



Sottosezione CAI Cassa di Risparmio di Firenze

**5 Giorni/4 Notti Sulla Neve
a SAN CANDIDO (Val Pusteria)
Sabato 17 - Mercoledì 21 Febbraio 2018**

P R O G R A M M A

- Ritrovo: Sabato 17 ore 5:50 c/o Circolo Caricentro con partenza ore 6:00
ore 6:20 c/o Area di Servizio Firenze Nord con partenza ore 6:30
- Rientro Mercoledì 21 in tarda serata (possibilità di cena in Autogrill)
- Mezzo di trasporto: Bus Gran Turismo
- Difficoltà: Terreno Innevato
- Direttori di Escursione: Stefano Fivizzoli ASE (328 3623064) - Gianna Masini ASE (338 5395993)
- Posti disponibili: 30/40.

L'uscita è aperta a Ciaspolatori, Fondisti, Discesisti, Scialpinisti e loro accompagnatori.

QUOTE DI PARTECIPAZIONE E NOTIZIE UTILI

- Costo viaggio e pernottamento:
410,00 € in camera doppia/matrimoniale o tripla
280,00 € bambini fino a 8 anni non compiuti in camera tripla
330,00 € bambini fino a 12 anni non compiuti in camera tripla
360,00 € bambini fino a 15 anni non compiuti in camera tripla
510,00 € in camera doppia uso singola (solo se disponibile al termine delle prenotazioni)
(per i non Soci né CAI né Caricentro il prezzo è aumentato di 15,00 €)
comprendente Viaggio, n.4 mezzepensioni (compreso $\frac{1}{2}$ litro di acqua e $\frac{1}{4}$ di vino o $\frac{1}{2}$ Lt. Birra Heifeweizen o 2x0.3 Lt. Birra bionda) presso l'Hotel Villa Waldheim a San Candido.
L' Hotel è un 3 Stelle, con annessa SPA.
Il costo delle ulteriori bevande consumate ai pasti sarà diviso tavolo per tavolo.
Il pullman rimarrà a disposizione dei partecipanti e sarà disponibile per eventuali spostamenti, nel limite degli orari imposti dalla legge vigente.
Caparra da versare all'atto dell'Iscrizione (entro l'8/12/2017) 185,00 € non rimborsabile.
- Saldo entro il 5 febbraio 2018 a mezzo:
 - Bonifico bancario sul c/c 4748/00 alla filiale 101 intestato a CAI Firenze Sottosezione CRF / Scuola di Alpinismo Tita Piaz - IBAN IT45A 06160 02800 00000 4748C00
 - Assegno intestato come sopra da consegnare ai direttori di escursione o alla sig.ra Catia presso il Caricentro
- Eventuali NON SOCI CAI, che intendono effettuare Ciaspolate (anche una soltanto), se accettati, dovranno versare la quota copertura infortunistica e soccorso alpino che ammonta a **45,00 €**. Tale indicazione deve essere comunicata **ALMENO** 3 giorni prima della partenza.
- **Gli sciatori avranno a loro carico** il costo di ski-pass ski-bus ed ingressi alle piste di fondo. Poiché tali attività si svolgono in ambienti "gestiti" l'assicurazione CAI non è attivabile. L'organizzazione pertanto, e per essa i direttori di escursione, non è responsabile della mancata copertura assicurativa che sarà loro cura attivare presso terzi.

Coloro che non praticano attività di sci-alpinismo, fondo, discesa o ciaspole: sono esclusi dalla polizza assicurativa CAI e pertanto devono provvedere direttamente all'eventuale copertura assicurativa.

