



www.gardacanyon.it

CANYONING - TREKKING - LAGO DI GARDA E LAGO D'IDRO - ARRAMPICATA - ORIENTEERING

# **cA.m.M.iniamo in Val Gardena** **Il giro del Sasso Lungo e del Sasso Piatto**

**DOMENICA 20 AGOSTO 2017**

Il percorso che conduce tutt'intorno all'intero Gruppo del Sassolungo, incanta lo sguardo dell'escursionista per la bellezza delle montagne di roccia dolomitica, con le sue due prominenti cime del Sasso Piatto e del Sasso Lungo, ma anche il Dente, la Torre Innerkofler, il Sasso Levante, il Cinquedita e lo Spallone del Sasso Lungo. Effettueremo il giro in senso antiorario al di sotto delle scoscese pareti rocciose, in un tranquillo saliscendi passando dinanzi al Rifugio Comici. Successivamente scenderemo per un breve tratto in una conca, proseguendo lungo i boschi di larici e pini cembri, per poi risalire nel Vallone del Sasso Lungo, passando dal Rifugio Vicenza. Il panorama ripaga gli sforzi e lascia senza fiato: tra gli altri si possono ammirare l'Alpe di Siusi, lo Sciliar, la Marmolada e naturalmente il Sasso Lungo e il Sasso Piatto. Nei pressi del Rifugio del Sasso Piatto inizia l'Alta Via Federico Augusto (noi prima saliremo sulla Cima del Sasso Piatto), dal nome del re Sassone che ci riporterà al Passo Sella lungo il versante assolato.

**PUNTO DI PARTENZA:** Passo Sella

**DISLIVELLO:** 940 m

**TEMPO DI PERCORRENZA:** 7 ore + le soste

**INTERESSI:** NATURALISTICI, PANORAMICI

**EQUIPAGGIAMENTO:** NORMALE DA ESCURSIONISMO - CONSIGLIATI I BASTONCINI DA TREKKING

**NOTE VARIE:** PRANZO AL SACCO (POSSIBILITA' DI RISTORO PRESSO UNO DEI RIFUGI DEL TOUR)

## **ITINERARIO ESCURSIONISTICO**



**RITROVO: NOZZA BAR ANGOLO 23 ORE 6:15**  
**PARCHEGGIO AUTOSTRADA A4 DESENZANO ORE 7:00**

**QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE 15,00 €**  
**(CON GARDACANYON CARD 10,00 €) TRASPORTO ESCLUSO**

**Per prenotazione e maggiori informazioni, telefonare o inviare una e-mail ai seguenti recapiti:**

**PAOLA MENEGATO**

**Tel.: 3388328830**

**[paola@gardacanyon.it](mailto:paola@gardacanyon.it)**

**UGO MARIANI**

**Tel.: 3292183443**

**[ugo@gardacanyon.it](mailto:ugo@gardacanyon.it)**

**NICOLA DANESI**

**Tel.: 3484452357**

**[nicola@gardacanyon.it](mailto:nicola@gardacanyon.it)**