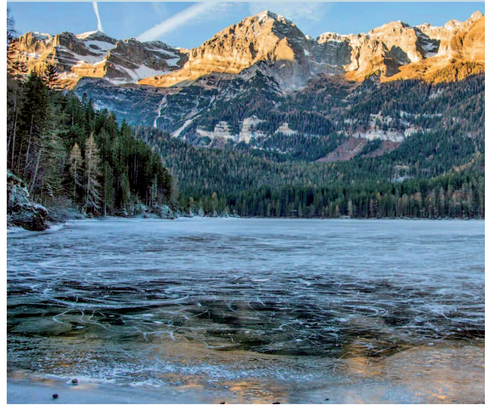
val di NON

TRENTINO

VAL DI NON

TREKKING E CIASPOLATE IN INVERNO

2019/2020



WWW.VISITVALDINON.IT

Ciaspole, la parola nonesa più famosa nel mondo!
Ma tu sai cosa sono le ciaspole? Esatto! Sono semplicemente le racchette da neve. Non a caso infatti è nata in Val di Non "La Ciaspolada", mitica corsa con questi strani arnesi ai piedi!

Tutti possono ciaspolare perché il movimento è quello naturale del camminare, sono gli scenari intorno e soprattutto l'incanto della neve a rendere magica questa attività.

Se vieni in Val di Non in inverno io ti consiglio di affidarti alle guide alpine del posto: l'appuntamento con Giorgio e Cristian è fisso ogni weekend! E se non ci fosse la neve....nessun problema! Faremo un'emozionante escursione in montagna con gli scarponcini ai piedi e in caso di tratti ghiacciati avremo a disposizione piccoli ramponi che ci permetteranno di non scivolare.

Basta prenotare, avere un abbigliamento adeguato e ritrovarsi con la guida: alle ciaspole, ai ramponcini, al sentiero, ai racconti, alla sicurezza e al ritmo ci pensa lei. Con il sole che rompe il freddo o di sera con la luna piena, camminare in montagna diventerà presto la tua attività preferita.

CONDIZIONI GENERALI

- **Costo escursione**: € 10,00 per persona (€ 5,00 per i possessori di Trentino Guest Card)
- Le escursioni si effettuano con un numero minimo di 5 partecipanti
- **Noleggio attrezzatura**: € 5,00 per racchette da neve (o ramponcini) e bastoncini. Per le escursioni in notturna bisogna dotarsi di torcia o frontalino proprio
- **Cene e pranzi**: a carico dei partecipanti e da prenotare in autonomia
- La guida alpina potrà decidere di modificare o accorciare l'escursione per venire incontro alle condizioni dei partecipanti

Cosa portare:
- Racchette da neve o ramponcini (a noleggio su prenotazione)
- Bastoncini
- Frontalino (per le escursioni in notturna)
- Bevanda fredda o calda
- Pranzo o merenda al sacco
- Scarponi pesanti (no moon boot)

INFO e PRENOTAZIONI OBBLIGATORIE
entro le 12 del giorno feriale precedente l'uscita:
Azienda per il Turismo Val di Non
Via Roma 21 - 38013 Fondo (TN) - tel. 0463 830133 - info@visitvaldinon.it

DESCRIZIONE TECNICA DELLE ESCURSIONI

ANELLO SULL'ALTOPIANO DELLA PREDAIA

Partenza ed arrivo: Rifugio Predaia Ai Todes'ci m. 1396
Dislivello: 250 m circa
Tempo totale: ore 3,00 circa

Itinerario: Dal Rifugio Predaia Ai Todes'ci si segue la traccia su strada forestale lungo il segnavia SAT 503 che porta alla Malga Rodeza (m. 1570). Qui si svolta a sinistra su segnavia SAT 526 che per boschi e prati porta sul crinale roccioso che fa da spartiacque tra Val di Non e Val d'Adige. Godendo di ampi panorami su entrambe le vallate si raggiunge la quota massima dell'escursione presso il punto panoramico di Roccia Larga (m. 1647). Si tratta di un percorso ad anello e quindi la discesa non ripercorre l'itinerario della salita. Dalla località Roccia Larga si scende seguendo il segnavia SAT 525 che porta alla Malga di Coredo (m. 1579) e si prosegue poi lungo la strada forestale SAT 530 che riporta al punto di partenza. Nei pressi del punto di arrivo ci sono due rifugi dove poter sostare: Rifugio Predaia Ai Todes'ci e Rifugio Sores.

