CLUB ALPINO ITALIANO
Sezioni di Cernusco s/N, Cologno M.se, Vimodrone
1946 Anno di Fondazione

07-08 Settembre 2024

Averau/Nuvolau, museo all'aperto delle 5 Torri e Labirinto del Latemar

un'escursione tra meraviglie della natura, storia e leggende…

accompagnatori: Beppe Zucchetti - Marco Passerini – Maurizio Reduzzi

Partenza: Sabato 7 Set.: partenza bus 03:30
Partenza da: Cernusco s/Naviglio: piazzale mercato / Via Buonarroti 39
Rientro: Domenica 8 Set.: partenza da passo di Costalunga circa alle 15:30
Trasporto: Bus
Equipaggiamento: *alta montagna + necessario per notte in hotel (+kit ferrata)*

	Sabato 7	***Domenica 8***
Difficoltà:	2 opzioni percorso: EE o EEA	Trekking EE
Dislivello:	+700	+250 mt
Altitudine:	max 2.600 slm	max 2.000 slm
Durata cammino:	8 ore	4 ore
Pranzo:	al sacco	al sacco o birreria
Cena e notte:	Hotel Rosalpina	---

Iscrizione: entro martedì **2024-Luglio-05** in sede **-** Caparra 50€ - posti max 55
Saldo: entro venerdì **2024-Luglio-26**
Pianificazione: **03 Sett. ore 21:00** *incontro in sede* **CAI Vimodrone** *per pianificazione e dettagli*
Quota soci CAI: 130€ (comprende: bus – 1 notte/1 colazione/1 cena in hotel)
Quota non soci: 160€ (include assicurazione obbligatoria X 2 giorni: infortuni/soccorso)
Comunicazioni: al momento dell'iscrizione si richiede di fornire telefono e e-mail per comunicazioni con i responsabili dell'escursione

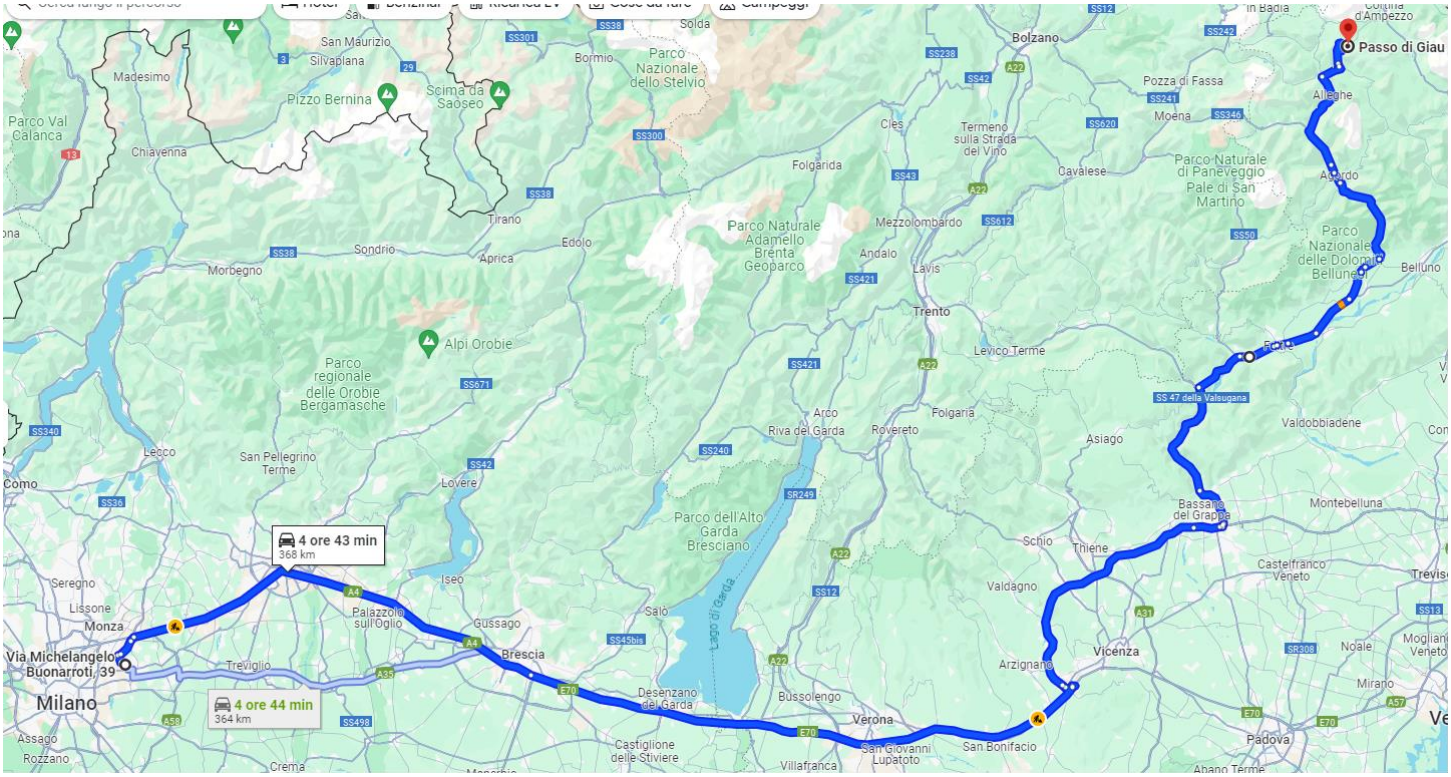
maggiori informazioni in **sede** o contattare marco.r.passerini@gmail.com

