



CLUB ALPINO ITALIANO  
Sezione di Codroipo

programma  
**2026**



# ASCA

STORE



ASCA

**ORARIO ESTIVO**

**da martedì a sabato**

**09:00 - 12:30 / 15:30 - 19:30**

**ORARIO INVERNALE**

**da martedì a sabato**

**09:00 - 12:30 / 15:00 - 19:00**

**Viale Venezia, 59 Codroipo (UD) - 0432.905453**

**SCONTO 10% per tutti i soci CAI Codroipo  
NON CUMULABILE CON ALTRI SCONTI**

*(quindi non su articoli con sconto outlet / campionario o in aggiunta  
ai saldi o promo varie)*

# CLUB ALPINO ITALIANO

## Sezione di Codroipo



### SEDE:

via Circonvallazione Sud, 25 - 33033 Codroipo (Ud)

Tel. e WhatsApp 0432 900355

[www.caicodroipo.it](http://www.caicodroipo.it) - [posta@caicodroipo.it](mailto:posta@caicodroipo.it)

### ORARI APERTURA SEGRETERIA:

Venerdì dalle 20.00 alle 21.30

Sabato dalle 17.00 alle 18.00

(periodo estivo dalle 17.30 alle 18.30)





### I vantaggi di essere socio CAI

**INFORMATO:** Ricevi a casa la rivista edita dal CAI: Montagne 360°. Hai a disposizione la documentazione della biblioteca della Sezione e ricevi a casa la pubblicazione sezionale: "Il Sentiero".

**PREPARATO:** Puoi frequentare i corsi di formazione e aggiornamento organizzati dal CAI nazionale e dalle Scuole di Alpinismo ed Escursionismo, avvalendoti di istruttori titolati e qualificati.

**ASSICURATO:** Sei coperto da **polizza infortuni** quando partecipi alle **attività CAI**. In attività personale non sei assicurato, ma puoi sottoscrivere un'altra polizza infortuni predisposta dal CAI.

Il Socio che partecipi ad **attività sociale** è coperto anche da **assicurazione RC**, in quanto già compresa nel costo del bollino.

È possibile anche richiedere la **copertura RC in attività personale (anche su piste da sci)**, essa ha validità annuale (anno solare) e copre **tutto il nucleo familiare (socio)**.

**AVVANTAGGIATO:** Puoi alloggiare nei rifugi CAI e stranieri a condizioni più vantaggiose rispetto ai non soci.

Vai su: [www.prenotarifugi.cai.it](http://www.prenotarifugi.cai.it)

Puoi ottenere sconti nei negozi convenzionati esibendo la tessera CAI. Puoi avere sconti sulle pubblicazioni CAI.

# CLUB ALPINO ITALIANO

## Sezione di Codroipo



### Quote associative 2026

**SOCIO ORDINARIO** € 45,00

**SOCIO JUNIORES** € 24,00 (da 18 a 25 anni)

**SOCIO FAMILIARE** € 24,00 (convivente con un socio ordinario)

**SOCIO GIOVANE** € 16,00 (da 0 a 18 anni)

**2° SOCIO GIOVANE** € 9,00 (se c'è più di un socio giovane in famiglia)

**Nuove iscrizioni** + € 5,00 (costo della tessera)

**Abb. rivista "Le Alpi Venete"** + € 5,00 (facoltativo)

**Aumento massimali assicurazione** + € 5,00 (facoltativo)

**RC in attività personale** + € 12,50 (facoltativo)

Se siete lontani dalla nostra Sede o impossibilitati a raggiungerci è possibile rinnovare la propria iscrizione anche tramite bonifico:

**IBAN IT 81 A 08631 63751 000000257226**

intestato a **Club Alpino Italiano-Sezione di Codroipo**

inviare copia del pagamento a **posta@caicodroipo.it** inserendo in causale il proprio nominativo ed eventuali servizi aggiuntivi.

**Sarà nostra cura inviarvi a casa il bollino da applicare alla tessera.**

**Possibilità di sottoscrizione di una polizza infortuni del CAI per attività personale in montagna (€ 126,50).**

Per informazioni rivolgersi in segreteria.

Per consentire la continuazione delle coperture assicurative e il recapito delle riviste CAI, il rinnovo del bollino deve avvenire entro il **31 marzo**.

# Palestra di arrampicata



**La palestra ha 5 settori:**

**parete didattica, parete grande, diamante, strapiombi e boulder.**

**Sono presenti 58 itinerari di cui 5 con una sosta di calata intermedia.**

**Difficoltà minima 4A, massima 8A.**

La parete grande ha un'altezza di 18,50 m alla catena, mentre il settore strapiombi ha uno sviluppo di 25 m. Lunghezza minima della corda da utilizzare: 50 metri.

Tutti i punti di assicurazione sono provvisti di rinvio fisso e durante la salita la corda va rinviate su tutti i punti di assicurazione.

Durante la salita del compagno l'assicuratore ha l'obbligo di stare nello spazio antistante le pareti delimitato dalla linea bianca posta a terra.

**ATTENZIONE: nuovo regolamento per la fruizione della palestra di arrampicata a partire dal 2025. È fatto obbligo per l'accesso la sua presa visione e accettazione.**



# Palestra di arrampicata



**ORARI APERTURA** (lunedì, martedì, giovedì, venerdì): **19.00 - 23.00**

Chiusa il mercoledì, sabato e domenica.

**APERTURE DOMENICALI** a seconda del meteo: **14.30 - 19.00**

**PRENOTAZIONE OBBLIGATORIA** su [www.caicodroipo.it](http://www.caicodroipo.it)

## Costi ingresso

**INGRESSO SINGOLO SOCIO CAI** **€ 7,00**

**INGRESSO SINGOLO NON SOCIO CAI** **€ 10,00**

**INGRESSO SINGOLO MINORENNI** **€ 3,00**

**ABBONAMENTO SOCIO CAI (12 ingressi)** **€ 70,00**

**ABBONAMENTO NON SOCIO CAI (12 ingressi)** **€ 100,00**

**ABBONAMENTO MINORENNI (12 ingressi)** **€ 30,00**





Scrittura e gestione di progetti  
e domande di contributo per  
enti pubblici, associazioni e  
imprese.

Da **10 anni** con competenza  
ed esperienza.

Sprinter | Codroipo Ud | Piazza G. Garibaldi, 65

tel 0432 815361 | [info@sprinter.fvg.it](mailto:info@sprinter.fvg.it)

# CLUB ALPINO ITALIANO

## Sezione di Codroipo



### Cariche Sociali

<b>PRESIDENTE:</b>	Elena Mainardis 349 3150937
<b>VICE PRESIDENTE:</b>	Roberto Dattilo 338 1474578
<b>SEGRETARIA:</b>	Guatto Emanuela
<b>TESORIERE:</b>	Sonja Galassi
<b>CONSIGLIERI:</b>	Agnoletti Stefano, Laura Martinuzzi, Oriana Nadalini, Fausto Roman, Stefania Brun, Massimo Trivellato, Giuseppe Tonas
<b>REVISORI DEI CONTI:</b>	Sara Berti, Sara Brocca, Alessandro Rottaris, Luca Vivian
<b>DELEGATO:</b>	Sonja Galassi

### Referenti

<b>TESSERAMENTO:</b>	Claudio Valoppi
<b>BIBLIOTECA:</b>	Sara Berti
<b>COMM. CASERA PAL GRANDE:</b>	Fausto Roman
<b>RESP. COMMISSIONE SENTIERI:</b>	Luigi Rossi
<b>REDATTORE "IL SENTIERO":</b>	Veronica Crepaldi
<b>RESP. SITO INTERNET:</b>	Elena Mainardis, Matthias Abele
<b>RESP. COMUNICAZIONE:</b>	Veronica Crepaldi, Matthias Abele
<b>RESP. GRUPPO SENIORES:</b>	Paolo Iacuzzo
<b>DIRETT. SCUOLA ESCURSIONISMO:</b>	Adriano Rosso
<b>DIRETT. SCUOLA ALPINISMO:</b>	Luca Chiarcos

# Calendario escursioni 2026



DOM. 11 GENNAIO	Valle di Riofreddo	EAI	pag. 15
DOM. 25 GENNAIO	Sentiero-Rocca di Monfalcone	E	pag. 16
DOM. 1 FEBBRAIO	Casera Fleons di sotto	EAI	pag. 17
DOM. 15 FEBBRAIO	Sentiero della Salvia	E	pag. 18
DOM. 1 MARZO	Giro dei bastioni di Palmanova	T	pag. 19
DOM. 15 MARZO	Monte Piana	EAI	pag. 20
DOM. 29 MARZO	Casera Rupeit	E	pag. 21
DOM. 12 APRILE	APERTURA: Pozze Smeraldine	T/E	pag. 22
DOM. 19 APRILE	Anello nei dintorni	TC	pag. 23
DOM. 3 MAGGIO	I magredi e le fioriture	T-E	pag. 24
DOM. 24 MAGGIO	Costa di Fregona e Grotte del Caglieron	E	pag. 25
DOM. 31 MAGGIO	Cima Pal Grande	E	pag. 26
MARTEDÌ 2 GIUGNO	Pieve di San Martino di Cercivento	T	pag. 27
DOM. 7 GIUGNO	Monte Ferrara	EE	pag. 28
DOM. 14 GIUGNO	Anello di Casera Canin	E	pag. 29
20 - 21 GIUGNO	Manutenzione sentieri e casera Pal Grande di Sopra		pag. 30
26 - 30 GIUGNO	Monti Sibillini	E-EE	pag. 32

# Calendario escursioni 2026



<b>DOM. 5 LUGLIO</b>	<b>Monte Nebria</b>	<b>E</b>	pag. 34
<b>DOM. 19 LUGLIO</b>	<b>Terza Grande</b>	<b>EE</b>	pag. 35
<b>DOM. 26 LUGLIO</b>	<b>Rifugio e lago Coldai</b>	<b>E</b>	pag. 36
<b>DOM. 2 AGOSTO</b>	<b>Monte Nabois Grande</b>	<b>EEA</b>	pag. 37
<b>6 - 9 AGOSTO</b>	<b>Trekking nel Parco Nazionale dello Stelvio</b>	<b>E-EE</b>	pag. 38
<b>DOM. 30 AGOSTO</b>	<b>Mangart</b>	<b>EEA</b>	pag. 40
<b>DOM. 6 SETTEMBRE</b>	<b>Creta di Timau, lago Avostanis</b>	<b>E/EE</b>	pag. 41
<b>DOM. 13 SETTEMBRE</b>	<b>Clap Varmost</b>	<b>E</b>	pag. 42
<b>DOM. 20 SETTEMBRE</b>	<b>Monte Caulana</b>	<b>EE</b>	pag. 43
<b>22 - 27 SETTEMBRE</b>	<b>Settimana Nazionale dell'escursionismo</b>		pag. 44
<b>DOM. 4 OTTOBRE</b>	<b>Pista ciclopedonale Giordano Cottur</b>	<b>TC</b>	pag. 45
<b>10 - 11 OTTOBRE</b>	<b>Monte Pasubio</b>	<b>E/EEA</b>	pag. 46
<b>DOM. 18 OTTOBRE</b>	<b>Castagnata in casera</b>	<b>E</b>	pag. 49
<b>DOM. 25 OTTOBRE</b>	<b>Cansiglio in autunno</b>	<b>E</b>	pag. 50
<b>DOM. 8 NOVEMBRE</b>	<b>Doberdò del Lago</b>	<b>E</b>	pag. 51
<b>DOM. 15 NOVEMBRE</b>	<b>Chiusura: Ricovero Franz</b>	<b>T/E</b>	pag. 52



## UNIRE TUTTE LE REGIONI CON UN UNICO ITINERARIO ESCURSIONISTICO: “LA NUOVA AMBIZIONE DEL CLUB ALPINO ITALIANO”

Questo è il progetto che il Club Alpino Italiano sta portando avanti per rilanciare il nuovo Sentiero Italia.

Il Sentiero Italia si sviluppa lungo l'intera dorsale appenninica, isole e sul versante meridionale delle Alpi, attraverso i suoi oltre 7000 Km, 368 tappe e 350.000 m di dislivello, collega tutte le regioni italiane, si può considerare il “trekking” più lungo al mondo.

