



SOCIETA' ALPINISTI TRIDENTINI

sezione di MATTARELLO

via Catoni 77/A - 38123 Mattarello (TN)

info@satmattarello.it  
www.satmattarello.it



Cari Soci vi proponiamo un doppio appuntamento per domenica 9 Novembre 2014

## ATTIVITA' ALPINISMO GIOVANILE 2014

Domenica 9 novembre 2014

VIA FERRATA CIMA CAPI

Per questo mese di novembre *ti* proponiamo una via ferrata divisa in due tratti: **via ferrata "Cima Capi"** e **via ferrata "Foletti"**.

La via è **esposta e ben attrezzata**, molto panoramica e a picco sul lago di Garda. Adatta anche ad arrampicatori poco esperti ma **coscienti**. L'**escursione è di notevole impegno** in considerazione del dislivello e sviluppo da percorrere. Si svolge interamente sulla riva occidentale dell'alto Lago di Garda, offre scorci di rara bellezza sul Lago e sulla Valle del Sarca, a volte con **esposizioni mozzafiato per la verticalità delle pareti sottostanti**.

### LA FERRATA

- a) La via ferrata "Cima Capi" si sviluppa per la maggior parte avanzando su facili roccette, attraversando i resti delle trincee austriache della prima guerra mondiale. Guardando dall'inizio della ferrata, la parete sembra impressionante ma salendo pian piano, e comunque mai troppo esposti non si hanno impressioni vertiginose, se non sui terrazzini panoramici posti a fianco della via ferrata stessa. Si arriva circa a metà superando una facile cengia, arrivando ad un punto panoramico dove si ha una splendida visione del gruppo del Monte Baldo, in lontananza si possono gustare le cime del gruppo dell'Adamello e guardando in basso, il lago di Garda nella sua parte alto-centrale. A circa 3/4 della ferrata si trova l'unico punto con un passaggio un pò tecnico, con il quale si aggira un grosso masso, restando "sospesi nel vuoto". In circa un'ora di via ferrata si raggiunge la Cima Capi (mt. 907) dove sovrasta il tricolore e il libro di via (3.00 h dall'auto - dislivello mt.489.)
- b) Si scende di qualche metro dalla cima, si risale il crinale (QUI OCCORRE FARE MOLTA ATTENZIONE!!! il sentierino non è difficile ma ha una consistente esposizione a destra) fino al bivio per il sentiero attrezzato "Foletti" n.406 costituito da comode cenge e semplici roccette. Si giunge in circa 45' (**3.45 h dalla macchina**) al bivacco della Sat di Biacesa, nei pressi della chiesa di San Giovanni

Il ritorno si effettuerà invece per comoda ma ripida stradina lastricata che porta a Biacesa. (tempo discesa 1.15 h circa)

**Tempo complessivo di cammino 5.00' circa**

N.B. durante tutto il tragitto della ferrata non è presente nessuna sorgente - ricordati quindi di portare con te una buona riserva d'acqua. **IL PRANZO sarà AL SACCO!!!**

Porta con te qualche "spicciolo" per il gelato.

## MATERIALE

Normale dotazione da ferrata (casco, imbragatura, kit da ferrata)

Ritrovo ad ore 07.50 in piazza Perini - Mattarello e quindi partenza ad ore 08.00 per il paese di Biacesa (all'inizio della val di Ledro).

Il rientro a Mattarello è previsto per le ore 16.30 circa.

## ISCRIZIONI

**Max 12 partecipanti d'età superiore ai 10 anni e 6 accompagnatori -**

L'iscrizione è da effettuarsi, in sede Sat - via Catoni 77/A - **GIOVEDI' 6 NOVEMBRE 2014 dalle ore 20.30 alle ore 21.30** - consegnando il modulo sottostante.

Gli accompagnatori di Alpinismo Giovanile:

Andrea 3465406588 - Ivan 3479760523 - Roberta 3462329319

---

**CAI - SAT MATTARELLOALPINISMO GIOVANILE 2014 - domenica 9 novembre 2014**

Il/la sottoscritto/a \_\_\_\_\_ genitore  
di \_\_\_\_\_ autorizza il proprio/i figlio/i \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ a partecipare all'uscita di Alpinismo Giovanile prevista domenica 9  
novembre 2014 - Via ferrata Cima Capi a Biacesa(val di Ledro).

Richiesta attrezzatura (ti chiediamo di barrare ciò di cui hai bisogno):

- CASCO n. \_\_\_\_\_
- IMBRAGO n. \_\_\_\_\_
- KIT DA FERRATA n. \_\_\_\_\_

Trento, \_\_\_\_\_

Firma di un genitore  
\_\_\_\_\_

*(dalla CIRCOLARE 1 / 97 del CAI - CORSI DI ALPINISMO GIOVANILE)*

...con l'attività di Alpinismo giovanile, attraverso l'esperienza di gruppo si accrescono nel giovane le capacità (conoscenze + abilità) necessarie a percorrere la montagna (1 - il movimento), con la coscienza della propria posizione nei confronti dello spazio circostante (2 - l'orientamento), con i comportamenti idonei a prevenire gli incidenti (3 - la sicurezza) e con l'atteggiamento aperto e attento di chi è consapevole della realtà naturale ed umana nella quale si pone (4 - l'ambiente)..."

Domenica 9 novembre 2014

## ...Allo Sfoiò del Leprotto Bisestile

Sul vicino Altopiano della Vigolana se rivive lo Sfoiò, ma di che cosa si tratta?

Lo Sfoiò è l'antica tradizione che consiste nello sfogliare le pannocchie per farle poi seccare sui balconi, un'usanza paesana con atmosfera e sapori d'autunno, per celebrare la fine del raccolto. Alcune cantine contadine, meglio dette "Vòlti", tra cui quella del Leprotto Bisestile, apriranno le porte ai visitatori, per celebrare assieme il rito della fine dei lavori nei campi, ed il meritato riposo invernale.



Saremo ospiti dell'Azienda Agricola IL LEPROTTO BISESTILE di Eccher Francesca a Bosentino. Ed è nei suoi "volti" ed immersi nella musica di Francesco Magoni che potremo rivivere questa antica tradizione e degustare i prodotti locali e genuini che vedrà la polenta immancabile protagonista, realizzata all'aperto nel "parol de ram" (paiolo in rame) e accompagnata da formaggi e salumi trentini. La farina gialla verrà riproposta anche nella preparazione dei dolci, assieme a "el samcafam". E poi vin brulè e tisane.

Il ritrovo è fissato per DOMENICA 9 novembre 2014 ad ore 14.15 in piazza Perini – Mattarello e quindi, con mezzi propri, raggiungeremo il paese di Bosentino.

Quota di partecipazione euro 6 per i bambini, euro 8 per gli adulti (euro 25,00 pacchetto famiglia).

*Per partecipare alla manifestazione , l'iscrizione è prevista **GIOVEDÌ 6 NOVEMBRE 2014 dalle ore 20.30 alle ore 21.30** presso la sede Sat (posta in via Catoni 77/A a fianco del Bar Al Centro)*

### **SABATO 29 NOVEMBRE 2014 FIACCOLATA CASTAGNATA SOCIALE:**

Visto il successo degli scorsi anni in collaborazione con la Circostrizione di Mattarello , il Circolo Culturale San Valentino di Valsorda e il gruppo Contrade si replica la **Fiaccolata notturna** con i ragazzi delle scuole da Mattarello a Valsorda . Il programma dettagliato verrà distribuito tramite la scuola .

**EXCELSIOR !!**