Ritrovo: presso il parcheggio al Passo Predaia presso gli impianti di risalita, alle ore 9.00 per le escursioni di giorno e ore 17.00 per le escursioni in notturna

Fine escursione: prevista per le ore 13.00 per le escursioni di giorno e ore 20.30 per le escursioni in notturna

Date programmate:
- **DOMENICA 1 DICEMBRE 2019**
- **SABATO 21 DICEMBRE 2019**
- **GIOVEDÌ 26 DICEMBRE 2019**
- **GIOVEDÌ 2 GENNAIO 2020**
- **SABATO 8 FEBBRAIO 2020**
- **DOMENICA 23 FEBBRAIO 2020**
- **SABATO 21 MARZO 2020**

ANELLO AL LAGO DI TRET

Partenza ed arrivo: Località Plazze di Tret m. 1260
Dislivello: 400 m circa
Tempo: ore 3,00 circa

Itinerario: Partendo dalla località Plazze di Tret si seguono le indicazioni per il Lago di Tret percorrendo prima la strada forestale e poi il sentiero SAT 512 che attraversano il bosco di larici fino a raggiungere la radura del lago. Una volta arrivati al lago si costeggia la sua riva destra e dopo averlo oltrepassato si abbandona il sentiero per seguire la traccia 57 che porta al Dosso di Solomp (m. 1733). Si prosegue lungo questo sentiero che scende fino al punto chiamato "Croze" (m. 1551) e che con un giro ad anello si ricongiunge al sentiero 512 sul quale si era iniziata l'escursione e che ora riporta alla località Plazze di Tret.

Ritrovo: presso il parcheggio in loc. Plazze di Tret. Ore 9.00 per le escursioni di giorno e ore 17.00 per le escursioni in notturna

Fine escursione: prevista per le ore 13.00 per le escursioni di giorno e ore 20.30 per le escursioni in notturna

Date programmate:
- **SABATO 14 DICEMBRE 2019**
- **MERCOLEDÌ 1 GENNAIO 2020**
- **SABATO 7 MARZO 2020**

ALLE PENDICI DEL MONTE PENEGAL

Partenza ed arrivo: Regole di Malosco m. 1320
Dislivello: 400 m circa
Tempo totale: ore 3,00 circa

Itinerario: Dalla località Regole di Malosco si prende il segnavia SAT 508 che raggiunge in poco tempo la malga di Malosco (m. 1546). Da qui si prosegue sullo stesso sentiero fino a raggiungere il Monte Penegal (m. 1735) che rappresenta un ampio punto panoramico sulla Val di Non e sull'Alto Adige. Si scende dalla cima lungo lo stesso itinerario fino a raggiungere la località di partenza.

Ritrovo: ore 9.00 presso la località Regole di Malosco

Fine escursione: prevista per le ore 13.00

Date programmate:
- **DOMENICA 29 DICEMBRE 2019**
- **SABATO 11 GENNAIO 2020**
- **DOMENICA 19 GENNAIO 2020**

ANELLO DELLE MALGHE DELLE MADDALENE

Partenza ed arrivo: Località Hofmahd (BZ) m. 1694
Dislivello: 300 m circa
Tempo: ore 3,00 circa

Itinerario: Dal parcheggio Hofmahd, lungo la strada che collega la Val di Non alla Val d'Ultimo, si parte su strada forestale pianeggiante che raggiunge prima la Malga di Lauregno (m. 1763) e poi, attraversando le radure innevate, la Malga Castrin (m. 1813). L'anello si conclude seguendo il famoso sentiero SAT 133 "Bonacossa" che raggiunge le Malghe di Revò e Cloz (m. 1732). Da qui in 10 minuti lungo forestale pianeggiante si fa ritorno al parcheggio in località Hofmahd (m. 1694).

