



LO SPECCHIO D'ACQUA

Anello Lago Dimon – M.Paularo – Casera Promosio

Sabato 16 settembre 2023



Cicloescursione in mountain bike

DIFFICOLTÀ TECNICA: MC / MC
(Medie capacità tecniche in salita /
Medie capacità tecniche in discesa)

DISLIVELLO POSITIVO: 1425 m

DURATA ESCURSIONE
tempo: 5,5 ore (soste escluse)
lunghezza: 34,5 km circa

TRASPORTO: mezzi propri

RITROVO: ore 06:30 a Udine, Terminal
studenti in via della Faula

PARTENZA ESCURSIONE: ore 08:30 da
Paluzza (parcheeggio in Via Mulines)

FINE ESCURSIONE: ore 16:00 circa a Paluzza

QUOTA DI PARTECIPAZIONE:
SOCl: Escursione gratuita
NON SOCl: assicurazione obbligatoria
(€ 11,50 oppure € 19,00 in base ai massimali)

ISCRIZIONI:
Entro mercoledì 13/09/2023
ONLINE sul sito www.alpinafriulana.it

COORDINATORI:
AE Marco Morassi – 331 8230125
ASC Francesca Cocco – 340 3225908

Commissione Escursionismo - UD



LEGGERE [Modalità iscrizione e partecipazione](#) + [Regolamento](#) in calce

L'ESCURSIONE:

Uno tra i percorsi più belli delle Alpi Carniche, estremamente appagante sotto l'aspetto panoramico e paesaggistico, di grande soddisfazione. Il clou dell'itinerario è rappresentato dalla possibilità di raggiungere la cima del Monte Paularo (2043 m) e godere di un panorama sterminato a 360° su tutte le cime circostanti. Di un certo interesse storico è il Castello Valdajer, che si raggiunge lungo il percorso. Le prime notizie riguardanti la costruzione dell'edificio risalgono alla metà del XV secolo, quando il colonnello Corrado IV Von Kreig, barone del Sacro Romano Impero e comandante del forte militare di Osoppo nella guerra tra Austria e Repubblica Veneta, salì al pianoro restandone incantato; decise quindi di edificarvi un baluardo difensivo.

Società Alpina Friulana

Sezione di Udine del CAI OdV
Via Brigata Re, 29 – Udine
Segreteria – tel. (+39) 0432 504290
mail: escursionismo@alpinafriulana.it
website: www.alpinafriulana.it





