



S.A.F. - C.A.I.
SOCIETÀ ALPINA FRIULANA
Sezione di UDINE del
CLUB ALPINO ITALIANO

Sottosezione di PALMANOVA

Sabato 19 e Domenica 20 Luglio 2014

Gita sociale

Piz dles Conturines (m 3064) e Piz Lavarella (m 3055)

Partenza: Palmanova sede ore 8.00
Dislivello: 1° giorno : 350 metri; 2° giorno: 1100 metri circa
Tempi di marcia: 1° giorno h. 1.00 – 1.30; 2° giorno h. 7.00 – 7.30
Equipaggiamento: Normale da escursionismo e per pernottamento + set da ferrata
Cartografia: Tabacco foglio 07

Accesso

Scendendo per 9 km dal passo Falzarego verso la Val Badia, in direzione del passo di Valparola, al ponte rio Sarè indicazioni per Capanna Alpina a 1.5 km (parcheeggio).

Itinerario

Sabato 19 luglio

Dalla Capanna Alpina (m 1732) si prende il sentiero 20 che in ore 0.45 circa porta al Rifugio Scotoni (m 1985).

Domenica 20 luglio

Dal Rifugio Scotoni si segue il segnavia 21. Lasciato dopo qualche minuto a sinistra il sentiero per la Capanna Alpina il sentiero via via sempre più ripido porta al Col de Locia (m 2069). Dal Colle si procede su una comoda mulattiera sino al Ju de l'Ega, trascurando il bivio per le Cime Campestrin e per la Forcella del Lago. In prossimità del Ju de l'Ega (grande alpeggio pianeggiante attraversato da un corso d'acqua) un cartello con indicazioni Conturines Lavarella segna la direzione da prendere a sinistra verso nord ovest. Il sentiero attraversa un falsopiano con tanti mughi e poi risale abbastanza dolcemente la valle racchiusa a sinistra dai fianchi del Piz Taibun. Dopo circa un'ora dal bivio si incontra il Lago Conturines. Si sale ancora molto, ma sempre comodamente sino ad intersecare in prossimità della forcella di destra del Piz dles Dues Forceles il sentiero che porta a Cima Lavarella. Qui si piega a sinistra, sud, su ottima traccia e in circa mezz'ora si arriva alla base dell'inconfondibile "cappello" roccioso di Cima Conturines, dove hanno inizio le attrezzature. Una serie di scale e funi metalliche caratterizzano questa facile via ferrata, anche l'esposizione è contenuta. Escursionisti allenati possono prevedere anche la salita a Cima Lavarella (m 3055), con un tempo di circa un'ora per la salita e la discesa.

Discesa

Si percorre lo stesso itinerario della salita.

Per motivi assicurativi i non Soci del CAI sono invitati a comunicare la loro partecipazione entro il giovedì precedente all'uscita.

Sede sociale B.go Udine, 4 - c/o CIRCOLO COMUNALE DI CULTURA
Orario: giovedì ore 21.00 - ☎ 339-3610882 338-3725728
E-Mail palmanova@alpinafriulana.it