

## L'AUTUNNO E L'INVERNO COL MAZAROL

Ecco il nuovo programma di escursioni per l'autunno-inverno 2009/2010 delle Guide naturalistico-ambientali della Cooperativa Mazarol.

Un ricco programma con escursioni naturalistiche a piedi e con le ciàspe, itinerari notturni al chiar di Luna e astropasseggiate a contar le stelle, percorsi tra storia, cultura e tradizione abbinati al pranzo tipico, per conoscere anche la buona tavola bellunese, escursioni/evento con le tante realtà del territorio tra falchi, mulini e castelli, e una giornata speciale per ricordare assieme il nostro amico Cesare.

Tanti itinerari per chi ama camminare senza fretta, in modo consapevole, in sicurezza, in buona compagnia e con la sana curiosità del Mazarol. Buon Inverno a tutti!

**Domenica 25 ottobre 2009** - escursione giornaliera  
**I colori della Grande Foresta**

*Viaggio tra i maestosi alberi della Foresta del Grisol*  
Percorso: Soffranco, C.re Grisol de Fora, C.re Grisol de Entro, Rizzàpol, Soffranco  
Ritrovo: albergo "4 Valli" (Longarone), ore 9.00  
Dislivello: 350 m - Difficoltà: facile

**Domenica 1 novembre 2009** - escursione giornaliera  
**Tra Medón e Ardo da Forcella Monpiana**

*Panorami, boschi, emozioni nel Parco*  
Percorso: Case Bortot, Col Foróngol, Forc. Monpiana, C.ra Medon  
Ritrovo: stazione di Belluno, ore 8.00  
Dislivello: 950 m - Difficoltà: impegnativa

**Domenica 8 novembre 2009** - escursione giornaliera  
**I tesori di Roncoi**

*Cascate, torrenti e casere da scoprire*  
Percorso: Roncoi, Cadin del Brentàz, Casera Fioc, Casera Camp, Roncoi  
Ritrovo: piazza di Santa Giustina, ore 8.00  
Dislivello: 650 m - Difficoltà: media  
Merenda dalla famiglia D'Inca di "Non solo frutta" (costo 5 euro)  
Dislivello: 700 m - Difficoltà: impegnativa

**Domenica 29 novembre '09** - escursione con pranzo  
**Alla scoperta del Col dei Mich**

*Boschi, valli e sapori dell'altopiano Sovramontino*  
Percorso: Ristorante "All'Antica Torre", Aune, Selva, Capitello Boda  
Ritrovo: stazione di Feltre, ore 8.00  
Dislivello: 480 m - Difficoltà: media  
Pranzo al ristorante "All'Antica Torre" (Col dei Mich)

**Domenica 13 dicembre 2009** - escursione con pranzo  
**Vecchie strade contadine, ville e nuove vie dei formaggi**

*Passeggiata nelle sorprendenti campagne di Cesio*  
Percorso: B&B "Le Nibie", Col di Cimia, Menin, Pullir, Villa Centenère  
Ritrovo: stazione di Feltre, ore 8.30  
Dislivello: 200 m - Difficoltà: facile  
Pranzo a buffet al B&B "Le Nibie" a Dorgnan (costo 12 euro)

**Mercoledì 30 dicembre 2009** - escursione notturna con le ciàspe

**Luna piena, ciàspe ai piedi e minestrone nella panza**

*Passeggiata notturna sulla neve argentata dalla Luna*  
Percorso: anello Casera dei Boschi, Campon d'Avena  
Ritrovo: stazione di Feltre, ore 19.00  
Dislivello: 250 m - Difficoltà: facile  
Cena all'agriturismo Casera dei Boschi

**Domenica 17 gennaio 2010** - escursione con pranzo  
**San Marcello e le campagne in festa**

*Carrarecce medievali che portano all'antica Sagra*  
Percorso: Umin, Grum, Vignui, Umin  
Ritrovo: stazione di Feltre, ore 8.30  
Dislivello: 200 m - Difficoltà: facile  
Pranzo alla rinomata Sagra di San Marcello. Nel pomeriggio, visita guidata a Castel Lusa (costo 6 euro - 25 partecipanti max)

**Sabato 13 febbraio 2010** - serata astronomica  
**Il cielo brilla con Rheticus alle Ere**

*In collaborazione con gli Astrofili Feltrini di "Rheticus"*  
Percorso: Staolet, Rif. C.ra Ere, Staolet  
Ritrovo: piazza di S. Giustina, ore 19.30  
Dislivello: 550 m - Difficoltà: media

