

MEGLIO PENSARCI IN TEMPO

> da sabato 13 a sabato 20 giugno

ISOLE PELAGIE: LINOSA E LAMPEDUSA

Isole famose ma non per il motivo "giusto"... Luoghi incantevoli nel cuore del mediterraneo, tanto da renderle uniche anche per la loro caratteristica di essere decisamente a misura d'uomo.

> sabato 20 e domenica 21 giugno

LA TRAVERSATA INTEGRALE DELLA VALGRANDE

L'area wilderness più estesa delle alpi (così recita lo slogan del parco). Vedremo quanto lo è entrando nel cuore e attraversandola da nord a sud, bivaccando all'Alpe In La Plana e andando sulla vetta del Proman.

Dislivello 1000 m circa il primo giorno **E**

> sabato 4 e domenica 5 luglio

MONTE VIOZ (3645 m)

A oltre 3600 m, con un dominio visivo che abbraccia centinaia di chilometri di alpi e sovrasta i ghiacciai del gruppo Ortler-Cevedale. Montagne stupende!

Dislivello 950 m circa il secondo giorno **EE**

> da martedì 14 a sabato 18 luglio

11 PUNTE SUL MONVISO ITALIANO (3443 m)

Il Monviso, re di pietra in un trekking semiresidenziale in uno scenario di roccia e di laghi alpini tra i rifugi Giacoletti e Sella, meglio salire sulle punte che giraci intorno!

Dislivello max 1000 m **E EE**

> sabato 25 e domenica 26 luglio

MONTE BUET, L'ALTRA FACCIA DEL MONTE BIANCO (3096 m)

Il "Monte Bianco delle dame", così viene anche chiamato per la sua semplicità di ascensione. La sua caratteristica è però quella di essere il miglior modo per vedere l'altra faccia del Monte Bianco, quella francese, integralmente schierato, stupefacente!

Dislivello 1150 m circa il secondo giorno **EE**

> da lunedì 3 a sabato 8 agosto

L'ANELLO MAGICO DELLE DOLOMITI DI SESTO E DEI CADINI.

UNA COLLANA SU MISURA DI PREZIOSE GEMME

Le dolomiti non hanno certo bisogno di presentazioni. Noi andremo alla scoperta dei monti pallidi con una traversata che scriverà ogni angolo delle dolomiti di sesto e dei cadini, come al solito studiata ad hoc per immergersi nell'ambiente incantato delle straordinarie suggestioni che queste montagne patrimonio unesco sanno regalare. 6 Tappe, 5 accoglienti rifugi, ma non è possibile ridurre a numeri l'essenza delle dolomiti, bisogna viverla! **Dislivello max 900 m E**

> da martedì 11 a venerdì 14 agosto

L'ANELLO SULL'ALTA VIA GLACIALE TRA VALGRIS-SENCHÉ E VAL DI RHEMES (3238 m)

Quattro giorni itineranti a contatto con il paesaggio aspro dell'Alta Via Glaciale. Grande Sassière, Granta Parei, Tsanteleina, Taou Blanc, Leynir, Gran Paradiso. Luogo per stambecchi! (Possibile unire il trekking alla due giorni successiva)

Dislivello max 1300 m **EE**



MEGLIO PENSARCI IN TEMPO

> da sabato 15 a domenica 16 agosto

FERRAGOSTO AL NIVOLET (3438 m)

Una due giorni tra laghi e cime allo snodo tra val di Locana, val di Rhêmes e val d'Isère al cospetto dei Giganti. (possibile unire la due giorni al trekking precedente)

Dislivello 900 m circa il massimo (600 senza la cima facoltativa)

E, EE con qualche passaggio impegnativo per le cime facoltative



> da mercoledì 19 a sabato 22 agosto

LA VAL VIOLA, PERLA DELLE ALPI DI LIVIGNO (3089 m)

Quattro giorni di trekking residenziale al confortevole rifugio Federico per gustare il sapore di questa dolce piccola valle.

900 m il massimo (1000 per la cima Zambrasca facoltativa) **E, EE**

per la cima Zambrasca facoltativa

> sabato 12 e domenica 13 settembre

PUNTA DEI CAMOSCI (3044 m)

Un facile e appagante 3000 di grandi vedute in un ambiente tra i più belli delle alpi. In una seconda vetta avventurosa, i bellissimi ghiacciai del Gries e dei Sabbioni, la Formazza e i 4000 dell'Oberland Bernese! **Dislivello 900 m circa il primo giorno EE**

> sabato 3 e domenica 4 ottobre

LA TRAVERSATA DEI LAGHI DI ANTABIA E DI CROSA, PERLE DEL BASODINO

Tra ripide bocchette e laghi dai colori vivacissimi dominati dal massiccio Basodino, in alta Valle Maggia, nella piccola Val Bavona. Anello wilderness! **Dislivello 1150 m circa il primo giorno E**

> venerdì 16 e sabato 17 ottobre

LE TRAVERSATE ALTA E BASSA DELLE GRIGNE

Classicissima, imperdibile traversata a due passi dalla pianura, tutta panorama, per nulla scontata, con passaggi di discreto impegno. Esperienza spettacolare!

