

taccuino #2

un posto
speciale
per gli
sportivi

LA VAL
DEL LAGO





Sul territorio del Gemonese e della Val del Lago, il punto di riferimento per il volo libero (parapendio e deltaplano) è l'**ASD Volo Libero Friuli**. A chi è già un pilota offre servizi didattici, tecnici, di accoglienza ed ospitalità. Per chi si accosta per la prima volta al volo, organizza voli in tandem (sia parapendio che deltaplano), le giornate di avvicinamento al volo e i corsi per ottenere il brevetto. Si può volare tutto l'anno, compatibilmente con le condizioni meteo, ma la stagione migliore va da marzo a novembre. L'associazione organizza servizi navetta fino al decollo (sul Monte San Simeone). L'ampio campo di atterraggio si trova tra l'abitato di Bordano e il Tagliamento.



ASD Volo Libero Friuli

www.vololiberofriuli.it / info@vololiberofriuli.it

tel. +39 348 6812138 (per i piloti)

tel. +39 347 9280670 (per i neofiti)

Chi viene al lago è probabile che voglia stare nell'acqua (o sopra l'acqua). Sulle rive del Lago di Cavazzo si può **noleggare una canoa** e pagaiare qualche ora, da soli o tutti insieme. Si possono noleggiare canoe del tipo "sit on top" (molto stabili, non necessitano di particolari competenze e quindi sono adatte a tutti) sia singole che doppie, con la possibilità di portare un terzo passeggero se bambino. L'Associazione Nautilago organizza anche dei corsi base di canoa.

Una proposta che unisce sport e natura è quella che viene da **guidanaturalistica.it**. Si tratta di escursioni in canoa canadese, un'imbarcazione stabile e facile da condurre, accompagnati oltre che da un istruttore, anche da una guida naturalistica, che racconterà le storie del territorio che si attraversa. Info su www.guidanaturalistica.it, info@guidanaturalistica.it, tel. 349 5068928.



Noleggio canoe "sit on top" sul Lago di Cavazzo

Camping Lago 3 Comuni

tel. +39 0432 979464 / info@lago3comuni.com
www.lago3comuni.com

ASD Nautilago

tel. +39 0432 979288 / info@nautilago.com
www.nautilago.com

L'**ASD Nautilago**, sulla riva occidentale del Lago di Cavazzo, ha una numerosa flotta di derive di diversa stazza, che possono essere noleggiate. Singole (Optimist, Laser, Laser Radial), per due persone (420, 470, RS Vision) e per quattro (Alpa 550). Chi non ha conoscenze sufficienti di navigazione può anche richiedere uno skipper. L'associazione è riconosciuta dal CONI e affiliata FIV. La stagione va da aprile a ottobre, sabato e domenica, dalle 9 alle 17 (luglio e agosto tutti i giorni, dalle 9 fino alle 18).



ASD Nautilago

Corsi vela base per adulti e bambini con lezioni pratiche in acqua e teoriche in aula. In una settimana, tutte le tecniche e la teoria per veleggiare autonomamente.

www.nautilago.com / info@nautilago.com
tel. +39 0432 979288





In caso di maltempo

Se siete già per strada e improvvisamente vi coglie un temporale, l'**ASD Chiodo Fisso** a Tolmezzo (via Officina Elettrica, verso la Zona Artigianale a nord) dispone di una palestra di arrampicata indoor.

www.facebook.com/associazionechiodofisso/



Sul territorio della Val del Lago si trovano svariate **palestre di arrampicata sportiva** (a Braulins, settore Eremo, settore Grottino, settore Panza di Budda; ad Avasinis, settore Planecis; a Somplago, settore Chiesetta, settore Parete Bianca, settore Parete Rossa, settore Chiquita; a Cavazzo, settore la Cjanevate, settore Clapons; a Verzegnis, settore Cretons) per oltre un centinaio di vie. Le diverse pareti offrono percorsi per tutti i gusti, dal principiante all'esperto (da 4a a 8c). Inoltre, nel raggio di una trentina di chilometri si possono trovare decine di altre falesie per arrampicare, oltre a numerose possibilità di vie alpinistiche.



L'ecoturismo sulle due ruote sta vivendo un periodo di meritato successo. La Val del Lago offre innumerevoli percorsi, sia che partiate carichi di bagagli per un tour di parecchi giorni, oppure che semplicemente vogliate fare una pedalata di un paio d'ore e fermarvi sulle rive del lago per un picnic, o ancora che amiare gli sport estremi e che in bici vogliate raggiungere le vette. Il più importante percorso cicloturistico della regione è la **ciclovia Alpe Adria** (www.alpe-adria-radweg.com)



Se infine volete viaggiare davvero leggeri (un paio di scarpe da corsa, magari una bottiglia d'acqua e un asciugamani) potete venire a fare il giro del Lago di Cavazzo, o affrontare le nostre montagne: salire in cima al Monte San Simeone o arrivare al Forte in vetta al Monte Festa, ad esempio. Anche in questo caso potete affrontare la corsa in salita in maniera "seria" (durante la stagione vengono organizzate diverse competizioni di *trail running*), ma potete sugli stessi sentieri fare una corsetta o una semplice escursione per ammirare le meraviglie naturali.

CONTATTI

ASD VOLO LIBERO FRIULI

Gemona del Friuli (UD)
tel. 347 9280670
info@vololiberofriuli.it
www.vololiberofriuli.it
parapendio, deltaplano

ASD NAUTILAGO

Trasaghis (UD)
tel. 0432 979288
info@nautilago.com
www.nautilago.com
vela, canoa

CAMPING LAGO 3 COMUNI

Trasaghis (UD)
tel. 0432 979464
camping@lago3comuni.com
www.lago3comuni.com
canoa

GUIDENATURALISTICHE

tel. 349 5068928
info@guidanaturalistica.it
www.guidanaturalistica.it
canoa canadese

ASD CHIODO FISSO

Tolmezzo (UD)
tel. 340 0807135
facebook.com/associazionechiodofisso
arrampicata sportiva

PROGETTO SPORTLAND

Gemona del Friuli (UD)
tel. 0432 981441
info@sportland.fvg.it
www.sportland.fvg.it



Approfondisci sul sito

www.ecomuseovaldellago.it



linea grafica Ecomuseo-Manuel Stefanutti / design Farfalle nella Testa

IN COLLABORAZIONE CON



Unione Territoriale
Intercomunale
del Gemonese



Comune di
Bordano



Comune di
Cavazzo



Comune di
Trasaghis



REGIONE AUTONOMA
FRIULI VENEZIA GIULIA

Realizzato con i fondi
della L.R. 10/2006 - Ecomusei