Il responsabile dell'escursione si riserva la possibilità di modificare l'itinerario o annullare l'escursione per motivi di sicurezza in caso di avverse condizioni meteorologiche.

Scala difficoltà: T=turistico, **E**=escursionistico, **EE**=escurs. esperti, **EEA**=escurs. esperti con attrezzatura, **EAI**= Escurs. Ambiente Innevato

Partenza del bus CAI:
Piazzale mercato Via Buonarroti ore **03:30**

364 km, 05:30 ore



SABATO 07

Partiremo insieme, per dividerci dopo poco in due gruppi:

GruppoA: chi preferisce una passeggiata semplice e rilassante. Itinerario per tutti, anche ragazzi

GruppoB: chi desidera fare anche una breve e facile via ferrata (con attrezzatura propria, omologata).

Dopo circa 2 ore i due gruppi si ricongiungono in cima al Nuvolau, per proseguire insieme, ancora su percorso per tutti, e qui ci immergeremo nel mondo della storia, alla scoperta di chi qui ha combattuto.

GruppoA: Giro dell'Averau, dal passo Giau ai Rif. Averau e Nuvolau

Partenza dal Passo di Giau

Quota media – scenografico – facile ma lungo – max 2.575 mt slm – disl. salita: 350 + 350

Classificazione CAI = "**EE**", ma priva di difficoltà, in quota media, intorno al bel massiccio Nuvolau/Averau. Il sentiero è in alcuni punti accidentato (caratteristica tipica degli itinerari dolomitici), ma è comunque alla portata di tutti.

- Panini da portare in proprio
- partenza dal passo di Giau alle 09:30 dopo un meritato caffè
- Dal passo Giau (mt 2.236) – inizio sentiero (n.443) congiunto per i due gruppi, dopo circa 15 min ci si separa
- Sentiero panoramico 452, per costeggiare in senso orario il massiccio dell'Averau/Nuvolau – circa 1h e 45min per arrivare, con calma, al **rifugio Averau**, con un dislivello di +170mt
- Salita al punto di rendez-vous con il GruppoB: **rifugio Nuvolau.** Si tratta di altri +165 mt di dislivello percorribili in ca. 30min. Qui attesa del GruppoB in arrivo dalla via Ferrata Ra Gusela.

