

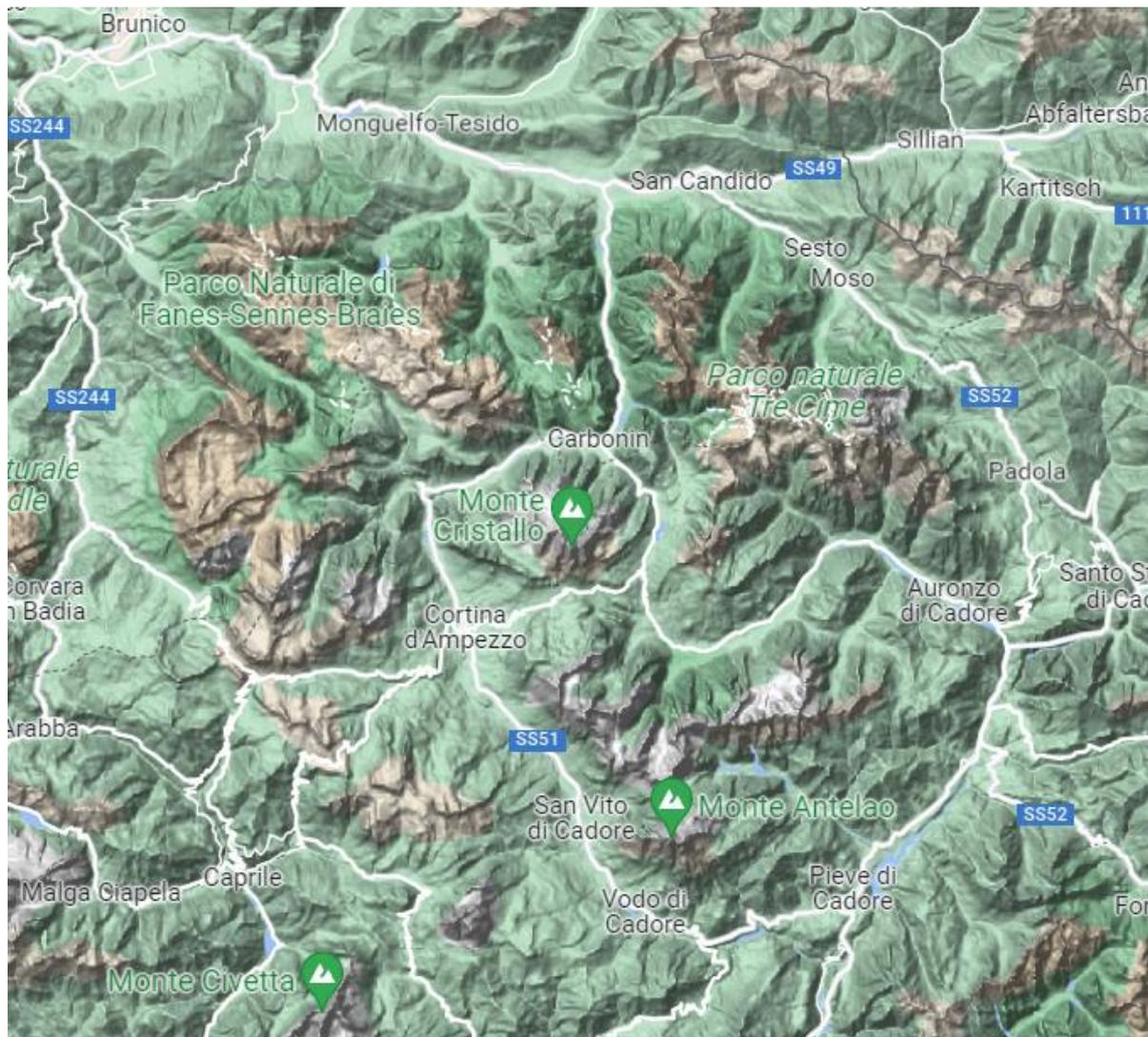


CAI Avellino Settimana Verde



Dolomiti di Braies – Cortina – Cadore

**Partenza venerdì 4 agosto (in serata)
Rientro sabato 12 agosto (partenza di mattina)**



Acconto di 150 euro entro il 15 febbraio 2023. Prenotazioni presso Maria Giordano.

Il saldo sarà comunicato a valle della definizione completa del numero di partecipanti e presumibilmente entro il mese maggio 2023.