- **I Ciaspolatori dovranno prevedere** il costo della Guida alpina, se verrà ingaggiata per accompagnarci, oltre al costo degli Ski Bus e degli impianti di risalita che si dovessero utilizzare per le escursioni.
- **Attrezzatura per i Ciaspolatori (consigliata, ma non esaustiva):** Ciaspole, Bastoncini, Scarponi, Ghettoni, Zaino, Guanti, Berretto, Giacca a Vento invernale, Artva, Cibo, Lampada Frontale, Occhiali da sole e crema, Thermos con liquido caldo, **Tesserina CAI in regola con il bollino 2018**. (Chi non fosse in possesso di Ciaspole e Bastoncini può noleggiarli in loco o presso la Sezione di Firenze, per gli Artva siamo in attesa di risposta dalla Sezione). per il noleggio di Artva, Pala e Sonda provare a sentire il negozio del Masoni.
- Per i pranzi liberi ogni partecipante dovrà provvedere al loro pagamento direttamente e di volta in volta. Lo stesso dicasi per ogni altra consumazione o servizio che non rientri nel trattamento di "mezza pensione" concordato
- Ogni partecipante dovrà essere in possesso di un adeguato equipaggiamento per montagna invernale (abbigliamento, scarponi, doposci).

Il programma potrà subire variazioni di percorso od orario ad insindacabile giudizio dei direttori di escursione e/o, dove presente, della Guida Alpina.

Chi per sue esigenze personali non potesse o non ritenesse di adeguarsi a quanto sopra non potrà partecipare a questa nostra manifestazione.

Le iscrizioni dovranno pervenire a Stefano Fivizzoli (328-3623064), Gianna Masini (338-5395993) **entro l'8 dicembre 2017**.

È possibile iscriversi anche via e-mail a catia@caricentro.it e caifi.crf@gmail.com allegando copia del bonifico.

Se entro il 8 dicembre non si raggiunge il numero complessivo di 25 partecipanti l'uscita verrà annullata o effettuata con mezzi propri (in questo caso daremo avviso a mezzo e-mail e sarà restituita la caparra a coloro che decideranno di non partecipare, comunicando disdetta entro 3 gg).

NOTIZIE SULL' HOTEL 3*

(Dal loro sito Internet e dalle loro e-mail)

Albergo a condizione familiare.



Ai piedi del monte Baranci, di fronte ad un panorama indimenticabile, circondato da prato e boschetto si trova il nostro piccolo Hotel "Villa Waldheim". Il centro paese di San Candido dista 5 min. a piedi.

La posizione del nostro Hotel è strategica: D' inverno direttamente sulla pista da sci di discesa, e fondo.

D' estate punto di partenza per escursioni sia in bicicletta che a piedi. Di fronte i campi da tennis.

L'Hotel Villa Waldheim a San Candido dispone di camere accoglienti e arredate in stile della Pusteria.

Tutte le camere (dimensioni dai 17 ai 41 mq) sono dotate di servizi indipendenti, fon, doccia, WC, tutte collegate con telefono, TV satellitare e cassetta di sicurezza.

I corridoi arricchiti con mobili e stufe caratteristiche donano al complesso un tocco di originalità.

Sauna e Bagno turco Compresi nel prezzo.

- Sauna al Pino Mugo (sauna finlandese) - Praticare la sauna è una filosofia di vita. Si attiva la circolazione e l'organismo si libera dalle tossine accumulate. Dopo una sauna di 8-15 minuti si consiglia una doccia fredda e successivamente un pediluvio alternato caldo e freddo.
- Bagno Turco al vapore - 45°C - Questo trattamento a base di varie essenze rende la pelle morbida, disintossica e rigenera le vie respiratorie. La gradevole temperatura di ca. 45° C rilassa senza affaticare la circolazione. È consigliabile sudare 10-20 minuti prima di rinfrescarsi sotto la doccia.

Inoltre disponibili idromassaggio, lettino abbronzante e Fitness

- Idromassaggio delle 1000 bollicine - 37°C con Sali Minerali - Il puro benessere immersi in una piacevole ed aromatica acqua della nostra sorgente accarezzati da un piacevole massaggio di 1000 bollicine di aria pura dei Baranci. Consiglio: durata 12min. € 18,00
- Lettino abbronzante - Durata 12 minuti • € 14,00
- Fitness - per restare in forma anche in vacanza! - Spinning, Tapis Roulant e Cyclette a disposizione dei nostri ospiti.

La cucina seguita personalmente dal figlio Alessandro soddisferà anche il palato più fine.

La vostra giornata inizia con una ricca prima colazione e si conclude con la cena (2/3 menu a scelta) ed ampio buffet di insalate e verdure.

