



# GTREK Le Dolomiti del Cadore 2025

## Emozioni tra laghi, vette e panorami da sogno

### 21 giugno - 28 giugno 2025

**Nazione:** Italia; **Regione:** Veneto, Friuli-Venezia Giulia, Trentino-Alto Adige - **Durata totale:** 8 Giorni

**Difficoltà:** Facile/Medio

**Note difficoltà':** Il trekking richiede un buon stato fisico e allenamento all'escursione in alta quota; i dislivelli da affrontare sono riportati nelle singole schede trek giornaliero. Non c'è alcuna difficoltà di tipo alpinistico, non sono di norma presenti tratti esposti da affrontare durante le escursioni.

Tipologia di trek: Residenziale

**Pernottamento:** Albergo tre stelle a quota 860 mt slm.

#### **Presentazione:**

Un'immersione alla scoperta delle dolomiti del Cadore nella parte settentrionale della Regione Veneto, con escursioni anche nelle confinanti Friuli Venezia-Giulia e in Trentino Alto Adige. Scopriremo quest'area che custodisce numerosi tesori storici, naturali e culturali.

Oltre alla tipica fauna alpina, godremo anche delle ricche fioriture della stagione negli alpeggi. **Info riguardanti il viaggio:**

**Andata:** Ritrovo alle ore 17 del 21 giugno ad Auronzo di Cadore.

**Ritorno:** Nella mattinata del 28 giugno partenza per il rientro nelle rispettive residenze.

**Quota del viaggio per i soci di Trekking Lazio APS: euro 630,00.**

**Tipologia di viaggio:** si tratta di un viaggio avventura, livello facile/medio. Questo è un viaggio attivo ma accessibile a tutti coloro che amano il trekking e desiderano realizzare un'esperienza a stretto contatto con la natura, con buone condizioni fisiche e di allenamento. Gruppo max 20 persone.

**Prenotazioni entro il 1 marzo 2025 con versamento del 40% della quota. Saldo 20 gg prima della partenza.**

#### QUOTA INDIVIDUALE

Quota individuale (prenotazioni entro il 1 marzo 2025)	Euro 630,00
Soggiorno in Hotel 3 stelle in mezza pensione con bevande incluse (1/4 vino e 1/2 litro per persona) sul lago di Auronzo ad Auronzo di Cadore	INCLUSO
Tutte le colazioni e le cene incluse con le bevande	INCLUSO
Trasferimenti da/per Auronzo con mezzi propri	NON INCLUSO

Pernottamenti in camere doppie e servizi in camera	INCLUSO
Pernottamenti in camera singola e servizi in camera	+ 15 euro per notte
Tutte le escursioni e attività in programma	INCLUSO
Accompagnatori Trekking Lazio	INCLUSO
Polizza medico/bagaglio/annullamento	NON INCLUSO
Seggiovie, parcheggi auto, noleggio sdraio e lettini, ecc.	NON INCLUSO
Tutto quanto non specificato come "incluso"	NON INCLUSO
Pernottamenti, pasti extra, cancellazione dei voli, emissione nuovi voli dovuti a ritardi, cattive condizioni meteorologiche, scioperi aeroportuali, o qualsiasi altra causa che non dipenda dall'Associazione	NON INCLUSO
Non sono previste riduzioni per i minori	


### ESCURSIONI ED ATTIVITÀ

I trekking sono di livello facile e medio di durata variabile dalle 4 alle 7 ore giornaliere, con soste e pause intermedie. Si sviluppano principalmente su sentieri segnati e su tipologie di terreno varie (prati, rocce) con dislivelli moderati, con la possibilità di affrontare alcuni dislivelli più marcati. È importante ricordare che le variabili condizioni meteorologiche e lo stato del terreno, che in alcuni punti potrebbe risultare scivoloso, possono variare sensibilmente il livello delle camminate, pertanto l'accompagnatore si occuperà di adattarne il ritmo. Potrebbe essere necessario attraversare piccoli ruscelli. Il livello delle escursioni è da considerarsi un fattore puramente soggettivo e che dipende anche dal livello e dalla condizione fisica di ogni partecipante.