La "Gusella del Nuvolau":

Partenza dal passo Giau: :

La "Gusella del Nuvolau" alla partenza dal passo Giau:

Rendez-vous al rifugio Nuvolau:

GruppoB: Via Ferrata “Ra Gusela”, dal passo Giau al Rif. Nuvolau

Partenza dal Passo di Giau

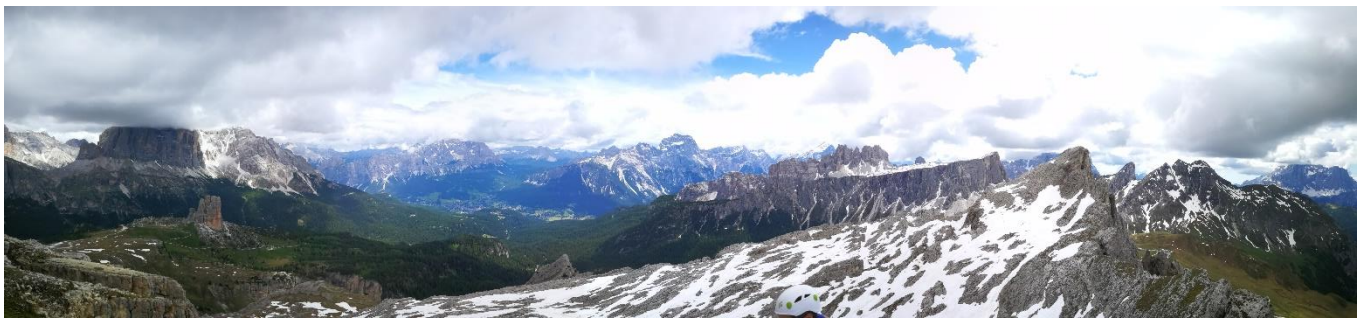
Quota media – molto scenografico – per escursionisti esperti e con attrezzatura (set per via ferrata) – max 2.575 mt slm – disl. salita +350 - +350

Per non esporsi a rischi, l’itinerario va affrontato con responsabilità e corretta attrezzatura: è caratterizzato da tratti mediamente esposti - si tratta di una parte della “***Alta via delle Dolomiti N.1***”, denominata “Via Ferrata **Ra Gusela**”, classificazione CAI “**EEA**” (**Escursionista Esperto con uso di Attrezzatura fissa e kit ferrata**).

Questa via ferrata è di grado **F (=Facile**), è quindi alla portata di chiunque abbia voglia di impegnarsi in qualcosa di diverso, ma richiede sufficiente preparazione fisica e attitudine. Da affrontare con la dovuta attenzione, in quanto si svolge in salita, in quota e offre una moderata esposizione.

- Panini da portare in proprio
- partenza dal passo di Giau alle 09:30 dopo un meritato caffè
- Dal **passo Giau (2.236 mt) –** sentiero 443, dopo circa 15 minuti i due gruppi si separano
- Salita sulla **Gusella del Nuvolau**:
    - sentiero n.443 (50min) sul piede erboso e poi roccioso della Gusella, aggirandola in senso antiorario
    - set-up e verifica attrezzatura 10min, attacco della **ferrata Ra Gusela** n.438 – 1° tratto attrezzato 40 min, essenzialmente in forte salita, in un canale inclinato, con buoni appigli e corda continua – presenza anche di una scaletta
    - all’arrivo del primo tratto ci aspetta un paesaggio bellissimo, siamo su una piana sassosa che si attraversa in 30 min per raggiungere la seconda frazione ferrata
    - all’attacco della seconda frazione ferrata si offre un panorama mozzafiato, dove vale la pena fare foto indimenticabili al baratro sulla valle sottostante, prima di affrontare l’ultima salita, su una cresta attrezzata con corde fisse e scala fissa, buoni appigli, media esposizione – circa altri 20 min per arrivare all’arroccato rifugio Nuvolau
- Rendez-vous con il GruppoA al **rifugio Nuvolau** (2.575).