Direttori:

Alfonso De Cesare cell. 338.6852647

Maria Giordano cell. 328.1468889

Sistemazione in mezza di Albergo con trattamento di mezza pensione

Corte delle Dolomiti Resort

Via Ravenna 297 - 32040 Borca di Cadore (BL)

www.cortedelledolomiti resort.it

+39 0435 4806 / +39 345 0311598

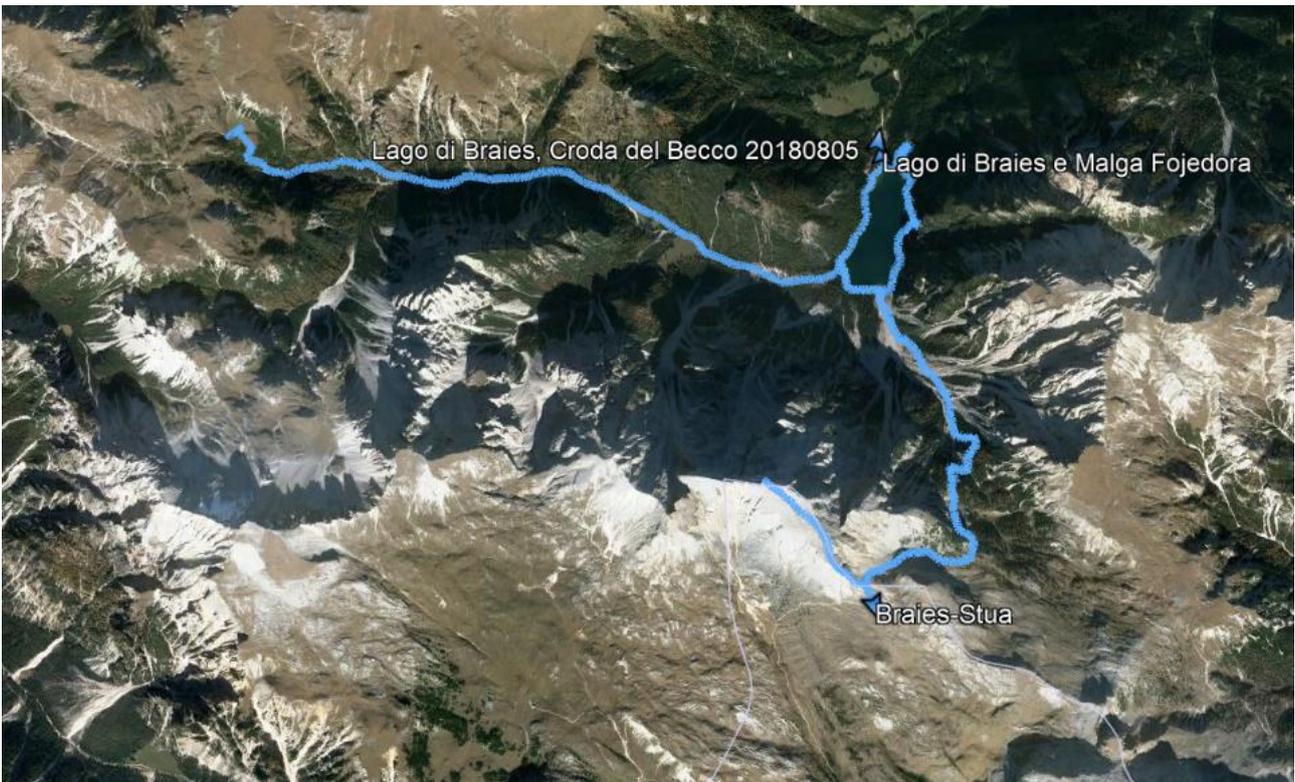


Programma delle escursioni

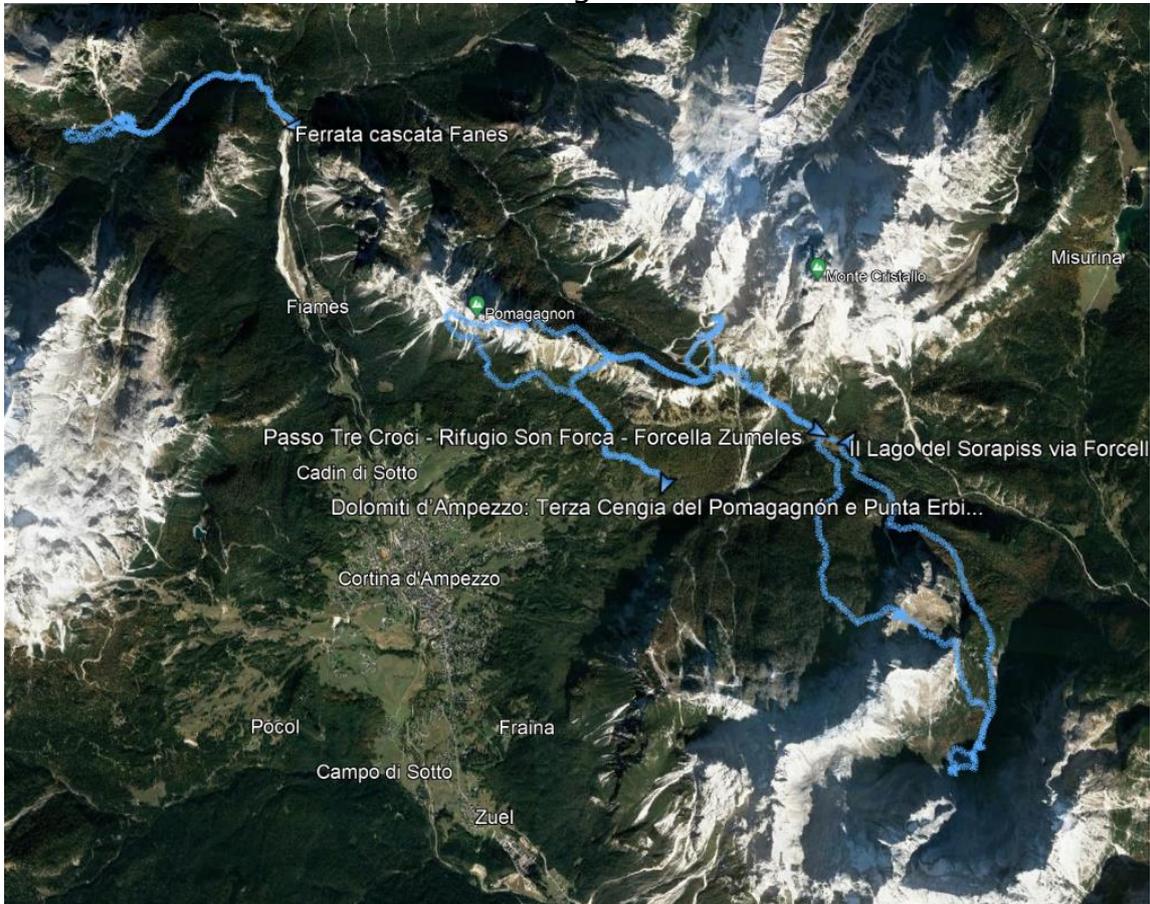
	Descrizione	Difficoltà	Lunghezza	Durata	Dislivello
1	Cascate di Fanes	EEA	11 (Ferrata)	03:00	550
		E		02:30	460
2	Lago di Braies, Croda del Becco	E	10,5 (Rif. Biella) 16,5	05:00 08:00	986 1300
	Traversata dal Lago di Braies alla Malga Stua per Croda del Becco	EE	17	7:30	+1600 -1360
	Lago di Braies e Malga Fojedora	E	16	5,5	730
3	Passo Tre Croci - Rifugio Son Forca - Forcella Zumeles	E	10	04:00	720
	Dolomiti d'Ampezzo: Terza Cengia del Pomagagnón e Punta Erbing	EEA	12	05:00	1070
	Giorno libero				
4	Rifugio Auronzo- Rifugio Lavaredo- Rifugio Locatelli-tour delle tre Cime	E	11	04:00	620
5	Il Lago del Sorapiss via Forcella Marcuoirà dal Passo Tre Croci	EE	16	05:30	980
6	Cascata di Borca da San Vito di Cadore	E	12	04:00	550
	Da Borca di Cadore al rifugio Venezia	EE	17,5	06:30	1150

Il programma sarà definito e confermato nei prossimi mesi. Le proposte con lo stesso numero si riferiscono ad alternative nello stesso giorno.

Le zone interessate dalle escursioni saranno tre: Lago di Braies, Cortina – Cime di Lavaredo e Borca di Cadore – San Vito di Cadore



