



C.A. I. – Club Alpino Italiano
Sezione di FOGGIA



SETTIMANA VERDE IN CARNIA DAL 22 AL 29 LUGLIO 2023

INFORMAZIONI GENERALI

Per la settimana di Montagna in Carnia le soluzioni logistiche sono:

Cleulis, frazione del Comune di Paluzza, [un balcone naturale sull'alta valle del fiume But](#)

Albergo "Al cacciatore" tel: 0433 779014

Sutrio, [piccolo borgo ai piedi del monte Zoncolan, famoso anche per la realizzazione del presepe esposto a Roma in Piazza San Pietro](#). A 9 Km da Cleulis

Hotel Ristorante Del Negro tel: 0433 778039

Attrezzatura: Carta Tabacco 09, scarponi da montagna, bastoncini da trekking, mantellina per la pioggia, giacca a vento leggera, torcia, crema solare, repellente per zecche, cappellino da sole.

PROGRAMMA

Partenza sabato 22 luglio 2023

con i mezzi propri in base all'organizzazione fatta in sede

Il Programma è suscettibile di variazioni in considerazione delle condizioni meteo previste.

Domenica 23 Luglio 2023

ESCURSIONE: Monte Zoncolan

Cartografia: Tabacco – 09 Sentieri CAI 157, 170,166

Difficoltà: T fino a Malga Tamai.

Difficoltà: E fino a monte Zoncolan.

Dislivello: Salita 400 metri circa, Discesa 400 metri circa

Tempo di percorrenza: 4 ore

Avvicinamento: Si parte con le auto, dal comune di Sutrio per raggiungere il piazzale Parking Sella Zoncolan (1.731 mt) percorrendo la SP123 per circa 13 km di strada asfaltata. Si continua sulla stradina che sale dove c'è il parcheggio del rifugio Tamai.

Percorso: Dal parcheggio del rifugio Tamai si prende la stradina forestale che raggiunge il rifugio e poi si prende il sentiero a sinistra (bivio vicino al rifugio) fino a raggiungere Malga Tamai (1594m).

Dalla malga si continua sullo stesso sentiero seguendo il versante dalla montagna. Segnalato in modo incerto, non presente nelle piantine ufficiali.

Si prende il sentiero CAI 157 (proveniente da Malga Meleit) fino alla forcella Arvenis che incrocia il sentiero CAI 166 che arriva Monte Arvenis (m. 1.968), il sentiero CAI 170 arriva Monte Tamai (m 1.970), CAI 170 arriva Monte Zoncolan (m 1.750)



Lunedì 24 Luglio 2023

ESCURSIONE: Pal Piccolo (m. 1.866) e Pal Grande.

Queste cime furono testimoni di epiche e gloriose contese nel conflitto del 1915 – 1918. Museo storico all'aperto dove è possibile vedere ancora ben conservate, fortificazioni, trincee e gallerie.

Avvicinamento: Si parte con le auto da Cleulis in direzione Timau - Passo Monte Croce Carnico percorrendo la SS 52 bis. Arrivare al tornante a quota 1.150 m. prima del Passo, nei pressi della casa cantoniera (parcheggio a sinistra salendo di fronte alla casa cantoniera oppure nei pressi del tornante).

Percorso:

Dalla Casa Cantoniera, (m 1.130) alla Cappella del Pal Piccolo, (m 1.428) percorrendo il sentiero CAI 401a

Tempo percorrenza: 00.50 ore

Difficoltà percorso: T, sentiero ben segnalato e battuto

Dalla Cappella del Pal Piccolo (m 1.248) alla vetta del Pal Piccolo (m 1.866), si prosegue verso Pal Grande. Sentiero CAI 402

Tempo percorrenza: 2 ore

Difficoltà percorso: E



Martedì 25 Luglio 2023**Rifugio Marinelli (m.2.120)**

È il secondo rifugio più alto del Friuli (superato di pochi metri dal Rifugio Calvi a Sappada), collocato a 2.120 m. a ridosso del Coglians, il monte più alto del Friuli 2.780 m: una camminata nel cuore delle Alpi Carniche.

