

NOVEMBRE 2024 con le Guide Mazarol

programma di escursioni guidate naturalistiche e di eventi amici dell'ambiente
nella meraviglia dei colori dell'autunno nelle Dolomiti Bellunesi
biodiversità, paesaggio, turismo sostenibile, bella compagnia!

A CURA DI MAZAROL SOCIETÀ COOPERATIVA

in collaborazione con Agenzia Viaggi e Turismo "ALPINIA ITINERA" di Santa Giustina

con 1 Guida Mazarol sono ammessi **25 partecipanti max o meno in base al tipo di attività**

La prenotazione è obbligatoria e va fatta possibilmente entro due giorni prima

al **3290040808** via telefono, sms, WhatsApp, Telegram, via mail a **guide.pndb@gmail.com**

e deve sempre essere seguita da conferma da parte della segreteria Mazarol

Speciale fine settimana per il PONTE DI TUTTISANTI con le Guide Mazarol

Venerdì 1° novembre 2024

ESCURSIONE AL COL DI LANA - escursione giornaliera

Il Col di Lana è una classica della storia delle Dolomiti, monte formato da antiche rocce vulcaniche teatro di grandi battaglie durante la Grande Guerra. L'escursione attraversa boschi e prati sopra Livinallongo fino a un panorama eccezionale con i meravigliosi colori dell'autunno sulle più grandi e note vette delle Dolomiti. Ritrovo: ore 8.30 al parcheggio della frazione Palla di Livinallongo - Dislivello: 800m – Difficoltà: impegnativa - Portarsi il pranzo al sacco. Costo: 25 euro. Ammessi 20 partecipanti max. Info e adesioni: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

Sabato 02 novembre 2024 – al mattino

FOGLIE D'AUTUNNO, EMOZIONI E MERAVIGLIA - escursione al mattino

Escursione al mattino nella Foresta del Cansiglio con i tronchi d'argento dei faggi, le mille sfumature delle foglie cadute, la natura che sussurra nel bosco, emozioni e magia davvero speciali nella Foresta del Cansiglio! Ritrovo: ore 9.30 al parcheggio del Rifugio Sant'Osvaldo in Pian Cansiglio – Conclusione ore 13.00. Dislivello: 100m – Difficoltà: medio-facile - Numero partecipanti: 20 max. Costo: 25 euro – minorenni gratis. Info e adesioni: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

Domenica 03 novembre 2024

ESCURSIONE AL COL DI LUNA E RIFUGIO SCARPA - escursione giornaliera

Panorami spettacolari d'autunno in cima al Col di Luna per poi ritornare lungo il sentiero per il Rifugio Scarpa. Attorno a noi si staglieranno le vette delle Pale di San Martino e di San Lucano e le cime della conca Agordina e Zoldane. Un itinerario con le fresche temperature autunnali che invita a salutare le Dolomiti sotto i colori dei larici e dei faggi che cambiano veste. Portarsi il pranzo al sacco. Ritrovo: ore 8.30 al parcheggio vicino alla chiesa di Frassené Agordino - Dislivello: 800m – Difficoltà: impegnativa - Costo: 25 euro. Ammessi 20 partecipanti max. Info e adesioni: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

Domenica 10 novembre 2024

I LARICI COLORATI DEL GRANITO - escursione giornaliera

Terre di laghi e larici, i graniti atesini sono l'unica presenza in sinistra Adige di questa roccia particolare che ha la sua massima espressione con Cima d'Asta. L'anello proposto si snoda all'inizio dell'Alta Via del Granito, in valli amene e solitarie ricche di malghe e pascoli, abitate in autunno dai gialli larici e fauna alpina, permettendoci così di godere in magico silenzio l'estrema bellezza di questi luoghi ricchi di cime, acque e laghi alpini spettacolari. Portarsi il pranzo al sacco. Ritrovo: ore 8.00 presso l'Osteria Ponte Serra di Lamon. Dislivello: 1.000m – Difficoltà: molto impegnativa - Costo: 25 euro. Ammessi 15 partecipanti max. Info e adesioni: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

Sabato 16 novembre 2024 – al pomeriggio-sera

LA LUNA PIENA BACIA IL BIOTOPO DELLA RIMONTA – escursione al pomeriggio-sera

Escursione fra tramonto e sorgere della Luna piena nella bella area protetta del Biotopo della Rimonta, tra sentieri, boschi e prati e tante magiche acque che rifletteranno l'argento lunare! Ritrovo: ore 16.00 in piazza a Lentiai (Borgo Valbelluna) – Conclusione per le ore 19.30. Portarsi una piletta tascabile. Dislivello: minimo – Difficoltà: facile - Numero partecipanti: 20 max. Costo: 15 euro – minorenni gratis. Info e adesioni: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

