



I ghiacci delle Giulie

Alla scoperta dei segreti dei ghiacci del Montasio

Escursioni: [Trekking](#)

Difficoltà: 6

Dislivello: 920 m

Durata: 7 h

Data attività: 16/08/2025 08:00

Termine iscrizioni: 15/08/2025

Prezzo: 39 €

Le Alpi Giulie custodiscono i ghiacciai più a bassa quota e più orientali delle Alpi. Affronteremo la splendida salita allo Jof di Sompdogna in un percorso ad anello che ci porterà ad ammirare in tutta la sua bellezza l'ambiente del ghiacciaio.

Andremo ad esplorare il territorio e scoprire questi affascinanti luoghi assieme alla preparatissima **dott.ssa Mezzena Lona**, che ha dedicato anni di studi ad ambienti di ghiacciaio e ai loro segreti.

Incluso nel prezzo

- servizio guidato A.M.M. Guide alpine FVG;
- approfondimento con Polar scientist;
- assicurazione responsabilità civile terzi;
- servizio di recupero e soccorso in caso di necessità.

Non incluso nel prezzo

- trasferimenti;
- pranzo al sacco;
- assicurazione personale;
- tutto quanto non è compreso alla voce "incluso nel prezzo".

Punto di ritrovo / Sede del corso:

Malga Saisera
33010 Malborghetto UD

Elenco materiali necessari:

VESTIARIO

Pantaloni da trekking
Intimo tecnico traspirante
Strato termico traspirante (dolcevita o maglia a maniche lunghe tipo softshell o pile)
Giacca possibilmente antivento in "Windstopper" o piumino (in base alle temperature stagionali)
Giacca impermeabile in "Gore-tex" o similare (solo il guscio, senza imbottitura)
Calzetti tecnici
Cappello parasole o berretto
Buff leggero
Guanti leggeri (in base alle temperature stagionali)

ATTREZZATURA TECNICA

Zaino da giornata (cap. indicativa 30 litri)
Scarpone leggero o scarpa tecnica (anche bassa)

MATERIALI VARI

Bastoncini telescopici da trekking
Occhiali da sole
Crema solare
Borraccia e/o camelbag (capacità di 1,5 o 2 litri)
Barrette energetiche/snack
Macchina fotografica
Pila frontale
Kit di pronto soccorso. La Guida Alpina avrà un kit con quanto necessario per tutto il gruppo.

Vi consigliamo tuttavia di prendere con voi le medicine personali e particolari di cui fate uso normalmente.

Prerequisiti:

Info e contatti guida:

Tiziana Romano - A.M.M. Guide Alpine FVG - Mountain Leader UIMLA cell: 329 3121220 mail: tiziana.romano@primealps.it