### Il programma in sintesi:

	Giorni	Titolo	Caratteristiche
1	Sabato 21/6	Arrivo ad Auronzo e sistemazione in Hotel. Visita del paese	
2	Domenica 22/6	I Cadini di Misurina e il rifugio città di Carpi	Facile, Km. 11, dislivello salita mt 250, discesa mt 550, Anello, durata 5 h
3	Lunedì 23/6	L'anello delle malghe da passo Tre Croci: Nemes, Coltrondo, Infreddo	Facile-Medio; 12,6 Km, 495 mt dislivello, anello, durata 5 h
4	Martedì 24/6	Tre Cime di Lavaredo o altro percorso o visita a Cortina	Medio; 11,5 km, anello, 480 mt dislivello, durata 6 h
5	Mercoledì 25/6	I rifugi e il lago alpino dell'epico Monte Popera	Medio, km. 9, 605 mt dislivello, A/R, durata 6 h
6	Giovedì 26/6	L'anello del lago di Santa Caterina-Auronzo	Facile, Km. 11, dislivello 145 mt, anello, durata 4 h
7	Venerdì 27/6	Dalle sorgenti del Piave al passo Sesis – Visita a Sappada	Facile-Medio, 8 km, dislivello mt. 495, a/r, Durata 4,5 h
8	Sabato 28/6	Partenza da Auronzo di Cadore e rientro alle proprie abitazioni	



## Giorno 1

Sabato 21/6	Arrivo ad Auronzo e sistemazione in Hotel. Visita del paese	
Facile, km. 3 circa		

## Giorno 2


Domenica 22/6	I Cadini di Misurina e il rifugio città di Carpi	
	<p>Livello Facile, Km. 11, dislivello salita mt 250, discesa mt 550, percorso ad Anello, durata 5 h Per giungere al parcheggio si prende auto poi si prende seggiovia per salire.</p> <p><b>Descrizione</b> Fantastica e facile escursione sopra i 2000 mt! Dal lago di Misurina prenderemo la seggiovia che ci porterà al rifugio Col de Varda a quota 2132 mt. Da qui inizieremo il sentiero verso la forcella Maraia al rifugio Città di Carpi a quota 2110 mt, dove si trova un ampio piano erboso. Da qui saliremo ancora più in alto verso quota 2250 mt fino ad un ampio pianoro dove pranzeremo ed ammireremo in una splendida posizione panoramica le cime del Gruppo dei Cadini di Misurina e delle altre cime dolomitiche come le Marmarole, Sorapiss, Croda dei Toni, Cristallo e Tofane. Al rientro percorreremo l'agevole sentiero fino a tornare al lago di Misurina e alle nostre auto.</p>	

### Giorno 3



<p>Lunedì 23/6</p>	<p>L'anello delle malghe da passo Tre Croci: Nemes, Coltrondo, Infreddo</p>	
	<p>Facile-Medio; 12,5 Km, 490 mt dislivello, anello, durata 5 h Per giungere al parcheggio a pagamento si prende l'auto.</p> <p><b>Descrizione</b> Si raggiunge il passo monte Croce a 1636 mt dove si parcheggia. Da qui partiremo per un facile sentiero che ci porterà a ben tre rifugi: Nemes, Coltrondo ed Infreddo. Il sentiero ad anello si snoda attraverso boschi di abeti, ampi piani erbosi, ruscelli popolati da trote, con sempre in vista i panorami spettacolari delle dolomiti! Lungo il percorso ci potremo fermare presso i rifugi per assaporare le delizie alpine o semplicemente bere una birra. Il sentiero si sviluppa intorno a quote comprese tra i 1800 e i 1950 mt massimo di malga Nemes.</p>	

### Giorno 4



<p>Martedì 24/6</p>	<p>Tre Cime di Lavaredo o altro percorso o visita a Cortina</p>	
-------------------------	---	--

	<p>Medio; 11,5 km, anello, 480 mt dislivello, durata 6 h Per giungere al parcheggio a pagamento si prende l'auto.</p> <p><b>Descrizione</b> Il più bell'anello alpino delle dolomiti e del mondo che ci consentirà di ammirare le famose tre cime di Lavaredo. Si parte dal parcheggio del rifugio Auronzo a quota 2.300 mt (a pagamento) per giungere al rifugio Locatelli a quota 2438 mt. Durante tutto il percorso si vedono i panorami spettacolari ed insuperabili delle Alpi.</p>
---	--

## Giorno 5

<p>Mercoledì 25/6</p>	<p>I rifugi e il lago alpino dell'epico Monte Popera</p>	
	<p>Medio, km. 9,5, 605 mt dislivello, A/R, durata 6 h Per giungere al parcheggio si prende l'auto.</p> <p><b>Descrizione</b> Un'escursione emozionante ed entusiasmante che parte dal rifugio Lunelli (1568 mt). Il sentiero è articolato in due parti: la prima ci consentirà, passando per le cascate del torrente Risena di raggiungere il bel rifugio Berti (1950 mt) dal quale proseguire verso il piccolo e affascinante laghetto Popera (mt. 2.142). Questo sentiero è stato percorso ed ammirato da Papa Giovanni Paolo II durante la sua escursione al rifugio il 10 luglio 1987. Diversi i belvedere su queste cime davvero grandiose ed affascinanti. Le cime del gruppo Popera sono maestose e imponenti crode dolomitiche la cui vista mozzafiato rimane nel cuore ed in questi luoghi si è svolta l'azione militare del Passo della Sentinella, una delle più importanti svolte dagli Alpini nella Prima Guerra Mondiale, riportata sui manuali delle accademie militari per l'arditezza, l'ingegnosità e l'imprevedibilità.</p>	