Ritrovo: presso il parcheggio in località Hofmahd, dopo la prima breve galleria sulla strada provinciale che da Proves porta in Val d'Ultimo (BZ). Ore 9.00 per le escursioni di giorno e ore 17.00 per le escursioni in notturna

Fine escursione: prevista per le ore 13.00 per le escursioni di giorno e ore 20.30 per le escursioni in notturna

Date programmate:
- **MARTEDÌ 31 DICEMBRE 2019**
- **SABATO 4 GENNAIO 2020**
- **SABATO 25 GENNAIO 2020**
- **DOMENICA 2 FEBBRAIO 2020**
- **DOMENICA 1 MARZO 2020**
- **SABATO 28 MARZO 2020**

ALLE PENDICI DEL MONTE ROEN

Partenza: Rifugio Mezzavia m. 1594
Arrivo: Passo Mendola m. 1363
Dislivello in salita: 400 m circa
Tempo totale: ore 4,00 circa

Itinerario: In località Campi Golf (m. 1376) presso il Passo della Mendola si sale sulla seggiovia che porta nei pressi del Rifugio Mezzavia a quota 1594 m. L'escursione inizia da qui seguendo il segnavia SAT 500 che con una dolce salita nel bosco raggiunge la malga di Romeno (m. 1773) aperta anche nei mesi invernali. In base alle condizioni del gruppo si deciderà se riprendere il cammino per raggiungere la cima del monte Roèn (m. 2116). Il monte Roen è la cima più alta della giogaia della Mendola e il suo versante orientale si presenta roccioso e strapiombante. Il panorama dalla cima spazia a 360 gradi dal gruppo delle Dolomiti di Brenta orientali al gruppo Ortles - Cevedale. La discesa ripercorre le tracce di salita e si fa totalmente a piedi fino alla località Campi Golf.

Ritrovo: ore 9.00 presso il parcheggio della seggiovia Monte Roen al Passo della Mendola

Fine escursione: prevista per le ore 14.00
Biglietto sola andata in seggiovia € 5,00 a carico dei partecipanti

Date programmate:
- **DOMENICA 8 DICEMBRE 2019**
- **LUNEDÌ 30 DICEMBRE 2019**
- **LUNEDÌ 6 GENNAIO 2020**
- **SABATO 15 FEBBRAIO 2020**

ALLE PENDICI DEL MONTE LUCO

Partenza ed arrivo: Passo Palade m. 1518
Dislivello: 400 m circa
Tempo: ore 3,00 circa

Itinerario: Dal passo Palade si imbocca la strada forestale che porta alla Malga Panegal (m. 1853). Si prosegue poi lungo una traccia che porta nel bosco a nord est della Malga Panegal fino al promontorio di Knopfberg. Da qui si scende lungo sentiero panoramico fino a ricongiungersi alla strada forestale imboccata ad inizio escursione e si fa ritorno al Passo Palade.

Ritrovo: ore 9.00 presso il parcheggio al Passo Palade

Fine escursione: prevista per le ore 13.00

Date programmate:
- **VENERDÌ 3 GENNAIO 2020**
- **DOMENICA 15 MARZO 2020**

TREKKING E CIASPOLATE IN INVERNO 2019/ 2020

INFO

AZIENDA PER IL TURISMO VAL DI NON
Via Roma, 21 - 38013 FONDO (TN)
Tel. 0463.830133 - Fax 0463.830161
info@visitvaldinon.it

CALENDARIO DELLE ESCURSIONI

DICEMBRE 2019

1 domenica	☀	ANELLO SULL'ALTOPIANO DELLA PREDAIA
8 domenica	☀	ALLE PENDICI DEL MONTE ROEN
14 sabato	☾	ANELLO AL LAGO DI TRET
21 sabato	☀	ANELLO SULL'ALTOPIANO DELLA PREDAIA
26 giovedì	☀	ANELLO SULL'ALTOPIANO DELLA PREDAIA
29 domenica	☀	ALLE PENDICI DEL MONTE PENEGAL
	☾	CAPODANNO VAL DI NON: ESCURSIONE NOTTURA IN PREDAIA
30 lunedì	☀	ALLE PENDICI DEL MONTE ROEN
	☾	CAPODANNO VAL DI NON: FIACCOLATA SAN ROMEDIO
31 martedì	☀	ANELLO DELLE MALGHE DELLE MADDALENE