Domenica 17 novembre 2024

SUL COL DI PORCEN – escursione al mattino + evento a Rasai per biodiversità e condivisione

Una giornata speciale con le Guide Mazarol sulla biodiversità naturale e coltivata, sulle produzioni locali e bio, sul paesaggio curato e da curare per vivere tutti meglio! Al mattino, bella escursione ad anello sul Col di Porcen, tra prati, boschi, sentieri e antichi mestieri. Di ritorno a Porcen, ci sposteremo alla Festa delle Pro Loco di Rasai e Seren del Grappa con l'Associazione "COLTIVARE CONDIVIDENDO" presso gli impianti sportivi di Rasai, dove tutto il giorno ci saranno il mercato contadino sano e sostenibile, la mostra delle sementi antiche e riproducibili da scambiare e il pranzo conviviale alla festa tutti assieme (costo pranzo in base a cosa si prenderà). Ritrovo: ore 9.00 davanti la stazione FS di Feltre - Dislivello: 100m – Difficoltà: medio-facile - Costo: 15 euro - minorenni gratis. Ammessi 25 partecipanti max. Info e adesioni: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

Sabato 23 novembre 2024

PANORAMI DALLA LASTIA DEL FRAMONT - escursione giornaliera

L'incredibile balconata naturale inedita ai più, che raggiungeremo da malga Framont! Dalla cima, si possono ammirare tra gli altri Civetta, Moiazza e l'incredibile parete nord dell'Agner da prospettive inedite che con tutta la loro maestosità dominano la vallata Agordina. Una salita che si fa piacevolmente, immersi in meravigliosi lariceti che man mano daranno spazio ad ampie vedute. Portarsi il pranzo al sacco. Ritrovo: ore 8.00 davanti il bar Miniere in piazza ad Agordo - Dislivello: 700m - Difficoltà: media - Costo: 25 euro. Ammessi 15 partecipanti max. Info e adesioni: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

Domenica 24 novembre 2024

L'ANELLO DELLA VAL ZEMOLA - escursione giornaliera

Nelle terre di Mauro Corona e degli scalpellini ertani, a scoprire questa valle bellissima e selvaggia. Ai piedi dell'imponente Duranno, la Val Zemola è la sua via di avvicinamento più comoda e valle di cava di un ottimo "marmo" che veniva lavorato e commercializzato. L'itinerario ad anello ci farà godere i colori autunnali rimanendo sempre in quota in ambiente tipicamente dolomitico. Portarsi il pranzo al sacco. Ritrovo: ore 8.00 al bar 4 Valli di Longarone - Dislivello: 800m – Difficoltà: impegnativa - Costo: 25 euro. Ammessi 15 partecipanti max. Info e adesioni: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

Sabato 30 novembre 2024

I SUGGERITIVI ANTRI E GROTTI DELL'ALPAGO - escursione giornaliera

Magica area dell'Alpago con sbalorditive formazioni rocciose create e plasmate nel tempo dalla natura, tra queste il più famoso antro, l'Ander de le Mate. Tra suggestivi faggeti, passando per casera Palantina, passeremo vicino andremo a numerose cavità di origine carsica che caratterizzano questa zona con finale in una vicina cima super-panoramica! Portarsi il pranzo al sacco. Ritrovo: ore 8.30 parcheggio bar albergo Al Sasso in località Sant'Anna (Tambre d'Alpago) - Dislivello: 750m - Difficoltà: media - Costo: 25 euro. Ammessi 15 partecipanti max. Info e adesioni: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

Iscrizioni alle uscite giornaliere via mail o via telefono obbligatorie entro 2 giorni precedenti l'uscita.

