



GRUPPO SCI

"Amici della Montagna"

Galleria Ölof Palme, 7 - MOGLIANO VENETO

Tel. 345.6729495

sito: www.adm-moglianoveneto.it

Programma
"Gite sulla neve"

2020

PROGRAMMA

GITE SULLA NEVE

12 GENNAIO

S. MARTINO DI C.

partenza 6:30

Iscrizioni dal 10 dicembre

DISCESA: Piste Tognola

CIASPE: S. Martino di C. m 1470 - Val
Cigolera - Ristoro ex M.ga
Cigolera m 1880

TURISTI: S. Martino di C. m 1470 - Rif.
Malga Ces m 1670

D.G. ciaspe: Giancarlo Ronchin

19 GENNAIO

SELLA - PRALONGIÀ

partenza 6:00

Iscrizioni da 10 dicembre

DISCESA: Piste Sella - Pralongià

CIASPE: P.sso Campolongo m 1860 -
Rif. Chertz m 2088 - Rif. Incisa
m 1940 - Planac m 1714

TURISTI: Planac m 1714 - seggiovia
Punta Trieste m 2028 - Rif.
Pralongià m 2109

D.G. ciaspe: Renato Crivellaro

1-2 FEBBRAIO

partenza 6:30

**PARCO MONTE CORNO -
VAL DI FEMME**

Iscrizioni dal 17 dicembre

1° giorno

CIASPE: Trodena m 1127 - M. Cislone
m 1563 - M.ga Cislone m 1254

TURISTI: Trodena m 1127 - Ristoro M.ga
Cislone m 1254

Pernottamento: Hotel Latemar
a Castello di Fiemme

2° giorno

DISCESA: Piste del Cermis

CIASPE: P.so Oclini m 1980 - M. Corno
Bianco m 2312 - M.ga Corandini
m 1952 - P.so Oclini

TURISTI: P.so Oclini m 1980 - Doladizza
m 1853 - M.ga Corandini m
1952 - P.so Oclini

D.G. ciaspe: Giancarlo Ronchin

L'Associazione è in grado di noleggiare, a richiesta,
l'attrezzatura necessaria per la pratica dello sci di
fondo e delle ciaspe.

9 FEBBRAIO

partenza 6:30

**MISURINA -
TRE CIME DI LAVAREDO**

Iscrizioni dal 21 gennaio

- DISCESA:** Rio Gere - Piste Faloria
- CIASPE:** Misurina m 1757 - Rif. Auronzo m 2320 - Misurina
- TURISTI:** Misurina m 1757 - M.ga Misurina m 1795 - Giro del Lago di Misurina

D.G. ciaspe: Primo Gennaro

23 FEBBRAIO

partenza 6:30

**FOLGARIA -
PASSO COE**

Iscrizioni dal 4 febbraio

- DISCESA:** Piste comprensorio Fondo Grande - Fiorentini
- FONDO:** Piste Passo Coe
- CIASPE:** P.so Coe m 1610 - M.ga Pioverna Alta - Costa D'Agra m 1820 - Rif. Valbona m 1690 - P.so Coe
- TURISTI:** P.so Coe m 1610 - Sacratio di M.ga Zonta - Rif. Valbona m 1690

D.G. ciaspe: Giancarlo Ronchin

1 MARZO

partenza 6:30

**SELLA NEVEA -
RIF. BRAZZÀ**

Iscrizioni dal 4 febbraio

DISCESA: Piste del Canin

CIASPE: Sella Nevea m 1162 - Altopiano del Montasio - C.re Parte di Mezzo m 1552 (Rif. G. di Brazzà m 1660) - Sella Nevea

TURISTI: Passeggiata in Val Raccolana m 606 - Pian di Qua - Pian di Là m 688 - Pianatti - Stretti m 766 - Rist. Da Giordano m 685

D.G. ciaspe: Tullio Muscardin

**Le località e le date previste
potranno subire variazioni
in funzione
dello stato di innevamento
e delle condizioni atmosferiche.**

Sulle piste scia con prudenza
e rispetta gli altri.

In caso di incidente
presta il pronto soccorso.

GINNASTICA SOFT TONICA

Presso la palestra della scuola media
"Margherita Hack"
in via Torino

nei seguenti periodi:

Ottobre - Novembre - Dicembre '19
Gennaio - Febbraio - Marzo - Aprile - Maggio '20

con orario:

Martedì - giovedì: 20.00-21.00

I corsi sono tenuti da diplomati ISEF.

È richiesta l'autocertificazione di idoneità all'attività
fisica ai sensi della legge 25 del 13.8.82 (art. 234).