



Gruppo del Prosac
Tremosine



www.gruppoprosac.it

ITINERARI E PROGRAMMI PER IL 2019

1° Denominazione itinerario: Riva-Arco-Torbole-Nago-Le Busatte

Data escursione: 07 Aprile

Durata: ore 4,5 di cammino

Dislivello: mt. 200

Difficoltà del percorso: facile per tutti

Ora e luogo di partenza: ore 8.00 a Limone s/G. presso il parcheggio nelle vicinanze dell' hotel Saturno, strada provinciale per Tremosine.

Attrezzatura prevista: abbigliamento da trekking adeguato per la stagione.

Pranzo: al sacco, sul percorso ci sono bar e locali per la ristorazione.

Caratteristiche varie del percorso: percorso facile di media difficoltà che si svolge quasi interamente su asfalto per circa 20 km. Si parte da Riva dal parcheggio nelle vicinanze, ex ospedale, per il Santuario delle Grazie, attraversato il centro di arco si percorre la pista ciclo-pedonale fino alla foce del Sarca per poi arrivare al centro di Torbole. Da qui percorrendo una vecchia via si giunge all'abitato di Nago per poi arrivare al parco delle Busatte.

Ora del rientro: per le ore 16.00

Informazioni: Toblini Stefano 333 4933114.

2° Denominazione itinerario: Kino Knott Alto Adige

Data escursione: 28 Aprile

Durata: ore 4.30 circa

Dislivello: mt. 250

Difficoltà del percorso: facile per tutti (10 km)

Ora e luogo di partenza: 6.15 Voltino, ore 6.30 presso parcheggio Saturno Limone arrivo previsto a Gargazzone ore 8.00

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarpe da trekking.

Pranzo: al sacco con possibilità di ristoranti a Verano.

Caratteristiche varie del percorso: arrivati a Gargazzone si sale con cabinovia a Verano, in altura di mt. 1203 si costeggia quasi alla stessa quota un tragitto ad anello percorrendo pascoli, frutteti, splendidi orti e baite per arrivare ai piedi del Knott Kino si sale per 50/60 mt di quota e si arriva alla famosa terrazza naturale a sbalzo sulla val d'Adige con superbe panoramiche verso Merano si prosegue per boschi e prati fioriti e rientro a Verano.

Ora del rientro: 16.30

Informazioni: Renato Cassoni 338 8266057

3° Denominazione itinerario: Sentiero del Beck-Cima Capi-Cima Rocca.

Data escursione: 5 Maggio

Durata: 6.00 circa

Dislivello: 750 mt.

Difficoltà del percorso: escursionistico con tratti sentiero attrezzato.

Ora di partenza e luogo: ore 7.30 Limone sul Garda parcheggio presso Hotel Saturno.

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarponcini da trekking, imbragatura, casco, torcia frontale.

Pranzo: al sacco.

Caratteristiche varie del percorso: Accesso Dal parcheggio a Biacesa si segue le indicazioni per sentiero SAT 470 del Bech, poi sentiero attrezzato SAT 471 delle Laste. **Ascesa** Dopo alcuni tornanti inizia il tratto attrezzato che risale facili placconate fino a una piccola grotta. Superando le ultime balze rocciose si raggiungono il Bivacco Arcioni e la Chiesetta di San Giovanni. Da qui è possibile rientrare a Biacesa per il sentiero SAT 460 lungo la Val Vasotina. Proseguendo si imbecca tre gallerie con scaletta (munirsi di lampada frontale) scavate nella montagna da parte a parte. Si raggiunge la vetta lungo il sentiero che sale a destra. **Rientro** Da Cima Rocca scendere verso nord lungo un ripido tratto attrezzato che porta allo sbocco della galleria principale. Raggiunta Bocca Pasumer scendere a Biacesa per il sentiero SAT 460

Ora del rientro: ore 16.30 circa

Informazioni: Mario Zanetti cell. 327 9146600

4° Denominazione itinerario: Cima Parì Val di Ledro

Data escursione: 19 Maggio

Durata: 5.00

Dislivello: 600 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: arrivo con propri mezzi in loc. Malga Trat ore 8.30, alla malga, da cui parte il senter de le vache (SAT 435) verso il Bochet de Carèt, da cui si scende fino a Bocca di Saval per risalire lungo un sentiero non segnalato, ma facile da riconoscere, che porta a Cima Parì. Si scende fino a Saval dallo stesso percorso e poi si prende il sentiero che fa da anello SAT 413 verso Bocca di Trat, dove è possibile fermarsi durante i mesi di apertura al Rifugio Pernici. Si prosegue lungo la strada forestale fino al punto di partenza. La zona presenta ampie panoramiche verso la val di Ledro e Tenno passo del Bali, si possono scorgere dalla cima i tre laghi Ledro Molveno e Garda. Zona di interesse storico postbellico 1° guerra mondiale. Se il periodo è favorevole si potrà assistere alla fioritura delle peonie in questa zona molto presente.