Il Rifugio Marinelli ha una storia secolare ed è un ottimo punto di appoggio per ristorarsi e per intraprendere ulteriori camminate: è un edificio a 3 piani, dispone di 50 posti letto e di una grande terrazza panoramica esterna. Indicativamente è aperto da metà giugno fino a metà settembre e compensa per tutta la fatica offrendo panorami unici e regalando grandi emozioni.

Alle spalle del rifugio si staglia imponente il gruppo del Coglians. Lo sguardo spazia anche verso il Pal Piccolo e il Pal Grande, la Creta di Timau, la Creta delle Chianevate, il Monte Floriz e verso tutto il vallone del Rio Monumenz.

Questo rifugio rappresenta inoltre un'ottima base di partenza anche per il Lago Volaja e tutto il gruppo del Coglians.

Questo rifugio rappresenta inoltre un'ottima base di partenza anche per il Lago Volaja e tutto il gruppo del Coglians.

Prima via: Rifugio Marinelli (m. 2.120) e monte Coglians (m. 2.780)

da Passo Monte Croce Carnico.

Dal passo di Monte Croce Carnico (m 1.360) al Rifugio Marinelli (m 2.122)
Il primo tratto è il passaggio della Scaletta molto impegnativo ed esposto, ma
protetto con cordino di sicurezza in acciaio.

Si percorre il sentiero CAI 146, fino al Rifugio Marinelli

Cartografia: Tabacco 09

Difficoltà: EE

Dislivello: m 760

Tempo di percorrenza: 3,30 ore

Dal Rifugio Marinelli (m 2.122) alla vetta del Monte Coglians (m 2780) si percorre il
sentiero CAI 143.

Difficoltà: EE

Dislivello: m 660

Tempo di percorrenza: 2,30 ore

Dal passo monte Croce Carnico al Monte Coglians

il Dislivello è di m 1.420

Difficoltà: EE

Tempo di percorrenza: 5,5 ore



Seconda Via – Rifugio Marinelli (m 2.122)

Da Rifugio Tolazzi (fraz. Collina – Forni Avoltri)

Avvicinamento: Da Sutrio a Forni Avoltri ci sono poco più di 30 km di strada e da Forni Avoltri a fraz.Collina circa 5 km oltrepassata la quale, terminata la strada asfaltata, si trova il Rifugio Tolazzi (quota 1.350 m.), punto di partenza della escursione (ampio parcheggio).

Andata sentiero CAI 143 e ritorno carrareccia : 9 km

Solo sentiero CAI 143 : 6 km.

Solo carrareccia :14 km

Tempo di percorrenza: A/R 5 ore

Difficoltà : E

Dislivello: 710 m

Percorso:

Si imbecca l'ampia pista forestale a monte del Rifugio Tolazzi e poco dopo si incontra il bivio tra le direzioni per il Rifugio Lambertenghi e il Rifugio Marinelli. Noi ci teniamo sulla destra seguendo il segnavia CAI 143. Al primo tornante, si può scegliere se proseguire lungo la strada forestale che sale più dolcemente ma che richiede più tempo, oppure lungo il sentiero che sale in maniera più marcata nel vallone del Rio Moraret ma che offre sicuramente una camminata meno monotona e paesaggisticamente più varia. Il sentiero inizialmente sale accanto a un corso d'acqua in mezzo al bosco. Usciti dalla vegetazione, ci si raccorda alla pista e la si percorre nel rettilineo che precede la biforcazione per Casera Morareto (1.682m.): si tratta di un bel ristoro agriturismo dove si possono anche acquistare prodotti caseari durante l'alpeggio. Superato il bivio per la malga, si può ancora decidere se proseguire sulla pista forestale o lungo il sentiero. Il sentiero s'immerge nella splendida conca di pascolo, tra macchie di rododendri e di ontani, a ridosso dell'imponente Monte Floriz. Se non si fa troppo rumore e se si è fortunati, si potranno anche vedere le marmotte! ancora un ultimo sforzo e finalmente si arriva a Forcella Moraret dove il Rifugio Marinelli è collocato a quota 2.122 m.

