



Minitrek nel cuore delle Dolomiti

Dolomiti Ampezzane in solitudine

Escursioni: Trekking

Difficoltà: 7

Dislivello: 1650m

Durata: 2g

Lunghezza percorso: 26km

Data attività: dal 01/10/2025 07:00

al 02/10/2025 16:00

Termine iscrizioni: 15/09/2025

Prezzo: 90 €

Per ottobre ti propongo questa escursione speciale di **due giorni** che ci porterà a scoprire una delle zone scenograficamente più pregevoli all'interno del Parco di Fanes-Senes-Braies. Perché in ottobre? Perché i primi rigori dell'autunno allontanano le folle chiassose dell'estate e riportano la giusta serenità in questo angolo di montagne, universalmente riconosciute come tra le più belle del mondo.

Saranno **due giornate di trekking lento**, dedicato alla salita di due cime simbolo di questi luoghi.

Il primo giorno di cammino, dopo il trasferimento dal Friuli, ci vedrà partire dal parcheggio di **Ra Stua** per risalire la valle del torrente Boite fino alla spianata del Cianpo de Crosc. Per comoda mulattiera guadagneremo quota alla volta del **rifugio Fodara Vedla** prima di dirigere verso la prima vetta di questo trekking: la **cima Lavinores (Sas dla Para)**. La salita alterna tratti di rado bosco e mughì fino allo spallone finale, dove il panorama si apre tutt'attorno in un tripudio di cime. La vetta raggiunge i 2462m ed è una delle migliori per gustarsi l'orizzonte do forme dolomitiche di queste montagne celebri.

Rientrati a Fodara Vedla proseguiremo fino al **rifugio Sennes** dove ci accomoderemo per la notte all'interno della splendida struttura.

Dislivello: 930m - Durata circa 6/7 ore per 13 km - Difficoltà: escursionistica - Esposizione: bassa.

Il secondo giorno partiremo dopo una lauta colazione in direzione del rifugio Biella attraverso gli splendidi panorami alpini di Sennea, luogo stupendo dove il tempo pare cristallizzato.

La nostra metà si vedrà già stagliarsi sullo skyline, stregandoci per la sua mole estetica. La **Croda del Becco** ci garantirà emozioni fortissime, con un'ascesa che passerà attraverso il rifugio Biella e terminerà a 2810m. Non potremmo che restare incantati dalla magnificenza delle Dolomiti e dal colore smeraldo del lago di Braies sullo sfondo.

Sulla via del rientro passeremo sulle sponde dell'isolato **lago di Ra Fosses**, altro diamante incastonato in una valle secondaria, prima di scendere nuovamente a Ra Stua chiudendo quest'incredibile anello escursionistico.

Dislivello: 700m - Durata circa 7 ore per 13 Km - Difficoltà: escursionistica - Esposizione: a tratti media sulla parte finale della salita alla cima.

Possibilità di pagamento del trekking direttamente alla guida il giorno dell'escursione. Per motivi organizzativi (prenotazione del rifugio) il contatto diretto con la guida Omar (obbligatorio da effettuarsi in maniera preventiva all'adesione/pagamento via sito) dovrà avvenire **tassativamente entro il 15 settembre**.

Sono previsti massimo 8 posti, minimo 6.

Incluso nel prezzo

- 2 giornate con guida AMM FVG – Mountain Leader;
- Assicurazione RC della guida;
- Allerta soccorsi con tecnologia satellitare In Reach in caso di necessità.
- Soccorso e recupero gratuiti in caso di necessità.

Non incluso nel prezzo

- Pranzi al sacco dei 2 gg (il primo in autonomia mentre il secondo possibilità di richiesta al rif. Sennes);
- Pernottamento presso il rifugio (costo 50€ comprensivo di colazione, cena alla carta)
- Consumazioni extra presso le strutture di passaggio;
- Bevande a cena;
- Trasferimenti (possibilità di passaggio dalla Carnia a 10€);
- Tutto quanto non indicato alla voce “incluso nell’offerta”.

Attività riservata agli adulti

Punto di ritrovo / Sede del corso:

Parcheggio Fiames, Cortina d'Ampezzo (BL)

Elenco materiali necessari:

VESTIARIO:

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

ATTREZZATURA TECNICA:

Zaino di capacità maggiore (40 litri indicativi)
Scarpone leggero o scarpa tecnica (anche bassa);
Bastoncini telescopici da trekking

Occhiali da sole
Crema solare
Borraccia e/o camelbag (capacità di 1,5 o 2 litri)
Barrette energetiche/snack

PER IL RIFUGIO:

Sacco lenzuolo;
Kit igiene personale;
Ricambi (maglietta, intimo, calze);
Carica batterie e/o battery pack.

Prerequisiti:

Buon allenamento fisico

Info e contatti guida:

Omar Gubeila

A.M.M. Guide Alpine FVG - Mountain Leader

Già gestore del rifugio De Gasperi

Guida del Parco Dolomiti Friulane

Tecnico Soccorso alpino 2005-2022

Telefono 349-4664679

omar.gubeila@primealps.it