INFO e ADESIONI: GUIDE MAZAROL Mazarol Società Cooperativa

cell: 3290040808 - mail: guide.pndb@gmail.com – web: www.mazarol.net

Guide AIGAE – Associazione Nazionale Guide Ambientali ed Escursionistiche

Marchio Qualità del PARCO NAZIONALE DOLOMITI BELLUNESI per educazione ambientale ed escursionismo

Guide accreditate con VENETO AGRICOLTURA per le attività di escursionismo e educazione ambientale

Soci CONSORZIO TURISTICO DOLOMITI PREALPI

NOTE TECNICHE PER LE ESCURSIONI si prega di leggere e trasmettere a tutti i partecipanti

ABBIGLIAMENTO AUTUNNO: consigliamo di indossare vestiti caldi, comodi, sportivi, a strati. Ai piedi, calzetti tecnici alti in lana o pile (NO CALZINI FANTASMINI), scarponi, pedule o scarpe con suola scolpita adatta a muoversi su terreni accidentati (NO SCARPE DA GINNASTICA). Giacca pesante tecnica, giacca a vento, mantellina o k-way, pile o maglione, ombrellino da pioggia, berretto e guanti tecnici. Nel caso di escursione lunga e in presenza di bimbi, portare sempre alcuni indumenti di ricambio. Per le escursioni prettamente faunistiche, evitare colori sgargianti e preferire i colori nero, grigio, marrone, verde.

ATTREZZATURA: ampio zainetto con due larghi spallacci (NO SACCO-SCARPE CON CORDE), borraccia in metallo (consigliamo di non usare bottiglie in plastica, si degradano internamente e si bevono pericolose microplastiche) e il necessario per il pranzo al sacco (se previsto) o, comunque per la merenda. Evitare bibite gassate, cibi unti e poco nutrienti, lattine e bevande in bric perché non richiudibili. Portare sempre un paio di sacchetti di plastica per i rifiuti: ricordiamo che per le uscite giornaliere, tutti i rifiuti vanno riportati a casa e differenziati correttamente a casa. Macchina fotografica e binocolo sono facoltativi. Con capelli lunghi, in escursione meglio averli legati con un elastico e non sciolti. Per chi abbia l'obbligo di occhiali da vista, portarsi sempre un paio di riserva in caso di rottura o smarrimento. In caso di scarponi nuovi o duri, meglio avere al seguito una confezione di cerotti per le vesciche. Portare un paio di scarpe di ricambio per il percorso in auto per evitare di portarvi terra o fango dopo l'escursione. Nel caso di escursione serale o in luoghi con gallerie turistiche visitabili, portare sempre una piletta tascabile o frontale. Durante le escursioni Mazarol, si richiede di tenere silenziate le suonerie dei telefonini per evitare disturbo all'ambiente naturale e alla quiete dell'escursione stessa.

FARMACI: da avere al seguito se salvavita o simili, e da comunicare sempre alla Guida Mazarol. Nel caso uno dei partecipanti avesse dubbi sulle proprie capacità, può informare la Guida Mazarol, che cercherà di adeguare e modificare il percorso in modo da non arrecare ulteriore disagio. Per affrontare le escursioni serenamente consigliamo un controllo periodico dal proprio medico di base, come per qualsiasi altra attività sportiva. In caso

di **ALLERGIE**, chi già sa di averne conosce già la profilassi da seguire. In caso di una ricaduta durante l'escursione, informerà subito la Guida Mazarol, che adatterà il resto del percorso in modo da limitarne le conseguenze. Chi dovesse aver avuto episodi di **ASMA**, sempre bene che abbia l'inalatore (es. Ventolin) se consigliato e prescrittogli dal proprio medico curante.

ZECHE: Tutti i territori montani sono da sempre habitat delle zecche. Negli ultimi decenni, la cessazione della maggior parte delle attività agro-silvo-pastorali (sfalcio prati e cura del territorio), ha favorito la diffusione in zone più ampie delle zecche, che si nutrono succhiando il sangue di diversi animali, compreso l'uomo. Nei percorsi che le Guide Mazarol propongono si cerca di limitare il più possibile l'incontro con le zecche, evitando passaggio in erba alta e zone troppo selvatiche. Per evitare l'attacco, consigliamo di indossare sempre pantaloni lunghi e di non sedersi a terra. Gli spray anti-zecche in vendita in farmacia non sono garanzia totale che non si verrà attaccati, e possono causare reazioni allergiche o irritazioni locali. Una percentuale di rischio di incontrare e subire l'attacco resta, e, nel caso ciò avvenisse comunque, preghiamo di non preoccuparsi troppo e di seguire queste indicazioni: rientrati a casa dopo l'escursione, cambiarsi i vestiti e metterli a lavare in lavatrice; lavarsi, controllando in tutto il corpo attentamente; questo anche il giorno seguente, in quanto le zecche girano un po' lungo il corpo prima di attaccarsi; una zecca attaccata si riconosce perché si vede una pallina nera o marrone scura di pochi millimetri di diametro che, in corrispondenza della pelle, ha alcune zampette (otto in totale) che sporgono (sono simili, anche se molto più piccole, a quelle che troviamo sul nostro cane o il nostro gatto); al tatto, si sente un piccolo rilievo; attenzione a non confonderle con nei o efelidi della pelle. Se rimossa entro 24 ore, è poco probabile che la zecca trasmetta germi patogeni. Per i minorenni e per chi non è capace, o se la zecca si trova in un posto scomodo per operare: consigliamo di recarsi dal proprio medico di base che la toglierà con perizia. Per chi sa già come si fa: ricordiamo che non va strappata via. Se si avrà operato correttamente, la zecca si staccherà e basterà disinfettare il punto dove era attaccata. Controllare per almeno un mese il punto, in caso si notassero macchie o irritazioni, consultare il proprio medico di base.

