

## **INIZIO DICEMBRE 2025 con le Guide Mazarol**

**programma di escursioni guidate naturalistiche e di eventi amici dell'ambiente  
nella meraviglia dei colori autunnali e le prime nevicate per ciaspolare  
biodiversità, paesaggio, turismo sostenibile sempre in bella compagnia!**

**A CURA DI MAZAROL SOCIETÀ COOPERATIVA**

**in collaborazione con Agenzia Viaggi e Turismo "ALPINIA ITINERA" di Santa Giustina**

con 1 Guida Mazarol sono ammessi **15, 20 o 25 partecipanti in base al tipo di attività**  
La prenotazione è obbligatoria e va fatta possibilmente entro due giorni prima  
al **3290040808** via telefono, sms, WhatsApp, Telegram, via mail a **guide.pndb@gmail.com**  
e deve sempre essere seguita da conferma da parte della segreteria Mazarol  
alcuni itinerari proposti potranno essere modificati in base a viabilità, neve e meteo aggiornati

## **Super-Ponte dell'Immacolata con tanti eventi imperdibili**

**tra venerdì 05 e lunedì 08 dicembre 2025**

### **Venerdì 05 dicembre 2025 – al pomeriggio – GUIDA FLÒ**

**TRAMONTO E LUNA PIENA IN CANSIGLIO! – escursione al pomeriggio con tramonto e luna piena**

Bella escursione per tutti con tramonto infuocato e sorgere della Luna piena nella splendida Foresta del Cansiglio, considerata una delle più belle e sane d'Europa, tra colori, emozioni, sussurri e magie che solo questa meravigliosa foresta sa donarci! Portarsi piletta tascabile o frontale. Ritrovo: ore 15.30 nel parcheggio del Rifugio Sant'Osvaldo in Pian Cansiglio – Conclusione per le 18.30 - Dislivello: 100m – Difficoltà: facile - Costo: 25 euro – Minorenni gratis – Ammessi 20 partecipanti max. Info e adesioni: 3290040808 - [guide.pndb@gmail.com](mailto:guide.pndb@gmail.com)

### **Sabato 06 dicembre 2025 – al pomeriggio - GUIDA FLÒ**

**ESCURSIONE-EVENTO " BOSCHI A NATALE 2025" A SOSPIROLO - escursione al pomeriggio**

Bella passeggiata al pomeriggio per tutti col programma "Boschi a Natale 2025" in collaborazione con Regione Veneto, UNPLI Veneto e Pro Loco "Monti del Sole" di Sospirolo. Alla scoperta di meridiana, antiche chiesette, panorama eccezionale, alberi e foglie nel bosco comunale, opere di land art e mulino sonoro assieme alla Guida Naturalistica Mazarol e con Esperti d'arte e di storia locale! Ritrovo: ore 14.00 davanti la Biblioteca Civica di Sospirolo - Dislivello: 50m – Difficoltà: facile – Lunghezza percorso: 4km circa - Costo: 7 euro – gratuito per bimbi sotto i 12 anni – Adesione obbligatoria dal sito UNPLI Veneto ([www.unpliveneto.it](http://www.unpliveneto.it) - 3342936833) oppure Pro Loco Monti del Sole (3203342082). Organizzatore: Pro Loco "Monti del Sole" di Sospirolo

### **Domenica 07 dicembre 2025 – al mattino GUIDA YURI**

**TRA SOFFRANCO, LA VAL DEL GRISOL E RIZZAPOL – escursione gratuita per tutti al mattino**

In occasione dell'evento "Boschi a Natale 2025" di Regione Veneto, UNPLI Veneto, Pro Loco di Longarone assieme all'Ente Parco Nazionale Dolomiti Bellunesi e alle Guide Mazarol andremo alla scoperta di una valle longaronese ricca di natura e biodiversità, ambienti e acque, antichi mestieri e altissimi abeti bianchi. Dal borgo di Soffranco, un bel percorso in Val del Grisol verso i dolci pascoli di Rizzapol. Ritrovo ore 9.30 davanti il nuovo Infopoint del Parco gestito dalla Pro Loco in via A. Polla 2 a Longarone - Dislivello: 250m. Difficoltà: media - Conclusione attività alle ore 12.30 - Escursione GRATUITA PER TUTTI offerta dall'Ente Parco Nazionale Dolomiti Bellunesi – ammessi 25 partecipanti max. Info e adesioni: Pro Loco Longarone: 3473032397.