## Giorno 6

Giovedì 26/6	L'anello del lago di Santa Caterina- Auronzo	
	<p>Facile, Km. 11, dislivello 145 mt, anello, durata 4 h Per questa escursione non occorre prendere alcun mezzo.</p> <p><b>Descrizione</b> Per questo trekking defaticante si parte proprio dal nostro albergo per compiere un lungo anello intorno al lago che ci consentirà di ammirare le alte cime delle dolomiti che circondano questo splendido specchio d'acqua di colore smeraldo, incontrando boschi, sorgenti d'acqua, ponti, monumenti, la diga, spiagge.</p>	

## Giorno 7

Venerdì 27/6	Dalle sorgenti del Piave al passo Sesis – Visita a Sappada	
	<p>Medio, 8 km, dislivello mt. 495, a/r, Durata 5 h Per giungere al parcheggio si prende l'auto.</p> <p><b>Descrizione</b> Trekking nel confinante Friuli, con un'escursione che ci consentirà di fare molteplici esperienze ed emozioni. Escursione che dal parcheggio a 1800 mt ci consentirà di salire al rifugio Pierfortunato Calvi a quota mt. 2164 dal quale ammirare un panorama spettacolare, scendendo andremo a visitare le sorgenti del fiume sacro d'Italia: il Piave (mt. 1815 circa). Al rientro passeggiata al paese di Sappada con possibilità di visitare il caratteristico centro storico.</p>	

## Giorno 8

Sabato 28/6	Partenza da Auronzo di Cadore e rientro alle proprie abitazioni	
----------------	--	--

### NOTA BENE:

il programma è a titolo orientativo e può essere soggetto a variazioni a causa di circostanze imprevedibili come maltempo, cattive condizioni del terreno, problemi logistici o tecnici e/o altro che possono costringere l'organizzazione e la guida a variare il programma stabilito all'origine, annullare un'escursione, per questo viene richiesta flessibilità, spirito di gruppo e collaborazione da parte dei soci.

**Il gruppo piccolo di partecipanti da 8 a 20 persone** rende il clima tra i viaggiatori familiare, amichevole e sereno. Lo spirito di gruppo e la collaborazione sono elementi essenziali per questo e per tutti gli altri viaggi, con l'obiettivo di essere non solo un viaggiatore, ma parte integrante dell'avventura delle dolomiti.

**Età minima:** l'età minima consigliata è di 12 anni compiuti; i minori di 18 anni devono essere accompagnati in ogni momento dai genitori o da un tutore legale. Potrebbe essere necessaria l'autorizzazione da parte di un genitore o di chi ne fa le veci, per la partecipazione di alcune attività da parte di un minore (es. passeggiata con i ramponi).

**Animali:** non ammessi.

**Documenti:** carta d'identità o passaporto.

**Formalità sanitarie:** nessuna vaccinazione richiesta. È obbligatorio avere con sé la propria Tessera Sanitaria.

**Medicinali:** è buona norma munirsi, oltre ai farmaci di uso personale, anche di medicinali utili a piccoli traumi e a dolori muscolari e articolari, analgesici, antipiretici, pomate, spray per urti o distorsioni, cerotti, medicazioni per vesciche, vaselina, ecc.

**Biglietti di viaggio:** Si raccomanda di non acquistare alcun biglietto di viaggio personale (treno, aereo, altro) per raggiungere il luogo del ritrovo partecipanti al trek, a meno che dall'Associazione non sia stata confermata la partenza del trek stesso e siano state date specifiche indicazioni in merito.

**Particolari richieste personali:** il socio comunicherà altresì per iscritto all'Associazione, all'atto della prenotazione, le particolari richieste personali che potranno formare oggetto di accordi specifici sulle modalità del viaggio, sempre che ne risulti possibile l'attuazione.

**Esigenze specifiche:** Il socio è sempre tenuto ad informare l'Associazione di eventuali sue esigenze o condizioni particolari (gravidanza, intolleranze alimentari, disabilità, ecc.) ed a specificare esplicitamente l'eventuale richiesta di relativi servizi personalizzati.