Panorama dal rifugio Nuvolau, all’arrivo della ferrata “Ra Gusela”:



Tutti: Museo “5 Torri” della Grande Guerra e rientro al passo Giau

Inizia qui la parte più “culturale” della nostra escursione:

- Discesa al **rif. Averau** (2.413) tramite sentiero n.439 – Forcella Nuvolau 10min + Rif. Averau 10min (tot 20min -162 mt)
- partenza per il **rifugio Scoiattoli** a quota 2.225mt, si scende quindi di -188 mt su sentiero 439, circa 40min
- Pranzo (panini) – 40 minuti – foto alle 5 Torri (in realtà 4, ahimè … una è crollata qualche anno fa)
- Visita al **Museo all’aperto “5 Torri” della Grande Guerra**: Giro tra le 5 Torri – trincee, postazioni di artiglieria, (-100 / +100 mt lungo il percorso, in circa 1,5 ore)
- Arrivo al **Rif. 5 Torri** in ulteriori 30 min, per prendere poi il sentiero di rientro al passo Giau
- **Chi fosse stanco da qui può scendere a passo Falzarego con seggiovia, ed essere recuperato dal nostro bus**
- Per chi prosegue: rientro al passo Giau tramite sentiero 443 in circa 2h con un po’ di sali/scendi (-250/+250 mt)
- Trasferimento all’hotel con bus CAI, registrazione e cena in hotel (Hotel Rosalpina, Rocca Pietore).

Le “5 Torri”… in realtà 4 perché una è crollata ☹:

Museo all’aperto della grande guerra “5 Torri”:

Vista sulle Tofane dalle trincee:

Il massiccio “5 Torri” visto dall’omonimo rifugio:

Breve cenno storico:

Il 23 maggio 1915 il Regno d’Italia dichiarò guerra all’Impero Austro-Ungarico. L’esercito imperiale aveva approntato una linea difensiva che dallo Stelvio attraversava le Dolomiti fino a raggiungere il Carso e l’Adriatico. Cortina d’Ampezzo, che apparteneva all’Austria fin dal 1511, fu abbandonata dalle truppe austriache che si rafforzarono sul Passo Valparola e sul Lagazuoi, per difendere l’accesso alla Val Badia e alla Pusteria, obiettivo dell’avanzata italiana in questo settore.

Furono inutili gli assalti italiani nei primi mesi di guerra per superare le difese austriache al Passo Valparola, nonostante il Forte Tre Sassi qui costruito fosse stato subito messo fuori combattimento dall’artiglieria italiana alle 5 Torri.

Entrambi gli eserciti iniziarono a scavare il Lagazuoi per ricavare al suo interno ricoveri per uomini e armamenti, trasformandolo in una imponente fortezza naturale. Presto si resero conto che l’unico modo per conquistare le posizioni nemiche era di farle saltare in aria. Cinque mine esplosero sulla montagna cambiando addirittura il suo aspetto. Temendo un contrattacco austriaco gli italiani prepararono una linea difensiva alle 5 Torri, dove aveva sede il comando dell’artiglieria italiana. Oggi le postazioni di entrambi gli eserciti sono state restaurate grazie ad una partnership internazionale e a fondi stanziati dall’Unione Europea.

Ci sono ben 5 Musei della Grande Guerra in questa zona. Alle “5 Torri” si visitano le trincee difensive, le postazioni italiane e il comando dell’artiglieria.

La Ferrata “Ra Gusela” – per chi partecipa al GruppoB

Per una più dettagliata descrizione della via ferrata Ra Gusela (con foto e spiegazione dettagliata dei passaggi), visitare la recensione di “Vieferrate”:
http://www.vieferrate.it/pag-relazioni/relazioni-regione-veneto/90-nuvolao/179-ra-gusela.html

Sulla ferrata “Ra Gusela” è necessario utilizzare l’apposito set da ferrata.