**Sabato 27 febbraio 2010** - escursione notturna  
**La Luna a Modolo mio**

*Raggi d'argento sul nobile balcone Bellunese*  
Percorso: anello Castion, Modolo, Sossai  
Ritrovo: stazione di Belluno, ore 19.30  
Dislivello: 50 m - Difficoltà: facile

**Domenica 7 marzo 2010** - escursione/evento

**La Calchera di Cesare in Val di San Martino**

*Il Mazarol ricorda l'amico Cesare e le sue passioni*  
Percorso: mattino alla Calchera, pomeriggio al Casel di Vignui con storie, saperi e mestieri de na òlta.  
Ritrovo: stazione di Feltre, ore 9.00  
Dislivello: 250 m - Difficoltà: facile  
Escursione gratuita, offerte libere per la ricerca contro il cancro. Pranzo su prenotazione a cura dell'Associazione di Volontariato "El Casel de Vignui" (costo 12 euro)

**Sabato 13 marzo 2010** - serata astronomica  
**Il cielo brilla con Rheticus al Monte Ardent**

*In collaborazione con gli Astrofili Feltrini di "Rheticus"*  
Percorso: Rif. Baioc, M. Ardent, Col Moscher  
Ritrovo: piazza di Lentiai, ore 19.30  
Dislivello: 300 m - Difficoltà: facile

**Domenica 21 marzo 2010** - escursione con pranzo  
**Sotto l'ala del falco, sotto un tetto di foglie**

*L'antica arte della Falconeria a Seren del Grappa*  
Percorso: passeggiata a Seren del Grappa con Falconiere e rapaci  
Ritrovo: stazione di Feltre, ore 8.30  
Dislivello: 200 m - Difficoltà: facile  
Pranzo all'Agriturismo "Albero degli Alberi" (costo mattina + pranzo 28 euro, bimbi fino a 10 anni 23 euro, max 20 partecipanti)

**Domenica 4 aprile 2010** - escursione giornaliera  
**Acqua Bene Comune: ieri, oggi e domani**

*Lungo il torrente Veses, fino al Mulino di Santa Libera*  
Percorso: San Vettor Veses, Altanon, Velos, Ignan, Mulino di Santa Libera a Salzan e macinatura del mais  
Ritrovo: piazza di Santa Giustina, ore 9.30  
Dislivello: 250 m in discesa - Difficoltà: facile

**Domenica 11 aprile 2010** - escursione con pranzo  
**Festa di primavera al Frassen**

*Inaugurazione stagione 2010 della Casa in allegra compagnia*  
Percorso: Case Guarda, Canséch, Sass Santin, Casa al Frassen  
Ritrovo: stazione di Feltre, ore 8.30  
Dislivello: 300 m - Difficoltà: facile  
Pranzo al Frassen con prodotti tipici (costo 12 euro)

## NOTE TECNICHE E LOGISTICHE

### La prenotazione è obbligatoria

**Quota di adesione:** 12 euro a persona per le escursioni giornaliere; 10 euro per le escursioni notturne con la Luna piena, le passeggiate astronomiche e le escursioni al mattino. La partecipazione è gratuita per i bambini fino ai 10 anni. Il costo del pranzo tipico è di 18 euro a persona, per le cene di mezzanotte 12 euro a persona. L'eventuale noleggio delle ciàspe non è incluso nella quota di adesione. Per alcune giornate, il prezzo è differente e segnalato direttamente nel calendario.

**Trekking:** costo 40 euro a persona più il costo del rifugio (46 euro mezza pensione + 10 euro cestino pranzo).

**Partecipanti:** le escursioni si svolgeranno solo se sarà raggiunto un numero minimo di iscritti. Per motivi di sicurezza i minorenni partecipano solo se accompagnati da un genitore o da un adulto da questi delegato.

**Ritrovo e spostamenti:** lo spostamento dal punto di ritrovo alla partenza per l'escursione avviene con mezzi propri. La Cooperativa Mazarol declina ogni responsabilità per eventuali danni subiti o provocati a persone e/o cose durante tale spostamento, intendendo l'escursione iniziata e finita rispettivamente nel momento in cui si lasciano e si riprendono i propri mezzi.

**Difficoltà e durata:** il grado di difficoltà si basa su lunghezza, dislivello, pendenza e tipo di tracciato. La durata comprende gli interventi della Guida lungo il percorso e la sosta per il pranzo.

**Abbigliamento e attrezzatura:** vestiario caldo, comodo e impermeabile; scarponi o pedule con suola scolpita adatta a muoversi su terreni accidentati; giacca a vento; berretto e guanti; mantellina o k-way; indumenti di ricambio. Zaino con borraccia o thermos; merenda e pranzo al sacco (se previsto). Ghettoni e bastoncini da sci per le uscite con le ciàspe. Piletta tascabile per le uscite notturne.

