



Gruppo del Prosac
Tremosine



www.gruppoprosac.it

ITINERARI E PROGRAMMI PER IL 2018

1° Denominazione itinerario : Sentiero delle Busatte Torbole (TN)

Data escursione: 08 Aprile 2018

Durata: 3.00 ore circa

Dislivello: 300 mt.

Difficoltà del percorso: per tutti

Ora di partenza e luogo: ore 8:30 a Voltino nei pressi Chiesa 8.45 limone pressi Hotel Saturno

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarponcini da trekking.

Pranzo: al sacco

Caratteristiche varie del percorso: si parte per il sentiero da Torbole alle ore 9.15 facile escursione dedicata a tutti, ottime panoramiche sul Lago di Garda, con divertenti discese e risalite delle scalinate e passatoie in ferro.

Ore del rientro: ore 14.00 circa

Informazioni: Morandi Sergio 3396252552

2° Denominazione itinerario: Giro ad anello di San Romedio (TN)

Data escursione: 25 Aprile 2018

Durata: ore 5,15 circa

Dislivello: mt. 565

Difficoltà del percorso: facile per tutti (9 km)

Ora e luogo di partenza: 6.30 pressi Chiesa di Voltino , ore 6.45 pressi parcheggio Saturno Limone arrivo previsto a Coredò ore 8.30.

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarpe da trekking.

Pranzo: al sacco

Caratteristiche varie del percorso: percorso semplice dal carattere storico culturale della Valle di Non, fra le varie tappe che si snodano partendo da Coredò e proseguendo verso San Zenno fra meleti e vie dei borghi valligiani visita alla chiesa di San Zeno.

Tempo permettendo possibilità di visitare il Museo Retico della Vallata. Si prosegue verso il Canyon della chiusa di San Romedio, per un sentiero a picco e scavato in parte nella roccia meta centrale il Santuario di San Romedio, rientro attraverso la piana dei due laghi.

Ora del rientro: 16.00

Informazioni: Walter Oss 334 3534340

3° Denominazione itinerario : Becco di Filadonna Altopiano Folgaria (TN)

Data escursione: 6 Maggio 2018

Durata: 6.30 circa

Dislivello: 900 mt.

Difficoltà del percorso: E= escursionistico

Ora di partenza e luogo: ore 6.15 Limone sul Garda parcheggio pressi Hotel Saturno, oppure a Passo Sommo ore 7.30.

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarponcini da trekking.

Pranzo: al sacco.

Caratteristiche varie del percorso: partendo da Passo Sommo alle ore 7.30 si prosegue per il Cornetto, si costeggia con il sentiero del gruppo della Vigolana si raggiunge in circa 3 ore la cima del Becco di Filadonna. Territorio roccioso con interessante area floreale, su quasi tutto il percorso si possono godere ampie panoramiche sull'altipiano, la cima gode di un superbo panorama a 360° su Folgaria i laghi di Caldonazzo e Levico piana di Pergine e parte della Piana di Trento.

Ora del rientro: ore 16.30 circa

Informazioni: Riccardo Beber (per zona TN) cell. 3407307318 Oss Walter (per zona Lago Garda) cell 3343534340

4° Denominazione itinerario : Monte Corno Valle di Ledro

Data escursione: 27 Maggio 2018

Durata: 5.40

Dislivello: 1100 mt.

Difficoltà del percorso: E escursionistico

Ora di partenza e luogo: ore 7.00 Voltino pressi Chiesa, 7.45 Limone pressi Hotel Saturno.

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarponcini da trekking.

Pranzo: al sacco .

Caratteristiche varie del percorso: partendo da Pieve di Ledro si prosegue per Doss di Pur, e poi per S.Martino 1226 mt. proseguendo

fino al Bocè della Spinèra mt. 1650, poi sotto costa per un sentiero verso cima Monte Corno mt. 1731. Dalla cima si può godere di ampio panorama sul Lago e sulla Val di Ledro. Pranzo in cima alla vetta e poi rientro per lo stesso sentiero.

Ora del rientro: 17.00

Informazioni – Guida: Massimo Pilati 334 3361256

5° Denominazione itinerario : Lago di Cei e Dosso Penago (TN)

Data escursione: 3 Giugno 2018

Durata: 4.30 ore circa

Dislivello: 400 mt.

Difficoltà del percorso: T = turistico adatto anche per bambini.

Ora di partenza e luogo: ore 8:00 da Bar Limone – Limone sul Garda. Trasferimento con propri mezzi per Lago di Cei h 1.00.

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarponcini da trekking.