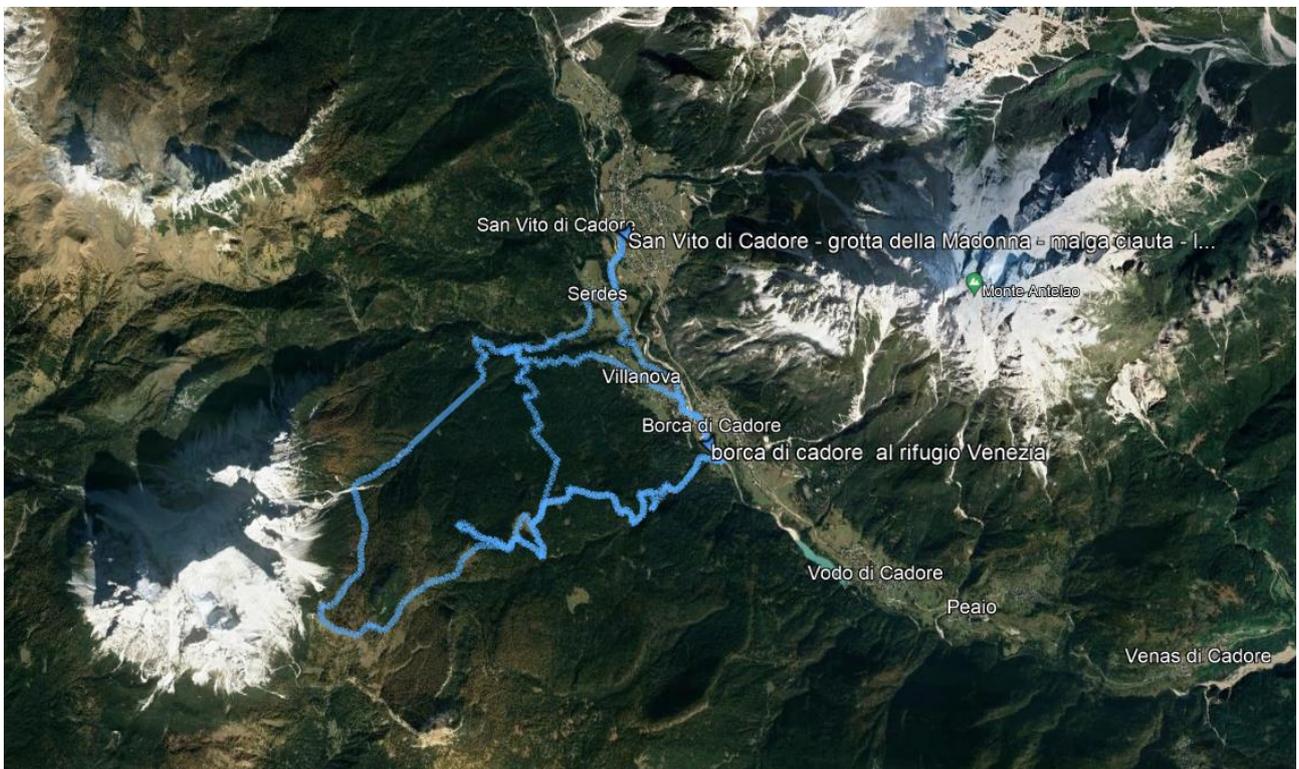
Zona del lago di Braies



Zona di Cortina d'Ampezzo

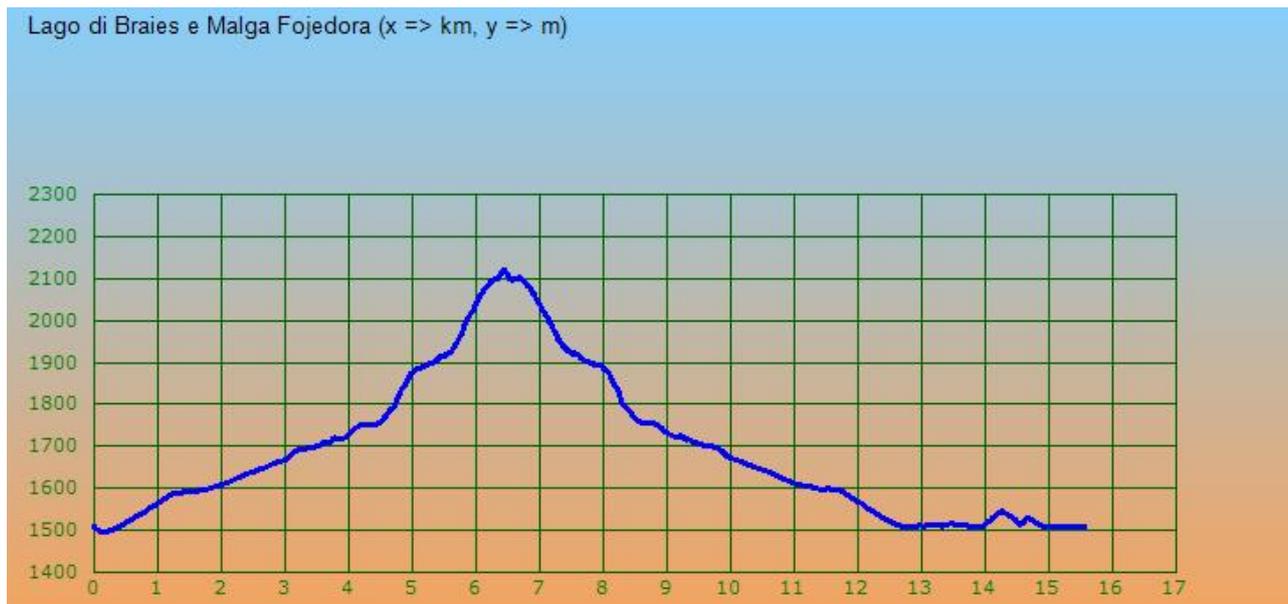


Tre Cime di Lavaredo



Zona di San Vito di Cadore – Borca di Cadore

Elementi tecnici delle escursioni



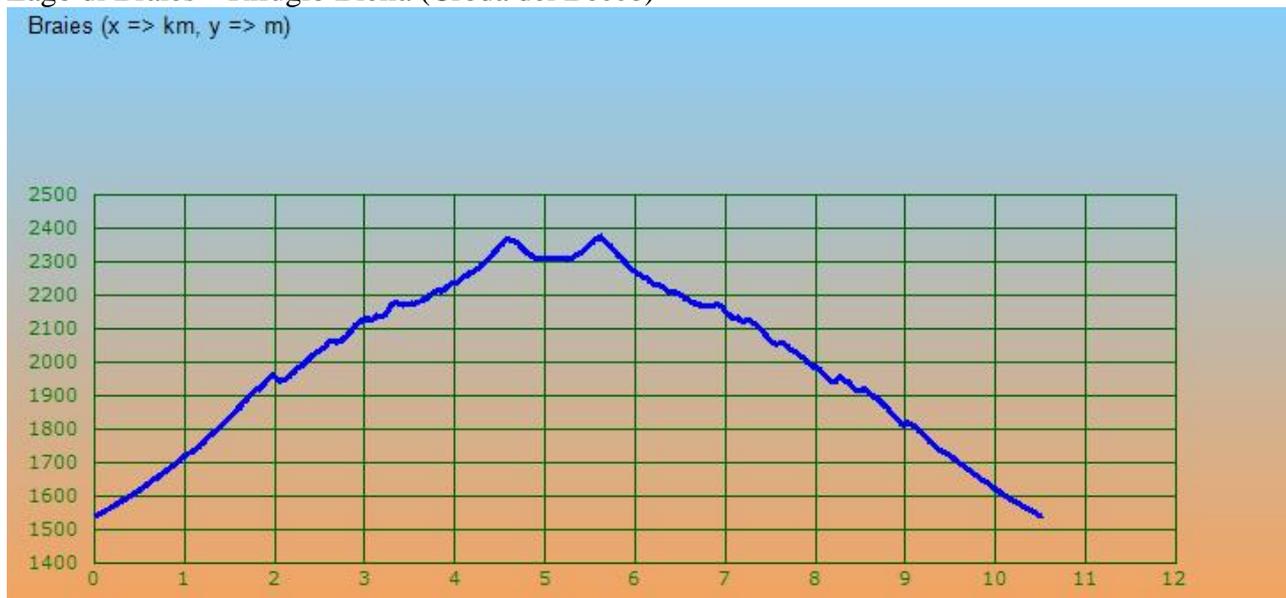
Lago di Braies e Malga Fojedora

Distanze	Distanza percorsa (km)	15,601
Tempi	Tempo di viaggio totale	6:38:20
	Tempo in movimento	4:58:50
Altitudini e dislivelli	Altitudine alla partenza (m)	1517
	Altitudine massima (m)	2120
	Dislivello salita (m)	723

Difficoltà E

Lago di Braies – Rifugio Biella (Croda del Becco)

Braies (x => km, y => m)



Braies Traccia

Distanze	Distanza percorsa (km)	10,515
Tempi	Tempo di viaggio totale	5:44:56
	Tempo in movimento	4:36:38
Altitudini e dislivelli	Altitudine alla partenza (m)	1538
	Altitudine minima (m)	1538
	Altitudine massima (m)	2372
	Dislivello salita (m)	986

Lago di Braies, Croda del Becco 20180805 (x => km, y => m)