Ideato nel 1983 da un gruppo di giornalisti escursionisti, l'itinerario è stato fatto proprio dal Cai nel 1990, che ne ha individuati nel dettaglio il percorso, la segnaletica e i posti tappa. Inaugurato nel 1995 con “Cammina Italia 95” e ripetuto nel 1999 assieme all'Associazione Nazionale Alpini (A.N.A.).

Dal 2019 si è deciso di valorizzare e proporre questo Sentiero Italia a distanza di venti anni, risistemando e riposizionando nuova segnaletica.

**Anche la nostra Sezione ha lavorato alla rilancio del Sentiero Italia: negli ultimi anni ha curato la manutenzione del sentiero 401, che dal Passo di Monte Croce Carnico punta verso la Casera Pal Grande di Sopra, e del sentiero 402 che dal centro di Timau porta alla Casera stessa, punto di accoglienza ufficiale del Sentiero Italia.**



# Altre attività - corsi

**VENERDÌ 20 MARZO**

**Assemblea Ordinaria dei Soci**



## Corsi Escursionismo

**18 GENNAIO - 15 FEBBRAIO**

**Corso sci fondo**



pag. 55

**28 GENNAIO - 8 MARZO**

**Corso di escursionismo in ambiente innevato EAI1**

pag. 56

**6 MAGGIO - 5 LUGLIO**

**Corso ferrate EEA**

pag. 57

## Corsi Alpinismo



pag. 60

**A1 - Alpinismo Base** (dal 17 marzo al 24 maggio)

**AR1 - Alpinismo su roccia** (dal 29 maggio al 5 luglio)

**AL1 - Arrampicata libera** (dal 1 settembre al 4 ottobre)

**ALI - Arrampicata libera indoor** (dal 3 novembre al 4 dicembre)

## Arrampicata



pag. 62

**CARNIVAL CLIMBING PARTY** (febbraio)

**JUNIOR CLIMBING** (luglio)

**22° SAN SIMONE CLIMBING FESTIVAL** (ottobre)

**GENNAIO - APRILE**

**OTTOBRE - DICEMBRE**

**Corsi di allenamento funzionale**



pag. 64

# Scala delle difficoltà escursionistiche



## **T = turistico**

Itinerari su stradine, mulattiere o comodi sentieri, con percorsi ben evidenti e che non pongono incertezze o problemi di orientamento. Si svolgono in genere sotto i 2000 m e costituiscono di solito l'accesso ad alpeggi o rifugi. Richiedono una certa conoscenza dell'ambiente montano e una preparazione fisica alla camminata.

## **E = escursionistico**

Itinerari che si svolgono quasi sempre su sentieri, oppure su tracce di passaggio in terreno vario (pascoli, detriti, pietraie), di solito con segnalazioni; possono esservi brevi tratti pianeggianti o lievemente inclinati di neve residua, quando, in caso di caduta, la scivolata si arresta in breve spazio e senza pericoli. Si sviluppano a volte su terreni aperti, senza sentieri ma non problematici, sempre con segnalazioni adeguate. Possono svolgersi su pendii ripidi; i tratti esposti sono in genere protetti (barriere) o assicurati (cavi). Possono avere singoli passaggi su roccia, non esposti, o tratti brevi e non faticosi né impegnativi grazie ad attrezzature (scalette, pioli, cavi) che però non necessitano l'uso di equipaggiamento specifico (imbragatura, moschettoni, ecc.). Richiedono un certo senso di orientamento, come pure una certa esperienza e conoscenza del territorio montagnoso, allenamento alla camminata, oltre a calzature ed equipaggiamento adeguato.

## **EE = per escursionisti esperti**

Itinerari generalmente segnalati ma che implicano una capacità di muoversi su terreni particolari. Sentieri o tracce su terreno impervio e infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, o misti di rocce ed erba, o di roccia e detriti). Terreno vario, a quote relativamente elevate (pietraie, brevi nevai non ripidi, pendii aperti senza punti di riferimento, ecc.). Tratti rocciosi, con lievi difficoltà tecniche (percorsi attrezzati, vie ferrate fra quelle di minor impegno). Rimangono invece esclusi i percorsi su ghiacciai, anche se pianeggianti e/o all'apparenza senza crepacci (perché il loro attraversamento richiederebbe l'uso della corda e della piccozza e la conoscenza delle relative manovre di assicurazione). Necessitano: esperienza di montagna in generale e buona conoscenza dell'ambiente alpino; passo sicuro e assenza di vertigini; equipaggiamento, attrezzatura e preparazione fisica adeguata.

## **EEA = per escursionisti esperti con attrezzatura**

Percorsi attrezzati o vie ferrate per i quali è necessario l'uso dei dispositivi di autoassicurazione (imbragatura, dissipatore, moschettoni, cordini) e di equipaggiamento di protezione personale (casco, guanti).

## **EAI = escursionismo in ambiente innevato**

Itinerari in ambiente innevato che richiedono l'utilizzo di racchette da neve, con percorsi evidenti e riconoscibili, con facili vie di accesso, di fondo valle o in zone boschive non impervie o su crinali aperti e poco esposti, con dislivelli e difficoltà generalmente contenuti che garantiscono sicurezza di percorribilità.

## **TC = ciclo turistica**

# Regolamento escursioni



1. L'escursione è una delle più importanti attività della Sezione e, nel rispetto del presente Regolamento, la partecipazione è aperta a tutti. È proposta da uno o più soci che, su incarico della Sezione, assumono la veste di Responsabile di escursione e ne curano la preparazione e lo svolgimento adottando ogni accorgimento affinché sia effettuata nella massima sicurezza.
2. I Responsabili di escursione avranno verificato recentemente le condizioni del percorso e dovranno valutare l'adeguatezza dell'attrezzatura e della capacità attitudinale dei partecipanti escludendo coloro che non ritenessero idonei.
3. Ai partecipanti si richiede correttezza nel contegno, ubbidienza e collaborazione verso i Responsabili di escursione al fine di agevolarli nell'adempimento del loro compito: i Responsabili possono escludere i partecipanti che intendano allontanarsi dal gruppo o seguire altri percorsi.
4. È facoltà della Sezione di subordinare l'effettuazione dell'escursione alle condizioni atmosferiche, nonché al raggiungimento di un minimo di partecipanti.
5. I minori possono partecipare alle gite solo se accompagnati da chi ne abbia la patria podestà ovvero da persona responsabile autorizzata.
6. La caparra di prenotazione, quando richiesta, non sarà rimborsata, salvo in caso dell'annullamento della gita stessa; è tuttavia consentita la sostituzione con un altro partecipante.
7. Eventuali modifiche potranno, in qualsiasi momento, essere apportate al programma per esigenze di sicurezza. Di tali modifiche sarà data tempestiva comunicazione ai soci.
8. Le iscrizioni alle gite possono essere effettuate (salvo diversa indicazione) entro il sabato precedente all'uscita recandosi o telefonando in sede agli orari di apertura.
9. Con il solo fatto di iscriversi all'escursione, ciascun partecipante accetta di osservare le norme del presente regolamento ed, in conformità di quanto dispone l'articolo n. 13 dello statuto del CAI, esonera la Sezione ed i Responsabili di escursione da ogni responsabilità per incidenti di qualsiasi genere che si verificassero nel corso della stessa, trasferimenti compresi.
10. I soci partecipanti alle escursioni beneficeranno, in caso di incidente, della polizza infortuni prevista dalla Sede Centrale (prendere visione dei massimali in Segreteria). Per i non soci CAI verrà chiesta una quota d'iscrizione per coprire i costi della polizza assicurativa stipulata per loro. La quota sarà comunicata dalla segreteria.

**bottega del mondo**

udine spilimbergo tolmezzo codroipo

**altrocattolico**

commercio equo e solidale



**Via Roma 49 - Codroipo**

Alimentari, artigianato e cosmesi  
del commercio equo e solidale

## Valle di Riofreddo

Cave del Predil – Alpi Giulie



***In questa prima escursione sulla neve daremo delle spiegazioni sull'uso di ARTVA, pala, sonda e faremo delle prove di ricerca.***

*Bellissimo percorso con le ciaspe lungo il torrente Riofreddo, adatto a tutte le gambe.*

Il percorso è di circa 11 km fra andata e ritorno, per un dislivello di circa 220 m. Il sentiero (strada forestale innevata) costeggia il torrente Riofreddo, ricco di cascate e di rapide, che si vede a tratti. La maggior parte del percorso avviene all'interno del bosco, ed offre panorami da fiaba. Si potrà notare la presenza di numerose tracce dei grandi mammiferi che popolano la zona. Alla fine della valle si raggiunge una piana/conca, crocevia di sentieri con tabernacolo (1041 m). Il panorama qui è notevole essendo circondati, partendo da destra, dalla Cime delle Rondini, Cima di Riofreddo e Cima del Vallone.

Tra una pausa e l'altra avremo modo di far delle prove di ricerca ARTVA. La strada del ritorno è la stessa dell'andata, ma notevolmente agevolata dalla pur modesta discesa.



**DIFFICOLTÀ**  
EAI



**DISLIVELLO**  
220 m circa



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Invernale, ghette, ciaspe, bastoncini, ramponcini leggeri obbligatori.  
Kit di autosoccorso ARTVA pala e sonda



**CARTA**  
Tabacco 019



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

Scuola di  
escursionismo  
del Medio Friuli

## Sentiero dei Castellieri e Rocca di Monfalcone

### Carso Isontino



*L'escursione sarà una scoperta delle suggestioni del Carso... tra cielo e mare!*

*I castellieri sono le più antiche tracce di insediamenti umani nel territorio di Monfalcone, villaggi preistorici risalenti all'età del bronzo e del ferro.*

*La Rocca è una fortificazione eretta da Teodorico nel 490, ora museo archeologico, posta sulla collina alle spalle dell'omonima città, è il vessillo della cittadina dei cantieri sorta ai piedi del Monte Falcone. Scopriremo i muretti a secco, una caratteristica storica e ambientale del Carso, accanto allo scotano (o foiarola) che è il più diffuso cespuglio del territorio e alla roverella che è un tipo di quercia molto presente nelle antiche foreste carsiche. Si entrerà nel parco tematico della grande guerra tra trinceramenti, postazioni per mitragliatrici e caverne e la suggestiva zona monumentale che commemora il bersagliere Enrico Toti.*

Da Selce, frazione di Ronchi dei Legionari, si raggiunge il Sochet e, seguendo il sentiero 78 dei Castellieri, le alture della Gradiscata e della Forcate per raggiungere la Rocca (Monte Falcone, 88 m).

Proseguendo si incontrano la trincea Joffre e la trincea Cuzzi prima di raggiungere la Cima di Pietrarossa (la più alta delle alture di Monfalcone a 121 m) e scendere poi alla Sella di Quota E. Toti (85 m). Qui si possono osservare e percorrere le imponenti trincee che fanno parte del Parco Tematico della Grande Guerra.

Per il rientro si seguiranno i sentieri nel bosco, fino ad arrivare al parco delle Mucille (zona umida) e quindi risalire al Sochet.



**DIFFICOLTÀ**  
E



**DISLIVELLO**  
200 m  
**LUNGHEZZA**  
15 km



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Normale da escursionismo, adatto alla stagione



**CARTA**  
Tabacco 047



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

AE/ONTAM  
Luciano Favaro  
333 4386746,  
Oriana Nadalini  
340 9406120

## Casera Fleons di sotto (m 1575)

Forni Avoltri – Alpi Carniche



Raggiunto Forni Avoltri si prosegue fino a Pierabech (1032 m) dove si parcheggia nei pressi dello stabilimento della Goccia di Carnia.

Si prende la carreccia che passa accanto alle cave di marmo fino ad incontrare il primo bivio per le Casere Bordaglia (1124 m) e si prosegue verso la Stretta di Fleons per il "Sentiero della Fede" (sentiero CAI n. 140) inoltrandoci nel bosco.