## **Lunedì 08 dicembre 2025 Festa dell'Immacolata**

### **ALLA MADONNINA DELLA GRAPPA – ciaspolata giornaliera – GUIDA YURI**

Nel giorno della festa dell'Immacolata, faremo una bella ciaspolata sul Grappa! Monte sacro alla patria, il Grappa cambiò nome come molti alti monti e fiumi, la Piave in primis. Nella meraviglia di questa riserva della biosfera UNESCO, godremo di panorami di pace che ci aiuteranno a riflettere sull'assurdità di tutte le guerre. Pranzo al sacco o in rifugio. Ritrovo: ore 9.00 al parcheggio del Rifugio Forcelletto – Dislivello: 500m – Difficoltà: media – Costo: 25 euro - Eventuale noleggio ciaspe+bastoncini: 10 euro/paio – Ammessi 15 partecipanti max. Info e adesioni: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

## **Lunedì 08 dicembre 2025 Festa dell'Immacolata – al mattino - GUIDA FLÒ**

### **GRANDI ALBERI E TRACCE DI ANIMALI LUNGO L'ANELLO DI MODOLO - escursione al mattino**

Bella escursione per tutti lungo l'anello di Modolo, tra campagne, boschetti, vecchie fontane, canali, prati e pascoli, nei dintorni della storica Villa Miari. Ritrovo: ore 10.00 al parcheggio dietro Villa Miari a Modolo di Castion (BL) - Conclusione per le ore 13.00. Dislivello: minimo - Percorso facile, percorribile anche con passeggino trekking – Costo: 25 euro – Minorenni gratis – Ammessi 25 partecipanti max. Info e adesioni: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

## **Sabato 13 dicembre 2025 Santa Lucia – al pomeriggio-sera**

### **SANTA LUCIA CON LE CIASPE TRA VALLES E LARESEI - ciaspolata al pomeriggio-sera – GUIDA ELENA**

Bella ciaspolata da Passo Valles con incredibili panorami tinti di rosa, fantastico belvedere su tutte le Dolomiti della Val Biois e delle Pale fino al Rifugio Laresei e ritorno. Portarsi piletta frontale. Ritrovo ore 14.30 al parcheggio di Passo Valles - Dislivello: 250m - Difficoltà: facile - Costo: 25 euro - Eventuale noleggio ciaspe+bastoncini: 10 euro/paio – Ammessi 15 partecipanti max. Info e adesioni: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

## **Domenica 14 dicembre 2025**

### **CIASPOLATA DAL FALZAREGO A PRÀ DA PONTIN – ciaspolata giornaliera – GUIDA ARON**

Stupenda ciaspolata avvolti nell'incantevole silenzio di questo angolo di paradiso tra le Dolomiti! Panorama strepitoso su Civetta, Pelmo e Marmolada all'arrivo del punto più alto dell'itinerario. Portarsi il pranzo al sacco. Ritrovo: ore 9.00 al bar-hotel La Posta a Caprile di Alleghe – Dislivello 300m – Difficoltà: medio-facile – Costo: 25 euro – Eventuale noleggio ciaspe+bastoncini 10 euro/paio - ammessi 15 partecipanti max. Info e adesioni: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

## **Sabato 20 dicembre 2025**

### **CIASPE A RAZZO... DA CASERA RAZZO! – Ciaspolata giornaliera – GUIDA ARON**

Con le ciaspe verso la spettacolare balconata del Monderoi, da cui potremo ammirare gran parte delle cime dell'Alta Via del Silenzio, tra Friuli, Austria e Comelico, immersi nella natura di rara bellezza e conclusione col vin brulé in malga! Portarsi il pranzo al sacco. Ritrovo: ore 9.00 al bar-pasticceria Da Vià a Domegge di Cadore – Dislivello 250m – Difficoltà: medio-facile – Costo: 25 euro – Eventuale noleggio ciaspe+bastoncini 10 euro/paio - ammessi 15 partecipanti max. Info e adesioni: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