Pranzo: al sacco con possibilità pranzo al rientro presso ristoranti al Lago di Cei

Caratteristiche varie del percorso: Percorso dedicato alla bellezza della flora di montagna e di lago con ampie viste sulla Val d'Adige, in tempi remoti in queste zone trascorrevano le vacanze nobili casate. Si consiglia di portare binocolo e macchina fotografica.

Ora del rientro: 17.30

Informazioni: Eberhard Waiblinger 348 5116050

6° Denominazione itinerario: Monte Tombea mt. 1.950 da Cima Rest

Data escursione: 17 Giugno 2018

Durata: ore 5/6

Dislivello: mt. 750

Difficoltà del percorso: escursionistico

Ora e luogo di partenza: Navazzo di Gargnano ore 8,00

Attrezzatura prevista: abbigliamento da montagna adeguato per la stagione.

Pranzo: al sacco

Caratteristiche varie del percorso: lasciata l'auto nei pressi di Cima Rest(mt. 1.205) iniziamo la nostra salita alla seconda cima più alta del Parco Alto Garda Bresciano. Il sentiero non presenta difficoltà importanti, solo alcuni tratti sono un pò ripidi. Il percorso offre splendidi panorami sull'altopiano di Rest con i suoi caratteristici fienili e secolari faggete. Giunti sulla cima le vedute spaziano dal Monte Baldo all'Adamello dal Monte Tremalzo alle Dolomiti del Brenta. Portarsi Acqua.

Ora del rientro: 17,30

Informazioni: Toblini Stefano 333 4933114.

7° Denominazione itinerario : Giro di Malga Albi Monte Bondone (TN)

Data escursione: 1 Luglio 2018

Durata: 6 ore circa

Dislivello: 950 mt.

Difficoltà del percorso: E escursionistico.

Ora di partenza e luogo: ore 7.15 Voltino pressi Chiesa, ore 7.30 pressi Hotel Saturno Limone, oppure ore 9.00 al centro ecologico alpino di Monte Bondone.

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarponcini da trekking.

Pranzo: al sacco oppure presso Malga Albi (consigliato).

Caratteristiche varie del percorso: percorso caratterizzato da boschi di faggio e conifere, interessante zona floreale alpina, sul percorso interessante la visita alla Chiesetta di San Osvaldo del XIII secolo, distese di prati in fiore nella conca di malga Albi. Si deciderà poi in loco se proseguire per il ritorno per la via del Rifugio Sparavei attraverso il sentiero ferrato (facile) rientro al centro ecologico.

Ora del rientro: 17.00

Informazioni: Karl Hainz Frommet 3421501028

8° Denominazione itinerario: Monte Maggio mt. 1853 Folgaria (Tn) Passo Coe mt. 1610

Data escursione: 12/07/2018

Durata: ore 4 (andata e ritorno, ore 5 con visita alla Base Tuono)

Dislivello: mt. 300

Difficoltà del percorso: T= turistico

Ora e luogo di partenza: 7,30 Limone s/g presso Bar Limone

Attrezzatura prevista: abbigliamento da trekking adeguato per la stagione.

Pranzo: al sacco

Caratteristiche varie del percorso: Facile percorso su vecchia strada militare lungo il vecchio confine Italiano. Sulla cima trincee, grotte e postazioni di tiro. Splendido panorama sulla valle Posina, altopiano di Asiago, cippo del monte Cimone, monte Campolon e Cima XII. Lungo il percorso, Base Missilistica Nike-Hercules, museo della guerra fredda, visite guidate alle ore 14,30 e 15,45 costo Euro 5,00 (ingresso € 3,00, visita guidata € 2,00) molto interessante, consigliata la visita.

Ora del rientro: 17,00

9° Denominazione itinerario: Monte Fravort Valle dei Mòcheni (TN)

Data escursione: 29 Luglio 2018

Durata: ore 4.15 circa

Dislivello: mt. 900

Difficoltà del percorso: escursionistico

Ora e luogo di partenza: Voltino ore 6.30 pressi Chiesa, Limone 6.45 pressi parcheggio Saturno

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarponcini da trekking.

Pranzo: al sacco

Caratteristiche varie del percorso: ore 8.30 si arriva in località Stoana parcheggio macchine. Si prosegue su sentiero per la conca del Mittl, si sale ancora per la vetta del Fravort mt. 2347 la vetta ci offre un panorama superbo sulla Valle dei Mòcheni il gruppo del Lagorai e della Panarotta su tutta la piana del Basso Fersina.

Ora del rientro: 17.30

Informazioni: Riccardo Beber (per zona TN) cell. 3407307318 Oss Walter (per zona Lago Garda) cell 3343534340

10° Denominazione itinerario : Giro dei 5 Laghi Campiglio

Data escursione: 19 agosto 2018

Durata: 6.30

Dislivello: 900 mt.

