

DATI ORGANIZZATIVI

MEZZO DI TRASPORTO: MEZZI PROPRI
CHIUSURA ISCRIZIONI: 09/10/2025
LUOGO DI RITROVO:
PARK CASELLO AUTOSTRADA SPINEA (VE)
ORARIO DI RITROVO: 6:20
ORARIO DI PARTENZA: 6.30
ORARIO DI RIENTRO: 20:00:00

DATI DELL'ESCURSIONE

GRUPPO MONTUOSO:
DOLOMITI AMPEZZANE
PARTENZA ESCURSIONE:
LAGO PIANÒZES (TRA SAN VITO E CORTINA),
1176 m
DIFFICOLTÀ CAI: E
CARTOGRAFIA:
TABACCO FOGLIO 3 – SCALA 1:25.000
SEGNAVIA: 432, 431, 430
QUOTA MASSIMA: 2046 M
DISLIVELLO POSITIVO: 900 M CIRCA
DISLIVELLO NEGATIVO: 900 M CIRCA

DURATA (SCLUSE SOSTE): 6 H 30'
LUNGHEZZA: 13 KM CIRCA
FONTI D'ACQUA: NO
PRANZO:

AL SACCO (CONSIGLIATO THERMOS CON THE CALDO O ALTRA BEVANDA CALDA)

EQUIPAGGIAMENTO:
ABBIGLIAMENTO DA ALTA MONTAGNA ADATTO ALLA STAGIONE IN CORSO, GIACCA O MANTELLA PER LA PIOGGIA, NO SCARPE DA GINNASTICA

CONSIGLIATI BASTONCINI TELESOPICI

ACCOMPAGNATORI

WHATSAPP ORARI GIORNALIERI
ASE **MARTINA CHINELLATO** ☎ +39 3478554687
ASE **BARBARA SCANTAMBURLO** ☎ +39 3494724046

ASE **ANNA TREVISANATO** ☎ +39 3405789263

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

IN SEDE CAI, DALLE 21:00 ALLE 22:00, SOLO NEI DUE GIOVEDÌ PRECEDENTI ALL'ESCURSIONE (IL 2 E 9 OTTOBRE)



12 OTTOBRE 2025

DOLOMITI AMPEZZANE

GORES DE FEDERA E CRODA DA LAGO

Uscita sezionale “Ladies and The Mountains”, uscita dedicate alle donne appassionate di montagna, con lo spirito di ricordare l'importanza della solidarietà ed empatia tra donne, amiche, sorelle, madri e figlie, colleghe, innamorate e qualsiasi rapporto le avvicini.

Accesso

Lasciemo l'auto ad un comodo parcheggio nei pressi del lago di Pianòzes, che incontreremo subito dopo San Vito di Cadore, poco prima di Cortina.

Avvicinamento

Prendiamo il sentiero Cai 432, e percorriamo il **Gores de Federa**, un percorso realizzato dalle **Regole D'Ampezzo** con l'intento di valorizzare una magnifica zona del territorio.

Il percorso si trova all'interno dell'incontaminata foresta di Federa e si sviluppa tra dolci salite e lievi discese, si costeggiano cascate, gole, marmitte e rivoli d'acqua, attraversando svariati ponti sospesi sul Ru Federa e punti panoramici sulla conca ampezzana. Dopo circa un'ora e mezza di cammino si arriva alla Malga Federa, punto da cui si apre alla vista un panorama eccezionale: becco di Mezzodi da un lato, Pomagagnon, Cristallo e Faloria dall'altro.

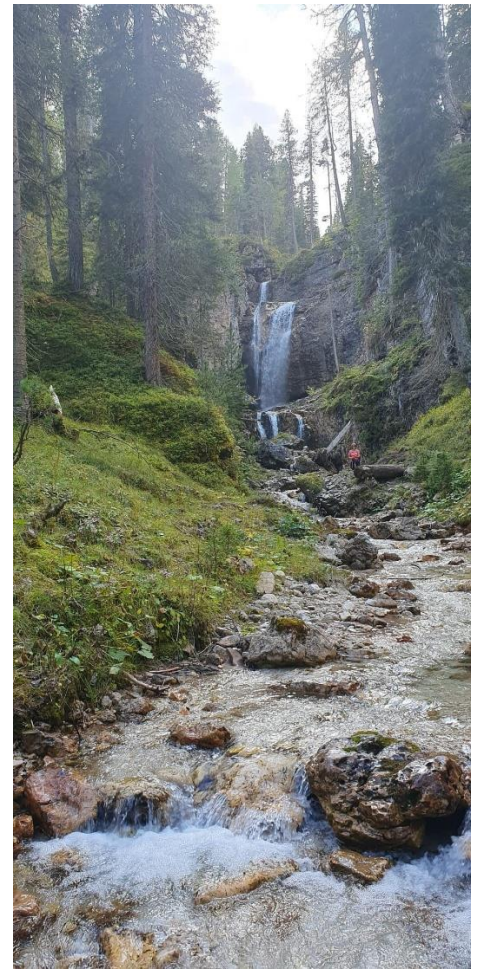
Proseguendo per altri 40 minuti circa, arriviamo al rifugio Palmieri, meglio conosciuto come Croda da Lago.

Il calore dei colori che ci regala l'autunno e fanno da cornice ad un'ambientazione magica, nei pressi del lago.

IL REGOLAMENTO DELLE ESCURSIONI SOCIALI È VISIONABILE PRESSO LA SEDE O SUL SITO WWW.CAIMIRANO.IT A CUI SI RIMANDA ANCHE PER EVENTUALI AGGIORNAMENTI O MODIFICHE DEL PROGRAMMA. GLI ACCOMPAGNATORI SI RISERVANO DI VARIARE LA DATA, I PERCORSI E/O IL PROGRAMMA DELL'USCITA ANCHE IN FASE DI SVOLGIMENTO.

Discesa

Dopo una pausa pranzo, circumnavighiamo il lago e riprendiamo la strada del rientro completando l'anello. Prendiamo il sentiero 431, sempre all'interno del bosco e scendiamo prima velocemente, dopo più lentamente, fino ad arrivare al rifugio Lago D'Ajal, dove potremmo fermarci per una breve sosta. Di qui arriveremo velocemente al parcheggio prendendo il sentiero 431.



Regole d'Ampezzo: Sono un'antichissima istituzione che riunisce alcune famiglie della valle in una forma di gestione collettiva del territorio. Un sistema affascinante e unico, che ha le sue radici oltre mille anni fa e che ancora oggi è un esempio vivo di autogestione, conservazione e rispetto delle risorse naturali. Questa comunità da secolo condivide, protegge e cura i suoi boschi, alpeggi e pascoli, tramandando questi valori di generazione in generazione. Sono custodi di un prezioso patrimonio storico e culturale

Il significato di Gores de Fedéra: In ladino ampezzano “Gores” significa “Gole” (gola = vallata molto profonda a forma di corridoio, incisa da un fiume). Fedéra è invece il nome della zona, ed il termine significa ovile.

Fonti: www.guidedolomiti.com...