

Per quest'estate ci siamo arresi! Vi abbiamo lasciato puntare verso il mare senza sensi di colpa, che, per la verità, un po' sono venuti a noi a cui è parso di abbandonarVi alle lunghe file di auto incolonnate sulla via delle spiagge, invece di tentarVi con succulente proposte outdoor che, comunque, siamo pronti ad offrirvi per l'oramai imminente Autunno.

## Programma Autunno 2010

### CORSO DI ...

#### **NORDIC WALKING Sab. 18 Sett. – Sab. 25 Sett. – Sab. 02 Ott.**

Tre Sabati per scoprire altrettante magnifiche località della nostra regione, con la scusa di imparare le tecniche di questa nuova interessante disciplina, ideale per aiutare le nostre stanche ginocchia! Dove andremo? Parco Storga, Lio Piccolo, Somadida.

#### **CANOA CANADESE Sab. 18 Sett. – Sab. 25 Sett. – Sab. 02 Ott.**

Tre pomeriggi per innamorarsi della canoa indiana, del suo meraviglioso scivolare silenzioso sull'acqua; sarà altrettanto bello ed emozionante regalarsi un po' di scorci di Sile nella stagione in cui esplodono i colori più caldi.

#### **ARRAMPICATA SPORTIVA Sab. 02 – Sab. 09 – 16 e 17 Ottobre**

Due sabati ed un fine settimana per sperimentarsi in assoluta sicurezza con il mondo della verticale. Dai primi passi, alla consapevolezza nelle manovre essenziali, fino ai primi itinerari da capocordata. Un'esperienza imperdibile per quanti si sentono attratti da questo fantastico sport! Dove andremo? Erto, Marciaga, Arco di Trento.

### I WEEK END DELL'OUTDOOR ...

#### **Domenica 12 Settembre – trekking**

##### **GIARDINO VEGETAZIONALE ASTEGO: Fiori e Nordic Walking**

Una ricostruzione dei principali ambienti naturali delle nostre prealpi ed una camminata con i bastoncini tra i boschi di castagno di Crespano sono gli ingredienti per una domenica diversa, divertente ed interessante! Facile, per tutti!

#### **Domenica 19 Settembre – rafting naturalistico**

##### **SUL SILE ... DI PORTO IN PORTO**

Torna la settimana europea della mobilità sostenibile e con essa la tradizionale proposta di discese dalla centrale di Silea al Porto di Cendon. Quattro partenze nell'arco della giornata per una pagaiata sempre bellissima!

#### **Domenica 26 Settembre – trekking**

##### **COL DEI BOIS ... ESCURSIONE CON VISTA!**

Una giornata diversa, sulle tracce della Grande Guerra per guadagnare uno dei più bei panorami della Conca d'Ampezzo. Due vie raggiungere la vetta: un sentiero di guerra, semplice, ma arduo ed una nuova ferrata, per chi ama sperimentarsi con la verticalità. Una volta in cima pranzereemo e scenderemo tutti insieme!

#### **Domenica 03 Ottobre – cicloturismo**

##### **ALTO SILE BIKE**

Da Quinto alle sorgenti e ritorno: un mondo antico ed una natura avvolgente! Mulini, polle, la piazza di Badoere, la vecchia ferrovia, l'Oasi di S. Cristina ...

Difficoltà: facile.

#### **Domenica 10 Ottobre – cicloturismo**

##### **MEDIO SILE BIKE**

Da Portegrandi a Treviso, una lunga risalita coccolati da storie di burci, folaghe, mulini, lavandaie ed aironi; accompagnati dal volo di una cicogna e da un sorso di buon prosecco! Non manca nulla in questa meravigliosa giornata!

Difficoltà: facile.

#### **Domenica 17 Ottobre – cicloturismo**

##### **BASSO SILE BIKE**

Tra Sile, Piave e Laguna fino al mare! Seguiremo il fiume fino al suo incontro con l'Adriatico per una pedalata attraverso luoghi a noi apparentemente noti, in realtà davvero speciali se incontrati in bicicletta

Difficoltà: medio/facile.

#### **Domenica 24 Ottobre – trekking enogastroenterico**

##### **A VENEZIA SULLE TRACCE DEL RUYI**

Una proposta insolita; divideremo la giornata in due momenti più o meno, ma non necessariamente distinti. Una mitica esperienza con il Ruyi, intrigante caccia al tesoro di modernissima concezione alla scoperta della Venezia più curiosa ed un trekking verso le più caratteristiche osterie del centro storico ... chissà come ne usciremo?