Mercoledì 26 luglio 2023

Lago Bordaglia m.1.750 e Passo Giramondo m.2.005

Dislivello in salita: 800 m

Lunghezza: 14 km circa

Tempi di percorrenza: 6 ore

Difficoltà: E, necessaria buona preparazione fisica

Avvicinamento: Da Sutrio a Forni Avoltri ci sono poco più di 30 km di strada. Arrivati presso Forni Avoltri si seguono le indicazioni per Pierabech e lo stabilimento dell'acqua Goccia di Carnia – loc. Pian della Guerra, in prossimità del quale si lasceranno le auto.(m 1.705)

Il lago di Bordaglia è uno dei laghi più belli del Friuli, situato a 1.750 m: è di origine glaciale, immerso in una vasta oasi di bellezza naturalistica nel comune di Forni

Avoltri. Il percorso è immerso in una florida e ricca vegetazione. Il lago si trova nella vasta oasi faunistica di Bordaglia, una delle zone di maggior pregio naturalistico della regione. Le acque del lago sono abitate da pesci ed anfibi protetti come il tritone alpino, mentre nei boschi secolari e nei prati circostanti si possono frequentemente avvistare marmotte, galli cedroni, caprioli, cervi e camosci. L'aquila reale nidifica in questi luoghi.

Percorso: Lasciamo l'auto nel comodo parcheggio dello stabilimento "Goccia di Carnia" nei pressi della strada sterrata della cava di marmo e risaliamo la carrareccia per circa 700m. Dopodiché, proseguiamo oltre il ponticello che attraversa il Degano (Cai 141, prima del ponte troviamo le indicazioni per "Bivio sentiero 142") su una comoda carrareccia per circa 4 km. Al bivio, prendiamo la carrareccia Cai 142 che diventa dopo poco sentiero e giunge dapprima alla Casera Bordaglia di Sotto (1.565m) e alla Cappella di S. Giovanni Bosco e poi alla Casera Bordaglia di Sopra (1.823 m). Raggiungiamo il Lago di Bordaglia scendendo di circa 100m. Questo percorso è la via più diretta per giungere al lago.



Alternativa verso Passo Giramondo. m 2.005

Il Passo Giramondo è posto esattamente sulla linea di confine tra Italia ed Austria e vale la pena ricordare che ci troviamo in un posto paesaggisticamente splendido, ma anche ricco di storia: qui durante la Prima Guerra Mondiale si fronteggiarono italiani e austriaci, motivo per cui non è raro imbattersi in qualche piccolo reperto

Dopo la sosta sul Lago di Bordaglia (1.780m), riprendiamo il sentiero CAI 142 verso la Casera Bordaglia di Sopra: qui, volendo, facciamo una piccola deviazione, allungando di un paio di chilometri il nostro percorso verso Passo Giramondo. Giunti alla Casera di Sopra prendiamo le indicazioni per il sentiero naturalistico 142A, a destra, che sale in moderata e graduale pendenza verso il Passo Giramondo. A quota 2.003 giungiamo a un bivio e proseguiamo verso nord-est: in poco meno di 10' si sale a Passo Giramondo, quota 2.005m.

Per tornare alla Casera Bordaglia di Sopra possiamo riprendere lo stesso percorso dell'andata.



Giovedì 27 luglio 2023

Escursione da Malga Pramosio al Lago Avostanis

Il lago Avostanis 1.936m, rappresenta un'escursione medio facile. Si raggiunge in circa 1h30' questo fantastico laghetto, con marmotte che fischiano al vostro passaggio.

Avvicinamento: Da Cleulis prendiamo la rotabile di circa 7 km che ci conduce direttamente al punto di parcheggio, nei pressi di Casera Pramosio Bassa m 1.521. La strada, anche se non è esposta, è a tratti sterrata e non è raro trovare delle buche o tratti malagevoli. Prestare attenzione se si risale con macchine basse.