## **Domenica 21 dicembre 2025**

### **AI CONFINI DELLE DOLOMITI – ciaspolata giornaliera – GUIDA YURI**

Oltre le Dolomiti e letteralmente a due passi dall'Austria, si aprono gli ameni e ampi pascoli di Malga Nemes con una magnifica vista sulle imponenti Dolomiti di Popera e Sesto nel loro abito invernale tra boschi antichi e vecchie malghe. Pranzo al sacco o in rifugio. Ritrovo: ore 8.30 al bar-pasticceria Da Vià a Domegge di Cadore –  
- Dislivello 400m – Difficoltà: media – Costo: 25 euro – Eventuale noleggio ciaspe+bastoncini 10 euro/paio -  
ammessi 15 partecipanti max. Info e adesioni: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

## **...E LE VACANZE DI NATALE?!?**

Nessun problema! A metà dicembre uscirà il...

### **PROGRAMMONE MAZAROL PER LE VACANZE DI NATALE**

**da venerdì 26 dicembre 2025 fino a martedì 06 gennaio 2026**

con tantissime proposte speciali di ciaspolate per godersi le meravigliose Dolomiti Bellunesi imbiancate

Merry Mazarol a tutti!

### **Regala il Mazarol ai tuoi cari per Natale!**

Tu fai un figurone con un regalo bello, sano e originale,  
chi lo riceve si godrà l'esperienza Mazarol nella meraviglia delle Dolomiti Bellunesi!

Regala un'escursione, un trekking di più giorni, una bella ciaspolata sulla neve,  
e per i bimbi, una settimana di vacanza verde nell'estate 2026

**Facile come regalo, indimenticabile come ricordo, e sarà valido per tutto il 2026!**

info e dettagli: 3290040808 - guide.pndb@gmail.com

Iscrizioni alle uscite giornaliere via mail o via telefono obbligatorie entro 2 giorni precedenti l'uscita.

**INFO e ADESIONI: GUIDE MAZAROL Mazarol Società Cooperativa**

**cell: 3290040808 - mail: [guide.pndb@gmail.com](mailto:guide.pndb@gmail.com) – web: [www.mazarol.net](http://www.mazarol.net)**

Guide AIGAE – Associazione Nazionale Guide Ambientali ed Escursionistiche

Marchio Qualità del PARCO NAZIONALE DOLOMITI BELLUNESI per educazione ambientale ed escursionismo

Guide accreditate con VENETO AGRICOLTURA per le attività di escursionismo e educazione ambientale

Soci CONSORZIO TURISTICO DOLOMITI PREALPI

### **NOTE TECNICHE PER LE ESCURSIONI si prega di leggere e trasmettere a tutti i partecipanti**

**ABBIGLIAMENTO ESCURSIONI:** consigliamo di indossare vestiti caldi, comodi, sportivi, a strati. Ai piedi, calzetti tecnici alti in lana o pile (NO CALZINI FANTASMINI), scarponi, pedule o scarpe con suola scolpita adatta a muoversi su terreni accidentati (NO SCARPE DA GINNASTICA). Giacca pesante tecnica, giacca a vento, mantellina o k-way, pile o maglione, ombrellino da pioggia, berretto e guanti tecnici. Nel caso di escursione lunga e in presenza di bimbi, portare sempre alcuni indumenti di ricambio. Per le escursioni prettamente faunistiche, evitare colori sgargianti e preferire i colori nero, grigio, marrone, verde.

**ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA PER LE USCITE CON LE RACCHETTE DA NEVE (CIASPOLATE MAZAROL):** scarponi da montagna (NO scarponi da sci, NO doposci moonboot); ghettoni (se le si hanno, non sono indispensabili); bastoncini da sci (noleggiabili anche col Mazarol), pantaloni impermeabili tecnici oppure tuta da sci oppure tuta da ginnastica comoda e calda; giacca a vento pesante e impermeabile o piumino; guanti NON di lana MA tecnici; scaldacollo o sciarpa; berretto; in auto, portarsi un ricambio di vestiti (scarpe, calzetti, pantaloni); ampio zainetto con pranzo al sacco (se previsto) merenda e bevande; se ciaspolata al pomeriggio-sera una pila frontale o tascabile. Le ciaspe e i bastoncini potranno essere noleggiati direttamente dalle Guide Mazarol (ricordarsi di prenotarle sempre per tempo) oppure presso i diversi negozi di sport presenti sul territorio.