Lago di Braies, Croda del Becco

	Distanze	Distanza percorsa (km)	16,428
	Tempi	Tempo di viaggio totale	11:00:39
		Tempo in movimento	7:53:28
Altitudini e dislivelli	Altitudine alla partenza (m)	1498	
	Altitudine massima (m)	2814	
	Dislivello salita (m)	1786	

Ferrata cascata Fanes (x => km, y => m)



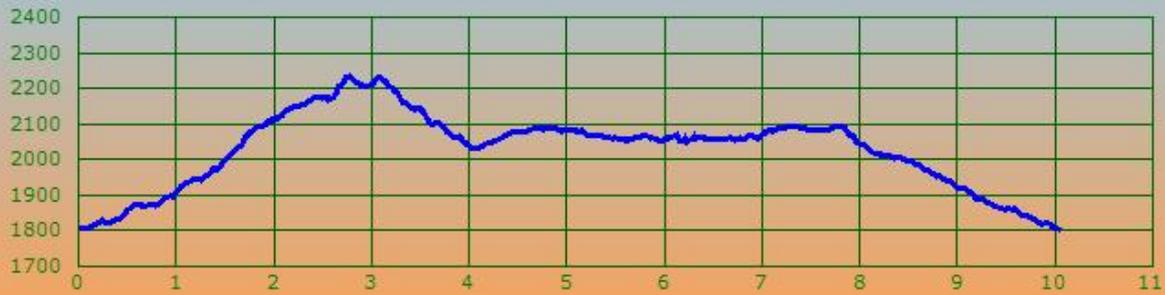
Ferrata cascata Fanes

Distanze	Distanza percorsa (km)	11,035
Tempi	Tempo di viaggio totale	3:58:32
	Tempo in movimento	2:54:29
Altitudini e dislivelli	Altitudine alla partenza (m)	1329
	Altitudine massima (m)	1661
	Dislivello salita (m)	550

Cascate di Fanes

Distanze	Distanza percorsa (km)	10,654
Tempi	Tempo di viaggio totale	3:08:42
	Tempo in movimento	2:52:07
	Dislivello salita (m)	460

Passo Tre Croci - Rifugio Son Forca - Forcella Zumeles (x => km, y => m)



Passo Tre Croci - Rifugio Son Forca - Forcella Zumeles

	Distanze	Distanza percorsa (km)	10,055
	Tempi	Tempo di viaggio totale	4:52:19
		Tempo in movimento	3:38:19
Altitudini e dislivelli	Altitudine alla partenza (m)		1808
	Altitudine massima (m)		2234
	Dislivello salita (m)		715
	Dislivello discesa (m)		721

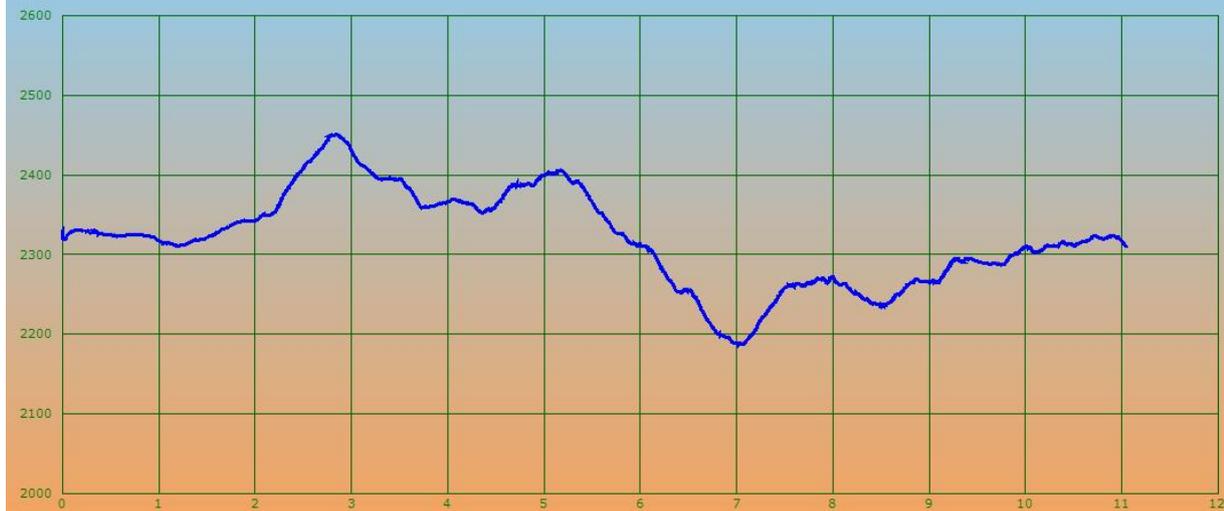
Dolomiti d'Ampezzo: Terza Cengia del Pomagagnón e Punta Erbi... (x => km, y => m)