MINORI: i minori dovranno sempre essere accompagnati da un familiare o adulto da questi incaricato. In generale, i percorsi lunghi (segnalati con difficoltà media, impegnativa o molto impegnativa) non sono adatti per bambini piccoli, che si stufano a camminare per troppo tempo. In fase di adesione, in base all'itinerario e per altri motivi logistici e di sicurezza ad insindacabile decisione Mazarol, sarà comunicato se potranno anche partecipare minori e da quale età. Si specifica che alle ciaspolate Mazarol possono partecipare bimbi dai 10 anni in su, accompagnati sempre da un familiare.

CANI IN ESCURSIONE: i partecipanti dovranno informarsi sempre prima dell'escursione stessa se per il percorso proposto è possibile che partecipi anche il proprio cane, decisione che è insindacabile da parte delle Guide Mazarol. **NON** sono ammessi cani al seguito alle escursioni al bramito dei cervi, a quelle prettamente faunistiche, lunghe, in quota e in ambienti protetti particolarmente sensibili e fragili.

PASTI: nel caso sia previsto il pasto o ristoro in un locale durante il percorso, vi preghiamo di avvisarci se avete particolari esigenze alimentari: menù vegetariano o vegano, allergie o altre intolleranze alimentari da segnalare sempre prima ai gestori delle strutture di ristorazione.

SEGUIRE LA GUIDA: la Guida Mazarol precede sempre il gruppo, che si deve muovere laddove va la Guida Mazarol stessa; tale procedura limita il rischio di incontri spiacevoli dei singoli escursionisti andati all'avventura da soli: calpestare un nido di vespe, trovarsi faccia a faccia con rettili, cadere in una buca, etc. La Guida Mazarol valuterà, in caso di maltempo o altri imprevisti, di modificare e/o accorciare il percorso in base alle condizioni meteo o al gruppo partecipante. Durante le attività, che iniziano dove si lasciano i mezzi di trasporto e fino al ritorno ad essi, tutti i partecipanti hanno copertura assicurativa RCT, come previsto per legge.

In caso di difficoltà a raggiungere il percorso con le auto e/o di forte maltempo imprevisto, le Guide Mazarol potranno annullare l'escursione in programma e/o proporre un nuovo itinerario in un'altra zona.

PAGAMENTO QUOTE E FATTURA ELETTRONICA: il pagamento potrà essere effettuato con bonifico prima dell'escursione (i dati per il bonifico saranno forniti in fase di adesione dalla segreteria Mazarol) oppure in contanti direttamente alla Guida Mazarol presente il giorno dell'escursione. Il giorno seguente, sarà sempre emessa fattura elettronica dalla Mazarol Soc Coop, e sarà inviata via mail la copia di cortesia al partecipante.

Per la fattura elettronica è necessario fornire alla Guida Mazarol i seguenti dati: nome e cognome, indirizzo di residenza, codice fiscale, mail e numero di cellulare.

Le attività delle Guide Mazarol Soc. Coop. sono organizzate assieme all'**AGENZIA VIAGGI E TURISMO "ALPINIA ITINERA"** di Santa Giustina (BL).

Scrivendoci via mail oppure consultando le pagine social del Mazarol trovate sempre le notizie con gli aggiornamenti sulle nostre attività. Il calendario mensile delle proposte Mazarol può arrivarvi comodamente in pdf via mail iscrivendovi alla nostra **NEWSLETTER**, seguendo le facili istruzioni che trovate sul nostro sito www.mazarol.net

MAZAROL GUIDE NATURALISTICHE - 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

siamo su Facebook, Instagram, XTwitter, Whatsapp, Telegram, Threads - www.mazarol.net