

Domenica 16 Gennaio

PALE DI SAN MARTINO Diff. EAI

CIMA CALADORA

Itinerario: Pian dei Casoni 1670 m - Malga Venegia 1778 m - Cima Caladora 2318 m - ritorno medesimo itinerario

Cartografia: ed. Tabacco 1:25000 foglio N°22

Tempi di percorrenza 4,5 h

Dislivello: + 650 m - 650 m

Equipaggiamento: Normale da esc. Invernale

Responsabili: AE-EAI GIANCARLO CRISTOFOLI
PRAT

Domenica 30 Gennaio

AGNER Diff. EAI

RIFUGIO SCARPA

Itinerario: Frassenè 1084 m - Malga Luna 1595 m - Rif. Scarpa 1748 m - Frassenè 1084 m

Cartografia: ed. Tabacco 1:25000 foglio N°22

Tempi di percorrenza 4,5 h

Dislivello: + 700 m - 700 m

Equipaggiamento: Normale da esc. Invernale

Responsabili: ONC GIUMAN STEFANIA
ONC GION PAOLO

Domenica 13 Febbraio

PELMO Diff. EAI

FORCELLA FORADA

Itinerario: Baita Flora Alpina 1516 m - Rif Città di Fiume 1918 m - Forcella Forada 1977 m - Sr 251 1663 m

Cartografia: ed. Tabacco 1:25000 foglio N°25

Tempi di percorrenza 4 h

Dislivello: + 450m - 450m

Equipaggiamento: Normale da esc. Invernale

Responsabili: ONC COCO CARMELO
ONC GIUMAN STEFANIA

Domenica 27 Febbraio

LAGORAI Diff. EAI

MALGA CUPOLA'

Itinerario: Rifugio Refavaie 1116 m - Malga Cupolà di sotto 1544 m - Malga Laghetti 1582 m - Rifugio Refavaie 1116 m

Cartografia: ed. Tabacco 1:25000 foglio N°14

Tempi di percorrenza 4,5 h

Dislivello: +500 m -500 m

Equipaggiamento: Normale da esc. Invernale

Responsabili: AE-EAI FABRIZIO FRANZOI

Sabato 12 e domenica 13 Marzo

COLLI EUGANEI Diff. E

ANELLO DEI COLLI EUGANEI

Gemellaggio con le sezioni di Mirano, Domegge e Oderzo. I particolari della due giorni verranno comunicati a inizio gennaio. L'escursione avverrà con mezzi propri.

Cartografia: ed. Tabacco 1:25000 foglio N°60

Tempi di percorrenza

Dislivello:

Equipaggiamento: Normale da escursionismo + pernottamento

Responsabili: AE-EAI FABRIZIO FRANZOI

Abbigliamento e attrezzatura

- scarponi da montagna caldi e impermeabili
- calzettoni sintetici in tessuto termico e traspirante
- ghette impermeabili
- pantaloni o salopette in tessuto idrorepellente possibilmente poco imbottiti.
- maglietta intimo in tessuto sintetico che consenta una buona traspirazione dell'umidità verso l'esterno mantenendo così il corpo asciutto
- pile di media pesantezza
- giacca a vento non troppo pesante
- mantellina impermeabile
- guanti impermeabili (anche guanti da sci)
- berretto in tessuto sintetico o pile
- occhiali da sole ad alta protezione ai raggi UV
- zaino capacità max. 40/45 litri
- bastoncini telescopici con rotelle da neve oppure, in alternativa bastoni da sci
- racchette da neve
- borraccia o thermos
- biancheria di ricambio (da lasciare in pullman)
- crema solare
- cordino lungo circa 2 m per fissare le racchette allo zaino quando non si usano
- Per le escursioni di due giorni:
- set per pulizia personale
- scarpe e tuta da ginnastica da portare in rifugio
- lampada frontale (con le batterie cariche)
- sacco lenzuolo per il pernottamento in rifugio (i sacchi lenzuolo sono disponibili anche in sede).

Alimentazione

Pranzo al sacco composto da cibi leggeri, facilmente digeribili e di rapida assimilazione ma energetici e nutrienti; ad esempio: frutta secca, muesli, biscotti, secchi, frutta disidratata, cioccolato, barrette energetiche. Da bere: succhi di frutta o te caldo. (assolutamente da evitare le bevande alcoliche).

Si ricorda ai soci che abbiano intenzione di partecipare alle escursioni che il programma descritto potrà essere soggetto a variazioni sia di percorso, sia di data, sia di destinazione. Tali modifiche, determinate da situazioni climatiche, nevose, logistiche, di sicurezza o di altra natura sono soggette a insindacabile giudizio del responsabile dell'escursione.