Dolomiti d'Ampezzo: Terza Cengia del Pomagagnón e Punta Erbing

Distanze	Distanza percorsa (km)	11,594
Tempi	Tempo di viaggio totale	5:25:10
	Tempo in movimento	3:42:49
Altitudini e dislivelli	Altitudine alla partenza (m)	1657
	Altitudine massima (m)	2268
	Dislivello salita (m)	1065

Rifugio Auronzo-Rifugio Lavaredo-Rifugio Locatelli-tour dell... (x => km, y => m)



Rifugio Auronzo-Rifugio Lavaredo-Rifugio Locatelli-tour delle tre Cime

Distanze	Distanza percorsa (km)	11,045
Tempi	Tempo di viaggio totale	5:59:22
	Tempo in sosta	2:17:46
Altitudini e dislivelli	Altitudine alla partenza (m)	2331
	Altitudine all'arrivo (m)	2310
	Altitudine minima (m)	2187
	Altitudine massima (m)	2451
	Dislivello discesa (m)	625

Il Lago del Sorapiss via Forcella Marcuoiria dal Passo Tre Cr... (x => km, y => m)



Il Lago del Sorapiss via Forcella Marcuoiria dal Passo Tre Croci

Distanze	Distanza percorsa (km)	15,791
Tempi	Tempo di viaggio totale	7:13:08
	Tempo in sosta	2:03:03
Altitudini e dislivelli	Altitudine alla partenza (m)	1790
	Altitudine minima (m)	1733
	Altitudine massima (m)	2342
	Dislivello discesa (m)	982



Braies-Stua

Distanze	Distanza percorsa (km)	16,793
Altitudini e dislivelli	Altitudine alla partenza (m)	1498
	Altitudine all'arrivo (m)	1695
	Altitudine minima (m)	1487
	Altitudine massima (m)	2805
	Dislivello salita (m)	1557
	Dislivello discesa (m)	1360



Cascada di Borca. San Vito di cadore.

Distanze	Distanza percorsa (km)	11,651
Tempi	Tempo di viaggio totale	3:57:13
	Tempo in sosta	0:44:46
Altitudini e dislivelli	Altitudine alla partenza (m)	951
	Altitudine minima (m)	884
	Altitudine massima (m)	1128
	Dislivello salita (m)	547
	Dislivello discesa (m)	509

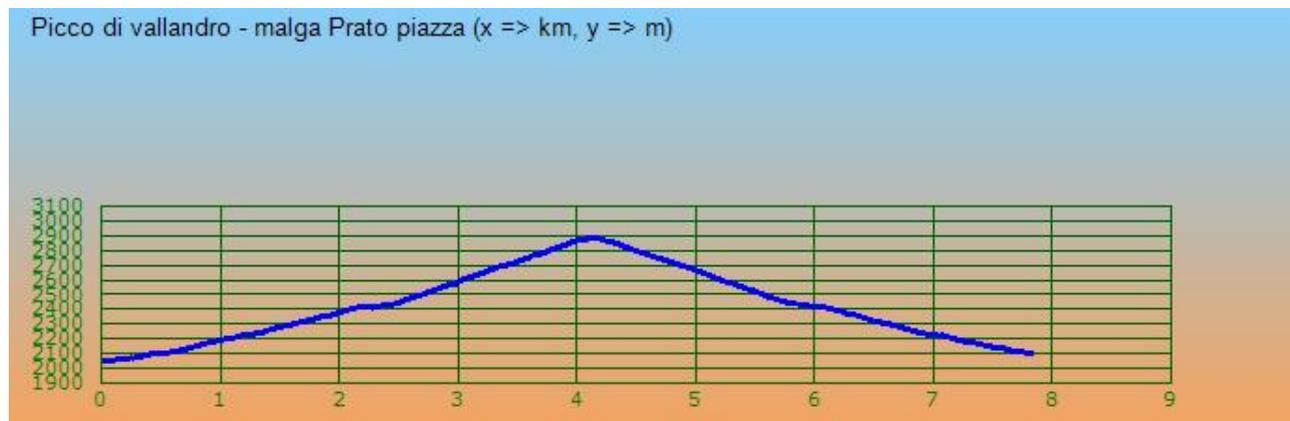


borca di cadore al rifugio Venezia

Distanze	Distanza percorsa (km)	17,437
Tempi	Tempo di viaggio totale	7:06:36
	Tempo in sosta	1:22:32
Altitudini e dislivelli	Altitudine alla partenza (m)	921
	Altitudine minima (m)	871
	Altitudine massima (m)	1968
	Dislivello salita (m)	1143
	Dislivello discesa (m)	1144