**Noleggio:** la Cooperativa Mazarol è disponibile per il noleggio delle racchette da neve (ciàspe), che andranno prenotate per tempo prima dell'escursione in programma.

**Farmaci:** da portare nello zaino se salvavita o simili. Per affrontare le escursioni serenamente, consigliamo un

controllo periodico dal proprio medico di base, come per qualsiasi altra attività sportiva.

**Condizioni meteorologiche:** se l'escursione viene confermata telefonicamente agli iscritti, la Guida sarà presente all'appuntamento stabilito, riservandosi di annullare l'escursione in caso di maltempo e/o di proporre un'attività alternativa. Le escursioni con le ciàspe, in mancanza di innevamento, si svolgeranno ugualmente con gli scarponi.

### Vademecum dell'escursionista Mazarol

*La filosofia del camminare Mazarol è muoversi sul territorio in modo sostenibile e consapevole, visitando i luoghi più diversi con la curiosità di conoscerne la storia, la natura e di cogliere la loro armonia, poesia, fragilità. Camminare con un gruppo di persone di volta in volta diverse, condividere con loro la giornata con le emozioni o le difficoltà che la montagna sa offrire; anche essere solidali all'interno del gruppo e collaborativi con la Guida che ne ha la conduzione e che se ne assume la responsabilità.*

Ecco qualche suggerimento dal Mazarol:

aderisci all'escursione consapevole delle tue capacità: leggere bene i requisiti richiesti e l'attrezzatura consigliata è fondamentale per vivere bene l'escursione e non condizionarne lo svolgimento;

fai la tua iscrizione entro le ore 18.00 di venerdì: ci aiuti a rendere più sostenibile questa attività, confermando per tempo l'escursione;

arriva puntuale al punto di ritrovo: per ridurre l'attesa di tutto il gruppo;

condividi la tua auto durante lo spostamento al punto di partenza: contribuisce a diminuire inquinamento e traffico;

accetta di buon grado le indicazioni della Guida: la Guida apre il gruppo, valuta il ritmo più adatto da seguire e le soste da proporre, per riposare, osservare il panorama e scoprire i tanti aspetti che regala il percorso, soprattutto ha la responsabilità della conduzione sia tecnica, sia didattica;

condividi ritmi e pause del gruppo: camminare in compagnia comporta necessariamente la scelta di un

ritmo comune così come la condivisione di pause durante la giornata;

vivi l'escursione con lo spirito giusto: ascolta le spiegazioni della Guida, ma anche poni e fai domande in merito a ciò che incontri;

a volte scegli il silenzio: per vivere e capire i luoghi che attraversiamo, soprattutto se il percorso si svolge in luoghi particolarmente suggestivi e durante le passeggiate notturne, momento in cui, più delle parole, valgono il silenzio e l'atmosfera.

e gli amici a quattro zampe? anche se non è facile da capire, spesso il tuo cane non potrà essere dei nostri. In alcuni percorsi non sono proprio ammessi, per legge o regolamenti forestali (ad esempio nella Foresta del Cansiglio o alla Riserva del Vinchetto di Celarda), in altri luoghi, sono tollerati ma solo se tenuti sempre al guinzaglio e sul sentiero. In questo secondo caso, saranno comunque le Guide, al momento della prenotazione telefonica, a comunicarti se il cane sarà ammesso all'escursione in programma in base al tipo di percorso: i cani spaventano molto la fauna selvatica, riducono al gruppo la possibilità di incontrare animali e possono causare serio pericolo al padrone che lo tiene al guinzaglio lungo percorsi in cresta o esposti. In alcune escursioni il tuo cane sarà ammesso, in altri dovrà restare pazientemente a casa...

tessere fedeltà: da far firmare alla Guida presente alle uscite cui si partecipa. Al compimento della sesta uscita, si potrà beneficiare dello sconto del 15% per l'acquisto di abbigliamento sportivo presso "Linea verticale" in via Dante 14 a Feltre.

### Per informazioni e prenotazioni:

## MAZAROL - SOCIETÀ COOPERATIVA

### Guide naturalistico-ambientali regionali

**orario segreteria:** giovedì 15.00-18.00;

venerdì 10.00-13.00 e 15.00-18.00

**tel e fax:** 0439-42723 - **cell:** 329-0040808

**e-mail:** [guide.pndb@libero.it](mailto:guide.pndb@libero.it)

**web:** [www.mazarol.net](http://www.mazarol.net)