**ATTREZZATURA:** ampio zainetto con due larghi spallacci (NO sacco-scarpe con corde), borraccia in metallo (consigliamo di non usare

bottiglie in plastica, si degradano internamente e si bevono pericolose microplastiche) e il necessario per il pranzo al sacco (se previsto) o, comunque per la merenda. Evitare bibite gassate, cibi unti e poco nutrienti, lattine e bevande in bric perché non richiudibili. Portare sempre un paio di sacchetti di plastica per i rifiuti: ricordiamo che per le uscite giornaliere, tutti i rifiuti vanno riportati a casa e differenziati correttamente a casa. Macchina fotografica e binocolo sono facoltativi. Con capelli lunghi, in escursione meglio averli legati con un elastico e non sciolti. Per chi abbia l'obbligo di occhiali da vista, portarsi sempre un paio di riserva in caso di rottura o smarrimento. In caso di scarponi nuovi o duri, meglio avere al seguito una confezione di cerotti per le vesciche. Portare un paio di scarpe di ricambio per il percorso in auto per evitare di portarvi terra o fango dopo l'escursione. Nel caso di escursione serale o in luoghi con gallerie turistiche visitabili, portare sempre una piletta tascabile o frontale. Durante le escursioni Mazarol, si richiede di tenere silenziate le suonerie dei telefonini per evitare disturbo all'ambiente naturale e alla quiete dell'escursione stessa.

**FARMACI:** da avere al seguito se salvavita o simili, e da comunicare sempre alla Guida Mazarol. Nel caso uno dei partecipanti avesse dubbi sulle proprie capacità, può informare la Guida Mazarol, che cercherà di adeguare e modificare il percorso in modo da non arrecare ulteriore disagio. Per affrontare le escursioni serenamente consigliamo un controllo periodico dal proprio medico di base, come per qualsiasi altra attività sportiva. In caso di **ALLERGIE**, chi già sa di averne conosce già la profilassi da seguire. In caso di una ricaduta durante l'escursione, informerà subito la Guida Mazarol, che adatterà il resto del percorso in modo da limitarne le conseguenze. Chi dovesse aver avuto episodi di **ASMA**, sempre bene che abbia l'inalatore (es. Ventolin) se consigliato e prescritto dal proprio medico curante.

**ZECCHIE:** Tutti i territori montani sono da sempre habitat delle zecche. Negli ultimi decenni, la cessazione della maggior parte delle attività agro-silvo-pastorali (sfalcio prati e cura del territorio), ha favorito la diffusione in zone più ampie delle zecche, che si nutrono succhiando il sangue di diversi animali, compreso l'uomo. Nei percorsi che le Guide Mazarol propongono si cerca di limitare il più possibile l'incontro con le zecche, evitando passaggio in erba alta e zone troppo selvatiche. Per evitare l'attacco, consigliamo di indossare sempre pantaloni lunghi e di non sedersi a terra. Gli spray anti - zecche in vendita in farmacia non sono garanzia totale che non si verrà attaccati, e possono causare reazioni allergiche o irritazioni locali. Una percentuale di rischio di incontrare e subire l'attacco resta, e, nel caso ciò avvenisse comunque, preghiamo di non preoccuparsi troppo e di seguire queste indicazioni: rientrati a casa dopo l'escursione, cambiarsi i vestiti e metterli a lavare in lavatrice; lavarsi, controllando in tutto il corpo attentamente; questo anche il giorno seguente, in quanto le zecche girano un po' lungo il corpo prima di attaccarsi; una zecca attaccata si riconosce perché si vede una pallina nera o marrone scura di pochi millimetri di diametro che, in corrispondenza della pelle, ha alcune zampette (otto in totale) che sporgono (sono simili, anche se molto più piccole, a quelle che troviamo sul nostro cane o il nostro gatto); al tatto, si sente un piccolo rilievo; attenzione a non confonderle con nei o efelidi della pelle. Se rimossa entro 24 ore, è poco probabile che la zecca trasmetta germi patogeni. Per i minorenni e per chi non è capace, o se la zecca si trova in un posto scomodo per operare: consigliamo di recarsi dal proprio medico di base che la toglierà con perizia. Per chi sa già come si fa: ricordiamo che non va strappata via. Se si avrà operato correttamente, la zecca si staccherà e basterà disinfettare il punto dove era attaccata. Controllare per almeno un mese il punto, in caso si notassero macchie o irritazioni, consultare il proprio medico di base.