## EQUIPAGGIAMENTO PERSONALE CONSIGLIATO

- berretto in lana o pile (consigliato tipo Windstopper o simile)
- occhiali da sole
- sciarpa tubolare o buff per il collo
- berretto con visiera
- magliette termiche in fibra sintetica
- 1 pile
- 1 micropile leggero
- 1 giacca impermeabile e traspirante (tipo Gore-Tex o simili)
- 2 paia di pantaloni da trekking leggeri (meglio se possono diventare corti)
- 1 paio di pantaloni da trekking impermeabili e traspiranti (tipo Gore-tex o altra membrana)
- calze lunghe/collant termiche
- 1 K-way e coprizaino impermeabile per la pioggia
- 1 paio di copri pantaloni antipioggia
- biancheria intima
- costume da bagno
- 1 paio di scarponcini da trekking (alti alla caviglia per proteggerla) resistenti, impermeabili e traspiranti (cuoio o Gore-Tex)
- calze da trekking
- 1 paio di ciabatte per i pernottamenti e le docce o eventuali bagni nel lago
- 1 paio di scarpe comode di ricambio
- 1 borraccia
- crema solare e burro di cacao per le labbra
- articoli per la toilette personale
- bastoncini da trekking telescopici (suggeriti per chi è abituato ad utilizzarli durante la camminata);
- zaino da 20-25 litri
- 1 binocolo (per l'avvistamento della fauna - facoltativo)

**Nota:** Questo è un elenco orientativo, si consiglia di ottimizzare il bagaglio secondo le proprie necessità (aggiungere medicine personali, vestiti comodi, ecc.).

## COME PRENOTARE

INVIARE UNA MAIL A [TREKK.LAZIO@GMAIL.COM](mailto:TREKK.LAZIO@GMAIL.COM) CON NOME E COGNOME DEL PARTECIPANTE, DICHIARAZIONE ESSERE SOCIO DI TREKKING LAZIO APS, RICEVUTA BONIFICO 40% DELLA QUOTA DI PARTECIPAZIONE, DICHIARAZIONE DI AVER LETTO IL PROGRAMMA E DI ACCETTARNE I CONTENUTI E LE MODALITA' DI SVOLGIMENTO, COPIA DI DOCUMENTI DI IDENTITA'.

## ANNULLAMENTO E RINUNCIE

In caso di annullamento del viaggio per motivi imprevisti l'Associazione provvederà a rimborsare le quote già versate ai soci tramite bonifico bancario.

### RINUNCIA DEL SOCIO

Per il viaggio il socio potrà dare disdetta della partecipazione per iscritto, senza pagare penali, nelle seguenti ipotesi:

- non ancora maturata scadenza del termine fissato per la chiusura delle prenotazioni;



- aumento della quota di partecipazione prevista in misura eccedente il 10% (questo può verificarsi fino a 20 giorni precedenti la partenza);

-Nei casi di cui sopra, il socio ha diritto alla restituzione della sola parte della quota già corrisposta. Tale restituzione dovrà essere effettuata entro 15 giorni lavorativi dal momento del ricevimento della richiesta di rimborso. Il socio dovrà dare comunicazione della propria decisione (di accettare la modifica o di recedere) entro e non oltre due giorni lavorativi dal momento in cui ha ricevuto l'avviso di aumento o di modifica. In difetto di espressa comunicazione entro il termine suddetto, la proposta formulata dall'Associazione si intende accettata.

Al socio che rinunci al GT prima della partenza al di fuori delle ipotesi elencate precedentemente, o che ometta di versare tempestivamente il saldo della quota di partecipazione al GT senza comunicazione di recesso, saranno addebitati - indipendentemente dal pagamento dell'acconto/caparra - a titolo corrispettivo per il recesso, le somme di seguito riportate:

- ✓ Se si omette di versare tempestivamente il saldo senza nulla comunicare: l'importo dell'acconto/caparra;
- ✓ Se il recesso è comunicato dopo la scadenza delle prenotazioni ovvero della comunicazione di conferma del GT ma entro il termine per il versamento del saldo: l'importo dell'acconto/caparra;
- ✓ Se il recesso è comunicato dopo il termine per il versamento del saldo e prima di 10 giorni di calendario dalla partenza (non computandosi il giorno della partenza stessa): 75% del prezzo complessivo;
- ✓ Se il recesso è comunicato dopo il suddetto termine di 10 giorni di calendario dalla partenza: 100% del prezzo complessivo;
- ✓ In caso di mancata presentazione alla partenza senza nulla comunicare: 100% del prezzo complessivo.
- ✓ Nessun rimborso sarà accordato a chi rinuncerà durante lo svolgimento del viaggio stesso.

**[www.trekkinglazio.it](http://www.trekkinglazio.it) / [trekk.lazio@gmail.com](mailto:trekk.lazio@gmail.com) / 3271419645 / 3759134672**