



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Gorizia
Gruppo Escursionisti Seniores
"Slow Trekking"



Mercoledì, 8 settembre 2021

JOF DI SOMDOGNA – Alpi Giulie occidentali

Itinerario	Sella di Somdogna (m. 1400) – Jof di Somdogna (m. 1889); ritorno attraverso il percorso dell'andata (itinerario A) oppure passando per il bivacco Stuparich (m. 1578) (itinerario B)	
Grado di difficoltà	E	escursionistico
Interesse	Storico della Grande Guerra e naturalistico, paesaggistico	
Equipaggiamento Attrezzatura	Normale da escursionismo di stagione. Scarponi robusti. Caldamente consigliati i bastoncini.	
Punti di ristoro in escursione	Rifugio Grego (se aperto)	
Tempi netti	Itinerario A: 4 h, soste escluse	Itinerario B: 5 h 30', soste escluse
Dislivelli	Itinerario A: 500 m.	Itinerario B: 700 m.
Lunghezza percorso	Itinerario A: 6 km	Itinerario B: 8 km
Cartografia	Carta Tabacco n.18 al 25000	
Accompagnatori	Elio Candussi	Giuliana Vidman
Contatti email accompagnatori	elio.go49@libero.it	giulianavidman@gmail.com
Aiuto Accompagnatori	Flavio Tardivo e Franco Chiandussi	
Luogo e ora di partenza	Gorizia, ore 7.30 Palabigot oppure direttamente sella Somdogna ore 9.45, arrivando da Dogna	
Luogo e ora di arrivo	Rientro libero da sella Somdogna partendo verso le ore 16.30	
Mezzo di trasporto	Auto proprie.	
Costi	3 € al Gruppo Seniores + rimborso macchina al conducente	
Iscrizioni	Le iscrizioni avvengono solamente via web all'indirizzo seniores@caigorizia.it . Le richieste possono essere inoltrate solamente dopo il ricevimento e/o pubblicazione della locandina. Saranno ammesse le prime 18 iscrizioni. Nella richiesta di partecipazione potrà essere incluso, oltre al richiedente, un solo socio.	
Note	Ogni partecipante deve disporre della <u>tessera CAI</u> con bollino valido per l'anno in corso. Sono accettati i soci CAI di qualsiasi sezione. Si ricorda altresì che alle escursioni del Gruppo Seniores possono partecipare le persone con condizioni di salute, equipaggiamento e preparazione adeguati alle caratteristiche del percorso illustrato. Ciascuno deve fare affidamento sulle proprie capacità, in quanto gli Accompagnatori curano esclusivamente il buon andamento degli aspetti logistico-organizzativi.	

CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Gorizia

Via Rossini 13 - 34170 GORIZIA - tel. 0481 - 82505

e_mail: cai.gorizia@caigorizia.it o seniores@caigorizia.it - internet: <http://www.caigorizia.it/>



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Gorizia
Gruppo Escursionisti Seniores
"Slow Trekking"



Per COVID-19

Possono partecipare all'escursione solo soci che non sono soggetti a quarantena, che non sono a conoscenza di essere stati a contatto con persone risultate positive negli ultimi 14 giorni e che sono in grado di certificare una temperatura corporea inferiore a 37,5 °C e di non avere sintomi simili influenzali ascrivibili al Covid 19. **Tale stato deve essere autocertificato con il modello allegato. Il documento dovrà essere sottoscritto e consegnato al Responsabile dell'escursione prima della partenza.**

Ogni partecipante deve avere in dotazione una mascherina e gel disinfettante a base alcolica.

La località di partenza va raggiunta con mezzi propri (possibilità di accorpamento in macchina).

Durante la marcia va conservata una distanza interpersonale di almeno 2 m.

Sono vietati gli scambi di attrezzature, cibi, bevande.

I partecipanti si impegnano a rispettare scrupolosamente le indicazioni impartite dagli accompagnatori.

NB

Cai Seniores si impegna a comunicare al Responsabile di escursione i nominativi dei partecipanti

Nel pacchetto di primo soccorso sarà inserito anche occhiali protettivi

Prima della partenza, a Gorizia, si raccoglieranno le autocertificazioni e si definiranno gli equipaggi macchina.

In caso siano disponibili più accompagnatori sarà possibile fare due gruppi con partenze distanziate di ½ ora.

Le suddette disposizioni potrebbero subire cambiamenti a seguito di eventuali nuove regole stabilite dal CAI (uso green pass, ecc.).

DESCRIZIONE DELL' ITINERARIO

Andata comune lungo il sentiero 610 fino allo Jof di Somdogna; presenti lungo il percorso numerosi ruderi della Grande Guerra. Tratti ripidi. In vetta ampio panorama sulle Alpi Giulie.

Ritorno Itinerario A: lo stesso dell'andata fino all'incrocio col sentiero 651 da prendere a destra; laghetto di Somdogna (m. 1442), rifugio Grego (m. 1390), sella Somdogna (m.1400).

Ritorno Itinerario B: si scende dallo Jof sul versante sud lungo il sentiero 610, fino ad incrociare il sentiero 652 che si prende a sinistra (Foran de la Grave); si risale fino ad incrociare il sentiero 611; lo abbandoniamo per una puntatina al bivacco Stuparich (m. 1578); si torna indietro e si riprende il 611 che scende nella Fossa di Carnizza e poi risale per raggiungere il rifugio Grego (m. 1390) dopo aver attraversato una lunga dorsale nel bosco; dal rifugio breve carrabile fin in sella Somdogna.

CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Gorizia

Via Rossini 13 - 34170 GORIZIA - tel. 0481 - 82505

e_mail: cai.gorizia@caigorizia.it o seniores@caigorizia.it - internet: <http://www.caigorizia.it/>