#### **Sabato 30 Ottobre – Lunedì 01 Novembre – cicloturismo**

##### **MERAVIGLIE DELL'ALTO GARDA**

Tre giorni tra castelli, uliveti, antiche borgate, castagni secolari e macchia mediterranea con il lago di Garda a fare da meraviglioso sfondo! E' il momento ideale per trascorrere tre giorni ad Arco e dintorni, un po' meno gente del solito ed un clima ideale per muoversi sulle due ruote ... pedalare per credere!

Difficoltà: facile.

#### **Domenica 07 Novembre – trekking**

##### **L'ANELLO DELL'ALPAGO**

Una tra le escursioni più belle dell'Alpago ci porta a compiere un lungo anello attorno al monte Guslon; saliremo per la Val de Piera fino al rifugio Semenza per poi regalarci una bellissima discesa in Val Sperlonga prima ed in Val Salatis poi ... davvero un gran bel giro!

Difficoltà: elevata.

#### **Domenica 14 Novembre – trekking**

##### **ANELLO DEL RIFUGIO BOZ (Parco Naz. Dolomiti Bellunesi)**

Saliamo dalla Val Canzoi al Passo Finestra, una sosta al rifugio e poi giù dal passo dell'Alvis per tornare nuovamente in Canzoi ... Un trekking lungo, ma davvero selvaggio ed intrigante!

Difficoltà: elevata.

#### **Domenica 21 Novembre – trekking**

##### **PIC NIC SUL CON VISTA – MONTE PORE**

Una salita dal dislivello contenuto, ma non banale, che regala uno dei più bei panorami sulle Dolomiti. Abbracciati da Nuvolau, Averau, Cernera, Marmolada, Sett Sass, ci concederemo un vero pic nic mozzafiato!

Difficoltà: dislivello contenuto (400 metri), ma è richiesto un passo fermo e sicuro (alcuni tratti un po' esposti).

#### **Domenica 28 Novembre – ciaspole**

##### **INIZIAMO A CIASPOLARE**

Come ogni anno iniziamo il lungo programma invernale che prevede un'escursione ogni domenica fino a Marzo, toccando le Dolomiti, le Prealpi e, magari con qualche capatina un po' più lontano! Secondo tradizione si inizia con un'escursione semplice, da un passo dolomitico o, comunque, in quota ...

## VIAGGI OUTDOOR ... UN AUTUNNO DAVVERO DIVERSO!!!

### **19 – 26 Settembre**

#### **ALTA VIA DELLE PREALPI TREVIGIANE**

Un trekking particolarmente bello e lontano dalle folle: dal Grappa al Cansiglio, otto giorni sul filo delle creste che segnano l'orizzonte di casa nostra nei giorni più tersi. Grande Guerra, malghe, meravigliose foreste si alternano per accompagnarci in questa fantastica avventura a due passi da casa!

Difficoltà: medio/alta per dislivelli e lunghezze mai banali (1.000 metri e 6/7 ore di cammino al giorno).

### **09 – 17 Ottobre**

#### **SARDEGNA TREKKING**

Nove giorni in uno degli angoli più selvaggi d'Europa, lungo sentieri a picco sul mare, alla scoperta di meravigliose calette, guglie rocciose dalle forme incredibili, ovili arroccati in luoghi inimmaginabili; il tutto accompagnato da cene insuperabili, preparate al fuoco del falò, innaffiate da indimenticabile Cannonau e condito da qualche tuffo fuori stagione!

Difficoltà: percorso impegnativo per dislivelli e percorrenze (mediamente 6 ore al giorno per 800 metri di dislivello).

### **23 – 31 Ottobre**

#### **MAROCCO VERTICALE**

Nove fantastici giorni tra antiche città fortificate, caravanserragli, panorami desertici e rocce fantastiche su cui trascorrere giornate indimenticabili! Da Marrakesh ci sposteremo verso sud fino a raggiungere le Gole di Todhra, paradiso dell'arrampicata in terra d'Africa! Un viaggio che va ben oltre il valore sportivo della proposta ... scalare per credere!

Difficoltà: è consigliato un livello minimo di 5c a vista da primi di cordata.

## GRANDI VIAGGI DEL 2011

Diamoci il tempo di programmare, scegliere, pianificare: ecco quindi un'anticipazione delle principali destinazioni "a lungo raggio" del prossimo anno!