Per questa variante dell’escursione sono necessari:

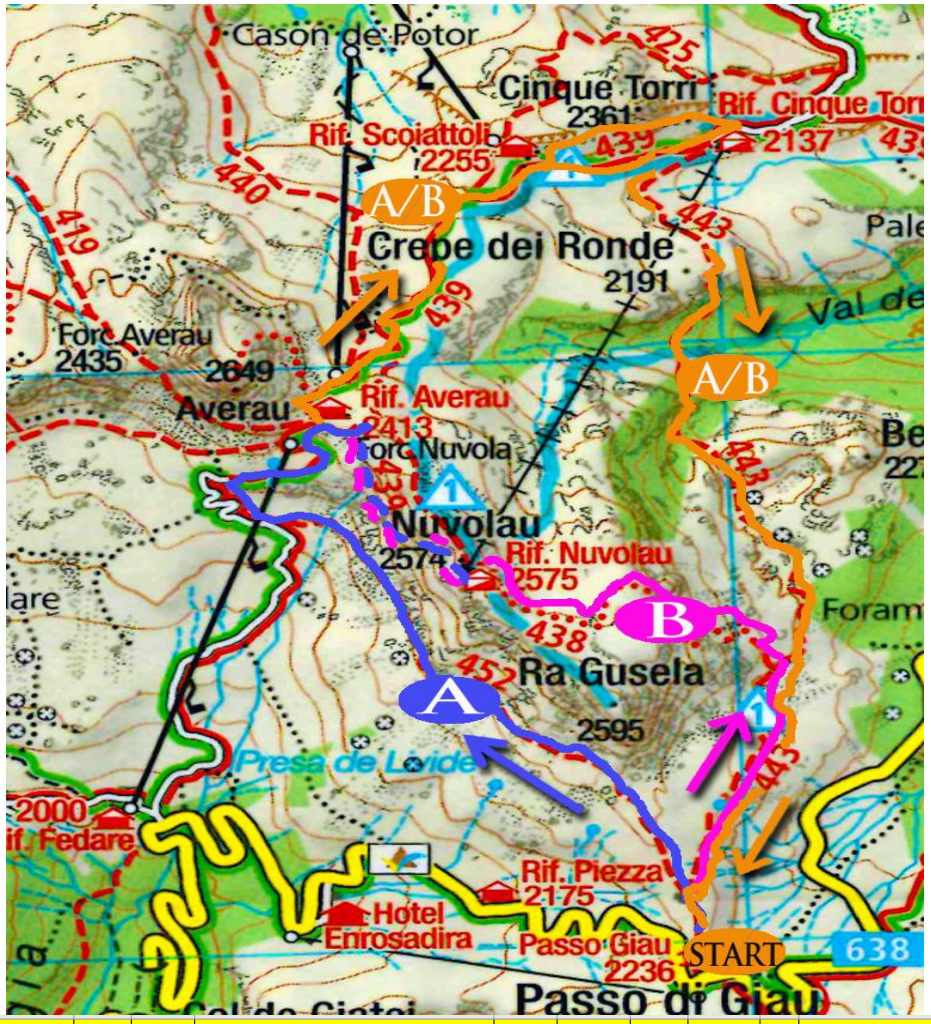
1) **assenza di vertigini**, se ne soffrite (o se non siete sicuri di non soffrirne) unitevi al GruppoA, non esponete voi stessi e gli altri a difficoltà
2) **scarponcino** con suola a **carrarmato** poco flessibile, meglio con **caviglia alta**: una banale storta a una caviglia su questo itinerario può rivelarsi un problema
3) **set da ferrata omologato** – *il direttore di escursione si riserva il diritto di accettare i partecipanti nel GruppoB anche in base all’attrezzatura.*

Ferrata “Ra Gusela” – 1° tratto:

Ferrata “Ra Gusela” – il pianoro lunare tra le due frazioni attrezzate:

Ferrata “Ra Gusela” – sulla cresta del 2°tratto e all’arrivo:

