

## Karersee e dintorni – P.sso Costalunga

### Due giornate pedalando sulle vette delle dolomiti

Siamo oramai in estate e la calura della bassa comincia a farsi sentire; cosa c'è di meglio che pedale nell'aria frizzante delle dolomiti? Avremo a disposizione due giornate piene per ossigenarci i polmoni ed immergerci in panorami mozzafiato percorrendo sentieri e strade forestali al fresco, con qualche piccola iniezione di adrenalina per chi ha voglia di divertirsi sulle due ruote.



### 1° giorno sabato 29 giugno - Tour del Latemar

Il ritrovo con punto di partenza è previsto al parcheggio sul passo Costalunga in prossimità dell'Hotel dove alloggeremo; si parte addentrandoci subito su un facile sentiero per evitare l'asfalto che dopo alcuni km si immette sulla provinciale per pochi metri, per poi tornare nuovamente sulla forestale che ci porterà fin giù in val di Fiemme, attraversando il borghetto di Tamion e di Larcionè, fino a raggiungere la statale SS48 che abbandoniamo subito dopo la rotonda. Da qui imbocchiamo la ciclabile che costeggia tutta la fondovalle passando prima da Soraga e poi attraversando anche Moena, la regina della Val di Fiemme. Sempre tramite la ciclabile costeggiando il corso del torrente Avisio che attraversa tutta la valle, raggiungiamo lo stadio del Salto di Predazzo dove troviamo gli impianti di risalita.

Da qui in poi ci troviamo di fronte ad una scelta molto difficile:

intraprendere il sentiero 504 per quasi 6+3km e farci oltre 900 dsl+ con tratti a pendenza media del 25-30% oppure esibire la tessera CAI ed ottenere uno sconto sul prezzo della risalita tramite l'impianto a fune?

sabato e domenica  
29-30 giugno 2024

Informazioni escursione 1° giorno	
Lunghezza	48 km
Dislivello salita	850m (1750)
Difficoltà salita	MC (25-30%)
Difficoltà discesa	MC tratti BC
Tratti a spinta	0 (40')
Portage	0
Sentiero	3%
Forestale	55%
Strade bianche	21%
Ciclabile	21%

Informazioni escursione 2° giorno	
Lunghezza	45 km
Dislivello salita	1300m
Difficoltà salita	MC
Difficoltà discesa	MC tratti BC
Tratti a spinta	0
Portage	0
Sentiero	10%
Forestale	73%
Strade bianche	12%
Asfalto	5%

Organizzazione	
Ritrovo 1° giorno	ore 9:00
Parcheggio Hotel Castel Latemar (BZ)	
Inizio escursione	ore 9:30
Termine stimato	ore 17:00
Ritrovo 2° giorno	ore 8:00
Parcheggio Hotel Castel Latemar (BZ)	
Inizio escursione	Ore 8:30
Termine stimato	Ore 16:30

Quote iscrizione	
Soci CAI	15 Euro
Non soci	Non ammessi
Partecipanti max.	20

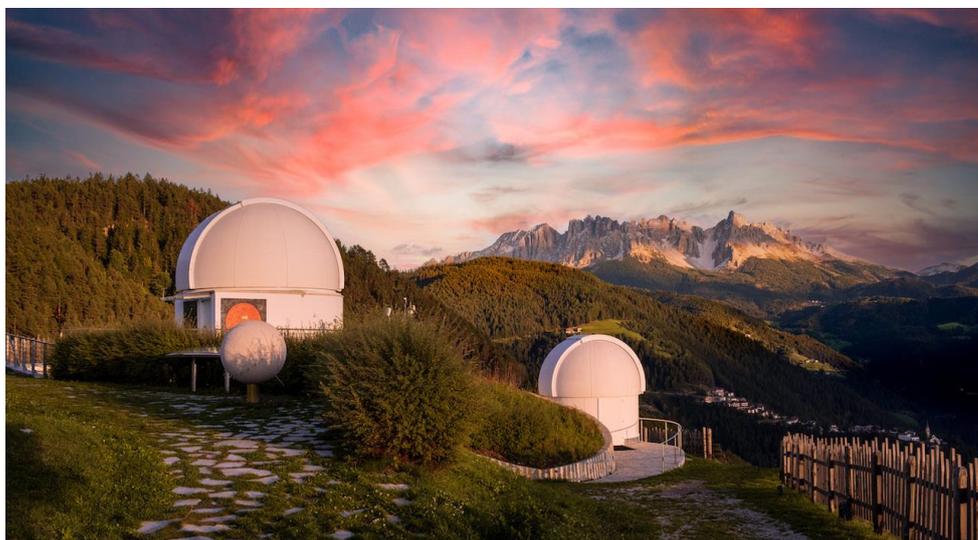
Informazioni e iscrizioni	
Gian Luca Baldissara <a href="mailto:baldoasc@gmail.com">baldoasc@gmail.com</a> - 335461495	
Iscrizioni da effettuare entro max domenica 31 Maggio 2024 tramite il link sottostante.	
<a href="https://forms.gle/3CoCP5tTrVaqVZJA">https://forms.gle/3CoCP5tTrVaqVZJA</a>	