### SCIALPINISMO IN MAROCCO NEVI D'AFRICA!

5 – 13 Marzo 2011

Toubkal, Akiuod, Achrostons, Ras Ouanaucrim ... una meravigliosa corona di vette oltre i 4.000 metri nel cuore del regno berbero, sospeso tra il deserto e le pianure di Marrakesh! Una settimana indimenticabile per curvare sul più bel firm del mondo!

Tutte le discese hanno una difficoltà indicativa di BSA ed un dislivello di circa 1.000 metri.

### NORVEGIA ... SCIALPINISMO OLTRE IL CIRCOLO POLARE

16 – 24 Aprile 2011

Dormire in un'accogliente casa in legno con un bellissimo fiordo a fare da sfondo, sciare fino alla spiaggia su cui s'infrange l'onda, farsi rapire dalla magia dell'aurora boreale: ecco gli ingredienti di quello che possiamo definire senza paura il Sogno dello Scialpinista! Ogni giorno una gita con dislivelli tra gli 800 e i 1. .... dipenderà dalle nostre gambe!

### IL MERAVIGLIOSO CUORE VERDE DELLA SLOVENIA

13 – 21 Agosto 2011

Finalmente torniamo tra le meraviglie della valle della Krka! Una settimana tra le delizie culinarie di Barbara, da gustare accompagnate dalla meravigliosa tranquillità del fiume, le indimenticabili lezioni di kayak di Borut, capace di portarci dalle prime pagaiate sull'erba, ad un'intera giornata sul fiume, i boschi infiniti del Rog che attraverseremo in bicicletta per una vera avventura su due ruote, le terme rilassanti di Doleniske Toplice e l'effervescente atmosfera di Lubiana! Insomma una settimana tra bicicletta e kayak per un ferragosto davvero unico!

### L'EVEREST E LA VALLE DELLE CAROVANIERE TIBETANE

28 Ottobre – 13 Novembre 2011

Ritorna il trekking nel cuore dell'Himalaya! Saliremo verso il Campo Base dell'Everest abbandonando quindi le folle per i meravigliosi laghi di Gokyo e per l'indimenticabile valico del Renjio La (5.345 m) e la favolosa valle del Nangpa La, fino a raggiungere Thame, la sua scuola ed il suo monastero!

Difficoltà: medio/elevata. Facili sentieri, ma la quota si fa sentire!

### ETNA ... NEVE VULCANICA!

8 – 11 Dicembre 2011

Quattro giorni per innamorarsi di un luogo incredibilmente lontano dall'ordinario. Con le ciaspole o con gli sci e le pelli di foca saliremo alla scoperta dei cono vulcanici, dell'infernale valle del Bove, delle grotte regalate dal fluire del magma, dei panorami affacciati sul mare ...

Le informazioni sin qui riportate sono estratte dal catalogo Travelsport ... outdoor activities.

## Altre idee per il prossimo inverno ...

### SULLA NEVE ... CONSAPEVOLMENTE Corso di Autosoccorso 30/11 – 06 – 13 – 17 e 18 Dicembre 2010

Inizia l'inverno e saper leggere un bollettino valanghe, conoscere le dinamiche del metamorfismo della neve, il funzionamento dell'ARTVA, pala e sonda sono elementi fondamentali per muoversi con maggior consapevolezza e sicurezza nel magico mondo della montagna invernale. Tre serate ed un'escursione saranno l'occasione per iniziare davvero a capire!

### CORSO DI CASCATE DI GHIACCIO

5 – 8 – 15 – 22 Gennaio 2011

Quattro sabati in altrettanti luoghi simbolo della Dolomiti per scoprire ed innamorarsi, in totale sicurezza, del meraviglioso salire i flussi ghiacciati. Movimenti leggeri ed eleganti, un uso preciso ed attento di attrezzi dal fascino indiscutibile e luoghi di assoluta bellezza saranno le colonne portanti di questa proposta.

### USCITE DI SCIALPINISMO

I Sabati di Febbraio, Marzo e Aprile 2011

Ogni sabato una nuova destinazione da raggiungere con le pelli, una bella compagnia e la voglia di migliorarsi! Sono questi gli obiettivi di questa nuova offerta: una gita diversa ogni sabato, per imparare a muoversi, per affinare la propria tecnica, per approfondire le proprie conoscenze ... per divertirsi insieme!



## PROGRAMMA AUTUNNO 2010

arrampicata, trekking, canoa  
ciclotour, nordic walking ...

