



## CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI PARMA



### COMMISSIONE ESCURSIONI SOCIALI

## ALTA VIA BEPI ZAC - 24ESOZAC

D.E. : Walter Moia – Matteo Manghi – Marco Cocconi

**Dal 21 al 22 Settembre 2024**

#### Informazioni organizzative

Ritrovo	Parcheggio scambiatore casello A1 Parma
Orario ritrovo	5.30
Orario partenza	5.45
Viaggio con	Mezzi propri
Apertura iscr.	01.05.2024
Chiusura iscr.	01.06.2024
Posti disponibili	16 + lista attesa

#### Quote di Partecipazione

Soci	€ 80
Non soci	Solo Soci
Caparra iscrizione	€30

**Comprende:** spese organizzative, trattamento in mezza pensione in rifugio (bevande escluse)

**Non Comprende:** Viaggio, eventuali impianti, pranzo al sacco sabato e domenica.

#### Informazioni Escursionistiche (tempi soste escluse)

Difficoltà	EE - EEA
Dislivelli	1° gg: ± 500 m 2° gg: ± 850 m
Tempo percorrenza	1° gg: 4 h 2° gg: 7 h (4h ferrata)

#### Equipaggiamento richiesto:

abbigliamento da trekking per 2 giorni, adeguato all'alta montagna, scarponi suola Vibram, bastoncini, zaino, cappello, guanti, snack, occhiali, crema solare, borraccia almeno 1lt, torcia frontale con luce rossa. **Set ferrata** (Imbracco, dissipatori, casco, guanti ferrata e longe)

Club Alpino Italiano  
Sezione di Parma  
Viale Piacenza, 40  
Tel. 0521.984901 [www.caiparma.it](http://www.caiparma.it)  
[info@caiparma.it](mailto:info@caiparma.it)



#### Sabato

La nostra escursione inizierà percorrendo un tratto del famoso Sentiero CAI Italia, più precisamente il tratto C15S o 658, che ci condurrà da Passo Valles a Forcella Predazzo (2220m) per poi raggiungere Pale del Cargol (2204m). Seguiremo il sentiero che porterà alla Forcella Caserette dal quale si aprirà la vista del Lago di Cavia. Costeggeremo il lago passando per Cima Toront (2121m) percorrendo un tratto dell'alta via dei Pastori. Il sentiero 695 ci riporterà allo snodo di Forcella Predazzo e da lì proseguiremo sino al Rifugio In Alto (2514). I sentieri 645 e 658 ci condurranno verso il rifugio dove pernosteremo.

#### Domenica

Dal rifugio, con le nostre auto, ci recheremo presso Passo San Pellegrino (± 30 min). Ci incammineremo per l'Alta Via Bepi Zac, il sentiero CAI 604 ci condurrà presso il Rifugio Passo delle Selle (2530m), il crocevia da cui avrà inizio la nostra ferrata. L'Alta via Bepi Zac è un itinerario di grande interesse storico per i resti delle trincee e postazioni belleche della prima guerra mondiale. Lungo la ferrata incontreremo in rapida successione il piccolo Lastel (2691m – 30' dal Passo Selle) e il Gran Lastel (2714 – 1h dal Passo Selle) punti da cui potremo scorgere una magnifica vista sui gruppi che circondano il Monzoni tra cui il Gruppo Sella, il Catinaccio, il Col Ombert e il Colac. Superata Cima de Costabela (2747m – 2h 15' dal Passo Selle) alterneremo tratti esposti a tratti attrezzati fino a giungere all'imbocco del sentiero CAI 637 che ci ricondurrà al punto di partenza.

**NOTA IMPORTANTE:** Per questa escursione è richiesta buona preparazione fisica e assenza di vertigini.

Il Regolamento delle Escursioni Sociali è visionabile presso la Sede Sociale o sul sito [www.caiparma.it](http://www.caiparma.it) a cui si rimanda anche per eventuali aggiornamenti o modifiche del programma. Gli organizzatori si riservano di variare le date, i percorsi e/o il programma della gita anche in fase di svolgimento.

#### Avvertenze specifiche e note importanti

Prima di procedere all'iscrizione contattare, per le dovute informazioni, i direttori di escursione alla mail:

**moiawally@gmail.com al 349 4574790 oppure  
cocco\_85@hotmail.it al 333 9281049**

Per le iscrizioni inviare mail al suddetto indirizzo indicando **nome, cognome, data di nascita, nr cellulare.**

**Pagamento tramite bonifico IBAN intestato a CAI Parma: IT44D0623012781000036408533** indicando nella causale il codice (24ES0ZAC) + nome e cognome dei partecipanti.