



**CLUB ALPINO ITALIANO**

Sezione di Bergamo

**GRUPPO JUNIORES**

# TREKKING

## DOLOMITI FRIULANE

**7-8-9 AGOSTO 2026**

### RITROVO

5:00 Palamonti

9:30 Forni di Sopra

### ESCURSIONE

Giorno 1: Forni di Sopra > rifugio Padova

Giorno 2: Rifugio Padova > Rifugio Pordenone

Giorno 3: Rifugio Pordenone > Forni di Sopra

### PREPARAZIONE FISICA

Giorno 1: 8 km e 1000mD+, 750mD- (E)

Giorno 2: 7 km e 1000mD+ e 1100mD- (EE)

Giorno 3: 9.5 km e 1100mD+, 1250mD- (E-EE)

### EQUIPAGGIAMENTO

Abbigliamento adeguato alla stagione e alla quota • Scarponi • Kit igiene personale • Sacco lenzuolo • Torcia frontale • Pranzo al sacco per il primo giorno

**DIFFICOLTÀ:** 

### ISCRIZIONI E PREZZI

Su [caibergamo.it](http://caibergamo.it)

Referenti: Michele Midali, Ilaria Lameri, Marco Previtali

