



## Programma attività per la Vostra vacanza con la scuola d'alpinismo Globo Alpin



**Lunedì 25.08.2008**

**Prato Piazza „Le leggende delle Dolomiti“**

**La principessa delle marmotte**

„In una grotta sotto la Croda Rossa d'Ampezzo abitava una vecchia Anguana. Era sempre da sola, solo le marmotte che vivevano lassù le facevano compagnia....“

Bellissima camminata nell'altipiano a 2000m nelle Dolomiti di Braies. Questa escursione è fattibile per tutti. Si può andare anche solo fino al rifugio Vallandro e godersi il bel panorama mentre il resto del gruppo prosegue per il Monte Specie.

Dislivello in salita: ca. 350 m

Tempo previsto solo camminata: ca. 3-4 ore

Difficoltà: x

**Mercoledì, 27.08.2008**

**Malga „Lange Alm“ - La produzione del formaggio**

La malga Lange si trova sotto le pareti Nord delle Tre Cime di Lavaredo. Prendiamo l'autobus di linea per raggiungere il rifugio Auronzo. Da lì prendiamo un sentiero che in breve tempo ci porta alla malga Lange. Alla malga la „malgara“ci farà vedere come producono formaggio fresco e burro.

Alla fine possiamo assaggiare burro e formaggio fatto in malga.

Dalla malga continuiamo il classico giro delle Tre Cime di Lavaredo.

Dislivello in salita: ca. 300 m

Tempo previsto solo camminata: ca. 3 -4 ore

Difficoltà: x



**Giovedì 28.08.2008**

**Sentiero attrezzato nella Gola di Fanes**

Un sentiero abbastanza breve ma molto spettacolare nel cuore delle leggende delle dolomiti.

Dopo un avvicinamento privo di difficoltà, assicurati ad una fune metallica scenderemo nella famosa gola di Fanes.

Solo il rumore della potente cascata incorniciata tra le spettacolare rocce vi farà trattenere il fiato. Una gita indimenticabile adatta ad ogni età.

Tempo previsto solo camminata: ca. 4 - 5 ore

Difficoltà: xx

**Venerdì, 29.08.2008**

**„In cima“ al Golfen**

Guardando da Dobbiaco verso Nord ci si accorge subito della cima del Golfen.

La sù mi piacerebbe salire.. come sarà il panorama da sopra!

Ne valeva la pena: il panorama sulle Dolomiti, la val Pusteria e verso Nord è bellissimo!

Dislivello in salita: ca. 900 m

Tempo previsto solo camminata: ca. 5 ore

Difficoltà: xxx



### IMPORTANTE

Iscrizione telefonica da Globo Alpin il giorno prima dell'escursione fino alle 17°°

**0474 976139**

**348 3212110**

**348 7153934**

Attrezzatura da portare: scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

Partecipazione sponsorizzata da **Appartamenti Haus Zur Vogelweide.**