

**ZONA : Val d'Aosta
Monte Rosa- valle d'Ayas**

**Quota partenza : 1686 m
Quota arrivo : 3004 m
Dislivello in salita : 1318 m**

Ambiente : media/alta montagna

**Tempo di cammino : 7 ore escluse le soste
DIFFICOLTA' : E/E**

Pranzo : al Rifugio

Ritrovo : ore 6.45 davanti Chiesa dei Frati

Partenza : ore 7.00

Viaggio in pullman al raggiungimento di
Almeno 25 partecipanti.

In alternativa viaggio con mezzi propri:

a/r km. 390 x 0,25/km + pedaggio euro 30,20
(fonte viaMichelin) totale per auto euro 127,70



Il rifugio Mezzalama

Escursione proposta da :

Anna Cedrini 338 9205301

Elena Spagna 335 8125569

Con la collaborazione di

Loredana Cereghini 334 8595908

Paola Cazzola 333 5244540

**Iscrizioni in Sede o tramite i
recapiti dei proponenti
entro venerdì 1 luglio**

CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Voghera
Via Dante Alighieri, 7/9



La Sezione C.A.I. di Voghera
Organizza:

RIFUGIO MEZZALAMA
Domenica 3 Luglio 2016

Informazioni in sede
venerdì sera dalle 21.00 alle 23.00
info@caivoghera.it

Quota di partecipazione:

Diritti di segreteria:	€ 4,00 i non soci
Assicurazione non soci :	€ 7,00

Descrizione itinerario

Il Rifugio Ottorino Mezzalama, eretto nel 1934, è ancora oggi punto di partenza di numerose ascensioni alpinistiche (tra cui le classiche alla Punta Castore ed alla Punta Polluce). Si tratta di una escursione in ambiente panoramico ai confini con i ghiacciai, non difficoltosa ma comunque di un certo livello e con uno sviluppo in dislivello di un certo impegno. Il sito conserva tutta l'atmosfera del rifugio alpino di altri tempi, essenziale e spartano.

Si parte dalla piazza di Saint Jacques e percorrendo il sentiero segnava 7 , si segue il sentiero fino al Pian di Verra Inferiore. Di qui, si seguono le indicazioni per il Lago Blu ; salendo sulla destra del Lago, si arriva al Pian di Verra Superiore dove inizia il sentiero vero e proprio che s'impenna sulla morena e che porta al Rifugio. La salita sulla morena è ripida e faticosa e percorre il filo di cresta fino ad arrivare alla più larga zona pianeggiante dalla quale si intravede il Rifugio.

La gita è bellissima , in uno scenario mozzafiato con panorama sul Breithorn, il Castore, il Polluce e i Ghiacciai del Verra.



Regole di comportamento

-leggi attentamente il foglio gita e valuta le tue capacità fisiche. Ogni accompagnato si ritiene in grado di superare agevolmente le difficoltà proprie dell'attività come indicate nel presente volantino;

- ogni accompagnato ha l'obbligo di comportarsi in modo diligente e prudente nonché di adeguare il suo comportamento alle indicazioni del capogita e dei suoi collaboratori. Il reiterato rifiuto di ottemperare alle direttive del capogita

comporta l'esclusione immediata dall'attività. A seguito dell'esclusione dell'accompagnato il capogita e tutti gli altri soggetti responsabili non rispondono dei danni subiti o cagionati ad altri dall'escluso;

- sii puntuale agli orari;

- non sopravanzare il conduttore di gita;

- non abbandonare il gruppo o il sentiero;

- non ti attardare per futili motivi;

- coopera al mantenimento dello spirito di gruppo ed alla sua compattezza;

- rispetta l'ambiente, non abbandonare rifiuti, non cogliere vegetali, non produrre inutili rumori molesti.

La montagna più alta rimane sempre dentro di noi.

(Walter Bonatti)