Itinerario e timetable di Sabato 07



da	m slm	start	a	tempo	arrivo	m slm	disliv.	via	note
Parcheggio mercato - Cernusco S.N.		03:30	Passo Giau	**05:30**	09:00	2.250			trasferimento con bus CAI
Colazione		09:00		**00:30**	09:30				
GruppoA (SEMPLICE)									
Passo Giau - Rif. Giau	2.236	09:30	Bivio GruppoA/GruppoB	**00:15**	09:45	2.250	14	443	GruppoA e GruppoB
Costa Ovest del Nuvolau	2.250	09:45	Rif. Averau	**01:45**	11:30	2.413	163	452	
Rif. Averau	2.413	11:30	Rif. Nuvolau	**00:30**	12:00	2.575	162	439	
Rendez-vous con GruppoB	2.575	12:00	Rif. Nuvolau	**00:30**	12:30	2.575			breve pausa al Rif. Nuvilau
GruppoB (con via ferrata)									
Passo Giau - Rif. Giau	2.236	09:30	Bivio GruppoA / GruppoB	**00:15**	09:45	2.250	14	443	GruppoA e GruppoB
Avvicinamento a ferrata	2.250	09:45		**00:50**	10:35	2.400	150	443	
Setup attrezzatura	2.400	10:35		**00:15**	10:50	2.400	0	443	
Inizio ferrata "Ra Gusela"	2.400	10:50	intermedio ferrata	**00:40**	11:30	2.500	100	438	Ferrata Ra Gusela 1° tratto
intermedio ferrata	2.500	11:30	inizio seconodo tratto ferrata	**00:30**	12:00	2.550	50	438	
inizio seconodo tratto ferrata	2.550	12:00	Rif. Nuvolau	**00:30**	12:30	2.575	25	438	Ferrata Ra Gusela 2° tratto
Rendez-vous con GruppoA	2.575	12:30	Rif. Nuvolau	**00:00**	12:30	2.575			
Tutti									
pranzo al Rif. Nuvolau	2.575	12:30	pranzo	**00:30**	13:00	2.575			
Rif. Nuvolau	2.575	13:00	Rif. Averau	**00:20**	13:20	2.413	-162	439	
Rif. Averau	2.413	13:20	Rif. Scoiattoli	**00:40**	14:00	2.225	-188	439	
caffè al Rif. Scoiattoli	2.225	14:00	caffè al Rif. Scoiattoli	**00:15**	14:15	2.225			
Rif. Scoiattoli	2.225	14:15	A spasso tra le 5 Torri	**01:25**	15:40	2.225	-90/+90	439	Museo della grande guerra "5 Torri"
Rif. Scoiattoli	2.225	15:40	Rif. 5 Torri	**00:30**	16:10	2.137	-100	439	
Rif. 5 Torri	2.137	16:10	Passo Giau	**02:00**	18:10	2.236	200	443	
Rendez-vous con bus		18:10		**00:20**	18:30				
Passo Giau		18:30	Hotel	**00:30**	19:00				trasferimento con bus CAI

Domenica 08

Tutti: A spasso nel Labirinto del Latemar

Partenza dal passo di Costalunga

Quota media – molto scenografico – media difficoltà (EE+) – max 1.950 mt slm – disl. salita: ca +200 mt

- Partenza alle 08:00 dall'hotel per il Passo di Costalunga (1.745 mt) a poco più di un'ora di distanza
- Avvicinamento al piede del Monte Latemar tramite sentieri 13 e 21
- Bel percorso in foresta di abeti armonici rossi (quelli usati dai liutai altoatesini), in leggera salita – questa parte del percorso è molto semplice (sentiero 21)
- Arrivo alla baita Mitterleger in circa 1h, (1.840 mt), da qui inizia il vero e proprio "Labirinto"
- Seconda parte: percorso tra i massi caduti dai campanili del Latemar (da qui il nome "labirinto") su sentiero 20 a quota massima 1.950 mt, quindi il dislivello massimo è di circa 200 mt – questa parte del percorso è su roccia e in alcuni punti può richiedere anche l'uso delle mani, ma è comunque semplice – tempo medio 2h, a causa di foto ed esplorazioni varie ☺
- Ritorno al Passo di Costalunga su sentieri 18 e 17 – circa 1h
- Pranzo (es: wurstel/speck/patate/kaisershmarren, …) e birra alla baita Mototreff prima di ripartire, chi preferise può ovviamente provvedere in proprio
- Partenza per Cernusco circa alle 15:00
- Se riusciremo ad anticipare, potremo anche fermarci per una breve sosta al favoloso Lago di Carezza, che si trova a circa 20 min. dalla partenza da Costalunga
- Arrivo a Cernusco sul Naviglio circa alle 19:30.