Settimanalmente offriamo thè oppure succhi con dolcetti fatti in casa.

A richiesta menù per intolleranze alimentari e diete particolari.

Sciare nel comprensorio sciistico Tre Cime Dolomiti

Comprensorio sciistico Tre Cime Dolomiti - 83 Km di piste

Trascorrere una vacanza sugli sci in Pusteria e nella zona delle Tre Cime Dolomiti significa sciare nel cuore delle Dolomiti, Patrimonio dell'Umanità UNESCO. Il Monte Elmo, la Croda Rossa, l'Orto del Toro, il Baranci e il comprensorio sciistico Val Comelico offrono oltre 100 km di spettacolari piste di ogni livello di difficoltà. C'è il collegamento tra il Monte Elmo e la Croda Rossa mediante piste e impianti di risalita!

Il nostro consiglio: "Il Giro delle Cime" offre emozioni particolari - un tour di una giornata sugli sci per scoprire gli angoli più belli delle Dolomiti. Particolarmente adatte a bambini e famiglie le soleggiate piste del comprensorio sciistico di Braies, gli impianti di risalita Waldheim a Sesto e gli impianti dello Skicenter Rienza a Dobbiaco. Sul monte "Baranci" luogo ideale per le famiglie, nei pressi di San Candido, i bambini potranno divertirsi nel grande parco giochi sulla neve, sul percorso Kids-Ski-Cross e sulla pista per slittini. Sulla Croda Rossa, inoltre, vi attende la famiglia di pupazzi di neve più grande dell'Alto Adige, le renne e una pista per slittini.

Treno Express Val Pusteria

Via libera a 200 km di piste sulle Dolomiti! Ogni 30 minuti il treno espresso Val Pusteria collega i comprensori sciistici Tre Cime Dolomiti con Plan de Corones. Il treno Express della Val Pusteria partirà dalla nuova stazione ferroviaria di Versciaco/Monte Elmo e raggiungerà Perca-Plan de Corones (Ried). Da lì, la cabinovia vi condurrà a Plan de Corones. Non bisogna togliersi gli scarponi da sci, non occorre prendere la macchina, nessuna fatica quindi: dalla pista in treno e dal treno direttamente sulla pista. Lo Ski Express Pusteria parte dalla stazione a valle Versciaco/Monte Elmo, da San Candido, Dobbiaco e da Villabassa. Per sciare in questa nuova realtà dello sci in Alto Adige bisogna acquistare lo Skipass Combi Dolomiti di Sesto & Plan de Corones, oppure lo Skipass Dolomiti Superski. Il biglietto del treno è gratuito e potrà essere ritirato presso la vostra struttura ricettiva se quest'ultima appartiene all'Associazione Turistica.

Dolomiti Superski

Il Comprensorio sciistico Tre Cime Dolomiti e Plan de Corones appartengono al consorzio Dolomiti Superski, il Carosello sciistico più grande d'Europa: 1 Skipass per 12 comprensori sciistici con 1.200 km di piste sulle Dolomiti! Potrete sciare a piacimento sulle Dolomiti di Sesto, a Plan de Corones, a Cortina, in Val Gardena e in Alta Badia...

Comprensorio sciistico Sextner Dolomiten - Alta Pusteria - Un paradiso per gli amanti dello sport

Nel comprensorio sciistico Sextner Dolomiten - Alta Pusteria trovate tutto per una giornata sulla neve perfetta. Piste perfettamente preparate, rifugi tradizionali con cucina Tirolese, numerosi impianti di risalita (Monte Baranci a San Candido, Monte Elmo a Versciaco e Sesto e la Croda Rossa nella Val Fiscalina) ed un panorama meraviglioso.

Il nostro Hotel Villa Waldheim si trova direttamente ai piedi del Monte Baranci con accesso diretto alle piste.

Ulteriori informazioni su www.altapusteria.info

Skipustertal Express: Via libera per 200 km di piste!