Sentiero CAI 402

Difficoltà: T

Dislivello: m 420

Tempo di percorrenza totale: 3,30 ore

Lunghezza: 6 km

Percorso: si inizia sulla comoda pista forestale con segnavia CAI 402, anche nominato Sentiero dei Pastori. Durante il percorso si incontrano diverse strutture: a quota 1.625m, dopo circa 20' di cammino, ci troviamo nei pressi del Rifugio Morgante e più avanti troviamo una lapide dedicata a Maria Plozner Mentil, colpita da un cecchino durante la Grande Guerra mentre portava i rifornimenti in prima linea.

Poco dopo il rifugio Morgante, sulla destra si trova una piccola deviazione che porta al Passo Pramasio dove è possibile vedere delle grotte di origine militare risalenti alla Grande Guerra e resti di trincea.

Alternando punti più ripidi a punti più pianeggianti, la strada forestale prende quota attraverso una serie di tornanti e raggiunge prima del lago, la Casera delle Manze (1.820m) alla nostra sinistra. Si giunge quindi al ricovero Casera Pramasio Alta e al Lago Avostanis dopo circa 1h40' di cammino (1.940m).



Deviazione Cima Avostanis m 2.193

Dal laghetto si può compiere una deviazione fino alla Cima Avostanis (m 2.193). Il percorso, più esposto, da dove potrete ammirare la parte alta della Valle del But e molte delle Alpi Carniche Orientali, arrivando, con cielo terso, a vedere anche i

colossi delle Giulie e delle Dolomiti.

Nei pressi della casera Pramosio Alta si prosegue sul sentiero CAI 402 che risale il versante sud della cima Avostanis (2193m). La cima ospita diversi resti di postazioni della Grande Guerra. Per il rientro si effettua un piccolo anello dirigendosi verso la creta di Timau e scendendo al lago da ovest.

Sentiero Cai 402

Difficoltà: EE (sentiero semplice ma ripido)

Dislivello: m 250

Tempo di percorrenza totale : 2 ore



Altro percorso alternativo: Cima del Monte Cuestalta (m 2.198), con vista panoramica sui 3 confini.

Sentiero abbastanza impegnativo

Sentiero CAI 402 e 448

Dislivello: m 677

Tempo di percorrenza: 2,30 ore

Venerdì 28 luglio 2023

LAS CALAS

Escursione Las Calas - Paularo

Difficoltà: EE

Dislivello: 600 m.

Tempo di percorrenza indicativo: circa 4 ore

Carta Tobacco 09 – Sentiero CAI 442

Avvicinamento: Giunti al centro abitato di Paularo dopo circa 20 m. di auto da Paluzza lo si percorre fino al bivio presso il ponte dove si prende a sinistra attraversando di nuovo il Chiarsò. Imboccata via Marconi, in direzione di Villamezzo, la si segue fino ad una curva dove si piega a destra seguendo le indicazioni per la Stazione forestale. Circa 200 m dopo la Stazione possiamo parcheggiare utilizzando la piccola area di sosta lungo la strada (m 683).

La forra di Las Calas è un monumento naturale scavato dall'acqua nella roccia, che l'ha levigata creando scenari suggestivi. Ma non è solo l'acqua la protagonista di questo Geotrail: infatti lungo il percorso si può osservare il risultato delle enormi forze in azione durante le due orogenesi, ercinica e alpina, e le deformazioni crostali che, successivamente, hanno modellato le rocce affioranti. Oltre a ciò, le diversità delle rocce che caratterizzano la successione devoniano-carbonifera incisa dal Torrente Chiarsò determinano un ambiente di notevole interesse dal punto di vista geologico.



Questa escursione permette di visitare la forra del Torrente Chiarsò nel comune di Paularo, percorrendo il camminamento artificiale che vi si addentra. La Forra de Las Callas è un grandioso esempio di erosione fluviale, con pareti calcaree alte quasi 200 metri. In corrispondenza della forra, negli anni Cinquanta, erano stati realizzati i lavori, poi interrotti, per la realizzazione di una diga da parte della S.A.D.E.