Avvicinamento al Labirinto, la prima parte nella foresta di abeti armonici rossi:

A spasso nel Labirinto del Latemar:

Itinerario e timetable di Domenica 08

da	m slm	start	a	tempo	arrivo	via	m slm	disliv.
Colazione		07:00						
Hotel Rosalpina		07:45	Passo di Costalunga	**01:30**	09:15		1.745	
Passo di Costalunga	1.745	09:30	Baita Mitterleger	**01:00**	10:30	21	1.840	95
Baita Mitterleger	1.840	10:30	termine Labirinto	**02:00**	12:30	20	1.950	110
termine Labirinto	1.950	12:30	Passo di Costalunga	**01:00**	13:30	18+17	1.745	-205
							TOT:	**205**
panino e birra al Mototreff		13:30		**01:00**	14:30			

Note generali:

1) **Assunzione di responsabilità**: chi partecipa alle escursioni qui proposte assume, volontariamente e liberamente (i genitori anche per conto dei minorenni) i rischi tipici delle escursioni in montagna caratteristici del tipo di percorso descritto.

2) **Orario di partenza**: per rispetto a tutti gli altri partecipanti è importante presentarsi all'appuntamento entro l'orario stabilito. Un ritardo in partenza può compromettere la fattibilità dell'escursione, di conseguenza non sarà possibile derogare sull'orario.

3) **Variazioni o annullamento:** I coordinatori propongono qui un programma soggetto a eventuali variazioni o annullamento, nel caso non sussistano, a buon senso, le condizioni per eseguire in sicurezza parte dei percorsi o l'intera escursione.

4) **Alloggiamento:** alloggeremo in hotel, portarsi quanto serve per la notte.

5) **Obbligo d'informarsi sull'attrezzatura:** il partecipante ha l'obbligo di informarsi sull'attrezzatura necessaria e si impegna ad essere adeguatamente attrezzato.

6) **Scarpe**: data la natura del tracciato (soprattutto le parti sommitali e quelle su fondo detritico) è indispensabile lo scarponcino da montagna, con buona suola a **carrarmato** (no sneakers, scarpe da ginnastica o altro), a caviglia alta.

7) **Abbigliamento**: a strati. Data l'instabilità del tempo, una mantellina impermeabile o keeway o equivalente da portare nello zaino per ripararsi da eventuale pioggia. Felpa di pile o tessuti tecnici e pantaloni adeguati: comodi – non stretti, lunghi.

8) **Attrezzatura da ferrata**: I partecipanti al GruppoB devono essere muniti del kit da ferrata completo e omologato (casco – imbrago – set dissipatore/2 longe /moschettoni).

9) **Preparazione fisica**: l'itinerario proposto è faticoso per via dei dislivelli, della pendenza di alcuni tratti e per l'estensione – inoltre per i partecipanti al GruppoB si richiede buona preparazione atletica e totale assenza di vertigini – è necessario quindi affrontarlo prima di tutto "con la testa", ovvero con coscienza delle proprie capacità e limiti. Serve la necessaria preparazione fisica.

10) **Rispetto per la natura**: l'escursione si svolge in un territorio di particolare bellezza paesaggistica e valore naturalistico: si possono incontrare una gran varietà di fiori, anche non comuni, insetti, uccelli, anfibi e mammiferi di piccola, media e grande dimensione. In tale ambiente sono richiesti particolare attenzione e rispetto per la natura, è assolutamente vietato raccogliere fiori, molestare gli animali e dare loro da mangiare, lasciare qualunque tipo di spazzatura, inquinare le acque.

11) **Zaino**: uno zaino a testa per i pasti, l'attrezzatura per la notte, l'attrezzatura da ferrata e abbigliamento extra.

12) **Attrezzatura fotografica**: ci saranno occasioni per scatti molto belli, venite attrezzati!

13) **Cibo, acqua, prodotti energetici:** a mezzogiorno sarà possibile mangiare "al sacco", da provvedere in proprio. Necessaria borraccia o bottigliette d'acqua - una a testa (potremo riempirle ai rifugi). Consigliati anche prodotti energetici, tipo tavolette di cioccolato e frutta secca.

