



Il Gruppo Montagna Fiume Veneto

propone un'escursione su

Monte Cenera (m. 2657)

e Monte Pore (m. 2405)

(Dolomiti Orientali)

Domenica 15 settembre 2024

Con questa escursione saliremo due cime al centro delle Dolomiti Orientali, con panorami a 360 gradi: Marmolada, Padòn, Pordoi-Sella, Col di Lana, SettSass, Lagazuoi-Fanis-Tofane, Averau-Nuvolau-Ra'Gusela, Antelao, Croda da Lago-Lastoi de Formim, Pelmo, Civetta. Il **Monte Pore** (localmente anche **Spiz de Poure**) è una cima isolata a forma piramidale che non presenta pareti rocciose, ed ha un'altitudine modesta rispetto alle cime dolomitiche che la circondano. Presenta su tutti e quattro i lati delle coste erbose o ghiaiose-sassose che però scendono molto ripidamente verso il fondo valle.

Il monte **Cenera**, che si alza sopra il passo Giau, non è molto nominato perché sopraffatto dalle celebrità che lo circondano, ma la sua cima offre un panorama eccezionale ed è raggiungibile con percorso mediamente impegnativo (i tratti ferrati che precedono la cima sono brevi e attrezzati solo con cavo d'acciaio, tecnicamente facili ma non banali perché si sviluppano in salita su placca rocciosa).

Avvicinamento: si percorre tutta la Val Zoldana; superato il passo Staulanza si scende a Selva di Cadore quindi si risalgono i numerosi tornanti che portano al passo Giau. Poco prima di questo, sulla sinistra, c'è il rifugio Fedare (m. 2000), dove partirà il gruppo B. Il gruppo A salirà fino al passo Giau (m. 2236), dove lascerà le auto.

Percorso A: dal passo Giau (m. 2236) si segue il segnavia CAI 436 praticamente in piano superando forc. Zonia e raggiungendo forc. Piombin (m. 2239). Da questa si piega a destra per evidente traccia (bollini rossi) che attraversa tutto il versante nord del Cenera. Due tratti attrezzati aiutano a superare canalini scivolosi, quindi una salita su prati ci porta nei pressi di forc. Ciazza. Qui si sale per un terzo canale attrezzato (quasi sempre bagnato) che ci fa guadagnare l'ultimo tratto verso la vetta, con traccia su terreno roccioso o detritico. La croce è posta sulla cima sud (la cima nord, m. 2664, per cresta esposta, è insidiosa): il panorama da qui è eccezionale.

Nel ritorno, ridiscendo il canalino attrezzato, in pochi minuti si può raggiungere la vicina forc. Ciazza (m. 2457) e salire alla dolce cima del m. Verdai (m. 2491) per facili erbe.

Percorso B: dal Rifugio Fedare (m 2000) parte una stradina bianca chiusa al traffico, con l'immediata deviazione per il Rifugio Averau (sent. 464), che si tralascia. Si prosegue dritti (indicazioni Monte Pore, sentiero 463) passando sotto i cavi di uno skylift. In leggera salita si superano alcune casette ristrutturate, poi il viottolo asseconda le varie ondulazioni dei prati e compie un deciso tornante a destra; continuiamo sulla stradina lastricata, incontro ai fienili che ci attendono più in alto: abbandoniamo la stradina che sembra abbassarsi e puntare i fienili sottostanti e andiamo invece a sinistra sulla dorsale prativa: seguendo i paletti bianco-rossi avviciniamo la nostra meta, per zolle e creste ventose. Uno strappo ripido e faticoso, ci porta ad un pulpito panoramico (m. 2254 - panchina e croce), Poi una serie di gobbe ci porta velocemente in alto, alla croce del Monte Pore. Anche qui, ottimo panorama dolomitico sopra il passo di Giau.

Il ritorno su entrambi i percorsi avverrà per la stessa via di salita. **Nota:** In base allo stato del terreno al momento dell'escursione (asciutto, neve, ghiaccio) i capigita potranno proporre valide alternative.

Equipaggiamento: Normale da montagna: scarponi, zaino, giacca a vento, guanti, berretto.
Per cima Cenera, obbligatori casco, imbrago e dissipatore omologati.

Partenza: ore 6.30 dal Parcheggio del Palazzetto dello Sport di Fiume Veneto con mezzi propri	Note	Gruppo A	Gruppo B
Capigita: Matteo Zucchet 334 7595696 Giorgio Paron 338 3908073 Cellulare GMFV 333 9147412	Difficoltà: Dislivello: Tempo tot A-R:	EEA m 500 ore 4.30	E m. 410 ore 3.30