Da dicembre 2014, grazie alla costruzione della stazione ferroviaria di Versciaco, le località sciistiche di Plan de Corones e Dolomiti di Sesto saranno più vicine, unite in un comprensorio senza pari...

www.skipustertal.com

Sci di fondo sulle Dolomiti ed in Pusteria

Sciare nella zona per lo sci di fondo n. 1 d'Italia!

La zona delle Tre Cime/3 Zinnen in Alta Pusteria si presenta con oltre 200 km di piste per lo sci di fondo ottimamente preparate e collegate tra di loro. Le piste sono sempre innevate e di tutti i livelli di difficoltà: per questo l'area è considerata la **regione n. 1 d'Italia** per lo sci di fondo! Piste molto varie nel meraviglioso paesaggio delle Dolomiti - Patrimonio dell'Umanità UNESCO:

- **200 km di piste per lo sci di fondo preparate e sempre innevate** nella zona delle Tre Cime nelle Dolomiti accessibili con un solo pass!
- **lo stadio per lo sci di fondo "Nordic Arena"** a Dobbiaco offre **piste per lo sci di fondo omologate FIS**
- la **pista d'altura Plätzwiese** è speciale poiché viene preparata già a novembre. In **Val di Landro** una pista di fondo da dove è possibile ammirare un panorama fantastico sulle Tre Cime - Patrimonio dell'Umanità UNESCO. Altri consigli: le facili piste per Sesto e in Val Fiscalina. Inoltre avrete libero accesso alle piste per lo sci di fondo di **Cortina**
- l'elite dello sci di fondo si riunisce ogni anno al **FIS Cross Country World Cup** a Dobbiaco
- Ogni anno si disputano due popolari gare internazionali per lo sci di fondo: **Pustertaler Ski-Marathon** a Dobbiaco e la gran fondo di sci nordico **Dobbiaco - Cortina**
- dal 2003 ogni anno a Dobbiaco nel **Tour de Ski** campioni internazionali gareggiano per la medaglia d'oro
- **sci di fondo notturno** nell'Arena Nordic a Dobbiaco e a Sesto
- La zona delle Tre Cime nelle Dolomiti fa parte dell'Associazione **DolomitiNordicski** con 1.300 km di piste per lo sci di fondo nelle Dolomiti (1 pass per le piste da fondo, apertura delle piste garantita dal 23.12.)

Piste da fondo in Alta Pusteria

38 Circuito Prato Piazza

01 Giro dello stadio

01 Pista da fondo illuminata

01 Stadio sci da fondo pista FIS - Sprint

02 Stadio sci da fondo pista FIS - Stephanie

03 Stadio sci da fondo pista FIS - Ole

04 Stadio sci da fondo pista FIS - Nathalie

05 Stadio sci da fondo pista FIS - Saskia

06 Connessione Lago di Dobbiaco variante

06 Giro del Lago di Dobbiaco

08 Giro Vista Tre Cime

11 Anello Vista Tre Cime

11 Stadio di fondo Nordic Arena - Cortina (Tour De Ski)

11 Stadio di sci da fondo - Cimabanche

11 Stadio di sci da fondo - Fiames (lungo il percorso Tour de Ski)

13 San Candido seggiovia Baranci - Dobbiaco (bosco)

13 Stadio di sci da fondo - direzione San Candido (collegamento nella Valle di Sesto)

13a San Candido seggiovia Baranci - Dobbiaco
(prato)
13b San Candido Hotel Walter - Dobbiaco
14 Pista del sole in direzione San Candido

15 San Candido Hotel Brandl - confine di stato
16 San Candido - Sesto (Gasthaus Zum Klaus)
16a Gasthaus zum Klaus - Ferrara

Escursioni invernali - Dolomiti di Sesto - Alta Pusteria

Passeggiate a San Candido e dintorni

Anche d'inverno l'Alta Pusteria offre ai suoi ospiti una grande scelta di escursioni nel paesaggio invernale. Avete la scelta di passeggiate tranquille e brevi oppure escursioni per allenati.

Ciaspolate nelle Dolomiti - Escursioni con le racchette da neve

L'inverno in tutto il suo splendore

Un'alternativa per scoprire il mondo delle Dolomiti in Alta Pusteria - una ciaspolata nel paesaggio invernale! Le scuole alpine offrono escursioni guidate.