Si sale in maniera costante ma non eccessiva ammirando di tanto in tanto interessanti scorci sui rii Cercenut e Navastolt. Proseguiamo per il sentiero fino ad incontrare un secondo bivio che porta alle Casere Sissanis (1360 m), tenendo la sinistra, proseguiremo fino ad attraversare, dopo circa un chilometro, il rio Fleons e ad incontrare, subito dopo, un grosso macigno che ci obbligherà a svoltare decisamente verso destra. Da qui la salita si fa più decisa e, dopo un tornante, ci troveremo in un'ampia radura da dove si riuscirà a scorgere il tetto della Casera Fleons di Sotto che raggiungeremo dopo un ultimo sforzo.

Per il rientro si segue il medesimo itinerario dell'andata.



**DIFFICOLTÀ**  
EAI



**DISLIVELLO**  
470 m circa  
**LUNGHEZZA**  
12 km circa a/r



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Invernale, ghette,  
ciaspe, bastoncini  
e ramponcini.  
Kit di autosoccorso  
ARTVA pala e sonda



**CARTA**  
Tabacco 01



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

AE / ONTAM  
Luciano Favaro  
333 4386746,  
ASE Cretì Francesco  
347 3444473

## Sentiero della Salvia

Carso Triestino



*Il Sentiero della Salvia, conosciuto anche come sentiero Tiziana Weiss, è dedicato all'alpinista e naturalista triestina omonima, che perse la vita molto giovane scalando sulle Pale di San Martino nell'estate del '78. Percorrendolo in primavera, ma non solo, si è avvolti dall'incredibile profumo di salvia selvatica che persiste lungo il percorso.*

Si parte dall'abitato di Aurisina e si percorre con dolci saliscendi il panoramicissimo ed ampio sentiero. Il panorama è sempre superbo. Si uscirà sulla stradina asfaltata che dalla costiera sale a Santa Croce.

Ci dirigeremo quindi verso la Vedetta Slataper, dove troveremo un'ampia area in cui poter sostenere. Dopo la pausa riprenderemo in direzione del monte San Primo, attraverseremo il Bosco Babiza e proseguiremo infine per la Vedetta Liburnia.

Da qui riprenderemo più avanti il sentiero che ci riporta al punto di partenza.



**DIFFICOLTÀ**  
E



**DISLIVELLO**  
300 m circa  
**LUNGHEZZA**  
9 km circa



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Adatto alla  
stagione, scarpette  
da trekking o  
scarponcini leggeri



**CARTA**  
Tabacco 047



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

AE Elena Mainardis  
349 3150937,  
ASE Cretì Francesco  
347 3444473

## Giro dei bastioni di Palmanova



Il Giro dei bastioni di Palmanova è un percorso facile (T), ideale per conoscere da vicino la struttura stellare della città fortezza.

Il tracciato si snoda lungo i sentieri del Parco Storico dei bastioni, offrendo un itinerario quasi pianeggiante. Camminando lungo i bastioni si osservano le opere difensive progettate in epoca veneziana e poi adattate durante il periodo napoleonico. Il paesaggio alterna terrapieni, gallerie d'ingresso e scorci sulla campagna circostante. Potrebbe anche essere possibile avvistare aironi e altre specie che popolano le zone umide attorno alle mura. La camminata è adatta a tutte le età e offre un'occasione per immergersi nella storia vissuta sul territorio.

È prevista anche una tappa dedicata alla piazza centrale, fulcro geometrico della cittadella a stella. Un itinerario breve ma ricco di spunti storici e naturalistici, perfetto per avvicinarsi alla conoscenza del territorio.



**DIFFICOLTÀ**  
T



**DISLIVELLO**  
90 m circa



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Adatto alla  
stagione, scarpe  
impermeabili e  
comode



**CARTA**  
Tabacco 301



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

Veronica Crepaldi  
339 3663287,  
AE Elena Mainardis  
349 3150937

## Monte Piana (m 2324)

Dolomiti di Sesto

in collaborazione con la sezione di S. Vito al Tagliamento

*Il Monte Piana, come dice il nome stesso, è completamente piano, quasi non ha cima. Emerge come un panettone di 900 metri sopra la valle di Lambro. La sua posizione ne fa un belvedere naturale sulle Dolomiti di Sesto e le Tre Cime di Lavaredo, che sono davvero molto vicine.*

L'escursione invernale che porta in cima al Monte Piana e al Rifugio Bosi inizia a quota 1757 dal parcheggio di Misurina.

La prima parte dell'itinerario è piacevolmente pianeggiante e ci porta senza grandi fatiche alle pendici del Col Roda, un balcone da cui possiamo ammirare i Cadini di Misurina.

Qui cominciano alcuni tornanti che arrivano fino a ridosso della roccia e poi proseguono fino a forcella Àuta, dove si incontra il sentiero 122 che parte dal lago di Antorno. Ancora qualche tornante e arriviamo al rifugio Bosi (2205 m).

Dopo una sosta in rifugio, completiamo la nostra escursione verso la cima del monte Piana, verso la Piramide Carducci, dedicata al poeta che era solito soggiornare in Cadore e compose l'Ode al Cadore nel 1892.

Dal monte Piana si gode di una prospettiva inusuale delle Tre Cime di Lavaredo e di una vista superba sui Cadini di Misurina e sulla Croda Rossa.

Ma non solo: lo sguardo è libero di spaziare verso l'alta Pusteria e le Alpi austriache. Osservando in basso si vede il Lago di Landro. Il ritorno avviene per lo stesso percorso dell'andata.



**DIFFICOLTÀ**  
EAI



**DISLIVELLO**  
600 m circa



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Invernale, ghette, ciaspe, bastoncini, ramponcini leggeri obbligatori.  
Kit di autosoccorso ARTVA pala e sonda



**CARTA**  
Tabacco 010



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

AE Chiara Petracco  
328 2167411,  
AE Fiorenzo Rosso  
339 1437727

# DOMENICA 29 MARZO

escursionismo

## Casera Rupeit (m 1275)

dalla centrale elettrica di Malnisi, Prealpi Pordenonesi



La Casera Rupeit è un piccolo ricovero posto sul versante sud con vista panoramica sulla pianura friulana che offre un punto di appoggio per gli escursionisti ed utilizzabile come base per poi raggiungere eventualmente la vetta della Pala d'Altei (1528 m).

Diversi sono i percorsi che permettono di raggiungere la casera a 1275 m, tra sentieri CAI e strade forestali. Quello pensato per questa uscita parte dalla centrale elettrica di Malnisi, dove si trova il parcheggio, posta nel comune di Montereale Valfellina. Inizialmente si costeggia un'area verde lungo un canale per poi prendere la strada forestale che nel proseguo si lascia per salire un sentiero CAI attraverso il bosco e uscire su un ampio pendio erboso con vista panoramica. Il ritorno può essere fatto ripercorrendo il sentiero dell'andata o sentieri alternativi, visto la stagione ci riserviamo la decisione finale sulla strada migliore da percorrere insieme.



**DIFFICOLTÀ**  
E



**DISLIVELLO**  
900 m circa



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Normale da escursionismo, adatto alla stagione, consigliati i bastoncini



**CARTA**  
Tabacco 012



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

Stefania Brun  
331 3753106,  
Sara Brocca  
340 7051671

# DOMENICA 12 APRILE

escursionismo

## Pozze Smeraldine e sentiero delle Fornaci

Parco Naturale delle Dolomiti Friulane

### Apertura stagione escursionistica 2026

*Ci troviamo nel cuore del parco Naturale delle Dolomiti Friulane e possiamo godere, con delle semplici escursioni, di bellezze naturalistiche (pozze smeraldine) e ricevere cenni di cultura del territorio (fornaci e pitina).*

Partendo dal grande parcheggio a Tramonti di Sopra, ci incammineremo in direzione del Torrente Meduna.

I partecipanti al giro A seguiranno il segnavia CAI 386 in direzione delle pozze Smeraldine, camminando in lieve falsopiano per strada sterrata e ampio sentiero. Il rientro avverrà dallo stesso percorso di andata.

I partecipanti al giro B invece si distaccheranno subito imboccando a destra il segnavia CAI 394, denominato anche "il sentiero delle fornaci" e risaliranno verso Casa Abis e Cualtramòn. Da lì proseguiranno verso i ruderi di Frasseneit di Sotto e rientreranno lungo il sentiero 386, ricongiungendosi al gruppo del giro A.



#### DIFFICOLTÀ

Gruppo A: T

Gruppo B: E



#### DISLIVELLO

Gruppo A: 50 m

Gruppo A: 350 m



#### EQUIPAGGIAMENTO

Da mezza montagna, adatto alla stagione



#### CARTA

Tabacco 028



#### TRASPORTO

Mezzi propri



#### RESPONSABILI ESCURSIONE

Commissione  
escursionismo

**Seguirà il tradizionale pranzo autogestito in una struttura locale.**

## Anello nei dintorni

da Codroipo



*Per il giro cicloturistico abbiamo pensato ad un anello del nostro territorio, partendo direttamente dalla nostra Sede.*

Il giro che vi proponiamo parte per l'appunto dal piazzale della Sede e inizialmente punta verso sud fino a raggiungere l'abitato di Iutizzo.

Qui si svolta decisamente e puntando prima verso la frazione di Biauzzo andiamo a collegarsi con la strada che costeggia l'argine del Tagliamento.

Lo risaliremo fino a raggiungere l'abitato di San Odorico, ma prima faremo una breve sosta all'antico mulino di Rivis, ora completamente ristrutturato con sostituita la grande ruota che lo caratterizza con una grande spirale che alimenta una centralina idroelettrica. Raggiunto San Odorico si cambia nuovamente direzione puntando a est e lasciando alla nostra sinistra l'abitato di Flaibano.

Da qui, nuovo cambio direzione e con manubri verso sud imboccheremo il lungo Stradone Manin che ci condurrà prima a Zompicchia e successivamente a chiudere l'anello di nuovo in Sede a Codroipo.



**DIFFICOLTÀ**  
TC - cicloturistica



**DISLIVELLO**  
150 m circa  
**LUNGHEZZA**  
43 km circa



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Abbigliamento  
adatto alla  
bicicletta e alla  
stagione,  
suggerito l'uso  
del caschetto



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

Claudio Valoppi  
329 8211694,  
Dario De Tina

# DOMENICA 3 MAGGIO

escursione naturalistica

## I Magredi e le fioriture primaverili

sito “Natura 2000 Magredi del Cellina”



Con questa uscita, che sarà preceduta da una serata informativa mercoledì 29 aprile, verremo accompagnati dagli amici dell'Associazione Naturalistica Cordenonese OdV alla scoperta di questo gioiello naturalistico, fiore all'occhiello nella nostra regione.

I Magredi sono un ambiente naturale che si sviluppa ai piedi delle Dolomiti Friulane con un terreno dotato di una permeabilità tale da far defluire subito l'acqua nel sottosuolo, dando così vita ad un territorio definito magro, arido.

La vegetazione è infatti di tipo steppico, simile alla brughiera europea, ma, nonostante ciò, al suo interno sono presenti diversi tipi di habitat rari con piante endemiche e una straordinaria varietà di insetti.



**DIFFICOLTÀ**  
T-E



**DISLIVELLO**  
200 m  
**LUNGHEZZA**  
15 km



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Normale da passeggiata, adatto alla stagione, consigliati i bastoncini, scarponcini alti.



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

Alessandro Rottaris  
347 8105304,  
Federica Zecchin  
349 7524078,  
AE/ONTAM  
Luciano Favaro  
333 4386746

# DOMENICA 24 MAGGIO

escursionismo

## Costa di Fregona e Grotte del Caglieron

### Prealpi Trevigiane

Con questa uscita andremo a visitare uno dei luoghi più frequentati della Marca.

Le Grotte del Caglieron, sono vecchie cave di pietra che si sono formate grazie all'escavazione della pietra utilizzata per la preparazione di pavimentazioni, davanzali e altro. Un luogo che lascia a bocca aperta quanti le visitano.

La nostra escursione ha come punto di partenza l'abitato di Costa di Vittorio Veneto ed in breve tempo si raggiunge il filo di cresta della Costa di Fregona che andremo a percorrere in tutta la sua lunghezza. Dalla cresta la visuale spazia da un lato sul sottostante Vittorio Veneto e dall'altra sulla pianura Veneta.

Durante il percorso avremmo modo di vedere i primi vecchi siti di escavazione. Arrivati alla parte opposta della lunga cresta troveremo l'ingresso alle grotte, dove è previsto il pagamento di una quota per la visita.