**MINORI:** i minori dovranno sempre essere accompagnati da un familiare o adulto da questi incaricato. In generale, i percorsi lunghi (segnalati con difficoltà media, impegnativa o molto impegnativa) non sono adatti per bambini piccoli, che si stufano a camminare per troppo tempo. In fase di adesione, in base all'itinerario e per altri motivi logistici e di sicurezza ad insindacabile decisione Mazarol, sarà comunicato se potranno anche partecipare minori e da quale età. Si specifica che alle ciaspolate Mazarol possono partecipare bimbi dai 10 anni in su, accompagnati sempre da un familiare.

**CANI IN ESCURSIONE:** i partecipanti dovranno informarsi sempre prima dell'escursione stessa se per il percorso proposto è possibile che partecipi anche il proprio cane, decisione che è insindacabile da parte delle Guide Mazarol. **NON** sono ammessi cani al seguito alle ciaspolate Mazarol, alle escursioni prettamente faunistiche, lunghe, in quota e in ambienti protetti particolarmente sensibili e fragili.

**PASTI:** nel caso sia previsto il pasto o ristoro in un locale durante il percorso, vi preghiamo di avvisarci se avete particolari esigenze alimentari: menù vegetariano o vegano, allergie o altre intolleranze alimentari da segnalare sempre prima ai gestori delle strutture di ristorazione.

**SEGUIRE LA GUIDA:** la Guida Mazarol precede sempre il gruppo, che si deve muovere laddove va la Guida Mazarol stessa; tale procedura limita il rischio di incontri spiacevoli dei singoli escursionisti andati all'avventura da soli: calpestare un nido di vespe, trovarsi faccia a faccia con rettili, cadere in una buca, etc. La Guida Mazarol valuterà, in caso di maltempo o altri imprevisti, di modificare e/o accorciare il percorso in base alle condizioni meteo o al gruppo partecipante. Durante le attività, che iniziano dove si lasciano i mezzi di trasporto e fino al ritorno ad essi, tutti i partecipanti hanno copertura assicurativa RCT, come previsto per legge. In caso di difficoltà a raggiungere il percorso con le auto e/o di forte maltempo imprevisto, le Guide Mazarol potranno annullare l'escursione in programma e/o proporre un nuovo itinerario in un'altra zona.

**PAGAMENTO QUOTE E FATTURA ELETTRONICA:** il pagamento potrà essere effettuato con bonifico prima dell'escursione (i dati per il bonifico saranno forniti in fase di adesione dalla segreteria Mazarol) oppure in contanti direttamente alla Guida Mazarol presente il giorno dell'escursione. Il giorno seguente, sarà sempre emessa fattura elettronica dalla Mazarol Soc Coop, e sarà inviata via mail la copia di cortesia al partecipante. **Per la fattura elettronica è necessario fornire alla Guida Mazarol i seguenti dati: nome e cognome, indirizzo di residenza, codice fiscale, mail e numero di cellulare.**

Le attività delle Guide Mazarol Soc. Coop. sono organizzate assieme all'**AGENZIA VIAGGI E TURISMO "ALPINIA ITINERA"** di Santa Giustina (BL). Scrivendoci via mail oppure consultando le pagine social del Mazarol trovate sempre le notizie con gli aggiornamenti sulle nostre attività. Il calendario mensile delle proposte Mazarol può arrivarvi comodamente in pdf via mail iscrivendovi alla nostra **NEWSLETTER**, seguendo le facili istruzioni che trovate sul nostro sito **[www.mazarol.net](http://www.mazarol.net)**

**MAZAROL GUIDE NATURALISTICHE - 3290040808 - [guide.pndb@gmail.com](mailto:guide.pndb@gmail.com)**

**siamo su Facebook, Instagram, Whatsapp, Telegram - [www.mazarol.net](http://www.mazarol.net)**