISCRIZIONI E INFO

[WWW.CORTINA.LESIONISPINALI.ORG](http://WWW.CORTINA.LESIONISPINALI.ORG)



Sponsors



Partners



# PROGRAMMA

## “UNA VETTA PER GIANCA”

### Inizio manifestazione

Il punto di ritrovo sarà ai campi sportivi di Fiammes (CORTINA) alle 9 circa. Dopo aver ritirato i gadget ci divideremo in gruppi per intraprendere diversi percorsi a seconda del livello di difficoltà scelto.

Saranno messi a disposizione degli spazi attrezzati dove potrete lasciare tranquillamente i vostri bambini. Istruttori qualificati penseranno a coinvolgerli in attività ricreative con dimostrazioni di rugby e tanti altri sport.

### Le Escursioni

Durante le escursioni paesaggi mozzafiato vi incanteranno e avrete la possibilità di vivere una splendida giornata a contatto con la natura.

I percorsi saranno alla portata di tutti e vi daranno quindi la possibilità di assaporare a pieno la montagna.

Consigliamo di portare un pranzo al sacco.

### Al termine delle escursioni

Al termine della passeggiata, per le 16.00 circa, ci ritroveremo tutti al punto di partenza dove vi sarà modo di cambiarsi e di darsi una rinfrescata.

### Pomeriggio

Ci aspetterà una bella FESTA!! Aperta a tutti anche per chi non ha partecipato alle escursioni. Per i più piccoli saranno organizzati giochi gonfiabili ed attività ricreative. Gli altri potranno rilassarsi ascoltando buona musica dal vivo!

Vi sarà anche una grande lotteria con molti premi in palio tra cui abbigliamento tecnico da montagna, materiale per il giardinaggio, un set di cerchi in lega per la tua macchina e tanti altri premi offerti generosamente dagli sponsor...

### Terzo tempo party

Il rugby insegna che dopo le fatiche e gli scontri arriva il tempo di riunirsi e di stare insieme.

Il nostro terzo tempo inizierà con un aperitivo organizzato dall' Home bar in collaborazione con alcune Band!

Per poi proseguire con ottimo cibo e birra a fiumi...



ISCRIZIONI E INFO

[WWW.CORTINA.LESIONISPINALI.ORG](http://WWW.CORTINA.LESIONISPINALI.ORG)



Sponsors



Partners