Percorso:

L'escursione parte da Villamezzo, frazione di Paularo, dove ha inizio il sentiero CAI 442. Nella prima parte il sentiero passa in alcune radure, successivamente diventa una comoda pista, per poi ridiventare sentiero. Procedendo nell'escursione, si percorrono alcuni tratti sopraelevati e scavati nella roccia, fino ad arrivare ad un bivio, dove si scende a destra verso la passerella metallica del Ponte Fuset, che ci permette di attraversare la forra e spostarci sulla sponda sinistra del Chiarsò. Si

scende verso il torrente fino al greto per poi risalire e percorrere il camminamento scavato nella roccia che percorre il tratto più suggestivo della forra. Il camminamento risulta sufficientemente largo ma richiede attenzione, essendo esposto e in parte attrezzato. Alla fine del camminamento il sentiero piega a destra e prende a salire fino a ricongiungersi alla strada asfaltata che da Paularo sale a Cason di Lanza e a Piani di Zermula dove si sostare per la pausa pranzo (oppure raggiungere l'agriturismo Malga Zermula (distante 15 minuti). Per il ritorno si ripercorre il sentiero CAI 442 che ci riporta al ponte Fuset e a Villamezzo. Al rientro a Paularo è possibile visitare i Musei dell'Ecomuseo: Mozartina, Maschere Ravinis, Menaus, Mans d'aur



Altre proposte :

- **Austria** Il passo di Monte Croce Carnico (il valico che collega la Carnia alla Carinzia (Austria) .

- **Lago di Sauris.** 977 m

Distanza da Paluzza h 1,00 circa di auto

Il lago che si trova al confine con il Veneto, è stato realizzato grazie ad uno sbarramento artificiale attorno agli anni '50 dello scorso secolo è stato per anni il bacino con la diga più alta d'Italia, con i suoi 136 m di altezza che svettano sul fondo del torrente Lumiei.

Un lago alpino dove è possibile: la pesca sportiva, la canoa o il windsurf. Ma anche adrenalina pura legata al cavo della Zip-Line, tra le più lunghe d'Italia, un modo diverso per vivere quest'angolo di Carnia in volo sopra alle acque!



- Illegio, un Borgo Di Mulini Tra Le Montagne Della Carnia
Distanza da Paluzza circa 30 m. di auto

PERCORSO DEI MULINI

La prima cosa da fare, ad Illegio, è camminare lungo il percorso dei mulini, da scoprire il cinquecentesco Mulin dal Flec ancora in funzione accanto al Touf, un laghetto con sorgente che scaturisce dal cuore del paese. Nei pressi della sorgente fare una sosta per ammirare la Corte Isule o Corte Anzil, una grande casa colonica carnica con un ampio porticato di accesso e nei pressi del rio Touf, un mulino a grano.

Dal Paese, poi un sentiero sale in mezz'ora alla Pieve di San Floriano, scrigno di intatta bellezza medioevale del IX secolo, che sorge a 750 metri di quota potendo ammirare uno splendido panorama.

Recenti scavi archeologici, hanno portato alla luce il sito paleocristiano di San Paolo (IV secolo), una fortificazione longobarda, una piccola chiesa carolingia e i resti delle dimore medioevali dei castellani.

Incantevole il percorso dei mulini: accanto al Touf, la risorgiva che scaturisce dal cuore del paese.



- **Ovaro**

Mione La casa delle 100 finestre

Distanza da Paluzza circa 30 m. di auto



- Sappada

Distanza da Paluzza 50 m. di auto – 38 km.

Incantevole località montana situata a 1.250 metri di altitudine al confine estremo del Friuli Venezia Giulia, a ridosso con il Veneto.