**DIFFICOLTÀ**  
E



**DISLIVELLO**  
550 m  
**LUNGHEZZA**  
10 km circa



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Normale da escursionismo, adatto alla stagione



**CARTA**  
Tabacco 068



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

Claudio Valoppi  
329 8211694,  
Enrica Novello  
333 4343920

# DOMENICA 31 MAGGIO

escursionismo

## Cima Pal Grande (m 1809)

Alpi Carniche

in collaborazione con la sezione CAI di Spilimbergo

Il Pal Grande o Grosser Pal è un museo storico all'aperto della Grande Guerra.

Accompagneremo i nostri amici del CAI di Spilimbergo alla scoperta di questi luoghi con tappa doverosa alla nostra casera Pal Grande di Sopra.

L'escursione parte da Timau in zona laghetti. Lasciato il parcheggio ci incamminiamo parallelamente alla strada sul sentiero CAI 161. Subito incontreremo il sentiero CAI 402a che percorremo fino al bivio con il "sentiero museo storico" che imboccheremo.

Raggiunta la Casera Pal Grande di Sotto proseguiamo sul sentiero CAI 402 che ci porta a Casera Pal Grande di Sopra. Per tracce raggiungeremo la facile cima.

Il rientro avverrà per il sentiero CAI 402, poi ci immetteremo sul 402a che avevamo abbandonato all'andata.



DIFFICOLTÀ  
E



DISLIVELLO  
950 m circa



EQUIPAGGIAMENTO  
Normale da  
escursionismo,  
adatto alla  
stagione



CARTA  
Tabacco 09



TRASPORTO  
Mezzi propri



RESPONSABILI  
ESCURSIONE

Oriana Nadalini  
340 9406120,  
AE Stefano Agnoletti  
340 5319461

# MARTEDÌ 2 GIUGNO

escursionismo

## Pieve di San Martino di Cercivento



*Giornata in ricordo dei nostri cari soci CAI che ci hanno preceduti. È prevista una Santa Messa alla Pieve di San Martino di Cercivento.*

La Pieve di San Martino è una chiesa di origine molto antica, soggetta, unica nella valle del But, alla Pieve di Santa Maria di Gorto. È passata sotto la giurisdizione dell'Abbazia di Moggio seguendo le sorti della Pieve di Gorto. Sulla facciata si possono ancora vedere i segni della dipendenza all'Abbazia di Moggio. Nel testamento di un certo signor Pietro Pintassio del 1358 si legge la richiesta di venire sepolto nel nuovo cimitero vicino alla chiesa di San Martino; è questo il primo documento scritto conosciuto, che parla della presenza di una chiesa tra i due abitati. Nel 1794 il Vescovo di Udine diede il titolo di Pieve alla chiesa di Cercivento e di conseguenza anche il prete che vi prestava servizio acquisì il titolo di Pievano. Nel 1912 con la nascita del Vicariato di Paluzza la chiesa veniva staccata dall'Arcidiaconato di Gorto ed aggregata alla nuova Forania di Paluzza. Meritano una visita le molte opere d'arte e d'artigianato, quadri e pitture di valore conservati nella chiesa.

Durante le giornata, inoltre, con una guida locale, visiteremo a Cercivento mosaici, murales, affreschi sulle pareti di case, nelle vie e nelle piazze, che hanno trasformato un piccolo paese di montagna in: "Una Bibbia a Cielo Aperto". La Sacra Scrittura, in lingua italiana e friulana, diviene così un percorso culturale e di riflessione spirituale, a disposizione di tutti. Sempre a Cercivento avremo a disposizione uno spazio per condividere il pranzo.



DIFFICOLTÀ  
T



EQUIPAGGIAMENTO  
Normale da  
passeggiata,  
adatto alla  
stagione



CARTA  
Tabacco 09



TRASPORTO  
Mezzi propri



RESPONSABILI  
ESCURSIONE

Oriana Nadalini  
340 9406120,  
Celso Tubaro  
333 9560239

# DOMENICA 7 GIUGNO

escursionismo

## Monte Ferrara (m 2258)

Val Cimoliana



Da Cimolians ci si addentra in Val Cimoliana fino a raggiungere il parcheggio di Pian Meluzzo, poco distante dal Rifugio Pordenone dove lasceremo le auto. Da qui inizieremo a percorrere il canale detritico (sentiero CAI 370) diretti alla Forcella della Lama (1935 m). Percorsi alcuni metri troveremo il cartello che indica la salita alla cima.

Da qui parte il piccolo sentiero alla nostra sinistra che, seguendo il filo di cresta, sempre ben transitabile, ci porterà prima all'ante cima (2220 m) e successivamente al Monte Ferrara (2258 m).

Seduti in cima lo sguardo spazia a 360 gradi, da qui è ben visibile anche il Campanile di Val Montanaia.

Riprendendo la via di ritorno faremo visita alla Casera Roncada (1781 m) dove ritroveremo il sentiero 370 che ci ricondurrà al parcheggio.



**DIFFICOLTÀ**  
EE



**DISLIVELLO**  
1100 m circa



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Normale da montagna, adatto alla stagione, consigliati i bastoncini



**CARTA**  
Tabacco 021



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

Enrica Novello  
333 4343920,  
Luigina Andreatta  
347 9039130

## Anello di Casera Canin

da Coritis - Parco Naturale delle Prealpi Giulie

14^ edizione "in CAMMINO nei PARCHI 2026"

*La Sezione CAI di Codroipo aderisce a "in CAMMINO nei PARCHI 2026" per il piacere di camminare in libertà. L'escursione è priva di particolari difficoltà e raggiunge la casera Canin che si trova alle pendici occidentali del monte Canin, all'interno del Parco delle Prealpi Giulie. La casera è gestita dalla sottosezione CAI di Faedis e sorge su uno splendido pulpito panoramico sulla Val Resia, sotto le pareti occidentali e i ripidi prati del Canin.*

La partenza dell'escursione è dal borgo di Coritis (650 m), poco dopo Stolvizza, da cui prende avvio il sentiero CAI 642 dedicato ad Ardito Desio. Poco dopo l'inizio della salita si compie una breve deviazione per visitare il borgo di Berdo di sotto (870 m), con 2 tavoli recentemente ristrutturati. Si riprende a salire con qualche sguardo sul vallone del rio Ronch che sprofonda alla nostra sinistra e successivamente ci si può affacciare sul versante a destra che precipita nel vallone del rio Secco con alcuni pinnacoli sgretolati. Si sale sull'orlo di un dirupo fino a raggiungere una valletta erbosa e la casera Canin (1445 m).

Dalla casera si prosegue in direzione sud, verso Berdo di sopra (1257 m). Nei pressi dell'unico tavolo del borgo di Berdo di sopra si segue a destra la tabella del sentiero CAI 731, che in discesa, esplorando una stupenda faggeta, ci porta fino alla rotabile che collega Coritis a malga Coot, nei pressi del guado del Rio Toudule. Giunti sulla rotabile si segue a destra in discesa la strada asfaltata fino a raggiungere Coritis (fontana nel centro del borgo), chiudendo l'anello.



**SABATO 20 e DOMENICA 21 GIUGNO**

---

## **Manutenzione Casera**

**Pal Grande di Sopra**

Come ogni anno ci ritroveremo per la sistemazione, costruzione, o di quanto necessitano le strutture della nostra casera.  
Vi aspettiamo numerosi, i lavori da fare son sempre tanti!



# **SABATO 20 e DOMENICA 21 GIUGNO**

---

## **Manutenzione sentieri**

**Pal Grande di Sopra**

Programmeremo alcune giornate ci dedicheremo anche alla manutenzione dei sentieri ed al ripristino della segnaletica della zona. Un impegno che la nostra sezione si prende in carico per offrire sicurezza agli escursionisti, conoscere, valorizzare e tutelare i grandi spazi della natura e delle culture della montagna.

La nostra sezione per il 2026 ha in carico la manutenzione dei sentieri CAI 401, 401a, 402, 402a, 448a, 606, 607, 608, 609, 610, 611, 652, 658.

**Chi volesse dare la propria disponibilità può contattare la segreteria della sezione.**



**da VENERDÌ 26 a MARTEDÌ 30 GIUGNO**

---

## **Monti Sibillini**

**Parco nazionale dei Monti Sibillini - Appennino Centrale**

**in collaborazione con la sezione CAI Val Natisone**

*Il trekking ci porterà nel Parco Nazionale dei Monti Sibillini, un'area protetta di 700 km<sup>2</sup> distribuita tra le Marche e l'Umbria dove borghi medioevali, chiese romaniche e castelli si integrano nel paesaggio rurale. Straordinaria è la varietà di ambienti e paesaggi con oltre 1.900 specie floristiche e 50 specie di mammiferi. I Sibillini sono una catena montuosa d'origine calcarea formata da una ventina di cime con quota superiore ai 2.000 metri.*

*Si soggiorerà in albergo a Castelluccio di Norcia (a 1452 metri, alle pendici del Monte Vettore) che è il centro abitato più alto dell'Appennino e domina gli altipiani tappezzati da campi di lenticchia che nella tarda primavera regalano spettacolari fioriture.*

Nella giornata di venerdì, dopo aver fatto tappa ad Ascoli Piceno per una breve visita della città, si proseguirà verso Arquata del Tronto, Pretara e Forca di Presta per poi raggiungere la nostra sistemazione a Castelluccio. Possibilità di salire al **Monte Velella** (1614m) ed eventualmente proseguire in direzione del **Monte Vetrica** (1714m, +570mt, E).

Nelle giornate di sabato, domenica, lunedì sono previste tre escursioni con difficoltà E (Escursionistico) e per alcuni tratti EE (Escursionisti Esperti).

- Salita al **Monte Vettore** (2476m, +950mt, E). Il sentiero del Monte Vettore è una delle escursioni più comuni e famose delle montagne dell'Appennino centrale. Si parte dal parcheggio del valico di Forca di Presta (1536m), a circa 10 minuti di auto da Castelluccio. Si risale la cresta sud fino alla sella delle Ciaule (2240m) dove si trova il Rifugio Zilioli, da qui per la larga cresta si raggiunge la vetta. Possibilità di scendere al Lago di Pilato (1949m) e di raggiungere anche la Cima del Redentore (2448m).
- Salita al **Monte Sibilla** (2173m, +1000mt, E). Dal Rifugio La Baita (a 10 minuti di auto da Castelluccio) per il Monte delle Prata si raggiunge il Monte Porche (2233m), poco sopra Palazzo Borghese, si prosegue per una lunga ed affilata cresta molto panoramica, con sali-scendi fino alla



Cima Vallelunga (2221m) e quindi al Monte Sibilla. Possibilità di proseguire sempre in cresta ed in discesa fino al Monte Zampa (1791m). Il percorso arriva sulla vetta del Monte Sibilla che ha, da sempre, evocato fantastiche leggende legate alla sua grotta così inaccessibile e avvolta di mistero. La Sibilla, dove si trova l'antro della mitica fata, è infatti anche la montagna simbolo della Terra Madre dove giunsero nel Medioevo, da tutta Europa, cavalieri erranti e dove i giovani andavano a sognare, perché lì i sogni assumevano un significato speciale, forse per il fascino dei suoi paesaggi o forse per la presenza di ammalianti fate.

- Salita al **Monte Bove Sud** (2169 m, +850mt, E) e **Monte Bove Nord** (2112m, +1040mt, EE): da Fron-tignano (1342m, a 35 minuti da Castelluccio) per il monte Cornaccione e la cresta ovest, itinerario breve e tutto allo scoperto con panorami sulla valle del Tenna. Si scenderà per una cresta affilata ed a tratti esposta fino a 1992m per poi risalire in vetta del Bove Nord. In alternativa dal Bove Sud si scende alla Forca della Cervara (1965m) si raggiunge il **Pizzo Berro** (2259m) e quindi il **Monte Priora** (2332m).

Nei pomeriggi possibilità di visitare la città di Norcia (30 km in circa 40 minuti da Castelluccio). Nella giornata di martedì si rientra in direzione di Visso (MC) definito il cuore dei Sibillini, inserito tra i Borghi più belli d'Italia. Si prosegue per Macerata (visita del centro storico) prima di riprendere l'autostrada a Civitanova Marche e far rientro a Codroipo.



