



Una
montagna
di salute

maggio 2026
Evento diffuso
6ª edizione



Commissione Centrale Medica del CAI in
collaborazione con le Commissioni Mediche Regionali
e Interregionali del CAI

Club Alpino Italiano
Sezione di Reggio Emilia

Sottosezione CAI Val d'Enza - GEB
(Sezione di Reggio Emilia)

Una montagna di salute

6ª edizione

La Commissione Medica della Toscana-Emilia Romagna, aderendo all'iniziativa della CCM del CAI all'interno del Festival dello Sviluppo Sostenibile 2026 promosso da ASviS, organizza l'escursione

IL RISVEGLIO NEI VIGNETI E MELETI IN FIORE ~ Bressanone

con la partecipazione della Sezione CAI di Reggio Emilia e la Sottosezione CAI Val d'Enza – GEB

Domenica 10 maggio

Programma:

L'escursione sarà occasione per dialogare sui vari aspetti della promozione della salute e della tutela dell'ambiente.

**vedi programma dettagliato*

Referenti

GIANLUCA MONTECCHI 329 5713609

LUCA DAVOLI 347 6623388

Informazioni:

www.caivaldenza.it





CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Reggio Emilia APS



Sottosezione CAI Val d'Enza - GEB
(Sezione di Reggio Emilia)

VISITATE IL NOSTRO SITO: www.caivaldenza.it

10 MAGGIO 2026
TRENTINO ALTO ADIGE
BRESSANONE IL RISVEGLIO NEI VIGNETI E MELETI IN
FIORE

DIRETTORE ESCURSIONE: GIANLUCA MONTECCHI 329 5713609
ACCOMPAGNATORE: LUCA DAVOLI 347 6623388



DISLIVELLO + 503 - 385 MT
DIFFICOLTÀ E
DISTANZA: 13 KM
TEMPO: 4 ore senza le soste

Arrivati in Valle Isarco, passeremo nella città più antica del Tirolo, ex città vescovile a quota Mt. 559, il comune di Bressanone. Ci spostiamo al sobborgo di Brixen, a quota Mt. 671 in località Varna, dove ha sede l'Abbazia di Novacella da cui inizia il il Trekking. Su strada asfaltata in salita ci immergiamo nei vigneti più settentrionali d'Italia, principalmente a bacca bianca; belvedere sul monastero, vigneti di vari colori, strade poderali, ci accompagnano sino ad arrivare a Rasa (Mt. 821). Ora il paesaggio si trasforma, fanno bella mostra frutteti dalle fioriture spettacolari, passeggiamo su leggeri falsopiani tra meleti in fiore e colline vitate con i primi germogli, immersi nel profumo rilassante, raggiungiamo Fumes(Mt. 895) sull' altopiano di Naz- Sciavez dove compaiono anche alcuni castagni.

Continuiamo sino ad arrivare a "WALDERTOR" un punto panoramico sopra le gole del fiume Rienza, sulla cui sommità troneggia il castello Rodengo. Continuiamo il cammino nell'altopiano con i meleti bianchi e rosa, raggiungiamo Naz-Sciavez (Mt. 772) definito il paradiso delle mele, l'alternanza di terreni agricoli, strade asfaltate, pace e tranquillità. Arriviamo a Elvas (Mt. 800), definito il paese del sole, scorci sulla città di Bressanone ci rubano la scena, ci inoltriamo nel "ARCHEO-PARK", alcune testimonianze ci indicano che questa valle era abitata intorno al 1000 a.c. Fanno bella mostra di sé la città vescovile, vigneti e gruppi montuosi, esempio il Plose, e tutta la valle Isarco e le Alpi Sarentine. Continuiamo il cammino sino ad arrivare al parcheggio di maso Gugger dove ci attende il bus per ritorno.

PRANZI AL SACCO

LA PRENOTAZIONE È OBBLIGATORIA e potrà essere effettuata contattando il Direttore di Escursione di ogni singola uscita.

PER INFORMAZIONI SULL'ESCURSIONE E COSTO INDICATIVO CONTATTARE IL DIRETTORE DI ESCURSIONE VIA WHATSAPP (GIANLUCA MONTECCHI 329 5713609).

Sono molto consigliati:

scarponcini da montagna alti alla caviglia.

Consigliati, bastoncini, torcia o lampada frontale, una giacca impermeabile e l'abbigliamento adeguato alla stagione e all'ambiente innevato, occhiali da sole, borraccia termica piena alla partenza.

Da non dimenticare la tessera CAI.

Il tragitto potrà essere modificato ad insindacabile giudizio degli accompagnatori nel caso di particolari condizioni atmosferiche e coloro che intraprenderanno iniziative personali al di fuori dell'itinerario stabilito e comunque senza autorizzazione, saranno autonomamente responsabili esonerando gli accompagnatori stessi da qualsiasi responsabilità diretta o conseguente che ne deriverà.

Partenza; ore 6:00 Bibbiano parcheggio Taverna Baggins Via Canusina 14;

ore 6:15 Reggio E. parcheggio PM ARREDAMENTI Via Joseph Broz Tito

Ore 7:00 Reggiolo Parcheggio distributore Costantin fuori casello A22

Ore 9,00 Affi

ORGANIZZAZIONE TECNICA: AGENZIA VIAGGI FONTANA