Difficoltà del percorso: E= escursionistico

Ora di partenza e luogo: ore 7.00 pressi parcheggio Hotel Saturno, Limone arrivo in loco circa ore 9.00

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarponcini da trekking.

Pranzo: al sacco con possibilità pranzo ai rifugi in zona.

Caratteristiche varie del percorso: bellissimo percorso alle pendici della Presanella, percorso ad anello che si snoda visitando 5 laghi della zona. Interessante sito florofaunistico dolomitico.

Ora del rientro: 18.30

Informazioni – Guida: Massimo Pilati 334 3361256

11° Denominazione Itinerario: Monte Bestone S. Messa del Gruppo

Data Escursione: Sabato 25 Agosto 2018

Durata: ore 1.30

Dislivello del Percorso: metri 200

Difficoltà del Percorso: facile

Ora e Luogo di Partenza: ore 9.30 località Fornaci (Campi) Tremosine

Attrezzatura prevista: abbigliamento da montagna, scarponi e bastoncini da Trekking.

Pranzo: si organizza in giornata pranzo presso rifugio alpini Pieve a Passo Nota.

Caratteristiche varie del Percorso: Sul Monte Bestone si celebra la consueta S.Messa del gruppo.

Rientro ore 14.00 circa

Informazioni – Guida: Walter Oss 334 3534340 Morandi Sergio 339 6252552

12° Denominazione itinerario : Meraner Hoenweg Merano (BZ)

Data escursione: 2 Settembre 2018

Durata: 5.00 circa

Dislivello: 350 mt.

Difficoltà del percorso: E= escursionistico

Ora di partenza e luogo: ore 7.15 Voltino pressi Chiesa, ore 7.30 pressi parcheggio Hotel Saturno.

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarponcini da trekking.

Pranzo: al sacco oppure presso agriturismo Oberplatzner (consigliato)

Caratteristiche varie del percorso: arrivati in loco presso parcheggio di Vellau si prende la seggiovia che ci porta al famoso Meraner Hoenweg (sentiero alto Meranese), si prosegue sul sentiero con panoramiche sul gruppo del Texel e del suo parco naturale, dopo il pranzo si rientra per il sentiero costeggiando vigneti zona di Partschins e la conca di merano.

Rientro: ore 17.00 circa.

Informazioni – Guida: Karl Hainz Frommet 3421501028

13° Denominazione itinerario : Sentiero degli Scaloni Ceniga - Dro

Data escursione: 16 Settembre 2018

Durata: 4.30 circa

Dislivello: 600 mt.

Difficoltà del percorso: E= escursionistico con qualche punto di via con ancoraggi e cordini d'acciaio.

Ora di partenza e luogo: ore 7.30 Limone sul Garda parcheggio pressi Hotel Saturno, oppure a Ceniga presso antico ponte romano sul fiume Sarca, ore 8.00.

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarponcini da trekking, imbragatura con cordino sicurezza per chi soffre di vertigini anche se le esposizioni non sono altissime

Pranzo: al sacco.

Caratteristiche varie del percorso: 7,5 km circa di entusiasmante sentiero costruito dagli Austroungarici nel 1909 che partendo dalla frazione di Ceniga subito si inerpicca sulla falesia frontale e si percorre in quota (mt. 530 circa) direzione nord fino a Dro si rientra poi scendendo a Dro dalla Sp fino a Ceniga. Durante il percorso ci sono dei punti percorribili con supporto di ancoraggi e cordino metallico ma comunque non molto esposti, si possono osservare i lavori di scavo degli scalini, bel percorso didattico illustrato.

Ora del rientro: Ceniga ore 15.00 circa

Informazioni: Walter Oss 334 3534340

14° Denominazione itinerario : **giornata per un eventuale recupero**

Data escursione: **30 Settembre 2018**

N.B. Il Gruppo del Prosac è un gruppo spontaneo (non ufficialmente costituito) di persone appassionate al trekking e alpinismo moderato.

Ogni partecipante al seguente programma non è vincolato da nessun obbligo e regolamento, pertanto personalmente responsabile delle proprie azioni e decisioni.

Le persone che daranno informazioni delle varie gite sono conoscitori della zona d'escursione, ma non sono assolutamente responsabili del gruppo o di ogni singola persona. Minorenni che volessero partecipare alle escursioni dovranno essere accompagnati da un genitore o di chi altro ne faccia le veci o persona delegata dagli stessi genitori.

Nel caso di maltempo evidente copertura totale nebbia o pioggia in atto le escursioni vengono soppresse e riproposte in altra occasione.

Si richiede la massima puntualità e in ogni caso si aspetta massimo 15 minuti eventuali ritardatari, qualora questi abbiamo dato avviso di partecipazione.