

ABBIGLIAMENTO DA MONTAGNA

Scarponcini, zaino, giacca a vento, borraccia, cuffia, occhiali da sole e crema solare ad alta protezione, cappellino. Consigliati i bastoncini da trekking.

Portarsi gel disinfettante e mascherina.

REGOLE PER LA PARTECIPAZIONE ALLE ESCURSIONI

- ogni partecipante all'atto dell'iscrizione dovrà comunicare nome e cognome, e recapito telefonico
- impegnarsi a compilare e sottoscrivere l'auto-dichiarazione covid-19 prima della partenza
- portarsi nello zaino flaconcino di gel disinfettante a base idroalcolica

PRINCIPALI RACCOMANDAZIONI

- mantenere le distanze di sicurezza
- rispettare il divieto di assembramento
- osservare le regole di igiene delle mani
- utilizzare, qualora necessario, adeguati Dispositivi di Protezione Individuale
- non condividere cibi, bicchieri, borracce, attrezzi, smartphone, vestiti, ecc.
- non toccare la segnaletica fissa.

*Il gruppo di lavoro
“Ripartire dalle Cime Bianche”
è un comitato spontaneo
di cittadini - residenti,
proprietari e amici storici
di Ayas - che opera ai fini della
tutela e della valorizzazione
dell'alta Val d'Ayas
e del Vallone delle Cime Bianche.*

*Il logo del Comitato raffigura
in forma stilizzata un cono
derivante dalla lavorazione
della pietra ollare (pera douça)
con tre segmenti a richiamare
le Cime Bianche.*

ISCRIZIONI ENTRO IL GIOVEDÌ PRECEDENTE

Marzia Mosca (+39) 340 77 42 819

Marcello Dondeynaz (+39) 335 54 12 512

**Tre escursioni
alla scoperta
del Vallone
delle Cime
Bianche.**

*Unico per natura,
storia e cultura.*

SABATO 8 AGOSTO 2020

PERCORSO GEOLOGICO DELL'OCEANO PERDUTO.

Percorso ad anello alla scoperta delle unicità geologiche del Vallone delle Cime Bianche .



Direttore di gita: **Marzia Mosca**, guida escursionistica naturalistica VdA. Con **Francesco Prinetti**, appassionato di geologia e geoturismo, **Rosaria Frachey** e **Marcello Dondeynaz**, conoscitori dei luoghi.

- Partenza: ore 9.00, Piazza di Saint-Jacques.
- Escursione ad anello (Ponte di Lente (Bernosin), Fiéry, Pian di Tzére, Alpe Varda, Alpe Ventina, Alpe Courtod, Blanchard)
- Rientro ore 16.30/17.00.

Dislivello: 650 m | Difficoltà E | Pranzo al sacco

Costo: € 15 a persona (max 15 partecipanti);
Sconto di € 3 per bambini da 8 a 12 anni.

SABATO 22 AGOSTO 2020

TREKKING YOGA NEL VALLONE DI TZÉRE.

Nella splendida palestra naturale del Vallone delle Cime Bianche, escursione nei paradisiaci piani di Tzére accompagnati da Guida Escursionistica Naturalistica e Insegnante di Yoga con soste nei punti speciali per entrare in profonda sintonia con la forte energia del posto ed ottenere una grande ricarica vitale.

Direttore di gita: **Marzia Mosca**, guida escursionistica naturalistica VdA e insegnante di Yoga.

- Partenza: ore 8.30, Piazza di Saint-Jacques.
- Giro ad anello (Fiéry, Pianoro basso di Tzére, Pianoro alto di Tzére, Alpe Ceucca, Alpe Ventina, Fiéry).
- Rientro ore 17.00/17.30.

Dislivello: 500 m | Difficoltà E | Pranzo al sacco

Costo: € 15 a persona (max 15 partecipanti);
Sconto di € 3 per bambini da 8 a 12 anni.

SABATO 5 SETTEMBRE 2020

AL LAGO DI PUNTA ROLLIN E AL GRAN LAGO DELLE CIME BIANCHE, SULLE TRACCE DELLA PIETRA OLLARE

Uscita di un certo impegno e in parte fuori sentiero ma di grande interesse, nel cuore dell'area dove la pietra ollare era prelevata e lavorata fin dall'epoca romana.

Direttore di gita: **Marzia Mosca**, guida escursionistica naturalistica VdA. Con **Mauro Cortelazzo**, archeologo, studioso della pietra ollare, **Marcello Dondeynaz**, conoscitore dei luoghi.

- Partenza: ore 7.30, Piazza di Saint-Jacques.
- Itinerario Fiéry, Alpe Ventina, Alpe Varda, Alpe Mase, Pianoro di Rollin, Lago di Punta di Rollin, Gran Lago delle Cime Bianche e rientro.
- Rientro ore 17.30/18.00.

Dislivello: 1.200 m | Difficoltà EE | Pranzo al sacco

Costo: € 15 a persona (max 12 partecipanti);
Sconto di € 3 per bambini da 8 a 12 anni.