



GRUPPO SENIORES

Via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano - tel 02 86463516
senioresmilano@gmail.com - frontoffice@caimilano.eu - www.caimilano.org



Il CAI GS è aperto al martedì dalle ore 14.30 alle 17.00 - Per informazioni e comunicazioni urgenti contattare il numero: 331 2641680

sabato 8 giugno 2019

Valle del Freddo

Val Cavallina

Sorprendente/agg. [part.pres. di sorprendere]. - 1. [che desta sorpresa, stupore, meraviglia] sinonimi: curioso, inatteso, inopinato, sconcertante, strano.

Questa è la parola giusta per descrivere questa escursione nella quale scopriremo la "Riserva naturale Valle del Freddo" - area naturale protetta che si trova nel territorio dell'Alto Sebino in provincia di Bergamo. Prerogativa singolare della Riserva, ubicata altimetricamente tra i 350 e i 700 metri è la presenza di un marcato fenomeno microtermico, che si manifesta con l'emissione, da alcune "buche" nel terreno, di aria molto fredda che permette lo sviluppo di un biotipo in cui sono presenti oltre 30 specie vegetali caratteristiche della flora alpina (stella alpina, anemone alpino, larici, ecc.).

La mattinata sarà dedicata alla visita della "Valle del Freddo". Gli escursionisti saranno divisi in gruppi di 15 persone ed ogni gruppo sarà affidato ad una guida, si percorrerà un sentiero predisposto al di fuori del quale non è consentito uscire; la durata della visita è di circa una ora e mezza.

Al termine di questa prima parte della giornata il gruppo raggiungerà la dorsale del Monte Nà - Monte Clemo scollinando sul versante prospiciente il lago d'Iseo e raggiungeremo Esmate - caratteristico villaggio situato in posizione elevata sul colle che divide la valle Cavallina dal lago d'Iseo - da cui si gode uno spettacolare panorama sul lago d'Iseo.

Qui è prevista la pausa pranzo (chi vuole potrà pranzare in Trattoria. Prenotare alla iscrizione)

Dopo pranzo si effettuerà una breve escursione, su facili sentieri e mulattiere/sterrati, alla chiesetta di San Defendente (674m) - un balcone sul Lago d'Iseo, da dove lo sguardo può spaziare da Montisola alla Corna Trentapassi e dal Monte Guglielmo all'Adamello. Dopo la sosta per le opportune fotografie si ritornerà ad Esmate da dove si ripartirà per Milano.

Possibilità di pranzo in ristorante ad Esmate (pasto completo a 13,00 €)

Siete tutti invitati all'incontro di presentazione dell'escursione previsto per il 28 Maggio alle ore 15,00

<u>progra</u>	<i>mezzo di t.</i>	Pullman	
	<i>durata via</i>	ore	1,40+1,40
	<i>partenze d</i>	ore	07.30 Medaglie d'Oro
		ore	07.45 Cadorna ang.Paleocapa
		ore	08.00 Loreto
	<i>previsione rie</i>	ore	19.00
	<i>colazie</i>	al sacco o Trattoria	

	Difficoltà	Ore Marcia	Dislivello Salita	Dislivello Disc	Quota Max	Impegno Fisico	Corde Fis.
<i>caratteristiche</i>	E	03.00	350	100	670		No

Quote di partecipazione :

soci CA **€ 23,0**

soci **€ 26,0**

iscrizioni Tutti i Martedì in Sede dalle ore 14,00 alle ore 17,00

coordini:

ONC Gianfranco Moschino cell. 3289161670

N.B.: I Coordinatori hanno la facoltà di modificare il programma e gli orari previsti

La gita è riservata ai Soci CAI - per informazioni e comunicazioni urgenti contattare il numero : 331 3028859 (attivo il martedì dalle 14,00 alle 17,00 e il giorno di gita dalle 6,30 al rientro a Milano)

Ciascun partecipante alla gita, con l'atto stesso della iscrizione, si dichiara consapevole delle difficoltà che comporta la gita e si assume la responsabilità, nei confronti propri e degli altri partecipanti, di aver valutato che le proprie capacità e la propria attrezzatura sono adeguate per la partecipazione. In caso di incidente, nessuna responsabilità può essere attribuita al Coordinatore ed ai suoi eventuali coadiutori, al Gruppo Seniores, alla Sezione di Milano ed al Club Alpino Italiano, per danni che possono verificarsi a persone che partecipano, a terzi, ad animali e materiali.