



## CLUB ALPINO ITALIANO

S.sez. Vaprio d'Adda (Sez. Bergamo)  
 S.sez. Trezzo sull'Adda (Sez. Cassano d'Adda)  
 Sez. Gorgonzola "i camosci"



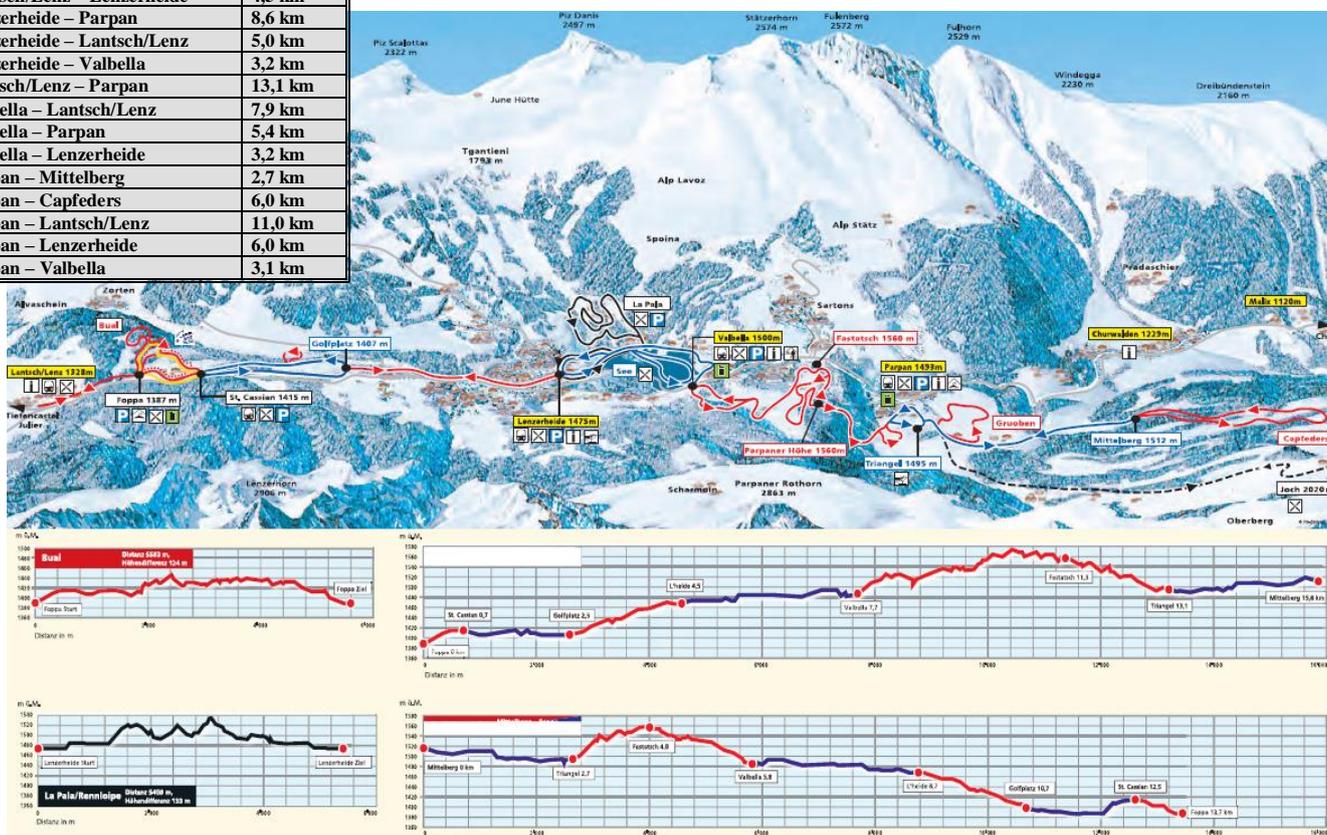
Con il Patrocinio della  
**SCUOLA NAZIONALE SCI FONDO ESCURSIONISMO INTERSEZIONALE ADDA**  
 Via Magenta, 15 – 20069 Vaprio d'Adda (MI)

**Domenica 3 Febbraio 2019**

# LENZERHEIDE "Parc Ela" (SVIZZERA) – 1473 m s.l.m.

Situata in linea d'aria ... a soli 40 chilometri da Sankt-Moritz, Lenzerheide, località della Svizzera nota per lo più per la pratica dello sci alpino, è insieme a Valbella una frazione di Vaz/Obervez, sita nel distretto svizzero dell'Albula; incastonata ai piedi del Parpaner Rothorn è attraversata dal Rain digl Lai e si trova a Sud del bacino artificiale dell'Heidsee. Offre, in un paesaggio magnifico intriso di aria pura e tappezzato di foreste incontaminate, una serie di interessanti piste per lo sci nordico, di varie difficoltà e lunghezza che, collegabili fra di loro, consentono di totalizzare ben 52 km di percorrenza.