**DIFFICOLTÀ**  
E-EE



**DISLIVELLO**  
3000 m circa  
in 4 giorni



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Abbigliamento  
per 3 giorni di  
escursione e 4  
notti in albergo,  
bastoncini



**CARTA**  
Ed. "il Lupo" n.25



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

AE/ONTAM  
Luciano Favaro  
333 4386746,  
Oriana Nadalini  
340 9406120,  
Stefania Brun  
331 3753106

## Monte Nebria (m 1194)

Val Canale - Alpi Giulie



Il monte Nebria (1194 m) è una facile cima del Tarvisiano, precisamente nel comune di Maborghetto-Valbruna.

Meta che richiama turismo anche in inverno grazie alla natura selvaggia e alle testimonianze storiche della Grande Guerra.

L'escursione è semplice con un panorama unico, a 360 gradi sulle alpi Carniche e Giulie e gran parte della Val Canale, si giunge facilmente alle sue 2 cime: cima est 1194 m e cima ovest 1207 m.

La cima ovest è composta da un'anticima e dalla cima stessa con una leggera esposizione tra i mughi.

Il percorso si sviluppa su carareccia e attraversa anche una galleria della prima guerra mondiale, nel bosco troviamo alberi di faggio, abete rosso e pino silvestre, predominanti sul percorso.



**DIFFICOLTÀ**  
E



**DISLIVELLO**  
420 m



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Normale da montagna, adatto alla stagione, consigliati i bastoncini



**CARTA**  
Tabacco 019



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

Oriana Nadalini  
340 9406120,  
Stefania Brun  
331 3753106

# DOMENICA 19 LUGLIO

escursionismo

## Terza Grande (m 2586)

Alpi Carniche - Gruppo Terze, Clap



*Massima elevazione tra i monti che circondano la vallata di Sappada. Salita in ambiente isolato che richiede un minimo di esperienza su roccia.*

Dalla S.S. n. 465 della Val Pesarina a quota 1423 m (buon parcheggio) ha inizio una pista forestale (segnavia n. 203) diretta alla casera Mimoias. Poco prima di raggiungerla, si segue sulla sinistra il sentiero segnalato per il Passo Mimoias (segnavia n. 202). Superato il passo, il sale fino a raggiungere il Passo di Oberenghe (q. 2081 m). Si prosegue sul versante sappadino e tra ghiaie e verdi prati si raggiunge la cresta meridionale del monte. Seguendo la traccia ben segnalata con dei bollini rossi si risale senza particolari difficoltà l'ampio pendio roccioso fin poco sotto la cima. Uno stretto canalino (l+) permette quindi di uscire ad un intaglio di cresta a pochi metri dalla cima (2586 m).



**DIFFICOLTÀ**  
EE



**DISLIVELLO**  
1300 m circa



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Normale da montagna, adatto alla stagione, consigliato uso dei bastoncini, casco



**CARTA**  
Tabacco 01



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

AE Stefano Agnoletti  
340 5319461,  
AE Elena Mainardis  
349 3150937

## Rifugio Sonino al Coldai Lago Coldai

Val di Zoldo

Magnifica escursione in ambiente da alta montagna circondati dalla ricca flora e fauna alle pendici del monte Civetta e alla vista del monte Pelmo, oltre alle limpide e fredde acque del lago Coldai d'origine glaciale.

Nostro punto di partenza è il parcheggio situato di fronte al camping Palafavera (m 1510), da dove parte la nostra strada forestale contraddistinta da segnaletica Cai 564 fino a raggiungere i pascoli di Casera di Pioda a m 1816. Da qui inizia la salita su sentiero a zig-zag, segnavia Cai 556, fino a raggiungere il rifugio Sonino al Coldai a m 2132. Da qui rimane ora l'ultimo sforzo dell'ultimo tratto in salita per raggiungere la Forcella Coldai di m 2191 e scendere verso le rive del lago situato a m 2143. Il rientro avviene per lo stesso itinerario effettuato all'andata.

C'è la possibilità per chi vuole risparmiarsi 300 m di dislivello di poter salire fino al Col de la Traversa di m 1887 con la seggiovia in funzione durante il periodo estivo, nei pressi di Casera di Pioda e di salire successivamente al Rifugio Sonino al Coldai o al lago.



**DIFFICOLTÀ**  
E



**DISLIVELLO**

750 m  
300 m (per chi sale in seggiovia)



**EQUIPAGGIAMENTO**

Normale da montagna, adatto alla stagione, consigliati i bastoncini



**CARTA**  
Tabacco 015



**TRASPORTO**  
Pullman



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

ANE Adriano Rosso  
3388559723,  
AE Chiara Petracco  
328 2167411,  
AE Fiorenzo Rosso  
339 1437727

**Escursione in pullman, iscriversi con largo anticipo.**

## Monte Nabois Grande (m 2313)

Alpi Giulie



Il nostro percorso parte dal parcheggio intermedio della Val Saisera, a pochi passi dall'agriturismo Prati Oitzinger, e segue il sentiero CAI 616.

Ad un certo punto prenderemo la nuova variante del sentiero 616 alla nostra destra, con un percorso molto piacevole e variegato, che ci porterà al rifugio Pellarini più velocemente (1499 m).

Poco sopra il rifugio, troveremo il cartello in legno che indica l'inizio del sentiero attrezzato "Gasparini-Florit", indosseremo il set da ferrata e inizieremo il percorso, a tratti selvaggio, a tratti più semplice e panoramico.

Il cavo ci aiuterà nella progressione in tratti ripidi tra i mughi e attraverso canalini rocciosi, per terminare sulla splendida placconata nei pressi della croce di vetta (2313 m).

Scenderemo ora dalla via normale e giungeremo nuovamente al Pellarini. Da lì poi proseguiremo per il sentiero classico fino alle auto.



**DIFFICOLTÀ**  
EEA



**DISLIVELLO**  
1450 m



**LUNGHEZZA**  
16 km circa



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Normale da montagna, adatto alla stagione, imbrago e kit da ferrata omologato, caschetto



**CARTA**  
Tabacco 019



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

AE Elena Mainardis  
349 3150937,  
Enrica Novello  
333 4343920,  
Luigina Andreatta  
347 9039130

**da GIOVEDÌ 6 a DOMENICA 9 AGOSTO**

---

**Monte Confinale (m 3370)**

**Cima di Solda (m 3376)**

**Trekking nel Parco Nazionale dello Stelvio**

Gruppo Ortles Cevedale

*Il trekking ci porterà nel cuore del Parco Nazionale dello Stelvio, ai piedi del Monte Cevedale e del Gran Zebrù, raggiungendo cime sopra i 3000 m senza grandi difficoltà tecniche.*

*Soggioreremo tutte e 3 le notti al Rifugio Albergo Ghiacciaio dei Forni (2151 m), raggiungibile in auto o in bus navetta da Santa Caterina Valfurva, punto di appoggio ideale per tutte le nostre escursioni.*

### **Programma**

Nella giornata di **giovedì 6 agosto**, raggiungeremo Santa Caterina Valfurva e risalendo la valle dei Forni (in auto o bus navetta) arriveremo al Rifugio Ghiacciaio dei Forni, nostro punto di appoggio.

In base all'orario di arrivo valuteremo se fare una breve escursione ponmeridiana al **Rifugio Branca** (2487 m), ai piedi del Ghiacciaio dei Forni. Difficoltà E - dislivello 300 m circa - 5 km

**Venerdì 7 agosto** è prevista l'escursione al **Rifugio Pizzini** (2700 m), **Rifugio Casati** (3269 m) e **Cima di Solda** (3376 m).

Difficoltà E - dislivello 1250 m circa - 19 km

Il percorso non presenta particolari difficoltà, da non sottovalutare però la quota. La Cima di Solda è facilmente raggiungibile dal Rifugio Casati (momentaneamente chiuso) in 20-30 minuti, potrebbe esserci ancora qualche nevaio, di solito facilmente aggirabile.

Siamo ai piedi del ghiacciaio del Cevedale e del Gran Zebrù (3851 m).

Il panorama è spettacolare e spazia su tutti i ghiacciai che ci circondano, dal Ghiacciaio dei Forni a quello del Cevedale e del Zebrù.

Per chi non se la sentisse di raggiungere la cima, può fermarsi nei vari punti intermedi, ritorno per la stessa via di salita.



**Sabato 8 agosto** raggiungeremo il **lago della Manzina** (2783 m), **Bivacco del Piero** (3166 m) e la cima del **Monte Confinale** (3370m).

Difficoltà E fino al Bivacco del Piero - EE dal bivacco alla cima del Monte Confinale - dislivello 1200 m circa - 16 km

Dal Rifugio Forni si segue il sentiero con le indicazioni per il Bivacco del Piero-Lago della Manzina. Dal Lago si prosegue in direzione ovest/nord-ovest sui pascoli della Manzina per poi risalire un ampio vallone che conduce alla forcella del Confinale dove troviamo il bivacco del Piero posto a 3166 m sulla sella tra il Monte Confinale e la Cima della Manzina. Dal bivacco si continua ad ovest lungo l'ampia cresta che in breve conduce alla vetta del Monte Confinale a 3370 m.

**Domenica 9 agosto** rientro a Santa Caterina Valfurva (valuteremo se fare una breve escursione) e ritorno a Codroipo.



**DIFFICOLTÀ**  
E - EE



**DISLIVELLO**  
tot. 2700 m circa



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Abbigliamento  
per alta quota,  
per 3 giorni di  
escursione e 3  
notti in albergo



**CARTA**  
Tabacco 08



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**  
AE Fausto Roman  
335 5786209,  
AE Chiara Petracco  
328 2167411,  
AE Fiorenzo Rosso  
339 1437727

## Mangart (m 2677)

### Ferrata Italiana e Ferrata Slovena

#### Gruppo del Mangart - Alpi Giulie

Parcheggiate le auto presso il Lago Superiore di Fusine (950 m), imboccheremo la strada forestale con segnavia CAI 512, che dopo alcune centinaia di metri abbandoneremo per seguire il sentiero CAI 513 e successivamente il sentiero CAI 517a che ci accompagnerà nei pressi del Bivacco Nogara (1920 m).

Una volta raggiunta la base della parete Nord del Mangart, avrà inizio la ferrata Italiana, creata nella metà degli anni 50 del secolo scorso per dare la possibilità di raggiungere la cima anche dal versante Italiano senza superare il confine Italo-Jugoslavo. Raggiunta quota 2200 m, scenderemo nel versante sloveno, per proseguire poi lungo la ferrata slovena e raggiungere la cima del Monte Mangart (2677 m). La discesa avverrà lungo la via normale, fino a Forcella Mangart (2166 m) per ridiscendere al Bivacco Nogara concludendo in fine l'escursione al parcheggio.

Considerato l'importante dislivello e la notevole esposizione che caratterizza la ferrata italiana, sono richiesti un buon allenamento ed esperienza nella progressione in vie ferrate.



**DIFFICOLTÀ**  
EEA



**DISLIVELLO**  
1800 m



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Normale da montagna, adatto alla stagione, imbrago e kit da ferrata omologato, caschetto



**CARTA**  
Tabacco 019



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

Massimiliano Paron  
347 7677454,  
Claudio Stefanuto  
340 4902844

## Creta di Timau (m 2217) e lago Avostanis

### Alpi Carniche

*La Creta di Timau è una delle più eleganti montagne delle Alpi Carniche e si erge sopra l'abitato di Timau, ben visibile dalla strada che sale al Passo di Monte Croce Carnico. È caratterizzata da uno spiccato dualismo, con il versante sud orientale verde di prati e quello nord occidentale che precipita a valle con una verticale parete rocciosa. Come tutte le montagne della zona fu fortificata nel corso della Grande Guerra e ancora oggi sono ben visibili trincee e baraccamenti e strade.*

Dall'abitato di Cleulis percorriamo in auto la strada forestale fino a raggiungere Casera Pramosio (quota 1521 m), dove parcheggiamo.

Da qui prendiamo la strada forestale che ci porta prima nei pressi del Rifugio Morgante e poi al Ricovero Casera Pramosio Alta (quota 1940 m) e all'adiacente lago di Avostanis. Per chi non se la sente di affrontare la salita alla cima può fermarsi qui e riposarsi ai bordi del lago.