Dislivello 1650 m circa il primo giorno **EE**

> da martedì 27 a sabato 31 ottobre

LA VIA DEGLI DEI

L'antico itinerario di scavalco dell'Appennino tra Bologna e Firenze. Un cammino su facili sentieri e con bagaglio trasportato che riconduce al fascino dei borghi e dei percorsi medievali dai colli bolognesi alle foreste del Mugello. **Dislivello max 1400 m T/E**

INFORMAZIONI E CONTATTI

Sul sito www.prowalking.com, alla voce escursionismo trovi tutti i dettagli del calendario e le schede degli eventi.

Per informazioni rivolgiti alla guida dell'escursione o del trekking tramite i telefoni e gli indirizzi e-mail che trovi nelle schede sul sito.

Come sempre, per tutte le nostre escursioni e i nostri trekking, ci affidiamo unicamente a professionisti e in possesso di assicurazione professionale RC.

I soci godono, inoltre, di una assicurazione infortuni su tutte le attività.

www.prowalking.com - info@prowalking.com

Info Roberto: tel. 347 4688997



PROGRAMMA ESCURSIONISTICO

MARZO
APRILE
MAGGIO
2020



prowalking[®]

MARZO

> domenica 1° marzo

VERMIGELHUTTE

Una facile e lunga ciaspolata in una piccola valle, l'Unteralp, a sud di Andermatt, pura e selvaggia! **Dislivello 620 m** **WT2**

> sabato 7 marzo

LUNA PIENA SUL GAMBAROGNO

Al chiaro di luna, sull'ampio e panoramico crinale del Pizzo Leone per gustare la luna piena e le magiche luci del Lago Maggiore. **Dislivello 350 m circa** **WT2**

> domenica 8 marzo

MONCUCCO

La piccola val Febbraro a ovest di Isola in Valchiavenna e una cima poco conosciuta ma con la Valchiavenna ai piedi. **Dislivello 1100 m** **WT3** al bivacco **WT4** per la cima

> sabato 14 marzo

VIGNOLE, TONDO, TRENTAPASSI

Un anello con un panorama sorprendente sulla presolana, l'Adamello, le prealpi, il lago e la pianura! **Dislivello 700 m** **E**

> domenica 15 marzo

CIMA DELLE PIPE

La cima delle Pipe, nello splendido scenario del Lucomagno. **Dislivello 850 m** **WT3**

> sabato 21 e domenica 22 marzo

OBERHLBSTEIN (VAL SURSETTE), NEL PROFONDO ALTO DEI GRIGIONI

Nei dintorni dello Julierpass, alla testa della val Sursette, due ciaspolate tra un colle e una cima dal sapore di alta quota. **Dislivello 880 m** **WT3**

> sabato 28 marzo

STAFFELGRAT

Lo scenario dolce e ampio del passo del Sempione con le sue strepitose vedute sull'Oberland, per finire le vacanze in assoluta bellezza! **Dislivello 680 m** **WT3**

> domenica 29 marzo

GARVERA

Alpeggi, bosco, prateria innevata su un dolce pendio e alla fine... uno splendido orrido con un dominio fantastico! **Dislivello 890 m** **WT2**



E

Escursione

EE

Per esperti



WT2

Escursione facile con ciaspole

WT3

Escursione impegnativa con ciaspole

APRILE

> sabato 4 aprile

MONTE MAGNODENO

Una facile cima al cospetto del Resegone, un panorama ampissimo sulla pianura e sul Lago di Como. **Dislivello 950 m circa** **E**

> domenica 5 aprile

CAPANNA PIANSECCO E LAGO DELLE PIGNE

Una bella salita sino alla capanna e poi un panoramissimo traverso sino al magico Lago delle Pigne. Vedute spettacolari sul Basodino e oltre! **Dislivello 400 m circa alla capanna, 650 m circa al lago** **WT2**

> da venerdì 10 a martedì 14 aprile

TREK DI PASQUA ALL'ISOLA D'ELBA

Una delle più belle isole del Tirreno visitata nel periodo pasquale dove la primavera ha già i sapori dell'estate. Un modo diverso di vedere questi luoghi rimanendo al di fuori dalla folla estiva per apprezzare al massimo le fantastiche valenze di quest'isola.