Lantsch/Lenz – Valbella	7,7 km
Lantsch/Lenz – Lenzerheide	4,5 km
Lenzerheide – Parpan	8,6 km
Lenzerheide – Lantsch/Lenz	5,0 km
Lenzerheide – Valbella	3,2 km
Lantsch/Lenz – Parpan	13,1 km
Valbella – Lantsch/Lenz	7,9 km
Valbella – Parpan	5,4 km
Valbella – Lenzerheide	3,2 km
Parpan – Mittelberg	2,7 km
Parpan – Capfeders	6,0 km
Parpan – Lantsch/Lenz	11,0 km
Parpan – Lenzerheide	6,0 km
Parpan – Valbella	3,1 km



Termine iscrizioni: **Mercoledì 30 Gennaio 2019 Ore 20:00** o ad esaurimento dei posti disponibili.  
 Oltre tale termine, eventuali successive disdette non vengono accettate ed è pertanto obbligatorio pagare comunque la quota di partecipazione. L'organizzazione si riserva di modificare la località scelta in caso di mancato innevamento.

Iscrizioni presso "Pullman Gite Sci di Fondo" oppure telefonando al numero: **346 4739516**  
 (Dal Martedì al Venerdì con orario: 19.30 / 21.00)

Località di Partenza	Orario di Partenza	Quote di Iscrizione *	
1) Brignano Gera d'Adda Piazza Marconi	<b>6:00</b>	Soci C.A.I. € 22,00	Ragazzi Soci € 18,00
2) Vaprio d'Adda P. Scuole - Via Don Moletta	<b>6:20</b>	Non Soci C.A.I. € 30,57	Ragazzi Non Soci € 26,57
3) Trezzo sull'Adda P.le Fermata Autobus ATM	<b>6:30</b>	* LA QUOTA DI ISCRIZIONE NON COMPRENDE IL COSTO DI ACCESSO ALLE PISTE	

**Tutte le escursioni vengono effettuate in ambiente alpino e di conseguenza possono presentare un margine di rischio non del tutto eliminabile del quale i partecipanti devono essere consapevoli.**  
**Attività Escursionistica - Obbligo della dotazione di A.R.T.Va. - Pala - Sonda**



## CLUB ALPINO ITALIANO

S.sez. Vaprio d'Adda (Sez. Bergamo)  
S.sez. Trezzo sull'Adda (Sez. Cassano d'Adda)  
Sez. Gorgonzola "i camosci"



Con il Patrocinio della  
**SCUOLA NAZIONALE SCI FONDO ESCURSIONISMO INTERSEZIONALE ADDA**  
Via Magenta, 15 – 20069 Vaprio d'Adda (MI)

### Itinerario Ciaspole.

Questa escursione, si sviluppa al confine del "Parc Ela", è il più grande parco naturale regionale della Svizzera e si trova nella Regione dell'Albula, nel cuore del Cantone dei Grigioni; copre un'area di circa 600 chilometri quadrati, un terzo dei quali sono costituiti da habitat specifici, come le zone umide, praterie secche e boscaglia alpina.

Nel territorio e nei dintorni di quest'area adibita a parco dall'anno 2000, (Nel 2005 ci fu l'inaugurazione) oltre ad aspetti naturalistici di rilevanza, si trova un ricco patrimonio culturale, la zona era già battuta e abitata nell'età del bronzo, grazie ai valichi alpini dell'Albula e del Giulia, in seguito, nel medioevo furono costruiti una moltitudine di castelli e chiese in stile romanico e barocco.

Ci troviamo nella Valle di Lenzerheide ... che, ha uno sviluppo anomalo ... infatti, non è, come la gran parte delle valli alpine, "chiusa" da alti valichi, ma, presenta alla sua estremità Sud, la cittadina di Tiefencastel, mentre alla sua estremità Nord, l'importante e storica cittadina di Coira ... quindi, si presenta come una sorta di altopiano allungato.

### Descrizione.

I vasti pascoli e i radi boschi che raggiungono le pendici del "Gruppo dei Parpaner", (2896 - 2822 - 2682 m) saranno la sede della nostra escursione in ambiente innevato, partiremo dal paese di Lenzerheide, (1476 m) per raggiungere con semplice percorso il paese di Valbella, (1534 m) compiendo un "tour" attorno al lago che divide i due centri abitati, Igl Lai Heidsee; questo tratto iniziale, che si sviluppa tra gli edifici che punteggiano il "fulcro" di questa stazione per sport invernali, potrà risultare forse monotono, ma con la fortuna di una nevicata recente, ne verremo ricompensati dal contesto suggestivo dei panorami circostanti.

In leggeri saliscendi arriviamo al villaggio di Parpan, (1473 m) dove iniziamo la vera salita ... niente di preoccupante ... un terreno in leggera e costante ascesa, che renderà il raggiungere la meta del Churer Joch a 2024 metri, una lunga e piacevole escursione. Il percorso si sviluppa in un continuo intervallo di pascoli e aree umide ai piedi della cresta identificabile con i nomi "Mittagflue", "Öfenflue" e "Tälliflue" ... il panorama assumerà toni sempre più grandiosi all'aumentare della quota ... e perché no? ... provare a "perdersi" ... su questi dossi potrebbe essere una piacevolissima esperienza!

Guadagnato il "valico" di Churer Joch, (2024 m) non mancherà una pausa relax per godersi il sole e la splendida visuale ... poi ... ci aspetta la discesa, che lentamente, attraverso il paesaggio incantevole appena attraversato, ci riporterà a Lenzerheide!



Difficoltà / Tipo di Escursione	Tempi di Percorrenza	Dislivello
EAI. / Escursione in Ambiente Innevato.	Circa: 6 h.	Circa: 550 m.
Abbigliamento da Montagna - Scarponi da Trekking - Ciaspole - A.R.T.Va. - Pala - Sonda Macchina Fotografica e Binocolo - Colazione al sacco - Acqua		