



**C.A.I. - S.A.T.**  
**Sezione di**  
**Borgo Valsugana**



**RIFUGIO PUEZ – PIZ DE PUEZ**  
**VAL GARDENA, GRUPPO DELLE ODLE**



**Domenica 3 luglio 2022**

Ritrovo alle h. 6,00 presso la sede sat di Borgo e partenza con pullman 50 posti con destinazione **Selva di Val Gardena m. 1620**, dove imbrocheremo il sentiero n. 14 che ci porterà nella splendida **Vallunga** e, passando dalla Cappella di San Silvestro, percorreremo con una dolce salita tutta la sua lunghezza, tra pascoli ed una primo assaggio del panorama che ci aspetterà più in alto.

Dove la valle comincia a chiudersi sempre seguendo il sentiero n. 14 pieghiamo sulla sinistra e, ora con pendenze sostenute, arriviamo al **Rifugio Puez m. 2475**, dopo circa 3 ore di cammino.

Dopo una breve sosta al rifugio chi vuole può proseguire l'escursione, sempre su sentiero n. 14 che ora con tracciato più impegnativo prima con traverso un po' esposto e poi con salita sassosa ripida ci porterà al **Piz de Puez EST m. 2918** in circa 1.30 ore di cammino (h. 4,30 totali). Da qui il panorama è a perdita d'occhio, dalle Odle, al Sas de Putia, a tutte le dolomiti verso sud e le Alpi e la cresta di confine a nord.

Scendendo nuovamente verso il rifugio si può fare una piccola risalita anche verso il **Col de Puez m.2.725**.

Dopo una pausa al rifugio, si parte tutti assieme per la discesa che dapprima con sentiero n. 2 e poi con il sentiero n. 16 che, con ampio giro ad anello ci riporta nel mezzo della Vallunga e da lì di nuovo con il sentiero 14 a Selva.

**TEMPO DI PERCORRENZA: 5h.** Per andata e ritorno dal rifugio, **7,30** per il giro completo (escluso sosta al rifugio)

**DISLIVELLO: m.860 per il rifugio (16 km.), m. 1300 per il giro completo (20 km.) (Salita e discesa)**

**DIFFICOLTA':** E (escursionistico) per il rifugio, EE (escursionista esperto) per la cima.

**ISCRIZIONE :** obbligatoria riservata a soci e familiari **entro martedì 28 giugno** e successivamente aperta a tutti fino a giovedì 30 giugno presso la sede Sat o telefonare a Andrea ( 336 466876)

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE :** € 15,00 per i soci € 10,00 soci giovani € 20,00 non soci

proponente escursione e capogita Franco Casata