Ora del rientro: 17.00

Informazioni – Guida: Massimo Pilati 334 3361256

5° Denominazione itinerario : Cima Piz Galin Molveno

Data escursione: 9 Giugno

Durata: 6 ore

Dislivello: 1259 mt.

Difficoltà del percorso: E escursionistico

Ora di partenza e luogo: ore 6.00 Voltino – ore 6.15 Limone sul Garda. Trasferimento con propri mezzi per San Lorenzo in Banale davanti alla Chiesa arrivo ore 7.30

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarponcini da trekking.

Pranzo: al sacco

Caratteristiche varie del percorso: Dal centro di Andalo in direzione Rifugio Pradel - Rifugio La Montanara situati a Sud-Ovest del paese. Si prosegue in salita per Val Biolo (q. 1183 m) dove si può parcheggiare. Qui inizia il sentiero sat 352 che sale nel bosco pressochè in linea retta e che con una pendenza costante, ci porta molto rapidamente e senza alcuna fatica in prossimità di un abbeveratoio (loc. La Fontanella q. 1503 m). Proseguiamo ancora nel bosco che si fa più rado ed arriviamo ad un altro bivio (Prati di Monte - Bocchetta Piz Galin, (rinominata Passo Dagnola). Fino qui un'ora dal parcheggio. Si prosegue verso destra su sentiero erboso e in leggera salita, che in breve ci porta ai Prati di Monte (q.1820 m): bellissime vedute di Andalo, e sulla destra, lago di Molveno, Paganella e Monte Bondone. Saliamo ancora brevemente in direzione nord verso il Tovo Valon (q.1960 m) splendido anfiteatro da cui vediamo la bocchetta d'Agnola che resta alla base della salita per il Piz Galin (circa 20 minuti di comodo sentiero). Da qui parte il sentiero alpinistico Carlo Alberto Banal che porta sulla cima del Piz Galin. Il sentiero sale rapidamente, prima su tratti erbosi per proseguire su facili rocce di primo grado dove è presente un cavo metallico (facile). Lungo la salita belle vedute sulla sottostante Malga Spora e l'evidente sentiero che sale al Passo della Gaiarda. A circa 45 minuti dalla bocchetta, possiamo già vedere la croce di vetta (ore 2:45) dalla Partenza). La cima offre un panorama stupendo a 360° sul gruppo del Brenta, Dolomiti Ampezzane, Valle dell'Adige. Da Sud possiamo ammirare le principali vette del gruppo di Brenta: Cima Brenta Alta, Campanile Basso e Alto, Torre di Brenta, Cima d'Armi, Cima Molveno, Cima Brenta, Cima Sella, Cima Falckner e Cima Grostè. A lato del Piz Galin invece, si elevano le cime del Croz dell'Altissimo e della Cima Lasteri, a nord la Cima della Gaiarda

Ora del rientro: 17.30

Informazioni: Helga Serafini 338 3125635

6° Denominazione itinerario: Passo Manghen Lago delle Stelune ponte della Stua.

Data escursione: 23 giugno

Durata: ore 5

Dislivello: mt. 412

Difficoltà del percorso: facile per tutti

Ora e luogo di partenza: Voltino ore 6.00, Limone 6.15 arrivo a Passo Manghen ore 8.30 circa.

Attrezzatura prevista: abbigliamento da montagna adeguato per la stagione.

Pranzo: al sacco

Caratteristiche varie del percorso: Si parte per il sentiero dal Passo del Manghen, escursione facile, e per tutti, tra le cime del Lagorai. Arrivo al Lago delle Stelune, discesa verso il ponte della Stua tra le malghe e gli alpeggi della zona. Zona di interesse florofaunistico tipico del Lagorai orientale.

Ora del rientro: 17,30

Informazioni: Riccardo Beber cell. 3407307318

7° Denominazione itinerario : Val di Funes Rif. Genova gruppo delle Odle (BZ)

Data escursione: 7 Luglio

Durata: 3.30 ore circa

Dislivello: 600 mt.

Difficoltà del percorso: E = escursionistico

Ora di partenza e luogo: ore 6.30 parcheggio pressi Hotel Saturno sulla sp 38, raggiungiamo Val di Funes con mezzi propri h. 2.20.

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarponcini da trekking.

Pranzo: al sacco oppure presso Rif. Val di Genova mt. 2301

Caratteristiche varie del percorso: escursione con ampie stupende viste panoramiche sulle Dolomiti di Odle.

Da Malga Zannes ci si inoltra nella Valle del Rio Caserfil fino ai prati di Malga Gampen, si continua su strada forestale fino al Rif. Genova. Facoltativa la salita al Col di Poma 2422 mt, tempo ulteriore di percorrenza 0.30 min.

Ora del rientro: 20.00 circa

Informazioni – Guida: Massimo Pilati 334 3361256

8° Denominazione itinerario: Gruppo del Cevedale Rif. Larcher

Data escursione: 21/07/2018

Durata: ore 5.30

Dislivello: mt. 900

Difficoltà del percorso: E = escursionistico

Ora e luogo di partenza: 6.00 Limone s/g presso Bar Limone arrivo previsto a malga Mare Pejo ore 8.40 oppure malga Prabon e poi navetta fino a Malga Mare.