ITINERARIO

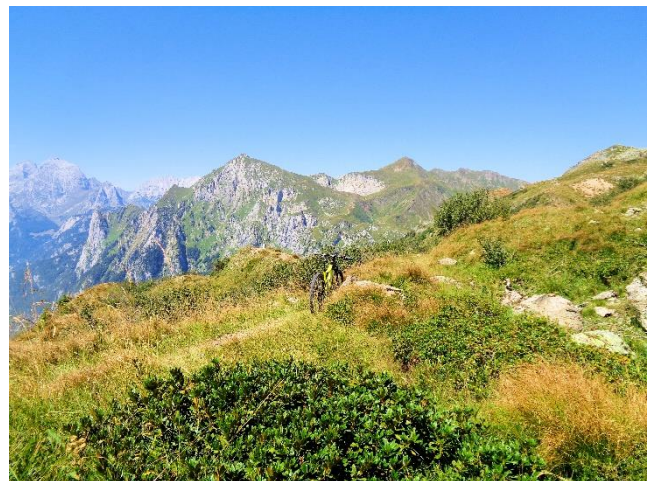


Lasciate le auto nell'ampio [parcheggio di via Mulines a Paluzza](#) (zona campo sportivo) ci dirigiamo verso la SR UD 24 della Val Pontaiba, che iniziamo a percorrere in direzione di Treppo Carnico. Giunti nel centro del paese proseguiamo a destra seguendo le indicazioni per Ligosullo. Qui ha inizio la difficile salita, sempre su asfalto, per Castel Valdajer. Le pendenze ragguardevoli e l'assenza di vegetazione rendono l'ascesa abbastanza impegnativa. Dopo aver superato i ripidi tornanti che lambiscono l'abitato di Ligosullo, nei pressi della Locanda "Al Camoscio" raggiungiamo il bivio per Castel Valdajer e, abbandonata la strada che continua verso Paularo, proseguiamo a sinistra. La salita continua su pendenze sempre significative e i panorami si fanno via via più ampi, con belle vedute sulle cime del Monte Tersadia, del Monte Sernio e della Creta Grauzaria. Finalmente raggiungiamo Valdajer, dove in mezzo ad una radura si erge quello che un tempo era un castello cinquecentesco. Qui possiamo concederci una sosta, prima di affrontare la rimanente salita verso il lago Dimon, che ci farà superare un dislivello di circa 600 m in 6 km. Imbocchiamo la stradina che sale sulla sinistra dell'edificio (indicazioni per il Lago Dimon e il Monte Paularo). Il fondo è ancora asfaltato per circa 1



km, poi inizia uno sterrato ben ciclabile. L'ascesa è costante: bellissime sono le vedute sulla sottostante Val Pontaiba e sulle innumerevoli cime che si stagliano all'orizzonte. Dopo un ultimo tornante verso sinistra, la mulattiera arriva nella verdissima conca naturale che accoglie il Lago Dimon: uno degli spettacoli più ameni della Alpi Carniche. Dopo aver lambito l'ormai diroccata Casera Montelago, raggiungiamo l'ampio spiazzo circolare posto alle pendici del Monte Paularo. Dal piazzale

imbocchiamo il sentiero CAI 404, non ciclabile. Dal bivio che porta alla cima del Monte Paularo (possibilità di raggiungere la vetta in pochissimi minuti, superando un dislivello di poco più di 50 m, magnifica vista sulla Creta di Timau, sulla Creta della Chianevate, sul Monte Coglians), proseguiamo a sinistra cambiando versante. Affrontiamo ora, rigorosamente a piedi, la parte più impegnativa ed impervia dell'itinerario, che si sviluppa su uno stretto sentiero di montagna che sovrasta la vallata del Rio Cercevesa. Dobbiamo spingere a mano la MTB fin quasi nei pressi della conca ove è situato il complesso malghivo di Casera Promosio, che raggiungiamo seduti nuovamente in sella. Da qui seguiamo la comoda carrareccia sterrata che scende a Timau e poco prima di giungere in località Laipacco svoltiamo a sinistra e continuiamo lungo la strada sterrata. Essa corre lungo le pendici del Bosco del Moscardo, fino ad innestarsi sulla SS 52BIS Carnica, che percorriamo per un brevissimo tratto prima di svoltare nuovamente a sinistra in direzione della Torre Moscarda. Ci attende ora l'ultimo strappo, su asfalto, ma ormai siamo alle porte di Paluzza e in pochi minuti raggiungiamo il parcheggio dove abbiamo lasciato le auto.



EQUIPAGGIAMENTO: ADEGUATO AD ESCURSIONI IN MTB, mountain bike in condizioni efficienti, verificate le condizioni dei freni e degli pneumatici, casco omologato per bici, kit di riparazione pneumatici, antipioggia, riserva d'acqua, barrette energetiche. Si consiglia un ricambio completo da lasciare in auto.

NOTE: Escursione priva di particolari difficoltà tecniche, panoramica ed accattivante per i paesaggi, dispendiosa per lo sforzo fisico richiesto nella lunga salita. **Il tratto lungo il sentiero CAI 404 non è ciclabile e va percorso a piedi.** Si richiede a tutti i partecipanti una buona/ottima preparazione fisica, di prendere visione del programma proposto, del percorso previsto e di attenersi allo stesso, di dotarsi di carta topografica del luogo, di mantenersi sempre in gruppo seguendo le disposizioni dei Direttori di escursione, rispettando in particolare i tempi di marcia.