> da sabato 11 a martedì 14 aprile

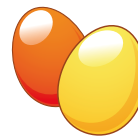
LA VALLE DELL'ISONZO NEL PARCO NAZIONALE DEL TRIGLAV (SLOVENIA)

Un trekking residenziale (quindi con il solo zaino di giornata) tra il colore incredibile dell'Isonzo, i luoghi della grande guerra e le grandi vedute del parco del Triglav. Tre giorni con base nell'antico borgo di Tolmin per scrutare ogni angolo della valle e restare incantati dalla sua acqua latte-menta. **Dislivello max 770 m** **E**

> da sabato 11 a lunedì 13 aprile

PASQUA CON LE CIASPOLE IN VAL MARTELLO

Pasqua con le ciaspole in Val Martello, ospiti del Rifugio Nino Corsi, alla volta di cima Madriccio e cima Marmotta. **Dislivello variabile** **F+** **PD**



> sabato 18 aprile

SENTIERO DEL FIUME E ZUCCO SILEGGIO

La grigna più selvaggia risalendo il corso del fiume sino all'apertura della veduta sul lago! **Dislivello 1000 m circa** **EE**

> domenica 19 aprile

BIVACCO CECCHINI E CIMA DI VAL LOGA (3004 m FACOLTATIVA)

La selvaggia val Loga tra Piz Tambò e Piz Ferrè, tra le più belle montagne della val Chiavenna, sino al nuovo bivacco Cecchini, Nido d'aquila. **Dislivello 870 m al bivacco, 1100 m alla cima** **WT3** al bivacco **WT4** per la cima

> sabato 25 aprile

TRAVERSATA DEL MONTE SAN PRIMO

Il principe del Triangolo Lariano nella sua interezza. Tutto il crinale da est a ovest per un panorama tra lago e pianura! **Dislivello 900 m circa** **E**

> domenica 26 aprile

MONTE TODUM E PIZZO PERNICE

Al limite del parco della Valgrande con un itinerario ad anello a tutto panorama sul Lago Maggiore. **Dislivello 750 m circa** **E**

MAGGIO

> da venerdì 1 a domenica 3 maggio

L'ALTA VIA DEI MONTI LIGURI E IL SENTIERO DEGLI ALPINI

Nel parco regionale delle Alpi Liguri, tre giorni per un trekking residenziale che ci farà conoscere la prima parte dell'alta via dei monti liguri, sul crinale di confine con la Francia dove il sentiero degli alpini ci farà ricordare paesaggi e passaggi dolomitici, ma con vedute spettacolari sull'arco alpino occidentale e sul mare! **Dislivello max 650 m circa** **E** **EE**

> sabato 9 maggio

MONTE MOTTARONE

L'altro lato del Mottarone, (quello di Omegna) nascosto, poco frequentato, divertente e per nulla banale! **Dislivello 1100 m circa** **EE**



> domenica 10 maggio

FESTA DI PROWALKING ESCURSIONISMO

Due magnifiche escursioni con due differenti gruppi insieme alle nostre guide Friz e Roberto; una meno impegnativa e l'altra un po' di più per poi ritrovarsi tutti insieme per festeggiare la nuova stagione escursionistica di Prowalking!!! **Dislivello 600/1150 m circa** **E** **EE**

> da sabato 16 a sabato 23 maggio

SELVAGGIO BLU

Tra i trekking europei più noti al momento, ma senza i tratti alpinistici, il selvaggio blu, è un itinerario tra macchia mediterranea, roccia, minuscole cale nascoste e un mare d'incanto. Selvaggio quanto l'ambiente incontaminato attraversato da minuscoli sentieri e blu quanto il mare che ci accoglierà con i campi di tende e cene tipiche nelle meravigliose cale nei dintorni di Baunei. Imperdibile! **Dislivello max 750 m** **E**



> domenica 24 maggio

L'ANELLO TRA IL VALLONE DI REVELASO E LA VAL DEI RATTI. TRACCIOLINO E NON SOLO

Un'anello con il punto massimo alla forcola di frasnedo. Vallone di Revelaso, Tracciolino e Valle dei Ratti, wilderness!! **Dislivello 810 m circa** **E**

> da sabato 30 maggio a lunedì 1° giugno

L'AGORDINO, IL CUORE DEL PARCO NAZIONALE DELLE DOLOMITI BELLUNESI

Tre giorni nell'Agordino, fra l'Agner e i suoi vertiginosi appicchi, i piani eterni, cuore del parco nazionale delle dolomiti bellunesi, e la salita al sasso bianco, eccezionale pulpito sulle più celebrate pareti dolomitiche, culla e teatro della nascita del 6° grado. **Dislivello max 1150 m circa** **E**