Visita di Sappada Vecchia

(eventuale visita alla Casa Museo della Civiltà Contadina)

Caratterizzata dalle antiche abitazioni in legno costruite con l'antica tecnica architettonica del "Blockbau", Sappada Vecchia si sviluppa nella parte alta dell'abitato e comprende le seguenti Borgate: Palù / Moos, Pill / Pihl, Mühlbach / Milpa, Cottern / Kòttern, Hoffe / Houve, Fontana / Prunn, Kratten / Krotn, Soravia / Begar, Ecche / Ekke, Puiche / Puicha, Cretta / Krètte e Cima Sappada / Zepodn. Rimangono escluse Bach e Granvilla, entrambe distrutte da due incendi, e la più recente Lerpa. Si può completare il percorso con la visita alla "Casa Museo della Civiltà Contadina" in borgata Cretta.



Passeggiata panoramica di Cima Sappada

Dalla piazza di Borgata Cimasappada ci si può recare a visitare il Museo etnografico “Giuseppe Fontana” e poi proseguire passeggiando tra le vecchie case della borgata, facendo il giro tra le abitazioni e ritornare alla piazza principale o, prendendo la strada provinciale “della Val Sesis”, passeggiare in direzione dei Piani di Plòtn.

Cascatelle di Borgata Mühlbach e visita al Piccolo Museo della Grande Guerra

Nei pressi del ponte in legno, parallelo alla strada statale, in borgata Mühlbach, una comoda stradina asfaltata costeggia il Rio Mühlbach per circa 200 m.: a destra, sul ripido pendio, si sviluppa il tracciato della Via Crucis con le caratteristiche 14 cappelline e, in alto, le croci del Golgotha; in direzione Cascatelle si incontra la sede del Piccolo Museo della Grande Guerra. Superando alcuni ponticelli il sentiero conduce alla copiosa cascata alta circa 50 metri.

- Pieve di San Pietro

Da Paluzza a Piano d’Arta circa 10 m. di auto – 6 km.

Difficoltà: T

Dislivello: Circa m 350

Tempo di percorrenza: circa 3 ore

Cartografia: Tabacco09

La pieve di San Pietro sorge in magnifica posizione sulla destra orografica della valle del But. Considerata la chiesa madre della Carnia, può essere raggiunta con brevissima deviazione dalla rotabile Zuglio - Fielis oppure per sentiero dalle Terme di Arta.

Si parte dal parcheggio di Arta Terme. Dopo il campo di calcio si sale a destra per seguire il sentiero (CAI162) che, con pochi tratti ripidi e con alcuni tornanti sale fino a sfociare nel “Plan da Vincule” (m 730) sottostante alla vicinissima Pieve di San Pietro.

Dal “Plan da Vincule” raggiungiamo la vicina “la Polse di Cougnes”, centro ecumenico di accoglienza e si visita il giardino botanico Pieve di San Pietro

- Pesaris, il paese degli orologi

Distanza da Paluzza 30 m. di auto – 24 km.

A **Pesariis di Prato Carnico**, l’intero paese misura il tempo che passa con il battito preciso e diffuso dei suoi orologi monumentali. Nella **Val Pesarina**, chiamata anche

la **Valle del Tempo**, la **tradizione orologiaia** affonda le sue origini negli abitanti del borgo pesarino ed ha portato gli orologi della fabbrica Solari ad essere **conosciuti in tutto il mondo**.

All'interno del **pittoresco borgo** dalle case di pietra con i tetti spioventi questo forte legame con il tempo che passa è scandito dai numerosi orologi monumentali presenti lungo il **percorso pedonale dedicato**. Incredibili marchingegni in grado di misurare il susseguirsi degli istanti, dalle forme originali e con funzionamenti alquanto ingegnosi visionabili nell'escursione che si snoda tra le case di questa affascinante frazione montana. All'interno del locale **Museo** l'arte orologiaia è raccontata dalla sua nascita fino ai tempi moderni e la vicina **Casa Bruseschi** offre uno spaccato tangibile di quella vita che nei paesi carnici seguiva il ritmo naturale delle stagioni.



Sabato 29 Luglio 2023

Partenza e rientro a Foggia in serata

PER INFO



Nadia Fabris: 320 9446334

Ferdinando Lelario: 347 4193880

Giustina De Palo: 339 6796167