I Direttori di escursione si riservano la facoltà di apportare modifiche all'itinerario programmato sulla base delle condizioni di tempo, del luogo e di percorrenza del tragitto.

CARTOGRAFIA: Carta topografica TABACCO 09 Alpi Carniche – Carnia Centrale Scala 1:25.000

SOCCORSO: Tel. 112 Italia (Numero di emergenza unico europeo)

CICLOESCURSIONE SUCCESSIVA: sabato 14 ottobre **Lago di Bled (Slovenia)**

MODALITA' di ISCRIZIONE E PARTECIPAZIONE ALL'ESCURSIONE	
REGOLAMENTO	PARTE INTEGRANTE DEL PROGRAMMA e SCARICABILE QUI: link Regolamento CE
iscrizioni	on line dal sito www.alpinafriulana.it oppure in Sede SAF
conferma	validità solo se confermata via mail dalla Segreteria SAF, entro il giorno precedente l'uscita
il mancato rispetto delle prescrizioni comporterà l'allontanamento dall'escursione	

ETICA DEL CICLOESCURSIONISMO

Codice di autoregolamentazione CAI

Il CAI annovera la bicicletta tipo mountain bike tra gli strumenti adatti all'escursionismo.

Il comportamento del cicloescursionista deve essere sempre improntato al fine di: "Non nuocere a se stessi, agli altri e all'ambiente".

Norme ambientali

- I percorsi sono scelti in funzione di tracciati e/o condizioni ambientali che consentano il passaggio della mtb senza arrecare danno al patrimonio naturalistico; evitare di uscire dal tracciato.
- Le tecniche di guida devono essere ecocompatibili, evitando manovre dannose quali, ad esempio, la derapata (bloccaggio della ruota posteriore).
- Non fa parte della filosofia CAI servirsi d'impianti di risalita o di mezzi meccanici e poi usare la mtb solo come mezzo di discesa (il *downhill* è estraneo allo spirito del CAI).

Norme tecniche

- Il mezzo in uso deve essere in condizioni meccaniche efficienti.
- L'abbigliamento, l'attrezzatura e l'equipaggiamento devono essere adeguati al percorso da affrontare.
- Il casco deve sempre essere indossato ed allacciato.

Norme di sicurezza

- La velocità di conduzione deve essere commisurata alle capacità personali, alla visibilità ed alle condizioni del percorso, in modo da non creare pericolo per sé e per gli altri.
- Occorre sempre dare la precedenza agli escursionisti a piedi, che devono essere garbatamente avvisati a distanza del nostro arrivo, a voce o con dispositivo acustico.
- La scelta dei percorsi deve tenere conto delle personali capacità fisiche, tecniche ed atletiche.

SCALA DELLE DIFFICOLTA' CICLOESCURSIONISTICHE

Il criterio per individuare una sigla è il tipo di fondo prevalente, secondo la seguente didascalia:

TC	(turistico): percorso su strade sterrate dal fondo compatto e scorrevole, di tipo carrozzabile.
MC	(per cicloescursionisti di media capacità tecnica): percorso su sterrate con fondo poco sconnesso o poco irregolare (tratturi, carrarecce...) o su sentieri con fondo compatto e scorrevole.
BC	(per cicloescursionisti di buone capacità tecniche): percorso su sterrate molto sconnesse o su mulattiere e sentieri dal fondo piuttosto sconnesso ma abbastanza scorrevole oppure compatto ma irregolare, con qualche ostacolo naturale (per es. gradini di roccia o radici).
OC	(per cicloescursionisti di ottime capacità tecniche): come sopra ma su sentieri dal fondo molto sconnesso e/o molto irregolare, con presenza significativa di ostacoli.