Si ricorda che i Direttori di Escursione (che secondo la normativa C.A.I., dove non diversamente indicato, NON assumono il ruolo di "accompagnatori") sono dei partecipanti a tutti gli effetti e non godono di alcun particolare beneficio, se non l'esenzione dei diritti di segreteria se la manifestazione si effettua con mezzi propri. Le loro decisioni, che potranno comportare anche variazioni al programma sopra descritto, sono valide e impegnative per tutti.

Per ovvie ragioni di sicurezza non sono ammessi i nostri amici cani, anche se la manifestazione si svolge con mezzi propri.

Poiché ogni partecipante alle nostre manifestazioni deve essere a conoscenza delle caratteristiche dell'escursione e delle regole alle quali deve sottostare ed essere in grado di affrontare autonomamente le difficoltà della medesima, il Socio destinatario di questa circolare dovrà portare a conoscenza dei partecipanti, che per suo tramite intendono iscriversi, delle caratteristiche dell'escursione e delle sue difficoltà, da affrontare autonomamente; l'adesione di ciascun partecipante comporterà piena accettazione delle regole dell'escursione e delle decisioni dei Direttori di Escursione.

Parimenti, la Sottosezione, e per essa i Direttori di Escursione, si riserva di variare qualora ne ravvisasse l'opportunità per la migliore riuscita della manifestazione, in tutto o in parte, i programmi sopra dettagliati.

Le decisioni del Direttore di Escursione sono valide per tutti.

Si fa presente che chi si allontana dal gruppo NON è più coperto dall'assicurazione.

ATTENZIONE I partecipanti dovranno essere adeguatamente equipaggiati e, in particolare, dovranno calzare scarponi (o scarpe da escursione) con suola ben scolpita e non scarpe da ginnastica o altro; in questa Uscita dovranno essere adeguatamente attrezzati per un ambiente invernale

Per quanto esposto la Sottosezione C.A.I., e per essa i Direttori di Escursione, declina ogni e qualsiasi responsabilità per eventuali danni a cose e persone, che potessero verificarsi durante lo svolgimento della manifestazione.

Ogni partecipante, per il solo fatto di dare la propria adesione, dichiara di accettare incondizionatamente quanto sopra esposto.

Firenze, novembre 2017

IL CONSIGLIO DIRETTIVO

Sulla neve a SAN CANDIDO – Sabato 17 / Mercoledì 21 Febbraio 2018 (CON ASSICURAZIONE)

Il sottoscritto Tel. fisso e cell.

Indirizzo privato.....e-mail.....

Iscrive all'escursione in oggetto le seguenti persone (indicare anche il sottoscrittore, se partecipa all'uscita)

Nome e Cognome	Socio CAI	Ciaspole	Sciatore	<u>Salita a</u>	Caricentro	Firenze Nord
1)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Non Socio CAI	<input type="checkbox"/>	nato il / / a c.f.				
		residente in via/piazza n.....				
		CAP città Telef. /				
2)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Non Socio CAI	<input type="checkbox"/>	nato il / / a c.f.				
		residente in via/piazza n.....				
		CAP città Telef. /				
3))	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Non Socio CAI	<input type="checkbox"/>	nato il / / a c.f.				
		residente in via/piazza n.....				
		CAP città Telef. /				
4))	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Non Socio CAI	<input type="checkbox"/>	nato il / / a c.f.				
		residente in via/piazza n.....				
		CAP città Telef. /				

Il sottoscritto dichiara che tutti i partecipanti sopra elencati hanno preso visione della circolare esplicativa dell'escursione, hanno preparazione e competenza adeguate ed accettano totalmente i rischi insiti nell'escursione e le condizioni che regolano la medesima.

Allegato: Assegno nr. _____ di euro _____ Intestato a CAI Firenze Sottosezione CRF

Copia Bonifico di euro _____ Intestato a CAI Firenze Sottosezione CRF – Scuola di Alpinismo Tita Piazz

Presso la Banca CR Firenze – Sede di Firenze

IBAN IT45A 06160 02800 00000 4748C00

Data

Firma