Il restante gruppo prenderà il sentiero sulla sinistra. Dopo un breve tratto di sentiero risaliamo il crinale erboso che ci porta verso la vetta, per l'ultimo tratto saliremo un canalino attrezzato con cavo metallico che ci porterà alla cima (m 2217 dove troveremo una grande croce, libro di vetta e campana). La visuale si apre a 360° gradi su tutte le Alpi orientali ma con buona visibilità lo sguardo ci porta dalla Alpi Giulie alle Dolomiti. Per la discesa riprenderemo di nuovo il canalino attrezzato per poi proseguire per un sentiero più comodo e meno esposto fino al lago Avostanis dove ci aspettano i nostri compagni.



#### DIFFICOLTÀ

E (lago Avostanis)  
EE (cima)



#### DISLIVELLO

900 m



#### EQUIPAGGIAMENTO

Normale da montagna, adatto alla stagione, consigliati i bastoncini



#### CARTA

Tabacco 09



#### TRASPORTO

Mezzi propri



#### RESPONSABILI ESCURSIONE

AE Chiara Petracco  
328 2167411,  
AE Fiorenzo Rosso  
339 1437727

## Clap Varmost (m 1751)

Dolomiti Friulane



Il "Clap Varmost" è una sorta di solitario monolite che si affaccia sulla valle di Forni di Sopra, prende il nome dall'area circostante con tavoli, prati e l'omonima malga. Facilmente raggiungibile offre un panorama bellissimo, molto aereo sul verticale versante Sud da dove si può ammirare tutta l'alta val Tagliamento, con lo sguardo che può spaziare a 360 gradi, dalle Dolomiti Friulane alle malghe al Clap Savon, dal Pramaggiore ai Monfalconi, dal Cridola fino alle Tre Cime con le Dolomiti cadorine.

Da Tolmezzo si risale la valle del Tagliamento lungo la statale 52, toccando alcuni dei principali centri della Carnia quali Villa Santina, Ampezzo e Forni di Sotto. Giunti a Forni di Sopra si oltrepassa il centro abitato fino alla stazione di arrivo della seggiovia del Varmost (comodo parcheggio).

Dalla frazione di Vico (m 910) si sale alla località "Chianeit", per poi continuare sulla strada forestale (segnavia CAI 207) che porta in malga aggirando da S-O l'incombente mole del "Clap". Passato il rifugio "Som al Picol" (m 1445), si prosegue lungo il sentiero 207 che si snoda sulla pista da sci verso i pascoli, fino ai m 1634 dell'insellatura di "Senas". Qui invece di proseguire per la casera Varmost, voltiamo a destra per umidi prati, dove un'indicazione segnala il sentiero, poi nell'abetaia saliamo il costone del "Clap", dove in breve raggiungiamo la panoramicissima cima. La discesa si effettua sulla stessa traccia della salita.

Per chi è meno allenato c'è la possibilità di prendere la seggiovia fino al rifugio Som Picol e così ridurre un po' di dislivello.



**DIFFICOLTÀ**  
E



**DISLIVELLO**

850 m  
300 m (per chi sale in seggiovia)



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Normale da montagna, adatto alla stagione, consigliati i bastoncini



**CARTA**  
Tabacco 02



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

AE Chiara Petracco  
328 2167411,  
ASE Creti Francesco  
347 3444473

## Monte Caulana (m 2068)

Gruppo Monte Cavallo - Piancavallo



Superato l'abitato di Piancavallo dai pressi di località Roncjade continuiamo lungo la strada che conduce a Barcis fino a raggiungere la località Pian delle More dove lasciamo l'auto.

Seguendo i segnavia CAI 925, iniziamo un tratto di percorso in debole discesa fino a raggiungere la sorgente Tornidòr. Da qui il sentiero inizia a salire debolmente fino ad incunearsi nella valletta del torrente Caltea, dove inizia la parte più impegnativa della salita, il cui transito è reso più sicuro da una fune metallica che mette in sicurezza un breve tratto ripido leggermente esposto. Dopo la parte attrezzata inizia una salita su sottobosco di faggio, che termina a quota 1450 m quando il sentiero esce in un ghiaione, che risaliamo per un breve tratto per poi entrare nella parte bassa della Val Grande dove si prosegue per una bellissima prateria alpina all'interno della valle che si conclude a forcella Val Grande (1926 m).

Una sosta in forcella consente di volgere lo sguardo al grande arco alpino sovrastato a destra dalla vicina cima Val Grande, verso sinistra dalle più lontane le cime del Guslon, Castelat e Cornor che terminano nell'incisura della forcella Laste.

Riprendiamo il cammino andando a destra e seguendo i segnavia CAI 928 fino a raggiungere forcella Caulana (1960 m). Stiamo camminando sull'Alta Via n°7. Dalla forcella andiamo a destra in direzione della cima seguendo la leggermente esposta ma larga via di cresta, fino a raggiungere la vetta del monte Caulana (2068 m), da cui potremo godere di un magnifico panorama. Al ritorno seguiremo il medesimo percorso dell'andata.



**DIFFICOLTÀ**  
EE



**DISLIVELLO**  
1000 m circa  
**LUNGHEZZA**  
9,5 km



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Normale da  
montagna, adatto  
alla stagione,  
consigliati i  
bastoncini



**CARTA**  
Tabacco 012



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

Stefania Brun  
331 3753106,  
Sara Brocca  
340 7051671



# 27<sup>a</sup> settimana NAZIONALE dell'escursionismo

**Sulmona (Abruzzo)**

**22-27 settembre**

[www.cce.cai.it](http://www.cce.cai.it)

# DOMENICA 4 OTTOBRE

cicloescursionismo

## Pista ciclopedonale Giordano Cottur



### Trieste

*La pista è dedicata al ciclista triestino Giordano Cottur (Trieste, 1914-2006) e segue il tracciato della ex ferrovia Trieste-Hrpelje, attiva tra il 1887 e il 1959 e smantellata nel 1966.*

La partenza dell'itinerario è nel rione triestino di San Giacomo, sale lentamente fino alla Riserva naturale della Val Rosandra e arriva infine a Draga Sant'Elia. Il percorso si snoda tra viadotti storici e gallerie scavate nella roccia, offrendo la possibilità di ammirare bellissimi scorci e panorami, paesaggi bucolici, frutteti, boschi, dirupi e il Carso in tutte le sue forme. La presenza anche di tratti sterrati consigliano di percorrerlo con una MTB. Tra i punti salienti la suggestiva galleria della Chiusa, illuminata dal basso, dove le luci si accendono al passaggio dei ciclisti. Proseguendo per il costone a fianco del Monte Stena ci si affaccia sulla Val Rosandra e ci si inchina dinanzi alla sua bellezza selvaggia: il Cippo Comici, i ghiaioni, i lastroni calcarei, la Chiesa di Santa Maria in Siaris; poi il tragitto sale ancora aggirando il Monte Stena per arrivare a Draga Sant'Elia.



**DIFFICOLTÀ**

TC - ciclo- turistica



**DISLIVELLO**

380 m circa

**LUNGHEZZA**

32 km circa (A+R)



**EQUIPAGGIAMENTO**

Adeguato da escursioni in MTB, kit riparazione, caschetto



**CARTA**

Tabacco 047



**TRASPORTO**

Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

AE / ONTAM

Luciano Favaro

333 4386746,

AE Fausto Roman

335 5786209,

Alessandro Rottaris

347 8105304

# **SABATO 10 - DOMENICA 11 OTTOBRE**

---

## **Monte Pasubio (m 2232)**

### **Sentiero Attrezzato Falcipieri - Strada degli Scarubbi Anello di Cima Palon Strada delle 52 Gallerie**

Prealpi Venete - Massiccio del Pasubio

in collaborazione con la sezione CAI di Pordenone e di Maniago

#### **SABATO 10:**

##### **Percorso A: Sentiero Attrezzato Falcipieri**

##### **Dislivello 800 m - Difficoltà EEA**

È un lungo percorso a carattere alpinistico che, provvisto di attrezzi nei tratti più impegnativi, percorre una lunga cresta caratterizzata da 5 cime con tratti esposti e brevi arrampicate ma mai particolarmente difficili e molto spettacolari. Da l'ultima sommità, Cima dell'Osservatorio, m 2027, si raggiungono le Porte del Pasubio e quindi il grande rifugio Generale Achille Papa ove si pernotta a quota 1928.

##### **Percorso B: Strada degli Scarubbi**

##### **Dislivello 735 m - Difficoltà E**

Dalla bocchetta, seguendo una pista, ci si abbassa leggermente sino al bivio per la Malga Campiglia ove si piega a sinistra raggiungendo con diversi tornanti la zona di Caneve di Campiglia dalla quale con lungo traverso, sotto il Cimon del Soglio Rosso, si arriva alle Porte del Pasubio m 1934 con il vicinissimo Rifugio Generale Papa ove si passerà la notte. Volendo si potrà raggiungere la panoramica Cima dell'Osservatorio a quota 2027 m.

#### **DOMENICA 11:**

##### **Anello di Cima Palon Strada delle 52 Gallerie**

##### **Dislivello 370 m**

Dal Rifugio Papa, passando per un'ex ricovero militare, si sale alla Cima Palon che con i suoi 2232 m rappresenta il punto più alto del Massiccio del Pasubio; da qui la vista è grandiosa spaziando dalla Laguna Veneta alle lontane coste istriane, alle Dolomiti di Brenta, ai Lagorai ed alle Prealpi Venete.



Scesi alla Sella Damaggio si prosegue verso i Denti del Pasubio, da quello italiano a quello austriaco, aspramente contesi durante la prima guerra mondiale. Con lungo giro attraverso la Selletta Comando e l'Arco Romano si torna al Rifugio Papa. Da qui si scende ora lungo la Strada delle 52 gallerie, lo storico percorso costruito da militari italiani della 33<sup>a</sup> Compagnia Minatori nel 1917 per rifornire di viveri ed attrezzatura bellica i combattenti in quota. Costruita dopo la Strada degli Scarubbi quella delle 52 gallerie non era esposta al tiro delle truppe austroungariche ed era meno pericolosa d'inverno. Infatti ai 10.000 morti per cause belliche sul Pasubio, tra civili e militari, vanno sommati i deceduti appunto per frane, come quella del 1917 che uccise oltre 200 alpini. Con splendido percorso, si percorre tutta la strada affrontando anche la galleria n. 19 che si articola in una spirale elicoidale con quattro tornanti sino al punto di partenza alla Bocchetta Campiglia in ore 2.30.

È previsto un numero massimo di partecipanti di 17 persone per sezione, con prenotazione obbligatoria e caparra di 20,00 euro. In caso di rinuncia entro 3 giorni prima dell'evento la caparra verrà restituita.



### DIFFICOLTÀ

A: EEA - B: E



### DISLIVELLO

Sabato: 800 m c.ca  
Domenica: 370 m



### EQUIPAGGIAMENTO

**Gruppo A:** imbrago e kit da ferrata omologato, caschetto.

**Gruppo B:** normale da escursionismo. Sacco lenzuolo, torcia per tutti



### CARTA

Tabacco 056



### TRASPORTO

Mezzi propri



### RESPONSABILI ESCURSIONE

AE Fausto Roman  
335 5786209,

AE Stefano Agnoletti  
340 5319461

# Casera Pal Grande di Sopra (m 1705)

---

Comune di Paluzza - Alpi Carniche

Nel 1989 il Comune di Paluzza concesse con comodato al Comune di Codroipo la Casera Pal Grande di Sopra, che venne assegnata alla locale Sezione del CAI, per la ristrutturazione e la custodia.

**Caratteristiche:** Complesso malghivo restaurato e adibito a ricovero. Locale centrale a piano terra con pietra a vista più sottotetto. Negli adiacenti fabbricati è stato ricavato un dormitorio che funge anche da locale invernale. L'acqua è disponibile solo durante il periodo estivo ma NON È POTABILE, la legna non è garantita. La Casera offre un massimo di 16 posti letto, focolare, WC. Sempre aperta e incustodita.