Attrezzatura prevista: abbigliamento da trekking adeguato per la stagione.

Pranzo: al sacco

Caratteristiche varie del percorso: Questa escursione circolare nell'area comunale di Pejo porta da Malga Mare attraverso la Val Venezia fino al Rifugio Larcher sul pendio meridionale del Monte Cevedale, una delle vette più importanti del Gruppo Ortles-Cevedale. La discesa passa da una serie di laghi alpini. Si gode di un sito alpino veramente interessante partendo dal parcheggio di Malga Mare si sale passando dai laghi Marmota, Lago Nero, Lago di Carerser mt 2715, si arriva al rifugio Larcher si rientra per un altro sentiero che attraversa altri laghetti e splendide cascatelle concludendo ad anello a malga Mare.

Ora del rientro: 19.00

Informazioni: Walter Oss 334 3534340

9° Denominazione itinerario: Lago verde (Grünsee Ultertall) Val D'Ultimo (Bz)

Data escursione: 4 Agosto

Durata: ore 6 circa

Dislivello: mt. 720

Difficoltà del percorso: facile per tutti

Ora e luogo di partenza: Voltino ore 6.00, Limone 6.15 presso parcheggio Saturno arrivo al lago di Fontana Bianca ore 8.30

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarponcini da trekking.

Pranzo: al sacco

Caratteristiche varie del percorso: Partendo dal Lago Fontana Bianca, si percorre un semplice sentiero tra la vegetazione di larici che si lasciano alle spalle man mano che si sale in quota per raggiungere i 2560 del omonimo rifugio posto sulle sponde del lago Verde. Discesa sull'altro versante della valle dove incontreremo altri laghi per arrivare alla partenza con un giro ad anello.

Ora del rientro: 17.00

Informazioni: Riccardo Beber cell. 3407307318

10° Denominazione itinerario : Meraner Hoenweg Merano (BZ)

Data escursione: 18 Agosto

Durata: 5.00 circa

Dislivello: 350 mt.

Difficoltà del percorso: E= escursionistico

Ora di partenza e luogo: ore 7.15 Voltino presso Chiesa, ore 7.30 presso 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

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

Data Escursione: Sabato 31 Agosto

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: Monte Baldo Cima Telegrafo mt 2.200

Data escursione: 8 Settembre

Durata: ore 6,5

Dislivello: mt 800

Difficoltà del percorso: E=Escursionistico

Ora e luogo di partenza: ore 7,00 a Limone presso l' Hotel Saturno

Attrezzatura prevista: scarponcini da trekking, bastoncini, abbigliamento da montagna.

Pranzo: al sacco, per chi vuole presso il rifugio Telegrafo (tel. 045/7731797)

Caratteristiche varie del percorso: trasferimento con mezzi propri per Brentonico, Bocca di

Navene e Strada Graziani fino alla loc. Cavallo di Novezza. Lasciata l'auto, inizia la nostra salita per la cima.

Attraverso il sentiero a tratti boscoso, si costeggia il lato est del Baldo fino a raggiungere la mulattiera che ci porta all'ultimo tratto in salita. Giunti sulla vetta si possono apprezzare ampie vedute sul Lago di Garda e sui Monti Lessini. Al ritorno, sosta facoltativa alla Malga Novezza, con possibilità di degustazione formaggi tipici.

Ora del rientro: 19,00

Informazioni: Stefano Toblini 333/4933114

13° Denominazione itinerario : Corno di Tres

Data escursione: 13 Ottobre

Durata: 4.00 circa

Dislivello: 650 mt.

Difficoltà del percorso: Facile per tutti

Ora di partenza e luogo: ore 7.30 Voltino ore 7.45 Limone pressi Hotel Saturno arrivo al rifugio Predaia ore 9.00

Pranzo: al sacco oppure presso rifugio Predaia al rientro pomeriggio verso 14.30

Attrezzatura prevista: abbigliamento e scarponcini da trekking

Caratteristiche varie del percorso: Un percorso facile (9.5 mk) sulla splendida dorsale montuosa che divide la Val d'Adige dalla Val di Non. Questo itinerario che percorre un tratto del famoso "Sentiero Italia", attraversando boschi aperti in un continuo saliscendi, assicura lungo il cammino un panorama che non fa scorgere "le cose dell'uomo" così da far dimenticare di essere a pochi chilometri dai centri abitati... fino all'arrivo sulla cima, dove si apre un panorama a 360° sulle due valli.

Rientro: ore 17.00 circa.

Informazioni: Walter Oss 334 3534340

14° Denominazione itinerario : giornata per un eventuale recupero escursione non eseguita.

Data escursione: 22 Settembre

N.B. Il Gruppo del Prosac è un gruppo spontaneo (non ufficialmente costituito) di persone passionato 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.