GENNAIO 2020

1 mercoledì	☾	ANELLO AL LAGO DI TRET
2 giovedì	☀	ANELLO SULL'ALTOPIANO DELLA PREDAIA
3 venerdì	☀	ALLE PENDICI DEL MONTE LUCO
4 sabato	☀	ANELLO DELLE MALGHE DELLE MADDALENE
5 domenica	☾	47ª EDIZIONE LA CIASPOLADA
6 lunedì	☀	ALLE PENDICI DEL MONTE ROEN
11 sabato	☾	ALLE PENDICI DEL MONTE PENEGAL
19 domenica	☀	ALLE PENDICI DEL MONTE PENEGAL
25 sabato	☀	ANELLO DELLE MALGHE DELLE MADDALENE

FEBBRAIO 2020

2 domenica	☀	ANELLO DELLE MALGHE DELLE MADDALENE
8 sabato	☾	ANELLO SULL'ALTOPIANO DELLA PREDAIA
15 sabato	☀	ALLE PENDICI DEL MONTE ROEN
23 domenica	☀	ANELLO SULL'ALTOPIANO DELLA PREDAIA

MARZO 2020

1 domenica	☀	ANELLO DELLE MALGHE DELLE MADDALENE
7 sabato	☾	ANELLO AL LAGO DI TRET
15 domenica	☀	ALLE PENDICI DEL MONTE LUCO
21 sabato	☀	ANELLO SULL'ALTOPIANO DELLA PREDAIA
28 sabato	☀	ANELLO DELLE MALGHE DELLE MADDALENE

LEGENDA

☀ giorno ☾ notturna

DA NON PERDERE!

29/30 DICEMBRE 2019

capodannovaldinon.com

29 DICEMBRE 2019

ESCURSIONE - CIASPOLATA NOTTURNA IN PREDAIA

COREDO (TN)

"Escursione - ciaspolata con cena tipica" nei boschi della Predaia.

Dopo 45 minuti di cammino lungo le piste da sci, scenograficamente illuminate, arrivo a Cima Predal per una sosta. Dalla cima è possibile ammirare il panorama su tutta la valle.

Proseguimento per 30 minuti in direzione Loc. Predaia e ritorno al Solarium Predaia per la cena tipica.

Ritrovo: ore 17.00 presso il Solarium Predaia (Loc. Predaia)

Costo: € 40,00 (cena e ciaspole inclusi)

30 DICEMBRE 2019

FIACCOLATA ESCURSIONE A SAN ROMEDIO

COREDO (TN), LOC. DUE LAGHI

Suggestiva fiaccolata dai laghi ghiacciati di Coredo e Tavon al Santuario di S. Romedio e cena tipica.

Dopo circa 45 minuti di facile cammino nei boschi, arrivo al Santuario di San Romedio.

Visita guidata del Santuario e della tana dell'Orso Bruno. Aperitivo con bevande calde attorno al falò. Ritorno e cena tipica in ristorante.

Ritrovo: ore 16.30 in Loc. Due Laghi a Coredo, per la consegna delle fiaccole

Costo: € 40,00 (cena e fiaccole incluse)

Prenotazioni e informazioni: 349.3177306 - info@capodannovaldinon.com - ON LINE su sito www.capodannovaldinon.com

5 GENNAIO 2020

COSTO:

Non competitiva	Competitiva
15,00 € senza noleggio ciaspole	30,00 € senza noleggio ciaspole
18,00 € con noleggio ciaspole	33,00 € con noleggio ciaspole

Info: Società Podistica Novella - Tel 0463 830180 - novella@ciaspolada.it - **www.ciaspolada.it**

DOVE NOLEGGIARE ATTREZZATURA

- Fondo, Piazza San Giovanni - **Società Podistica Novella** Tel. 0463 830180
- Passo Mendola, impianti Monte Roen - **Nolo Ski Gianni** Tel. 0471 632263 / 0471 632170
- Passo Predaia - **Nolo Piste Predaia** Tel. 0463 448048 / 346 7932369
- Passo Predaia - **Rifugio Predaia "Ai Todes-ci"** Tel. 0463 463138 / 328 6221856
- Ronzone, via Mendola - **Bazar La Bottega** Tel. 0463 880556 / 328 2435400