**Accesso:** Dai laghetti di Timau seguendo il sentiero 402a prima e proseguendo poi in salita per il sentiero CAI 402 si raggiunge la Casera Pal Grande di Sopra. Da Timau (820 m) si segue il sentiero CAI 402.

Da Passo di Monte Croce Carnico è stato riaperto il sentiero 401.

**Cartografia:** Tabacco, foglio 09.



# DOMENICA 18 OTTOBRE

escursionismo

## Castagnata in casera Pal Grande di Sopra (m 1705)



Comune di Paluzza - Alpi Carniche



Castagnata 2022



Ci rechiamo presso la casera  
Pal Grande di Sopra  
(da noi gestita)  
per passare assieme  
un'allegra giornata autunnale  
accompagnata dal fuoco acceso,  
da ottime castagne  
e ribolla gialla!

**Sono ben accetti  
dolci e bevande!**

# DOMENICA 25 OTTOBRE

escursionismo

## Cansiglio in autunno

Bosco e pian del Cansiglio



*Il Cansiglio è un vasto altopiano delle Prealpi Bellunesi, circondato dall'omonima foresta, situato a cavallo di Veneto e Friuli-Venezia Giulia.*

Il tragitto si sviluppa lungo un percorso ad anello di saliscendi e interessa sia strade sterrate che sentieri nel bosco o ai margini di prati e pascoli. Partendo dal parcheggio del Cansiglio, l'escursione passerà attraverso i prati dell'altopiano co-steggiando i boschi di faggi e abeti.

Incontreremo i suggestivi Villaggi Cimbri, le zone di torbiera e il Giardino botanico alpino G. Lorenzoni, per chiudere arriveremo alla Casera Cescon, nei pressi del parcheggio.



**DIFFICOLTÀ**  
E



**DISLIVELLO**  
350 m circa



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Normale da montagna, adatto alla stagione, consigliati i bastoncini, scarponcini alti



**CARTA**  
Tabacco 012



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

Stefania Brun  
331 3753106,  
Alessandro Rottaris  
347 8105304

## Doberdò del Lago

Riserva Naturale dei laghi di Doberdò e Pietrarossa



L'escursione inizia lungo la strada che da Redipuglia conduce a Doberdò del Lago, nei pressi dell'incrocio dei sentieri 77 e 80. Si imbocca il sentiero 80 e, superato il primo traliccio dell'elettrodotto, si raggiunge la traccia dell'oleodotto transalpino. Il percorso prosegue comodamente lungo questa linea, con un'ampia vista sulla pianura alla nostra destra. Avanzando si giunge al Monte Sei Busi; superati due piccoli valloncelli, il tracciato incrocia la strada provinciale Ronchi-Doberdò.

Il sentiero continua seguendo lo scavo dell'oleodotto e passa sotto la quota 65 della Costa Lunga, segnalata da un gruppo di cipressi che custodiscono un cippo. Si raggiunge quindi il Monte Cosici (112 m), dal quale si apre un panorama significativo sui Laghi di Pietrarossa e Sablici; verso ovest emergono la Rocca di Monfalcone, il cammino della centrale termoelettrica e parte dei cantieri navali. La discesa avviene lungo un tratto erboso e piuttosto ripido, costeggiando vecchie postazioni della Prima guerra mondiale fino alla sella che separa il Cosici dal Debeli. Qui si incontra il sentiero 72 che, verso est, conduce alla vetta del Goriupa Kupa, per poi scendere infine verso il Lago di Doberdò.



**DIFFICOLTÀ**  
E



**DISLIVELLO**  
300 m circa



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Normale da escursionismo, adatto alla stagione



**CARTA**  
Tabacco 047



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

Veronica Crepaldi  
339 3663287,  
Oriana Nadalini  
340 9406120

## Ricovero Franz (m 1034)

Prealpi Giulie



### Chiusura stagione escursionistica 2026

**Gruppo A:** giunti al paese di Carnia, ci dirigiamo verso il piccolo borgo di Tugliezzo, e da lì prendiamo il sentiero CAI 701.

Nel primo tratto il percorso è su strada forestale, che in seguito diventerà sentiero. Interamente immerso nel bosco il sentiero ci porta al rifugio Franz (1034 m).

Il ricovero, posizionato all'interno di un grande prato è ben curato e meta di molti escursionisti. Dietro il rifugio, un cartello indica il sentiero per il monte Ciucis (1315 m), se il tempo lo permetterà i più allenati possono raggiungere questa cima. Dalla cima si può ammirare l'ampio panorama sulla val del Fella e sull'imponente monte Plauris.

**Gruppo B:** dall'abitato di Tugliezzo si prosegue verso est su strada asfaltata CAI 743, dopo circa 1,5 km giungiamo agli stavoli Polide, ancora qualche passo e arriviamo agli stavoli Cuel Lunc basso dove termina la strada asfaltata, passiamo altre costruzioni fino ad arrivare agli stavoli Cuel Lunc alto (755 m) dove troviamo dei prati e una cappelletta votiva.



**DIFFICOLTÀ**  
A: E/EE - B: T-E



**DISLIVELLO**  
A: 500/800 m  
B: 250 m



**EQUIPAGGIAMENTO**  
Da escursionismo,  
adatto alla  
stagione



**CARTA**  
Tabacco 027



**TRASPORTO**  
Mezzi propri



**RESPONSABILI  
ESCURSIONE**

Commissione  
escursionismo

**Seguirà il pranzo sociale presso un locale della zona.**

**SABATO 19 DICEMBRE**

---

## **Brindisi di Natale**

**a partire dalle ore 17.00 presso la sede CAI a Codroipo**

**Ci troveremo per scambiarci gli auguri di buone feste, accompagnati da un brindisi augurale e da una buona fetta di panettone.**

Con l'occasione verrà presentato il programma di attività ed escursioni 2027, in omaggio per tutti i presenti il nuovo libretto.



# Scuola di Escursionismo del Medio Friuli



Nel 2022 è nata ufficialmente la Scuola Sezionale di Escursionismo del CAI Codroipo, denominata "Medio Friuli", esattamente il 15 maggio 2022 è giunto il nulla osta dagli organi competenti centrali.

Dopo anni di crescita e formazione i nostri accompagnatori di escursionismo hanno finalmente una loro scuola.

Compito della Scuola è soprattutto l'attività didattica in ambito escursionistico: organizzazione dei corsi di escursionismo, aggiornamento dei titolati, la formazione dei direttori di escursione, ecc.

**Accompagnatori nazionali: Rosso Adriano ANE direttore**

**Accompagnatori 1° livello:**

**Rosso Fiorenzo AE - EEA / EAI vicedirettore**

**Petracco Chiara AE - EEA / EAI segretaria**

**Roman Fausto AE - EEA / EAI responsabile materiali**

**Agnoletti Stefano AE tesoriere**

**Favaro Luciano AE - EAI - ONTAM**

**Del Negro Pietro AE - EEA / EAI**

**Di Lenardo Laura AE**

**Drozina Corrado AE - EAI**

**Guerri Paola AE**

**Mainardis Elena AE**

**Protani Franco AE - EEA / EAI**

**Stradiotto Luca AE**

**Accompagnatori sezionali:**

**Iacuzzo Paolo ASE**

**Legenda qualifiche:**

AE = Accompagnatore di Escursionismo

AE - EAI = Accompagnatore di Escursionismo in ambiente Innevato

AE - EEA = Accompagnatore di Escursionismo su percorsi Attrezzati

ANE = Accompagnatore Nazionale di Escursionismo

ASE = Accompagnatore Sezionale di Escursionismo

ONTAM = Operatore Nazionale Tutela Ambiente Montano

e-mail: [scuolaescursionismofaicodroipo.it](mailto:scuolaescursionismofaicodroipo.it)

**dal 18 gennaio al 15 febbraio**

# **CORSO SCI FONDO**

**ALTERNATO e SKATING**

per principianti e di perfezionamento

aperto a tutti

**con i maestri della scuola Suola Italiana Sci ALPI GIULIE**



I corsi sono rivolti sia ai principianti sia a coloro che conoscono già queste attività e vogliono affinare la tecnica. Saranno strutturati in una lezione teorica e in 5 lezioni pratiche che si svolgeranno nelle piste di Tarvisio o della Val Saisera.

## **LEZIONI PRATICHE:**

**domenica 18 gennaio**

**domenica 25 gennaio**

**domenica 1 febbraio**

**domenica 8 febbraio**

**domenica 15 febbraio**

Costo del corso € 130,00

Prezzo scontato per familiari o conviventi (con stessa residenza) € 110,00

I corsi partiranno se sarà raggiunto il numero minimo di 7 partecipanti per ogni gruppo.

## **ISCRIZIONI**

Le domande di iscrizione vanno compilate su apposito modulo entrando nel sito [www.caicodroipo.it](http://www.caicodroipo.it) alla pagina dedicata al corso sci di fondo e cliccando al link dedicato.

Per informazioni e chiarimenti contattare: **Adriano Rosso 338.8559723**,  
mail: [escursionismo@caicodroipo.it](mailto:escursionismo@caicodroipo.it)



**dal 28 gennaio all'8 marzo**

# **Corso di escursionismo in ambiente innevato EAI1**



Il Corso è rivolto a soci che non hanno mai praticato l'escursionismo invernale o in maniera occasionale. Scopo del corso è essere in grado di frequentare la montagna in inverno accompagnati o autonomi su semplici percorsi.

È il primo passo per poter accedere ai successivi corsi di escursionismo avanzato o di ferrate.

## **LEZIONI TEORICHE**

**(ore 20.45 presso la sede CAI di Codroipo)**

**mercoledì 28 gennaio** L'escursionismo in ambiente innevato

**martedì 3 febbraio** Come muoverci e dove

**giovedì 5 febbraio** Sicurezza e riduzione del rischio

**giovedì 12 febbraio** La neve

**mercoledì 18 febbraio** Problematiche dell'escursionsimo in ambiente innevato

**mercoledì 4 marzo** L'escursione su terreno innevato

## **LEZIONI PRATICHE**

**(in ambiente montano)**

**domenica 8 febbraio** Abbigliamento e tecnica di marcia, ARTVA e cancelletto

**domenica 15 febbraio** La neve e le sue evidenze, test, ricerca con ARTVA

**sabato 7 marzo** Uscita finale con pernottamento in rifugio. L'ambiente, lettura del paesaggio, chiamata del soccorso

**domenica 8 marzo** Organizzazione e conduzione di un'escursione in ambiente innevato

**Per info: [scuolaescursionismo@caicodroipo.it](mailto:scuolaescursionismo@caicodroipo.it)**

**dal 6 maggio al 5 luglio**

# **Corso ferrate EEA**



Il Corso è rivolto a chi ha già frequentato dei corsi base di escursionismo, e che abbia una buona preparazione fisica. Chi non ha mai fatto nessun corso può accedere seguendo prima le lezioni aggiuntive. Per tutti ci sarà un'uscita conoscitiva valutativa per poter accedere al corso.

**Percorso formativo valutativo** (per chi non ha mai fatto corsi CAI)

**mercoledì 6 maggio**

L'escursionismo secondo il CAI,  
breve storia del CAI, la sezione

**mercoledì 13 maggio**

Lettura della carta, bussola e altimetro.  
Il meteo nell'attività escursionistica

## **LEZIONI TEORICHE**

**martedì 26 maggio**

(ore 20.45 presso la sede CAI di Codroipo)

**giovedì 28 maggio**

Equipaggiamento e materiali, normative

**mercoledì 3 giugno**

Ferrate e percorsi attrezzati, breve storia  
Catena di sicurezza, presentazione nodi  
e manovre di corda

**mercoledì 10 giugno**

Orientamento

**mercoledì 10 giugno**

Gestione e riduzione del rischio, meteo

**mercoledì 24 giugno**

Gestione delle emergenze in ferrata,  
richiesta di soccorso

**mercoledì 1 luglio**

Organizzazione dell'uscita, percorsi

## **LEZIONI PRATICHE**

**domenica 17 maggio**

(in ambiente montano)

**domenica 7 giugno**

Uscita conoscitiva con difficoltà EE

**domenica 21 giugno**

Escursione in ferrata, movimenti base

**domenica 28 giugno**

Escursione in ferrata, organizzazione  
e progressione, orientamento

**domenica 5 luglio**

Escursione in ferrata, gestione dei pericoli,  
bollettino meteo

**domenica 5 luglio**

Escursioni in ferrata e gestione del percorso  
completo con varietà di passaggi,  
gestione di emergenze e del gruppo

**Per info: [scuolaescursionismo@caicodroipo.it](mailto:scuolaescursionismo@caicodroipo.it)**

# Scuola di Alpinismo Gli Orsi



Nel 1990, per il decimo anno di attività, l'allora Sottosezione SAF di Codroipo, organizzò il primo corso di alpinismo su roccia. Ad oggi la Sezione di Codroipo può contare su una Scuola di Alpinismo con 28 istruttori, di cui 5 Istruttori Nazionali e 10 Istruttori di primo livello.