Il cicloescursionismo è un'attività che comporta dei rischi che non possono mai essere del tutto eliminati. Chi partecipa alle escursioni dichiara di esserne consapevole e di essere a conoscenza delle difficoltà tecniche del percorso e del suo impegno fisico. L'iscrizione all'escursione è subordinata all'accettazione del **Regolamento escursioni** e alla conoscenza della **Scala delle difficoltà delle escursioni** pubblicati sul sito [ciclocai.caibo.it](http://ciclocai.caibo.it) e prima della partenza verrà chiesto al partecipante di **sottoscrivere la presa visione di quanto sopra esposto**. All'accompagnatore del gruppo spetta ogni decisione in merito allo svolgimento dell'escursione anche se difforme dal programma e potrà variare il percorso o annullare l'escursione qualora le condizioni meteo, dei sentieri o dei partecipanti non siano ritenute favorevoli. I partecipanti dovranno presentarsi con la bicicletta in condizioni di efficienza, con particolare riguardo all'impianto frenante, al cambio e al corretto montaggio delle ruote ed essere muniti di almeno una camera d'aria di scorta e kit di montaggio. Gli accompagnatori non possono rimediare alle inevitabili conseguenze di una cattiva manutenzione del mezzo. **L'uso del casco è sempre obbligatorio**: deve essere allacciato e indossato correttamente per l'intera durata dell'escursione con la sola esclusione delle pause.

Una volta in cima al primo tratto si ripresenterà lo stesso dilemma od opportunità che dir si voglia, in quanto occorre affrontare un'altra salita estremamente dura ma che offre sempre la possibilità di alleviare le penitenze tramite l'impianto a fune... Ai posteri l'ardua sentenza anche se, per esperienza già vissuta, saprò come consigliarvi al meglio. In ogni caso, una volta raggiunta la sommità del P.sso Feudo, lo sforzo o l'investimento, saranno ampiamente ripagati dal panorama che ci troveremo ad ammirare tra pascoli e cime maestose, avendo raggiunto 2175m slm. Da qui mantenendo sempre il sentiero 504, raggiungiamo il passo di Pampeago ed attraversando pascoli che in inverno diventano piste da sci, arriviamo ad Obereggen tenendoci alla ns. destra sempre il massiccio del Latemar. Siamo già ampiamente oltre la metà del tour ed addentrandoci su una bellissima forestale che rimane sempre in quota, raggiungiamo il bellissimo Lago di Carezza che affianchiamo raggiungendo anche il Lago di Mezzo che circumnavighiamo per poi risalire verso il Passo Costalunga, non prima di aver effettuato una deviazione alla Malga Secine per la classica birretta di fine giro.

## 2° giorno domenica 30 giugno – Tour Nova Levante

Ritrovo sempre al Passo Costalunga di buon mattino per affrontare un bellissimo giro panoramico ma che ci riserverà anche momenti adrenalinici. Lasciamo il passo per raggiungere il Sentiero delle Perle che si sviluppa tutto sotto al massiccio che raggruppa la Cima del Diavolo, Cima Sforcella e Cima Coronelle, fino ad arrivare ai piedi degli impianti di risalita dove inizia la “Sala Giochi”, ovvero un tracciato spettacolare in single track abbastanza tecnico ma molto divertente, che vale assolutamente la pena di provare.



Informazioni per Hotel
Hotel Castel Latemar – Tre Stelle Via Carezza Nr. 136 39056 Carezza – Nova Levante (BZ) <a href="mailto:info@castellatemar.com">info@castellatemar.com</a> +39 0471 612140 <a href="https://maps/1bz2ABvL6MgpVYUu6">https://maps/1bz2ABvL6MgpVYUu6</a>
Sist: doppia – tripla – doppia uso singolo Costo: 114€/pax-day in mezza pensione Sovrapprezzo singola: 30€ Sovrapprezzo camera fino a sera: 100€
Conferma prenotazione con caparra 100€ a persona da versare alla conferma direttamente all'hotel; saldo in loco
Dati per BB <b>Beneficiario: La Bottega dei sogni srl</b> <b>Bank: Prealpi San Biagio</b> <b>IBAN: IT92Q0890436020053000000917</b> <b>BIC: CCRIT2TPRE</b>

Al termine del tracciato abbiamo una doppia possibilità: risalire con l'impianto a fune, riprendendo il giro da dove siamo scesi fino al Passo Nigra, oppure effettuare una deviazione attraversando Nova Levante e tramite il sentiero 4A risalire intercettando la stessa traccia con un tratto di salita abbastanza impegnativa (evitabile). Proseguendo per la forestale costeggiando il M.te Sommo, attraversiamo una serie di zone boschive di particolare rilevanza faunistica suddivise in vari biotopi, ovvero in funzione degli animali da cui vengono popolate. Da qui dopo un breve tracciato in single track, raggiungiamo il sentiero dei Pianeti che ci condurrà fino all'osservatorio astronomico dove ci fermeremo per la pausa pranzo di circa mezz'ora con il meraviglioso panorama dolomitico della Val D'Ega. Riprendiamo il tracciato proseguendo con una bellissima forestale che assume di volta in volta il nome di uno dei pianeti del sistema solare che ha la particolarità di riportare le distanze tra i singoli pianeti in scala 1:1MLD. Lasciata l'area dei pianeti, attraversiamo una zona acquitrinosa transitando su passerelle in legno sopraelevate per le quali occorrerà un po' di attenzione, ma sicuramente molto scenografiche; proseguiamo sempre su strada forestale con leggeri saliscendi per poi iniziare la discesa verso Nova Levante sempre su strada forestale immersa nel bosco. Attraversiamo il paese su un breve tratto in asfalto per poi imboccare nuovamente la forestale che si inerpica in modo deciso sui bordi del M.te Plum fino ad arrivare al Lago di Carezza dopo aver attraversato splendidi pascoli di altura; riprendiamo l'ultimo tratto di strada bianca che ci porta fino al passo Costalunga e siamo al termine del giro.