



GRUPPO SENIORES

via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano - tel 02 86463516
grupposeniores@caimilano.eu - cai.milano@tiscali.it - www.caimilano.eu

Il CAI GS è aperto al martedì dalle 14.00 alle 17.00

sabato 31 ottobre 2020

Rocca del Garda

Benaco

La Rocca di Garda è un rilievo situato tra l'abitato di Garda (a Nord) e l'abitato di Bardolino (a Sud) a picco sulle sottostanti acque dell'omonimo lago. È costituita da due sommità principali, separate da un colle: la Rocca Vecchia (291 m.s.l.m.) e l'Eremo di San Giorgio (306 m.s.l.m.). L'importanza storica di questo promontorio deriva dal fatto che sulla sommità fu eretta nel V secolo a.c., in epoca longobarda, una fortezza della quale sono rimaste pochissime tracce. L'incantevole percorso di quattro chilometri si snoda tra boschi, vigneti, casali ed affascinanti resti archeologici e medievali

L'escursione prende l'avvio dalla località "Dacia" (210 m), un promontorio ubicato sopra l'abitato di Bardolino. Si percorre inizialmente un fascinoso tunnel di olivi per innestarsi su sentiero e poi raggiungere, con panoramico sterrato affiancato da filari di cipressi, l'Eremo dei Monaci Benedettini Camaldolesi (306 m). La struttura fu fondata nel 1663 e, in seguito alla soppressione napoleonica, abbandonata fino al 1885 quando ritornò a risiedervi una comunità camaldolese. Luogo suggestivo e di profondo fascino mistico, l'Eremo fu costruito sulle rovine dell'antica chiesa di S. Giorgio, le vestigia di tre torri e i resti dell'antica fortezza. Fu successivamente ampliato con una nuova chiesa, le celle per i monaci e altri edifici. Dopo una breve visita nel rispetto della sacralità del luogo, si scende in ambiente addolcito da una ricca vegetazione mediterranea per raggiungere il "Caval della Rocca" (250m) ossia il punto in cui si uniscono le due Rocche: quella dell'Eremo e la Rocca Vecchia. Con breve ripida salita su terreno roccioso a gradoni, si raggiunge la sommità (291 m) ove si trova un ampio prato. Incantevoli angoli offrono splendidi panorami sul golfo di Garda. Si riprende a camminare verso sud dove le visioni si spostano sull'abitato di Bardolino, la penisola di Sirmione e Salò. Dopo giro ad anello, si scende su piccolo sentiero a brevi tratti roccioso che riporta inizialmente alla sella e successivamente fino all'istituto salesiano Tusini ove è previsto il trasferimento a Bardolino per il pranzo. Dopo la sosta ed aver attraversato il borgo, un ameno percorso a lago ci permette di raggiungere Garda (km 3,5) e terminare l'escursione. Si consigliano scarpe da trekking, bastoncini e zaino leggero.

OBBLIGATORI: Mascherina e gel disinfettante - Modulo di autodichiarazione da consegnare al coordinatore prima di salire sul pullman. Distanziamento durante tutti i percorsi.

Colazione: al sacco o ristorante (Fritto misto di mare con patate o gnocchetti ai frutti di mare, tiramisù, acqua, vino, caffè, limoncello euro 18 - prenotarsi all'iscrizione euro 8)

programma : mezzo di trasporto : Pullman
durata viaggio A/R : ore 02:40+02:40
partenze da Milano : ore 06:45 Cadorna ang.Paleocapa
ore 07:00
ore 07:15
previsione rientro Milano : ore 19:00
colazione : al sacco o presso ristorante

caratteristiche gita :	Difficoltà :	Ore Marcia :	Dislivello Salita :	Dislivello Discesa :	Quota Max :	Impegno Fisico :	Corde Fisse :
	T	04:00	130	180	306	2/5	No

Quote di partecipazione :

soci CAI + GS

€ 23,00

soci CAI

€ 26,00

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

coordinatori : ASE-S G. Bertolani cell 3402229585 / Rosanna Fin cell 3470856332

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 i Coordinatori (attivi il martedì dalle 14,00 alle 17,00 e il giorno di gita dalle 6,30 al rientro a Milano)