In questi anni di attività l'esperienza è maturata di pari passo con legami di amicizia, che hanno contribuito alla crescita tecnica e personale del corpo istruttori: capacità e passione a disposizione dei nostri Soci per frequentare con tecnica e sicurezza le terre alte.

Sito web: [www.caicodroipo.it](http://www.caicodroipo.it)

mail: [scuolagliorsi@gmail.com](mailto:scuolagliorsi@gmail.com)

**Direttore:**

**Luca Chiarcos** luca.chiarcos@caicodroipo.it - 340 4798861

**Vice Direttore Alpinismo:**

**Roberto Misson**

**Vice Direttore Arrampicata Libera:**

**Matthias Abele**

**Istruttori 2° livello (Nazionali):**

**Matthias Abele** INAL SA-VFG

**Fabrizio Betto** INSA-IA CAA

**Luca Chiarcos** INA-OMT SA-VFG CNSASA

**Davide De Podestà** INA-INSA GA CAA

**Diego Malisani** INAL SA-VFG

**Roberto Misson** INA-INAL SA-VFG

**Riccardo Pizzutti** INA - ISA

**Istruttori 1° livello:**

**Fabrizio Ciani** IA - IAL

**Paolo Clementi** IA - IAL

**Roberto Dattilo** IAL

**Asia D'Orlando** IA

**Roberto Lorenzo Faggiani** IAL

**Denis Lugano** IAL

**Stefano Martinuzzi** ISA-IA

**Alberto Urli** IA

# Scuola di Alpinismo Gli Orsi



## Istruttori sezionali:

<b>Matteo Amoroso</b>	<b>IS</b>	<b>Claudio Stefanuto</b>	<b>IS</b>
<b>Sara Berti</b>	<b>IS</b>	<b>Eric Prato</b>	<b>IS- SAGF</b>
<b>Roland Bertoli</b>	<b>IS</b>	<b>Giuseppe Tonas</b>	<b>IS</b>
<b>Tiziano Boem</b>	<b>IS</b>	<b>Michele Toniutti</b>	<b>IS</b>
<b>Sylvain Cimolino</b>	<b>IS</b>	<b>Massimo Trivellato</b>	<b>IS</b>
<b>Loris Facca</b>	<b>IS</b>	<b>Daniele Vuaran</b>	<b>IS</b>
<b>Carlo Nardini</b>	<b>IS</b>	<b>Nicole Valeri</b>	<b>IS</b>
<b>Massimo Olivotto</b>	<b>IS</b>		

## Aspiranti istruttori:

<b>Caterina Ragazzo</b>	<b>ASP</b>
<b>Gianluca Rugo</b>	<b>ASP</b>
<b>Elga Zomero</b>	<b>ASP</b>

## Legenda qualifiche:

<b>INA</b>	Istruttore Nazionale di Alpinismo
<b>INAL</b>	Istruttore Nazionale di Arrampicata Libera
<b>INSA</b>	Istruttore Nazionale di Scialpinismo
<b>IA</b>	Istruttore di Alpinismo
<b>IAL</b>	Istruttore di Arrampicata Libera
<b>ISA</b>	Istruttore di Scialpinismo
<b>IS</b>	Istruttore Sezionale
<b>OMT</b>	Operatore Materiali e Tecniche
<b>CNSASA</b>	Comm. Naz. Scuole di Alpinismo, Scialpinismo ed Arrampicata Libera
<b>SA-VFG</b>	Scuola di Alpinismo, Scialpinismo e Arrampicata libera VFG
<b>CAA</b>	Centro Addestramento Alpino El Aosta
<b>SAGF</b>	Soccorso Alpino Guardia di Finanza
<b>GA</b>	Guida Alpina
<b>ASP</b>	Aspirante Istruttore

# Scuola di Alpinismo Gli Orsi

## Proposta formativa 2026



### A1 - ALPINISMO BASE

**dal 17 marzo al 24 maggio**

Il corso si rivolge agli escursionisti evoluti che vogliono approcciarsi alla montagna in maniera maggiormente consapevole: prevede tre moduli dedicati all'ambiente invernale, alle vie ferrate ed all'arrampicata fino al II/III grado, lungo sentieri alpinistici e vie normali, dove l'uso della corda inizia a rendersi necessario.

Apertura preiscrizioni dal 15 gennaio al 27 febbraio.

### AR1 - ALPINISMO SU ROCCIA

**dal 29 maggio al 5 luglio**

È un corso avanzato, rivolto a chi ha già una base di esperienza in arrampicata o alpinismo (simile a un corso base come A1 o l'AL1) e mira a fornire le tecniche e le conoscenze necessarie per affrontare con maggiore sicurezza itinerari di arrampicata in ambiente montano, includendo progressione in cordata, assicurazione, autosoccorso e discesa in corda doppia. I prerequisiti includono una buona preparazione fisica e una certa dimestichezza con l'arrampicata.

Apertura preiscrizioni dal 27 marzo al 5 maggio.

### AL1 - ARRAMPICATA LIBERA

**dal 1 settembre al 4 ottobre**

L'obiettivo di questo corso è quello di insegnare le tecniche di base dell'arrampicata, l'uso corretto dell'attrezzatura (imbragatura, scarpette, bloccanti assistiti) e le manovre di sicurezza per la progressione su monotiri in falesia. Come prerequisito è preferibile aver frequentato il corso AL1.

## **ALI - ARRAMPICATA LIBERA INDOOR** **dal 3 novembre al 4 dicembre**

È un corso base, rivolto a chi desidera avvicinarsi all'arrampicata, apprendendo le tecniche fondamentali di arrampicata e la gestione della sicurezza in ambiente indoor. È propedeutico per la frequenza a tutti gli altri corsi proposti.

Le lezioni pratiche si articolano su due gruppi, uno al mercoledì ed uno al venerdì, mentre le lezioni teoriche sono in comune.

Apertura preiscrizioni dal 12 settembre al 17 ottobre.

**Il programma dettagliato dei corsi verrà pubblicato sul sito della sezione: [www.caicodroipo.it](http://www.caicodroipo.it)**

**mail: [scuolagliorsi@gmail.com](mailto:scuolagliorsi@gmail.com)**

### **ISCRIZIONI AI CORSI:**

1. Compilare il modulo online dal sito [www.caicodroipo.it](http://www.caicodroipo.it), nella sezione Scuola di Alpinismo "Gli Orsi".
2. Attendere conferma dell'iscrizione a mezzo email: la comunicazione conterrà anche le coordinate bancarie della Sezione per effettuare il versamento della quota di partecipazione.
3. Effettuare il bonifico bancario indicando nella causale nome, cognome e corso a cui ci si è iscritti (ad esempio Mario Rossi corso AR1 2026) ed inviare la contabile alla mail della scuola.
4. Alla presentazione del corso consegnare il certificato medico per attività non agonistica per perfezionare l'iscrizione

***L'iscrizione ai corsi è riservata ai Soci in regola con il tesseramento dell'anno in corso.***

***La Direzione della Scuola dà la precedenza nelle iscrizioni ai Soci della Sezione di Codroipo.***

# Gruppo Rocciatori Orsi



Siamo un gruppo composto da volontari uniti dalla passione per la montagna, dall'escursionismo alle uscite di alta montagna, passando per arrampicata e scialpinismo. Collaboriamo per fornirvi il miglior servizio in palestra seguendo la segreteria durante le aperture, l'organizzazione e la buona riuscita dei vari eventi durante l'anno e la pulizia e tracciatura della struttura.

Per quest'anno sono previsti i seguenti eventi:

## Febbraio: CARNIVAL CLIMBING PARTY

*La festa in maschera che unisce i climber*

## Luglio: JUNIOR CLIMBING

*Per i primi 4 Mercoledì del mese di Luglio dalle 20:00 alle 22:30 la palestra apre le porte a tutti i bambini dai 6 anni in su che vogliono provare questa disciplina*

## Ottobre: 22° SAN SIMONE CLIMBING FESTIVAL

*L'evento che ci rappresenta: arrampicata, buona compagnia, divertimento e sorrisi. Il meeting di arrampicata per presentare le nuove tracciature e avvicinare i climbers anche ad altri sport come slackline e acroyoga.*

Per rimanere aggiornati sui vari eventi, informazioni varie, aperture e chiusure straordinarie, potete seguirci sulla nostra pagina istragram:



@PALESTRA\_ARRAMPICATA\_CODROIPO

Referenti: **Roberto Faggiani, Caterina Ragazzo**

Referente palestra: **Roland Bertoli**

Referente tracciatura: **Roland Bertoli, Diego Malisani**

mail: [info@grupporocciatoriorsi.org](mailto:info@grupporocciatoriorsi.org)

# Gruppo Orsi Junior



Il Gruppo Orsi Junior è formato da Soci giovani ed è diviso in due gruppi: Under 20 ed Under 14.

Con il supporto del Gruppo Rocciaatori Orsi e della Scuola di Alpinismo Gli Orsi, si avvicinano alla pratica dell'arrampicata e dell'alpinismo.

L'attività si svolge settimanalmente in palestra indoor con due appuntamenti durante l'anno ad esclusione dei mesi estivi, e viene integrata con uscite in falesia ed in ambiente.

**Referenti tecnici:**

**Diego Malisani**

**Roberto Faggiani**

**Luca Chiarcos**

**Matthias Abele**

**Referente junior:**

**Elga Zomero**

**gennaio-aprile / ottobre-dicembre**

# **CORSI DI ALLENAMENTO FUNZIONALE**



**da GENNAIO ad APRILE  
da OTTOBRE a DICEMBRE**

Allenamento funzionale = azione + funzione

L'allenamento funzionale non mira ad allenare un singolo distretto muscolare ma si propone di allenare e di migliorare il movimento globale utilizzando tutti i piani e assi del corpo con un impegno psicofisico differente. L'allenamento include dunque movimenti multi-articolari multi-assiali ed esercizi che mirano a ricercare l'equilibrio attraverso l'utilizzo dei muscoli stabilizzatori.

Per partecipare ai corsi è necessario il certificato medico per attività ludico motoria.

**Le lezioni si svolgono il martedì ed il giovedì, dalle 19:30 alle 20:30  
nella palestra delle scuole di Piazza Dante.**

**Per ulteriori informazioni:**

**Istruttore Allenamento funzionale I.A.F. Giuseppe Tonas 338 9244540**



dal 1983 di De Tina Odilia & C. snc

# Osteria «alle Risorgive»



## A TAVOLA CON LA CUCINA TIPICA FRIULANA

Pranzi di lavoro

Giardino estivo

Premio Osteria dell'anno 2003

Sala per cerimonie

Sala riunioni



A tavola in friulano



## CAMERE

4 stupende camere con bagno privato, tv, wifi, condizionatore, ascensore, accesso handicap, noleggio biciclette e tanto altro!

Sede del Motoclub Risorgive



Sede Udinese Club Codroipo



CODROIPO (UD) Via delle Acacie 2  
Tel. 0432 904491 - 328 4698392  
osteriarisorgive@gmail.com  
Chiuso il Lunedì



## CAI Sezione di Codroipo

Via Circonvallazione Sud, 25  
33033 CODROIPO (UDI) - Tel. e WhatsApp 0432 900 355  
[www.caicodroipo.it](http://www.caicodroipo.it) - E-mail: [posta@caicodroipo.it](mailto:posta@caicodroipo.it)

Orari apertura sede:

Venerdì 20.00 - 21.30

Sabato 17.00 - 18.00 (periodo estivo 17.30 - 18.30)