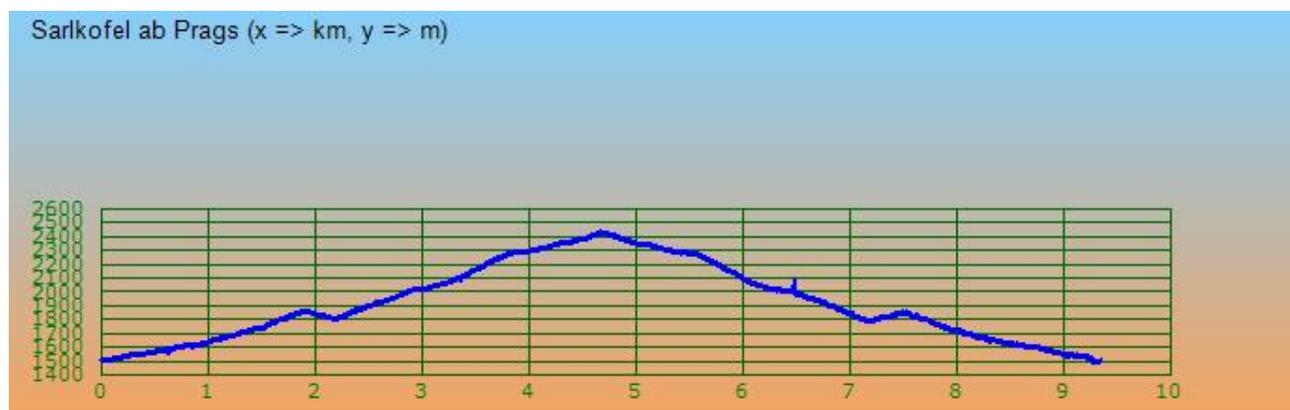
Appendice

Escursioni zona Dobbiaco



Picco di vallandro - malga Prato piazza

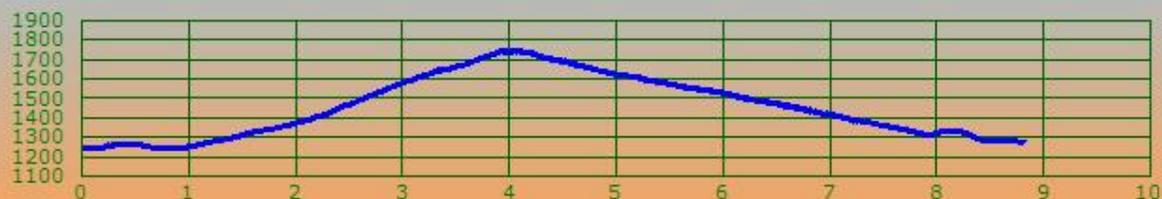
Distanze	Distanza percorsa (km)	7,84
Tempi	Tempo di viaggio totale	3:53:40
	Tempo in movimento	3:18:55
Altitudini e dislivelli	Altitudine alla partenza (m)	2051
	Altitudine massima (m)	2890
	Dislivello salita (m)	855



Sarkkofel ab Prags

Distanze	Distanza percorsa (km)	9,36
Tempi	Tempo di viaggio totale	6:08:30
	Tempo in movimento	4:24:30
Altitudini e dislivelli	Altitudine alla partenza (m)	1494
	Altitudine massima (m)	2433
	Dislivello salita (m)	1142

Bagni di Piandimaia-malga putz (e ritorno) (x => km, y => m)



Bagni di Piandimaia-malga putz (e ritorno)

Distanze	Distanza percorsa (km)	8,821
Tempi	Tempo di viaggio totale	6:15:33
	Tempo in movimento	3:19:37
Altitudini e dislivelli	Altitudine alla partenza (m)	1243
	Altitudine massima (m)	1746
	Dislivello salita (m)	602

Villabassa - Dobbiaco - Villabassa (x => km, y => m)



Villabassa - Dobbiaco - Villabassa

Distanze	Distanza percorsa (km)	16,615
Tempi	Tempo di viaggio totale	5:28:33
	Tempo in movimento	3:48:16
Altitudini e dislivelli	Altitudine alla partenza (m)	1166
	Altitudine massima (m)	1315
	Dislivello salita (m)	367