La “leggenda delle bambole”:
la nascita dei *Campanili* e del *Labirinto del Latemar*

Tornando a casa col bestiame, dei bambini notarono un bel coltello dall’impugnatura dorata. Minega, la più grande, corse più forte che poté dal vecchio che lo aveva perso e gli consegnò il coltello. L’uomo, felicissimo, promise alla brava bimba di esaudire un suo desiderio. Minega voleva una bambola. “Bene” disse il vecchio, “vieni qui domani con gli altri bambini che erano con te oggi e vi porterò una schiera di bambole. Potrete scegliere voi la più bella.”
La fanciulla ringraziò e si affrettò a tornare a casa. Sopra a Tamion il sentiero portava oltre un torrente e sul tracciato si trovava una donna straniera. Minega replicò al saluto e le raccontò quanto successo. “Bambina fortunata”, disse la straniera, “il vecchio di Venezia con cui hai a che fare, è un uomo ricchissimo che vive nelle vicinanze del Latemar e possiede tesori meravigliosi come miniere d’oro. Ha anche bambole di due tipi: quelle con vestiti di seta bianca, gialla e rossa e quelle con vestiti di broccato con collane di perle e corone d’oro. Se domani vi porta solo le bambole con vestiti di seta, non devi accontentarti, ma dire: “*Pope de preda con strazze de seda ste lì a vardar el Latemar!*” E allora il vecchio avaro ti porterà anche le costose bambole con le corone d’oro.” Dopo che la donna le ebbe detto queste cose, si inoltrò nella foresta scura.
Il giorno seguente Minega e gli altri pastorelli giunsero al Latemar. Non appena raggiunsero il luogo convenuto, udirono in alto uno strano rumore: guardarono in su e in cielo si aprì un pesante portone, da cui uscì una schiera di bambole con vestiti di seta bianca, gialla e rossa. Immobili dallo stupore i bambini osservarono lo spettacolo unico. Dopo un po' Minega pronunciò il detto e contemporaneamente si sentì un sibilo e un fischio dalla montagna. Dal bosco risuonò una risata di scherno e le bambole si trasformarono in pietra. Ancora oggi si possono vedere gli splendidi vestiti colorati delle bambole pietrificate brillare alla luce del sole, soprattutto al tramonto e all’alba, ma molte bambole si sono sgretolate formando il … **Labirinto del Latemar**.

La “leggenda della ninfa Ondina”: i colori del lago di Carezza

Leggenda narra che lo *stregone del Latemar*, innamorato della ninfa Ondina, tentò più volte di rapirla.
Un giorno chiese aiuto alla *Stria del Masarè*, una strega, che architettò un piano geniale: propose al mago di prendere le sembianze di un venditore di pietre preziose e gioielli per costruire un arcobaleno che andasse dal Catinaccio al Latemar.
Ondina, che non aveva mai assistito ad uno spettacolo simile, si sarebbe sicuramente avvicinata alla riva del lago per ammirarlo da più vicino. Il mago decise, quindi, di seguire le indicazioni della strega e creò un meraviglioso arcobaleno.
La ninfa, sorpresa, uscì dall’acqua e si avvicinò alla riva incuriosita. Lo stregone corse al lago, ma dimenticò il travestimento da venditore. Ondina lo riconobbe e in un batter d’occhio sparì fra le acque. Da quel momento nessuno la vide più, né sentì un’altra volta la sua voce soave.
Il mago, pazzo d’amore, lanciò i gioielli nel lago e fece a pezzi il meraviglioso arcobaleno. Poi fuggì sul monte Latemar e anche di lui non si ebbero più notizie.
I colori delle pietre preziose e dell’arcobaleno finirono nelle acque del lago, dandogli tutti i colori dell’iride di cui oggi ancora risplende: dal verde all’azzurro fino all’indaco, il lago di Carezza riflette le tonalità del paesaggio che lo circonda in base all’orario e alla stagione.

I Campanili del Latemar si specchiano nel Lago di Carezza: