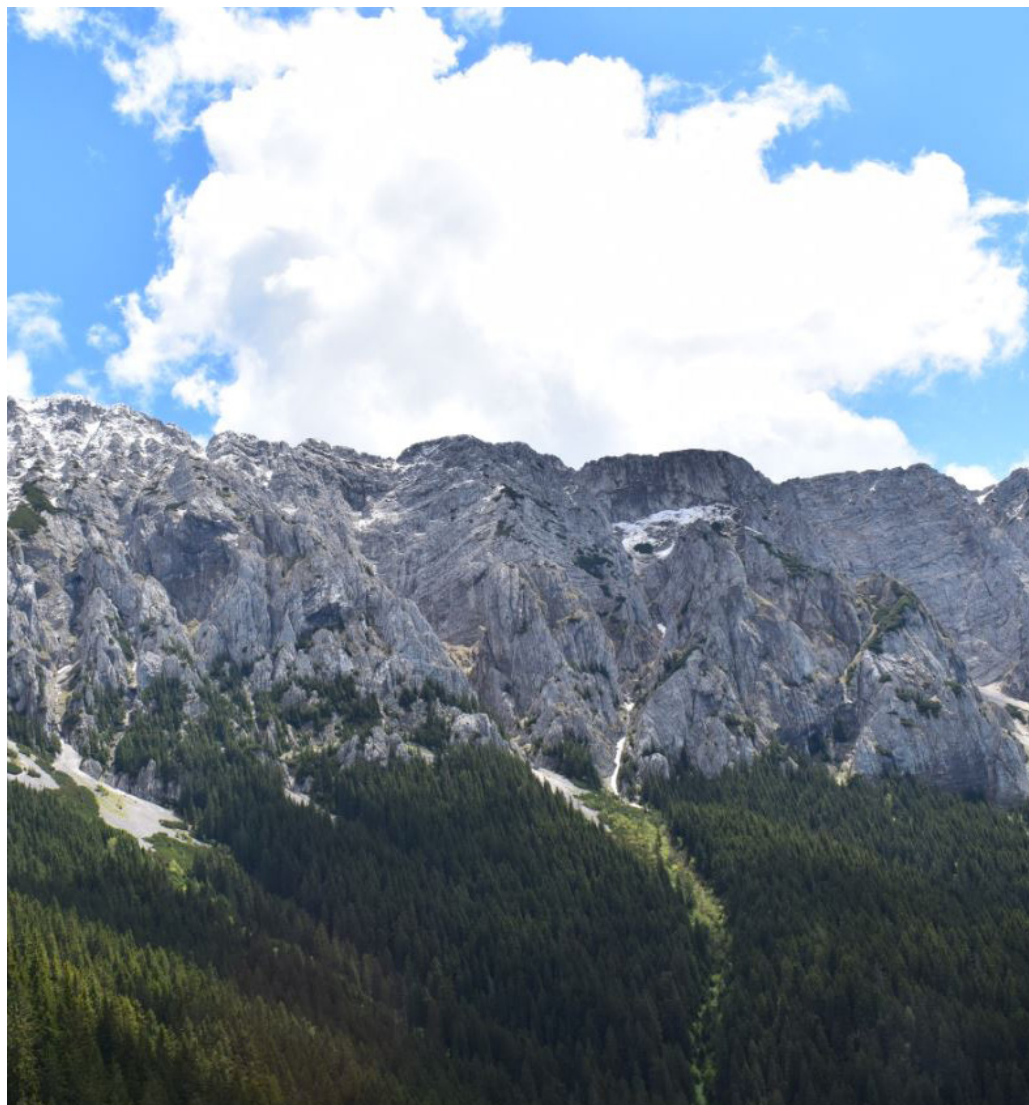




TRASEE MONTANE

Exemplar gratuit

În Munții Piatra-Craiului

TRASEE MONTANE RUTIERE:

Podu Dâmboviței – Dâmbovicioara – Brusturet:

Caracteristici: drum local și forestier ramnificat din DN 73 în centrul satului Podul Dâmboviței;

Distanțe: 5 km până la Dâmbovicioara, 11 km până la Brusturet;

Traseul începe din centrul satului Podul Dâmboviței (730 m alt., km 80 pe DN 73), ramnificându-se din drumul național lângă Podul lui Socol (denumirea de Puntea lui Socol dăinuie din vremea voievodului Matei Basarab), urmează apoi malul stâng al Dâmboviței și, după aprox. 2 km, pătrunde în Cheile Dâmbovicioarei (defileu de o rară frumusețe) ai căror pereți verticali înalți de 200 m ne țin companie 3 km, până mai sus de Peștera Dâmbovicioara (870 m alt.), care se ivește în dreapta drumului.

Drumul carosabil iese din Cheile Dâmbovicioarei și pătrunde, la scurt timp, în Cheile Brusturetilui, pe care le străbate 2 km până la punctul Brusturet (992 m alt.; 11 km de la Podul Dâmboviței).

De la Peștera Dâmbovicioara și până la capătul Cheilor Brusturetilui ne putem lăsa „furați” de câteva obiective inedite: *Izvoarele din Plai* (un mănunchi de izvoare resurgente ivite pe stânga drumului, ale căror ape formează o frumoasă cascadă; punct de reper: căsuțele cătunului Valea Rea, de la confluența Văii Peșterii cu Dâmbovicioara); puțin mai sus, tot pe stânga, la baza unor pereți înalți, apare o altă peșteră: *Gaura Brusturetilui (Peștera Dracilor)*, situată la confluența Brusturetilui cu Valea Muierii (vale cu apă). Doi km mai sus, în inima Cheilor Brusturetilui, ne atrage atenția un puternic șuvoi de ape care țâșnesc la baza unui perete calcaros înalt de 200 m: *La Gâlgoaie*. Localnicii numesc punctul care domină peretele de La Gâlgoaie, situat la aprox. 200 m deasupra izbucului, poiana *Cuibul Uliului* (1.186 m alt.).

După ce am străbătut cele trei sectoare succesive ale Cheilor Brusturetilui (Cheia Lungă, Cheia Strâmtă și Cheița), ajungem în marginea Poienii Brusturetilui (990 m alt.), la confluența Văii cu Apă cu Valea Seacă a Pietrelor. Aici, la poalele pădurilor de pe Muchia lui Stinghie și Muntele Piatra Galbenă, se află *cabana Brusturet*, o casă de vânătoare și un canton silvic. Din acest punct se poate continua, după un scurt popas, pe traseele montane marcate 2 și 3. Marcajul local cu **bandă galbenă** stabilește o legătură directă cu satul Ciocanu, pe o potecă fără dificultăți deosebite, care străbate în urcuș locuri încântătoare.

Podu Dâmboviței – Valea Dâmboviței – Sățic – Cojocaru:

Caracteristici: drum local carosabil ramnificat din DN 73 la km 79;

Distanțe: 44 km în total;

Traseul debutează la 500 m sud de centrul satului Podul Dâmboviței, loc aflat sub Curmătura Posadei (875 m alt.), de unde se desfășoară o cuprinzătoare vedere atât către depresiunea Rucărului, cât și către micul bazin intramontan Podul Dâmboviței. După cca. 1,5 km de la ramnificație, drumul carosabil pătrunde în Cheile Mici ale Dâmboviței (Cheile de la Plaiul Mare), săpate în calcarele munților Arșița-Piscul Jugii (pe stânga, aparținând munților Iezer) și Plaiul Mare (pe dreapta, aparținând Pietrei Craiului). Pe stânga se ivește și intrarea în *Peștera Urșilor*. Ieșirea din chei se face în Lunca Berilei, după care, la 5 km, apar primele case din Sățicu de Jos, apoi cele din Sățicu de Sus (km 5 – 11; 780-840 m alt.). Ajunși la capătul de sus al satului Valea Șaului, găsim un traseu marcat cu **triunghi roșu** care duce spre cabana Voina (Iezer). După un km din Valea Șaului ajungem în punctul Cojocaru-Valea lui Ivan (12 km de la Podul Dâmboviței), trecem podul peste Dâmbovița și urmăm unul dintre traseele marcate 4 sau *4.

Drumul carosabil continuă să urce încă 32 de km pe valea Dâmboviței, trece pe lângă Colonia Răchita și peste barajul lacului de acumulare Pecineagu și se încheie la Valea Vadului (44 km de la Podul Dâmboviței, 1.230 m alt.).

Acest traseu deservește atât versantul de apus al Pietrei Craiului (zona Marelui Grohotiș – Drumul Grănicerilor), cât și versanții de răsărit și de nord ai munților Iezer, până la originea văii Dâmboviței, în punctul Valea Vadului.

TRASEE MONTANE MARCATE:

Dâmbovicioara – Ciocanu – Piatra Galbenă – Valea Seacă a Pietrelor – Vlădușca:

Marcaje: **cruce albastră** (deficitar);

Durata: 5- 6 ore;

Lungimea: cca. 18 km; *Diferența de nivel:* 570 m;

Tip: traseu de pătrundere lipsit de dificultăți;



Mai ocolit și mai accidentat decât traseul următor, această cale alpină are ca punct de plecare centrul comunei Dâmbovicioara (850 m alt.), de pe Valea Dâmbovicioarei (traseul montan rutier 1). Din primul traseu montan rutier se desprinde traseul marcat spre Vlădușca-La Table, din șosea către vale și urcă susținut folosind drumul local care străbate întreaga așezare pitoresc răspândită pe gâlmele din jur; mai întâi pe Padina Izvorului, apoi pe Padina

Șirnii, drumul urcă pronunțat până la primele case ale satului Ciocanu (cca. 1.150 m alt.). Din acest punct traseul părăsește drumul local care coboară către satul Șirnea și se îndreaptă spre nord. De aici, pe o potecă de cal și de picior, pătrunde pe teritoriul muntelui Piatra Galbenă (un masiv calcaros ale cărui aspecte carstice și ale cărui piscuri stâncoase se înșiră de-a lungul traseului, pe o distanță apreciabilă).

Primul reper întâlnit după ramnificația de la Drumul Șirnii este Crucea Spărturilor (1.226 m alt.). Din acest punct un alt drumeag coboară prelung până în mijlocul satului Șirnea, iar traseul marcat face un lung ocol al crestei stâncoase a muntelui Piatra Galbenă, pe versantul său apusean, ocol care se termină departe, spre nord, în apropierea Curmăturii Groapelor, unde bolovănișurile și colțanii încep să dispară făcând loc unor suprafețe mai netede. Pe acest traseu ocolitor se înșiră cele trei piscuri ale Pietrei Galbene, de la nord la sud: Piatra Galbenă (1.474 m alt.), Colțul Spărturilor (1.472 m alt.) și Gâlma Spărturilor (1.475 m alt.), toate purtând denumiri ce caracterizează aspecte generale ale peisajului. La nord de ultimul pisc se află depresiunea La Găvan – excelent teren pentru practicarea schiului. Din acest punct traseul reintră pe linia de culme a muntelui Piatra Galbenă, coborând treptat până în Curmătura Groapelor (1.396 m alt.). Traseele Șirnea – Vlădușca și Dâmbovicioara – Vlădușca, care se întâlnesc în Curmătura Groapelor, coboară în comun către Valea Seacă a Pietrelor, până când drumul local dinspre Șirnea face joncțiunea cu drumul forestier de pe această vale, îndreptându-se spre Vlădușca – La Table.

Pentru accesul la refugiul Grindu se urmează ramnificația traseului marcat 2 (bandă albastră) prin pădurea de pe muntele Grindu.

Dâmbovicioara – Brusturet – Funduri – Vlădușca sau Șaua Funduri:

Marcaj: **bandă albastră**;

Durata: 5-6 ore;

Lungimea: cca. 16 km; *Diferența de nivel:* 570 m;

Tip: traseu de pătrundere, lipsit de dificultăți;



Acest traseu are ca punct de plecare centrul comunei Dâmbovicioara (850 m alt.) și pătrunde către versantul estic al Pietrei Craiului, folosind pe primii 6 km, până la Cabana Brusturet, drumul turistic de pe văile Dâmbovicioarei și Brusturetilui (vezi traseul montan rutier 1). De la Cabana Brusturet (992 m alt.) traseul marcat atacă pantele puternic înclinate și masiv împădurite ale muntelui, folosind poteca pastorală care urcă pieptiș din fața cabanei pe Muchia lui Stinghie (un picior de munte care aparține ansamblului muntelui Funduri). Această veritabilă probă de rezistență ia sfârșit în apropierea grupului de stâne din Poiana Funduri – cea mai cunoscută dintre ele fiind Stâna din Funduri

(1.368 m alt.), un important punct de reper. Aici va trebui să ne decidem asupra direcției în care vom continua drumul, în funcție spre obiectivul spre care vrem să ne îndreptăm.

Dacă optăm pentru refugiul Grindu sau pentru Vlădușca – La Table, va trebui să urmărim în continuare semnul de marcaj **bandă albastră**, schimbând direcția de mers către dreapta (nord), străbătând pădurea care îmbracă poalele masivului, trecând apoi pe lângă cantonul silvic Lespezi și pe lângă stâna din Grindu prin poiana cu același nume. Apoi traseul se ramnifică la stânga și urcă prin pădure până la refugiu, în timp ce o altă ramură continuă să se desfașoare pe sub munte, pe la șipotul Vlădușca (1.400 m alt.), până la punctul de convergență: Șaua Vlădușca – La Table (1.415 m alt.).

Dacă avem ca obiectiv Șaua Funduri de pe creasta sudică a Pietrei Craiului, de la Stâna din Funduri trebuie să schimbăm direcția de mers către stânga (sud), urmărind semnele de marcaj de pe traseele Plaiul Foi - Vlădușca (**triunghi albastru**) sau Plaiul Foi – Zărnești, varianta Vf. La Om – Șaua Funduri (**punct roșu**). Vom urca o diferență de nivel de cca. 500 m folosind o străveche potecă bolovănoasă (Plaiul Oii sau, cum îi spuneau înaintașii, Plaiul Grănicerilor). Poposim apoi în Șaua Funduri (1.889 m alt.), pe creasta sudică a masivului, și alegem încotro ne vom continua drumul: a) spre cabanele Garofița Pietrei Craiului sau Plaiul Foi, pe marcajul **triunghi albastru** peste Marele Grohotiș; b) pe creasta sudică pe marcajul **punct roșu** până la Vf. La Om; c) o coborâre spre localitatea Podul Dâmboviței, pe un traseu nemarcat;

Brusturet – Valea Seacă a Pietrelor – Grindu sau Vlădușca:

Marcaj: **cruce galbenă**;

Durata: 2-3 ore;

Lungimea: cca. 6 km; *Diferența de nivel:* 423 m;

Tip: traseu de pătrundere, lipsit de dificultăți;



Traseul intră pe cursul Văii Seci a Pietrelor chiar în fața cabanei Brusturet (992 m alt.) și folosește drumul forestier până aproape de capătul lui superior. Primii 4 km străbatem în întregime frumoasele chei ale văii săpate în calcare (pereți verticali deosebiți de sălbatici cu înălțimi de 100-200 m, grote etc.). La ieșirea din chei, la poalele muntelui Grindu lăsăm în dreapta un alt drum forestier care traversează valea și urcă susținut spre Curmătura Groapelor. Dacă continuăm să urcăm pe drumul de pe Valea Seacă a Pietrelor numai câteva sute de metri, vom constata că trei semne de marcaj distincte (**triunghi roșu**, **cruce albastră** și **cruce galbenă**) se înmănunchează și se abat către stânga, părăsind valea și prinzând o largă potecă ce urcă ușor până în dreptul stânei din Grindu (1.345 m alt.) situată în marginea unei poieni vaste. Întregul mănunchi de

semne de marcaj se îndreaptă către nord (dreapta), lăsând în stânga Stâna din Grindu și poteca de acces la refugiul alpin Grindu (marcată cu bandă albastră și cu stâlpi metalici). Se poate ajunge la refugiu după aprox. o oră de urcuș pronunțat prin pădurea de la poalele muntelui Grindu. Semnele de marcaj care s-au adunat în cuprinsul poienii Grindu vor continua să străbată pădurea, conducându-ne pe lângă șipotul Vlădușca (1.400 m alt.) și, în final, în Șaua Vlădușca – La Table (1.415 m alt.), unde se adună nu mai puțin de 10 trasee turistice ce străbat Masivul Piatra Craiului.

Cojocarul - Valea lui Ivan – Drumul Grănicerilor – Plaiul Foi:

Marcaj: **triunghi roșu;**

Durata: 6-7 ore;

Lungimea: cca. 16 km; *Diferența de nivel:* 580 m;

Tip: traseu de potecă, lipsit de dificultăți;



Acest traseu turistic este cel mai vechi de pe versantul apusean al Pietrei Craiului și totodată unul de bază pentru zona de joasă altitudine, datorită marii lui accesibilități. La punctul de plecare Cojocarul – Valea lui Ivan se ajunge cu orice mijloc de transport pe traseul montan rutier 2 (12 km de la Podu Dâmboviței; 860 m alt.).

Marcajul cu triunghi roșu apare lângă podul peste Dâmbovița, din dreptul uzinei hidroenergetice, pe unde urcă un drum forestier în lungul vijeliioaselor ape ale Văii lui Ivan, pentru ca după 3 km să se oprească în mijlocul unei vaste poieni, la casa de vânătoare „Piatra Craiului” (1.090 m alt.; pe hărțile vechi „Valea lui Ivan”). Traseul marcat urcă spre marginea superioară a poienii și pătrunde în zona de pădure de la poalele versantului apusean al Pietrei Craiului, pe care nu o va părăsi până la capăt. Primul punct de reper este monumentul metalic Crucea Grănicerului (1.330 m alt.), care marchează locul unde a căzut la datorie, în vara lui 1912, soldatul grănicer Marin Dobre. Drumul Grănicerilor urcă peste câteva fire de vale până la Piscul cu Brazi (1.438 m alt.), unde, în mijlocul unei încântătoare poienițe, se desprinde un marcaj cu cruce albastră către zona de abrupt a Marelui Grohotiș. Vom coborî de pe Piscul cu Brazi pe poteca largă care continuă să străbată pădurea de conifere și, după o serie de urcușuri și coborâșuri, pătrundem în vastul luminiș al Poienii Lăncii (1.415 m alt.). Aici avem parte de cel mai tulburător spectacol alpin de pe tot cuprinsul traseului: o panoramă desăvârșită, mai ales în orele de după-amiază.

Din Poiana Lăncii, Drumul Grănicerilor trece prin dreptul Izvorului Tămășelului și urcă ușor până la culmea muntelui Tămășel, pe care o depășește prin poiana Tămășel (1.430 m alt.). Din acest punct până la Plaiul Foi, traseul trece mai întâi pe lângă abundenta sursă de apă permanentă (Izvorul Oțetelii)

și prin poienița de la Curmătura Foi (1.375 m alt.) și coboară, în final, fără întrerupere pe piciorul de munte Plaiul Mare, până la cabana „Plaiul Foi” (894 m alt.).

Cojocar – Valea Dragoslăvenilor – Cabana „Garofița Pietrei Craiului”:

Din dreptul podului peste Dâmbovița, de la Punctul Cojocar – Valea lui Ivan, se deschide la stânga un drum forestier (în general carosabil) care se angajează în lungul Văii Dragoslăvenilor și, după 4,5 km, se oprește în fața Cabanei Garofița Pietrei Craiului (1.100 m alt.), situată la confluența văilor Tămășelului și Padinei Lăncii (ambele cu apă).

De aici se desprind trei posibilități de a atinge Drumul Grănicerilor, pe diferențe de nivel de maxim 300 m: a) pe Padina Lăncii (marcaj: **cruce galbenă**) până într-un punct din apropierea Piscului cu Brazi; b) pe Izvorul Tămășelului (fără marcaj); c) pe la stâna din Tămășel (marcaj: **punct galben**), din valea Tămășelului până aproape de poiana Tămășel.

TRASEE DE IARNĂ ÎN PIATRA CRAIULUI:

Practicarea turismului de iarnă (cu sau fără schiuri) în Masivul Muntos Piatra Craiului este supusă unor restricții deosebit de severe, impuse de relieful specific al masivului care, în special pe versanții de nord-vest și de vest, prezintă riscul declanșării avalanșelor (care aici antrenează și mari cantități de grohotiș) din cauza înclinării accentuate a pantelor.

Referitor la practicarea schiului, cele mai accesibile trasee sunt cele de pe versantul de răsărit, în afară de toate drumurile carosabile, în special cele care servesc și ca trasee de acces spre adăposturile turistice din zonă.

Traseele de iarnă recomandate în Masivul Piatra Craiului, cu plecare din Argeș, sunt următoarele:

Cabana Brusturet – Funduri – Șaua Funduri – Pietricica – Podu Dâmboviței;

Cojocar – Valea lui Ivan – Drumul Grănicerilor – Plaiul Foi (inclusiv varianta Cojocar – Cabana „Garofița Pietrei Craiului” – Drumul Grănicerilor);

Dâmbovicioara – Cabana Brusturet – Valea Seacă a Pietrelor – refugiul Grindu;

Dâmbovicioara – Ciocanu – Piatra Galbenă – Curmătura Groapelor – Coja – Joaca – Vlădușca – refugiul Grindu;

În Munții Făgărașului

TRASEE MONTANE MARCATE:

Cabana Cascada Bâlea – Muchia Buteanu – Șaua Netedului – Lacul Bâlea – Cabana Paltinul:

Marcaj: traseul este nemarcat până în nordul Vârfului *La Lăcuț*; **triunghi roșu**: Vf. La Lăcuț – Șaua Netedului; **bandă albastră**: Șaua Netedului – Lacul Bâlea;

Durata: 5 ore, în sens invers: 3,5 – 4 ore;

Tip: traseu de vară;

De la Cabana Cascada Bâlea pornim în urcuș pe drumul transfăgărașean spre N – N/E și parcurgem cca. 2,5 km până la serpentina prin care acesta cotește spre S. De aici urcăm ușor spre E și prindem creasta Muchiei Buteanului, după care continuăm spre S. Depășim Vârful La Comandă (1.467 m alt.), trecem peste un umăr, ocolim pe versantul estic câteva cocoase stâncoase și, după Vf. La Piatra Răsunătoare (1.177 m alt.), ieșim la gol.



Străbatem jnepenișul Vârfului cu Jnepeni (1.834 m alt.) și în sudul acestuia întâlnim poteca marcată cu **triunghi roșu** care urcă dinspre V, din drumul transfăgărașean. Urcăm poteca o porțiune spre S, trecem apoi pe versantul estic printr-o zonă stâncoasă spre Lăcuțul Buteanu (1.815 m alt.). Revenim în creastă printr-un urcuș accentuat și depășim Vârfurile Buteanu (2.056 m alt.) și Găvanu (2.120 m alt.) prin V. În estul acestui segment se găsește o căldărușă suspendată numită Găvanu Porcului. Urmând poteca spre S trecem pe versantul estic în căldarea pietroasă a Găvanului de Sus, traversăm apoi muchia stâncoasă care o delimitează spre S, ocolim două vârfuri ale Netedului (nordic și din mijloc), urcăm pe vârful sudic al Netedului (2.351 m alt.) și ne bucurăm de o perspectivă extraordinară asupra zonei nordice centrale a masivului. Coborâm de pe vârful ușor spre S în Șaua Netedului (2.234 m alt.).



De aici părăsim Muchia Buteanului spre S-V, pe o potecă marcată cu **bandă albastră**. După ce trecem o porțiune mai abruptă traversăm Pârâul Văiugii, apoi piciorul Muchiei Văiugii și ajungem în Căldarea Bâlea, în N-E lacului. Continuăm să parcurgem câteva sute de metri pe un drumeag spre V și ajungem la Cabana Paltinul, situată la mică distanță de drumul transfăgărașean, spre E de acesta.

Cabana Cascada Bâlea – Valea Bâlei – Lacul Bâlea – Cabana Paltinul:

Marcaj: **triunghi albastru**;

Durata: 2 ore și 30 min; *în sens invers:* 2 ore;

Tip: traseu de vară, impracticabil iarna;



De la Cabana Cascada Bâlea pornim spre S pe un drumeag pe sub linia telecabinei. După cca. 5 minute traversăm Pârâul Bâlea pe malul vestic și urmăm poteca în urcuș ușor prin pădurea de molid. Puțin mai sus se desprinde spre V- N/V o potecă spre Valea Doamnei marcată **cruce roșie**. Vom continua însă spre S, pe poteca marcată cu triunghi albastru (**marcajul vechi bandă albastră**), admirăm câteva clipe Cascada Bâlea în stânga și, printr-un urcuș susținut, depășim pragul glaciilor inferioare văii.

Urmăm apoi poteca desfășurată spre stânga văii (V) până intersectăm drumul transfăgărășean pe care continuăm spre S-E până aproape de confluența celor două pâraie ale Bâlei (estic și vestic). Părăsim șoseaua pe care o intersectăm mai sus încă o dată și urcăm spre S-E. Prin estul unui cot al șoselei schimbăm direcția spre S-V, trecem pragul glaciilor superior și ajungem în nordul Lacului Bâlea (2.027 m alt.). De aici, pe drumul de legătură cu Transfăgărășeanul, ajungem în câteva minute la Cabana Paltinul (cca. 2.034 m alt.).

Cabana Cascada Bâlea – Valea Doamnei – Curmătura Bâlei – Cabana Paltinul:

Marcaj: **cruce roșie**;

Durata: 4 ore; *în sens invers:* 3 ore și 30 min;

Tip: traseu de vară;



Pornim de la Cabana Cascada Bâlei (1.234 m alt.) și parcurgem spre S, pe sub linia telecabinei, câteva sute de metri pe un drumeag care continuă cu o potecă marcată cu **punct roșu** pe malul estic al pârâului Bâlea până la cascadă. Traversăm pârâul pe malul vestic, intrăm într-o pădure de molid și urcăm ușor poteca marcată cu **cruce roșie** și **triunghi albastru**. Puțin mai sus părăsim marcajul cu **triunghi albastru** (traseul 2) și continuăm spre V-N/V pe poteca marcată **cruce roșie**. Trecem creasta Piscului Bâlei prin sudul Pietrei Vulturului (1.321 m alt.) și coborâm spre S-V în firul Văii Doamnei pe al cărei mal estic urmăm poteca spre S. Ieșim din pădure într-un gol alpin, urcăm pragul glaciilor inferior al văii și continuăm prin pășunea alpină până în apropierea lacurilor Doamnei, la care se poate ajunge printr-un hățaș desprins spre V din poteca marcată. În continuare ne abatem spre stânga (E – S/E) și urcăm pronunțat spre căldărușa estică a Doamnei, din care ajungem în scurt timp la Curmătura Bâlei

(2.202 m alt.). La mică distanță, mai sus, spre S, se vede poteca ce urcă în Șaua Paltinului marcată cu bandă albastră.

Din Curmătura Bâlii vom coborî spre E în Căldarea Bâlea, în drumul transfăgărășean, de unde ajungem în scurt timp la Cabana Paltinul, aflată în apropiere, spre E.

Cabana Paltinul – Șaua Capra – Vf. Vânătoarea lui Buteanu:

Marcaj: **triunghi albastru** Lacul Bâlea – Șaua Capra și **cruce albastră** Șaua Capra – Vânătoarea lui Buteanu;

Durata: 1 oră și 30 min; în sens invers: 1 oră;

Mențiune: iarna traseul este accesibil doar alpiniștilor;



De la Cabana Paltinul pornim spre E pe drumul ce are ca destinație Lacul Bâlea. Trecem prin sudul stației de telecabină și prin nordul lacului, iar după ce traversăm pâraul care curge din acesta, la mică distanță spre N-E, întâlnim o potecă marcată cu **triunghi albastru** ce se îndreaptă spre Șaua Caprei. Continuăm urcușul spre S-E și după aprox. 40 de minute ajungem în Șaua Caprei (2.315 m alt.), în poteca de creastă marcată cu **bandă roșie** (Șaua Caprei – Șaua Cleopatrei).



Aici se ramnifică spre N-E o potecă marcată cu **cruce albastră** pe care o urmăm prin sudul Vârfului Văiuga (2.443 m alt.) și după o jumătate de oră ajungem în Șaua Văiugii (2.390 m alt.), unde întâlnim traseul 4 marcat cu **punct albastru**, prin Căldarea Văiugii. Urmăm creasta spre E către Vârful Capra (2.494 m alt.). Apoi părăsim creasta spre N printr-o coborâre scurtă în mica și îngusta Șa Portița (2.480 m alt.) și urmăm spre N un segment scurt de creastă stâncoasă până atingem Vârful Vânătoarea lui Buteanu (2.507 m alt.) – punctul de altitudine maximă al versantului făgărășean nordic. De aici avem parte de o priveliște de excepție asupra zonei centrale a masivului.

Cabana Paltinul – Căldarea Văiugii – Șaua Văiugii:

Marcaj: **punct albastru**; marcaj vechi în mare parte șters;

Durata: 1 oră și 30 min; în sens invers: 1 oră;

Mențiune: iarna traseul nu este accesibil;



Din punctul Cabana Paltinul ne îndreptăm spre E, pe drumul către Lacul Bâlea; trecem prin nordul acestuia și continuăm spre N-E pe poteca marcată cu **bandă albastră** spre Șaua Netedului (traseul 1 în sens invers), pe versantul estic al Văiugii. În scurt timp traversăm piciorul Văiugii și părăsim poteca spre Șaua Netedului, cotind la dreapta (S) după marcajul cu **punct albastru**. Intrăm în

căldarea pietroasă, plină de grohotișuri, a Văiugii, o traversăm spre S și, în urma unui urcuș pronunțat, atingem partea estică a Șeii Văiugii (2.390 m alt.).

O dată ajunși în Șaua Văiuga ne putem întoarce la Lacul Bâlea fie prin Șaua Capra (pe traseul 4 în sens invers), fie parcurgând traseul înapoi.

Lacul Bâlea – Șaua Paltinului:

Marcaj: **bandă albastră;**

Durata: 1 oră; în sens invers 45 min;

Mențiune: iarna traseul este interzis;



Putem ajunge la Lacul Bâlea (2.027 m alt.) de la Cabana Paltinul urmând spre E drumul spre fosta cabană de la lac. După ce traversăm pârâul ce se formează în lac, urcăm spre E o scurtă porțiune și ne îndreptăm spre S la o potecă marcată cu **bandă albastră**. O urmă, dând ocol pe deasupra lacului și tunelului transfăgărășeanului, și traversăm spre V zona superioară a Piscului Bâlei în urcuș pronunțat prin nordul Vârfului Paltinul (2.399 m alt.). Ne așteaptă destinația vizată în poteca crestei principale marcată cu **bandă roșie:** Șaua Paltinului (2.350 m alt.).

Cabana Negoiu – Șaua Cleopatrei:

Marcaj: **triunghi albastru;**

Durata: 2 ore și 30 min; în sens invers: 2 ore;

Tip: traseu de vară;



Pornim de la Cabana Negoiu, parcurgem o mică distanță spre S, părăsim Piscul Șerbotei spre S-E, după poteca marcată cu **triunghi albastru**. Urcăm ușor prin pădure traversând mai multe podețe, iar la ieșirea în gol trecem printr-o zonă cu jnepeni. Ne apropiem de firul apei Sărății pe care-l traversăm spre E la cca. 45 de minute de la plecare și ajungem în dreptul unui bloc de stâncă numit Piatra Caprei, într-o poiană. Din acest punct, spre sud, se ridică un prag stâncos peste care cad apele Sărății, formând o frumoasă cascadă.

Continuăm să urcăm poteca spre E, traversând căldarea pe lângă pârâiașul estic al Sărății, și pătrundem în căldărușa estică a acelorași ape ale Sărății. La scurt timp ajungem la Piatra Prânzului, loc în care se desprinde poteca marcată cu **cruce roșie** spre Strunga Ciobanului, al cărei V îl zărim spre E. Ne îndreptăm spre S, pe poteca marcată cu **triunghi albastru**, și urcăm în forță printr-o zonă plină de grohotiș și blocuri de stâncă dintre care se remarcă Acul Cleopatrei (un colț vertical înalt de câțiva metri, aflat în dreapta potecii). După un urcuș scurt atingem creasta principală în Șaua Cleopatrei (2.355 m alt.) și întâlnim o potecă de creastă marcată cu **bandă roșie** (vezi traseele de creastă 1 și 2).

Cabana Negoiu – Strunga Ciobanului – Portița Căltunului:

Marcaj: **triunghi albastru** Cabana Negoiu - Piatra Prânzului și **cruce roșie** Piatra Prânzului – Portița Căltunului;

Durata: 4 ore; în sens invers: 3 ore și 30 min;

Mențiune: traseul nu este accesibil iarna;



De la Cabana Negoiu urmăm traseul 7 pe poteca marcată cu triunghi albastru până la Piatra Prânzului, de unde lăsăm pe dreapta marcajul cu **triunghi albastru** și urmăm spre E- S/E poteca marcată **cruce roșie** prin căldărușa estică a Sărății. După puțin timp ajungem sub Strunga Ciobanului (2.308 m alt.) pe care o atingem urcând printr-un horn.



Vom coborî pe partea estică printr-un alt horn mai îngust și traversăm Căldarea Ciobanului spre E-S/E. Trecem pe la baza Crestei Ferăstrăul (o muchie zimțată desprinsă spre N-E din creasta principală la S de Vârful Negoiu) și ne continuăm drumul spre S prin zona vestică a Căldării Laita. Vom întâlni în scurt timp poteca traseului de creastă marcată cu **bandă roșie** (vezi traseul de creastă 1). Aici se termină marcajul **cruce roșie** și vom urma spre S-E poteca desfășurată pe curba de nivel, marcată cu **bandă roșie**, spre a ajunge în câteva minute în Portița Căltunului (2.194 m alt.).

Cabana Negoiu – Muchia Șerbotei – Vârful Șerbota:

Marcaj: **bandă albastră**;

Durata: 2 ore și 30 min; în sens invers: 2 ore;

Mențiune: iarna traseul este accesibil doar alpiniștilor;



Tot de la Cabana Negoiu pornim spre S, ocolind pe partea estică mamelonul dintre cele două clădiri, și continuăm spre S- S/V pe poteca marcată cu **bandă albastră**, **cruce albastră** și **punct roșu**.

După ce parcurgem câteva sute de metri cotim spre stânga, pe poteca marcată cu bandă albastră, și urcăm în serpentine. În scurt timp ieșim la gol și urmăm poteca pe versantul vestic, prin apropierea crestei.

Mai sus, după o scurtă trecere pe partea estică, vom continua pe muchie până în creasta principală, unde întâlnim poteca marcată cu **bandă roșie** (vezi traseul de creastă 2). Pentru a ajunge pe Vârful Șerbota (2.331 m alt.) trebuie să mai parcurgem 80 de metri spre E-S/E.

Cabana Negoiu – Șaua Scării:

Marcaj: **cruce albastră**;

Durata: 2 ore și 30 min; în sens invers: 2 ore;

Mențiune: traseul nu este accesibil iarna;



De la altitudinea de 1.546 m (Cabana Negoiu) pornim spre S, ocolind cocoșa care separă cele două clădiri. Puțin mai sus urcăm spre S-S/V, pe poteca marcată cruce albastră, bandă albastră și punct roșu, având ca țintă versantul vestic al Piscului Șerbotei. La scurt timp ne despărțim de marcajul **bandă albastră** (care urmează traseul 9 spre Vârful Șerbota). Continuă pe poteca marcată **cruce albastră** și **punct roșu** și vom coborî în serpentine peste puțin timp spre Valea Șerbotei. Ieșim din pădure, traversăm Pârâul Șerbota pe deasupra cascadei și urcăm pe versantul vestic al văii până când traseul se ramifică spre dreapta, spre Cabana Bârcaciu (potecă marcată cu **punct roșu**; taseul 11). De la ramnificație urmăm poteca marcată **cruce albastră** o porțiune scurtă spre S, după care, în urcuș pronunțat spre S-V, vom trece peste o treaptă glaciară. Mai sus, spre V, depășim pragul glaciari și intrăm în primitoarea Căldare a Șerbotei de către Puha, prin care vom urca spre S-V, apoi spre V, până pe creasta Muchiei Puha. Pe aceasta din urmă o urmăm spre S, pe versantul vestic dinspre Căldarea Puha (Căldarea Porumbăcelului) prin care trece Plaiul Țării (o veche potecă pastorală). Mai avem puțin și ajungem în Șaua Scării (2.146 m alt.), după ce traversăm creasta spre E și urcăm scurt printr-un horn pietros. Aici întâlnim traseul de creastă 2, marcat cu **bandă roșie**.

Cabana Negoiu – Cabana Bârcaciu:

Marcaj: **punct roșu**;

Durata: 2 ore; în sens invers: 2 ore;

Mențiune: traseul este accesibil și iarna pentru turiștii cu experiența zăpezii;



De la Cabana Negoiu (1.546 m alt.) pornim spre S, ocolind pe partea estică dâmbul în sudul căruia se află cabana veche. Urmăm în urcuș ușor spre S-S/V poteca marcată cu **punct roșu**, **cruce albastră** și **bandă albastră** pe versantul vestic al Piscului Șerbota. Ne despărțim în scurt timp de marcajul bandă albastră, care însoțește poteca spre Vârful Șerbota, și ne continuăm drumul spre Valea Șerbotei (**punct roșu**, **cruce albastră**), coborând curând în serpentine. După ce ieșim din pădure la gol, traversăm Pârâul Șerbota pe deasupra cascadei și, printr-un scurt urcuș pe versantul vestic al văii, ajungem în punctul în care ne despărțim și de marcajul **cruce albastră** (care urmează traseul 10 spre Șaua Scării).

Urmând drumul spre N-V, pe poteca marcată cu **punct roșu**, vom traversa un pârâiaș și, după un scurt urcuș prin care trecem peste un picior desprins din culmea Puha, ajungem la Pârâul Miezuinei. De aici continuăm de-a coasta spre N-V până pe Muchia Puha. Urmează să coborâm apoi spre S-V în Valea Porumbăcelului, să trecem firul apei și să cotim spre N-V, pe lângă o stână, spre

versantul vestic. Traversăm în urcuș ușor câteva pâraiașe și ajungem pe culmea împădurită a Bârcaciului, unde vom da nas în nas nu cu ursul carpatin, ci cu vechea potecă Plaiul Țării pe care o vom urma o porțiune scurtă spre N. O părăsim apoi, îndreptându-ne spre S-V, pe la obârșia Pârâului Comănesei, apoi spre V și în curând ieșim din pădure în culoarul format spre S-E de Poiana Bârcaciului. Câteva zeci de metri mai jos ajungem la cabana Bârcaciu (1.550 m alt.).

Curmătura Oticu – Curmătura Brătilei:

Marcaj: **triunghi roșu**;

Durată: 4 ore; în sens invers: 4 ore;

Mențiune: traseul este recomandat alpinștilor și schiorilor experimentați în schiul de tură;



Acest traseu parcurge culmea de legătură dintre Masivul Iezer-Păpușa și Munții Făgărașului. În Curmătura Oticului se poate ajunge de la Cabana Voina (950 m) pe traseul marcat cu **bandă roșie** (Culmea Văcărea – Crucea Ateneului – Vf. Iezerul Mare – Vf. Roșu; cca. 4 ore și 30 min.) și pe cel marcat cu triunghi roșu (Vf. Roșu – Curmătura Oticului; cca. 1 oră și 30 min.).

Din Curmătura Oticului pornim spre N pe versantul estic al culmii. În dreptul Vârfului Oticului (2.044 m alt.) cotim spre N-E și urcăm pe Vârful Mezea (2.125 m alt.), apoi coborâm pe culme peste două vârfuluțe (2.031 m alt. și 2.004 m alt.) și din ultimul schimbăm direcția spre N, spre Curmătura Mezei (1.865 m alt.). Din acest punct urcăm susținut până pe un vârf de 1.994 m alt., apoi continuăm domol pe culmea lată. Ocolim Vf. Cățunu (2.206 m alt.) prin V, ne îndreptăm apoi spre N-N/V, trecem prin vestul Vârfului Brătila (2.274 m alt.) și în coborâre ușoară ajungem în Curmătura Brătilei (2.125 m alt.), lângă un mic lac. Aici întâlnim poteca crestei principale marcată cu **bandă roșie** și o altă potecă spre Valea Dejanilor marcată cu **triunghi roșu**.

Valea Buda – Șaua Podragului:

Marcaj: **triunghi albastru**;

Durată: 7 ore și 30 min; în sens invers: 6 ore;

Tip: traseu de vară;



Putem ajunge pe Valea Buda din drumul transfăgărășean după ce parcurgem 22 km în amonte de Barajul Vidraru. Din șosea urmăm spre N, pe malul vestic al Râului Buda, un drum forestier. După aprox. 8 km ajungem la punctul de vărsare al Pârâului Mușeteica în Valea Buda (995 m alt.), după ce am trecut apa pe malul estic, câteva sute de metri mai jos. În aval, puțin mai jos,

întâlnim pe stânga marcajului **cruce albastră**, care conduce spre V peste munții Năneasa, Jorzea și Piscul Negru în Valea Caprei, în Transfăgărașean, puțin mai sus de cantonul Piscu Negru. Vom continua traseul pe drumul forestier de pe Valea Buda încă 7 km, traversând apa de pe un mal pe altul de două ori, până la confluența cu Pârâul Mircea care curge dinspre N-E (1.252 m alt.). Urmăm pe acesta drumul până la capăt, parcurgând încă 2,3 km. În continuare vom urmări poteca pe malul drept al apei și, după aprox. o oră, vom ajunge la confluența pâraielor Izvorul Podu Giurgiului și Orzăneaua din care ia naștere Pârâul Mircea. Vom traversa spre N-E Izvorul Podu Giurgiului și vom ieși din pădure în poiana unde se află stâna din Podu Giurgiului. În acest loc întâlnim o ramnificație de trei poteci marcate cu **triunghi galben**, **triunghi roșu** și cea care ne-a condus în poiană, marcată cu **triunghi albastru**.

Poteca marcată cu **triunghi galben** are ca destinație Curmătura Moldoveanului (2.330 m alt.), pe o distanță de 3 ore. Poteca va trece apa Orzănelei, va urca apoi spre E-N/E, va traversa Pârâul Moldoveanu și va ajunge la stâna Moldoveanului; de aici va continua spre E prin Căldarea Moldoveanului spre a atinge curmătura cu același nume.

Poteca marcată cu **triunghi roșu** ne va scoate în creasta principală, în Șaua Orzănelei (2.305 m alt.), după aprox. 2 ore și 30 minute. De la stâna din Podu Giurgiului poteca însoțește malul drept al Orzănelei, continuă spre N și, după ce traversează Izvorul Orzăneaua Mică, cotește spre N-E și atinge Șaua Orzănelei prin Căldarea Orzăneaua Mare.

De la stâna din poiană putem continua traseul pe poteca marcată cu **triunghi albastru** spre V-N/V, traversând o fâșie de pădure după care vom ieși la gol. Mai sus vom urca o porțiune în serpentine pe versantul estic, apoi vom continua spre N. Abătându-ne ușor spre stânga pătrundem în căldare, o străbatem spre N și în urcuș moderat ajungem în Șaua Podragului (2.307 m alt.), în poteca de creastă marcată cu **bandă roșie** (Șaua Podragului – Șaua Caprei). De aici putem urma spre N poteca marcată cu **triunghi roșu** spre a ajunge într-o jumătate de oră la Cabana Podragu (2.136 m alt.).

Cabana Pârâului Caprei – Fereastra Zmeilor:

Marcaj: **triunghi galben**;

Durata: 2 ore și 30 min; în sens invers: 2 ore;

Mențiune: iarna traseul este accesibil doar alpiniștilor;



De la Cabana Capra vom parcurge o mică distanță spre N, trecem podul peste Râul Capra și ieșim în Transfăgărașean. Vom continua pe cel mai înalt drum montan din România însoțiți spre dreapta de Pârâul Fundu Caprei (cca. 1,5 km). Vom părăsi șoseaua după ce aceasta traversează pârâul peste un pod,

îndreptându-se spre V, și vom urma spre N-E un drumeag ce însoțește pe malul vestic Pârâul Fundu Caprei cca. 300 metri, după marcajul **triunghi galben**.

Continuăm spre N (tot pe partea vestică a pârâului) în urcuș domol. Spre E, peste pârâu, vom zări un bordei ciobănesc. După aprox. o jumătate de ceas vom traversa apa pe malul estic, trecând peste un pârâiaș care izvorăște de sub pragul glaciari al căldărușei estice Fundu Caprei, și vom urca în serpentine un prag înverzit. În această zonă întâlnim o potecă ciobănească ce urcă de la bordei pe partea estică a pârâului. Traversăm în urcuș ușor spre N o porțiune a Căldării Fundu Caprei, unde poteca este mai slab conturată, apoi continuăm spre E în urcuș moderat (aprox. 100m) pe lângă albia seacă și pietroasă a unui torent. Ajunși mai sus, urcăm pronunțat și ajungem în Căldărușa estică Fundu Caprei, în care este amplasat un refugiu salvamont.

De aici ne îndreptăm spre N-E și, prin dreapta unei muchii scurte, atingem creasta principală în Fereastră Zmeilor (Fereastră Mică a Portiței Arpașului), unde întâlnim poteca marcată cu **bandă roșie** (Șaua Podragului – Șaua Caprei) și ramnificația „prin căldări” a potecii marcate cu **bandă albastră** spre Cabana Podragu.

Cabana Capra – Cascada Caprei – Lacul Capra:

Marcaj: **bandă albastră**;

Durata: 3 ore; în sens invers: 2 ore;

Tip: traseu de vară;



De la Cabana Capra pornim spre N, trecem podul peste Râul Capra și continuăm urcușul pe Transfăgărășean cca. 2 km. Parcurgem astfel 1,5 km însoțiți de Pârâul Fundu Caprei și, după ce trecem ultimul pod peste acesta (la ramnificația marcajului **triunghi galben** spre Portița Arpașului, traseul 14), traversăm spre V zona inferioară a Piciorului Caprei, până în apropierea cascadei. La mică distanță spre E de cascadă părăsim șoseaua urcând spre N o scurtă porțiune abruptă. Mai sus întâlnim poteca marcată cu **bandă albastră**, pe care o urmăm spre N pe versantul vestic al Piciorului Caprei. Vom depăși două trepte glaciare, după care ajungem la Lacul Capra (2.249 m alt.), lângă Monumentul alpinistilor. În acest punct întâlnim poteca marcată cu **bandă roșie**, care ne va conduce în Șaua Capra de unde vom coborî în Căldarea Bălea pe traseul 4 în sens invers.

Cantonul Piscu Negru – Refugiul Călțun:

Marcaj: **triunghi albastru**;

Durata: 3 ore; în sens invers: 2 ore;

Tip: traseu de vară;



Putem ajunge la Cantonul Piscu Negru pe drumul transfăgărășean, parcurgând 40 km de la Barajul Vidraru. Din dreptul cantonului părăsim Transfăgărășeanul spre V pe drumul ce trece Râul Capra pe malul vestic, la Mănăstirea Piscu Negru. De ,aici urmăm poteca marcată cu **triunghi și punct albastru** spre N și, după o mică porțiune, cotim ușor spre stânga, îndreptându-ne spre firul Pârâului Paltinul care se varsă în Râul Capra la mică distanță în dreapta noastră.

Ajunși în Poiana Paltinului, traversăm pârâul pe malul estic, apoi străbatem o porțiune împădurită și ieșim într-un gol alpin. Trecem Pârâul Paltinul pe partea vestică, puțin mai sus de confluența acestuia cu Pârâul Călțun, parcurgem o porțiune spre N și apoi ne îndreptăm spre V-S/V. În acest loc ne despărțim de marcajul punct albastru, care însoțește spre N poteca prin Căldarea Mare a Paltinului și atinge creasta principală în apropierea Șeii Paltinului. Vom continua drumul printre jnepeni, pe poteca marcată cu **triunghi albastru** până în firul Pârâului Călțun, pe lângă care urcăm spre N-V. Pătrundem în Căldarea glaciară, urmăm poteca spre V- N/V și iată-ne ajunși la Refugiul Călțun, pe malul lacului, la 2.135 m altitudine. Dacă ne-am odihnit suficient, la câteva zeci de metri spre N ne așteaptă o potecă de creastă marcată cu **bandă roșie** (vezi traseul de creastă 1).

Cantonul Piscu Negru – Muntele Podeanu – Strunga Doamnei:

Marcaj: **cruce galbenă** și **cruce roșie** Canton Piscu Negru – Muntele Podeanu și **bandă albastră** Muntele Podeanu – Strunga Doamnei;

Durata: 5 ore; în sens invers: 4 ore; Timp intermediar până în Șaua Podeanului: 2 ore și 30 min;

Tip: traseu de vară;



De pe Transfăgărășean, din dreptul cantonului Piscu Negru (40 km S de barajul Vidraru), trecem podul peste Râul Capra pe malul vestic și, prin spatele unei căldări, prindem spre S-S/V poteca marcată **cruce galbenă** și **roșie**. În apropiere traversăm albia Izvorului Sec și după mai puțin de o jumătate de oră de urcuș susținut cotim spre nord-vest pe un picior al muntelui Lespezi. Urcăm întâi domol, apoi ceva mai pronunțat și, în serpentine, ieșim într-un gol alpin. Trecem pe lângă stâna din Lespezi, aflată pe dreapta, și coborâm ușor spre stânga, în Pârâul Lespezilor. Îl traversăm și cotim spre S, urcăm scurt pe un tăpșan în apropierea altei stâne. Vom traversa tăpșanul spre V până la un vâlcet sec și vom continua drumul spre S în urcuș de-a coasta. Pe această porțiune apare și marcajul **bandă albastră**.

La scurt timp ne îndreptăm spre V-S/V și urmăm poteca în serpentine care ne scoate la capătul unui drumeag însoțit de marcajul **cruce roșie**. Urmând marcajul **cruce roșie** vom continua drumul spre S și apoi spre V spre a ajunge în nordul Șeii Podeanu, la o intersecție a mai multor drumuri pastorale. Vom urma marcajul **cruce galbenă** și **bandă albastră** spre V, spre culme, poteca fiind mai puțin vizibilă prin pășunea alpină. Vom atinge coama unui picior desprins spre S-S/E, apoi vom continua de-a coasta spre V-S/V, întâlnind un capăt de drum pe care ajungem la intersecția amintită (1.900 m alt.) situată în nordul Șeii Podeanului (1.871 m alt.).



De la intersecție continuăm în urcuș moderat spre N-N/E, pe o coamă lată, după marcajul **bandă albastră**. Mai sus vom urma domol creasta spre N-N/V, trecând peste Vârful Podeanu (2.262 m alt.) și unul puțin mai înalt (2.274 m alt.). din nordul celui din urmă, din Șeuța Lespezilor părăsim creasta care urcă spre Vârful Lespezi (2.517 m alt.) pe versantul vestic și în curând vom coborî spre stânga, spre zona superioară a Căldării Berbecilor. Traversăm căldarea pe direcția generală N-N/V și ajungem în vestul Strungii Doamnei (2.342 m alt.), în varianta traseului de creastă 1.

Confluența Izvorul Scării – Izvorul Negoiiului – Șaua Cleopatrei:

Marcaj: **triunghi roșu**;

Durata: 3 ore și 30 min; în sens invers: 2 ore și 30 min;

Tip: traseu de vară;



La confluența Izvorului Scării cu Izvorul Negoiiului, punctul de formare al Râului Topolog, se ajunge din localitatea Sălătrucu, parcurgând spre N drumul forestier de pe Valea Topologului cca. 35 km sau de la Cabana Cumpăna (cca. 6 ore) pe poteca marcată cu **triunghi roșu** peste Munții Clăbucet și Marginea și 2,5 km până la capătul drumului forestier de pe Topolog. Puțin mai sus de capătul drumului forestier traversăm Pârâul Negoiiului spre N și vom ajunge curând la bifurcația potecilor spre Valea Scării (N - V) marcaj **cruce albastră** și spre Valea Negoiiului (N-N/E) marcaj **triunghi roșu**. O vom alege pe cea din urmă și, după o jumătate de oră, trecem prin Poiana Negoiiului, lăsând pe dreapta, dincolo de pârâu, o stână și cotim apoi spre stânga în urcuș. Ieșim la gol și, după o scurtă porțiune de urcuș, traversăm spre dreapta pârâul ce curge din Căldarea Mieilor și zona terminală a muchiei ce se desprinde spre S din Vârful Șerbota.

Vom urma în continuare valea spre N-N/E, vom trece apa pe malul estic pe sub două frumoase cascade și, depășind pragul glaciari, pătrundem în Căldarea Mioarelor (Căldarea Pietroasă a Negoiiului). Continuăm spre N prin estul

Lacului Negoiu (1.936 m alt.) în urcuș, prin căldare până în Șaua Cleopatrei, unde întâlnim poteca marcată cu **bandă roșie** (traseul de creastă 1-2). De aici putem ajunge în cca. două ore la Cabana Negoiu pe poteca marcată cu **triunghi albastru** (traseul 7 în sens invers).

Confluența Izvorul Scării – Izvorul Negoiu – Șaua Scara:

Marcaj: **cruce albastră**;

Durata: 3 ore; în sens invers: 2 ore;

Tip: traseu de vară;



Din localitatea Sălătrucu, parcurgând spre N până la capăt drumul forestier de pe Valea Topologului (cca. 35 km), ajungem la confluența Scara - Negoiu. Puțin mai sus traversăm Pârâul Negoiu și vom continua drumul până la bifurcația potecilor spre Pârâul Negoiiului (traseul 18, marcaj: **triunghi roșu**) și Pârâul Scara (marcaj: **cruce albastră**), o alegem pe aceasta din urmă, continuând drumul la stânga (N-V). Urcăm moderat pe malul stâng al apei și, după mai puțin de o jumătate de ceas, trecem pe lângă stâna din Scara (1.440 m alt.). Ieșim într-un gol alpin și continuăm drumul spre N. Depășim apoi în urcuș pronunțat pragul glaciuar, iar mai sus traversăm firul pârâului pe partea vestică. Vom străbate Căldarea superioară a Scării pe malul drept al pârâului, apoi ne vom abate spre N- N/E și în urcuș moderat atingem Șaua Scării (2.146 m alt.) în poteca de creastă marcată cu bandă roșie (traseul de creastă 2). În acest punct este amplasat un refugiu salvamont, de unde putem ajunge la Cabana Negoiu în două ore pe o potecă marcată **cruce albastră** (traseul 10 în sens invers) sau la Cabana Bârcaciu, pe traseul de creastă până în vestul Vârfului Scara, iar de aici pe poteca marcată **cruce roșie**, tot în două ore.

TRASEE DE CRESTĂ:

Șaua Caprei – Șaua Cleopatrei:

Marcaj: **bandă roșie**;

Durata: 5 ore;



Din Șaua Caprei urcăm inițial spre S-V până la Vf. Iezerului (2.417 m alt.) și coborâm spre V, trecând prin Șaua Bâlei (2.286 m alt.) și peste vârful plat al Paltinului (2.399 m alt.). În vestul celui din urmă întâlnim poteca marcată cu **bandă albastră** care urcă din Căldarea Bâlei (traseul 6). *În general. Majoritatea turiștilor nu parcurg segmentul de creastă dintre Șaua Caprei și Șaua Paltinului, ci obișnuiesc să coboare în Căldarea Bâlei și să urce apoi în Șaua Paltinului.* Vom

străbate spre S Șaua Paltinului, în vestul căreia vom întâlni marcajul **punct albastru** care urcă prin Căldarea Mare a Paltinului dinspre S-V (vezi traseul 16).

Continuăm pe poteca marcată cu **bandă roșie**, ocolind prin S Turnul Paltinului (2.372 m alt.), pe o bâră îngustă, unde o scurtă porțiune mai expusă este prevăzută cu un cablu. În curând ajungem în Șaua Doamnei (2.249 m alt.); parcurgem un scurt segment pe versantul nordic pe deasupra Căldării Pietroase a Doamnei, ieșim pe creastă și urmăm poteca spre V, traversând platoul din Sudul Vârfului Lăița (2.397 m alt.). Ajungem în Șaua estică a Lăițelului (2.284 m alt.), un loc domol și înierbat. De aici ocolim prin S un vârf mai mic (2.306 m alt.), după care depășim în coborâre pe versantul sudic creasta ascuțită și stâncoasă a Șeii vestice a Lăițelului (2.228 m alt.), unde este montat un cablu ajutător. Urmăm apoi poteca în urcuș accentuat până pe Vârful Lăițel (2.390 m alt.), un punct de perspectivă deosebit asupra zonei Lespezi-Negoiu.

De pe Vârful Lăițel vom coborî spre V-S/V până la Lacul Călțun (2.135 m alt.). La mică distanță spre S vom zări refugiul amplasat aici, la care putem ajunge pe Valea Călțunului, pe poteca marcată cu **triunghi albastru** (traseul 16). Continuăm după marcajul **bandă roșie** prin nordul lacului și, în urcuș domol printre blocuri de piatră, ajungem în Portița Călțunului (2.194 m alt.). De aici urmăm poteca spre N, prin Căldarea Lăița și după cca. 250 m întâlnim pe dreapta poteca marcată **cruce roșie** spre Strunga Ciobanului (traseul 7). Urcăm ușor spre stânga și în scurt timp ajungem la ramnificația spre S a potecii marcate cu **bandă galbenă** prin Strunga Doamnei. Pentru a urca din acest punct pe Vârful Negoiu avem două variante: 1) prin Strunga Dracului și 2) prin Strunga Doamnei.

1) dacă am ales prima variantă vom continua spre V-N/V după poteca marcată cu **bandă roșie**, depășind o porțiune stâncoasă și, după câteva zeci de metri, ajungem la baza hornului Strungii Dracului pe care-l urcăm ajutându-ne, în caz de nevoie, de cablul fixat aici. La ieșirea din horn atingem o șă mică (2.438 m alt.), de unde continuăm un sfert de oră pe creastă spre N-N/V până pe Vârful Negoiu (2.535 m alt.), al doilea vârf al țării după Moldoveanu (2.544 m alt.).

2) dacă am ales Strunga Doamnei, părăsim spre S poteca marcată cu **bandă roșie** și urcăm o șă îngustă situată în creasta principală la 2.342 m alt. (Strunga Doamnei), pe care o atingem după ce trecem printr-un horn scurt. Urmăm poteca spre V și în curând întâlnim, urcând dinspre Căldarea Berbecilor (S), poteca marcată cu **bandă albastră** (traseul 17). Traversăm în urcuș ușor Piciorul Negoifului desprins spre S-V din Vârful dintre Strungi (2.476 m alt.), cotim spre dreapta (N-E) și urcăm în creasta principală pe care o atingem la mică distanță spre N de Strunga Dracului. De aici urmăm spre N-N/V poteca marcată cu **bandă roșie** spre Vârful Negoiu.

Ajunși pe Vârful Negoiu, după ce ne-am delectat cu perspectiva oferită spre toate zărilor, vom coborî spre N-V și după ce trecem prin sudul Vârfului Negoiu Mic (2.485 m alt.) ajungem în Șaua Cleopatrei (2.355 m alt.). Din acest punct se ramnifică spre N poteca marcată cu **triunghi albastru** (traseul 7) pe care în două ore se poate ajunge la Cabana Negoiu; iar dinspre S urcă poteca marcată cu **triunghi roșu** din Valea Topologului (traseul 18).

Șaua Cleopatrei – Șaua Surului:

Marcaj: **bandă roșie;**

Durata: 6 ore;

Mențiune: între Șaua Cleopatrei (2.355 m alt.) și Vf. Șerbota (2.331 m alt.) este cuprins cel mai dificil segment marcat din creasta principală făgărășeană, Custura Sărății; porțiunea este recomandabilă doar turiștilor experimentați.

 Din Șaua Cleopatrei urmăm poteca marcată cu **bandă roșie** spre V, ocolim Vârful Sărății (2.365 m alt.) prin pod, apoi coborâm domol printr-o zonă înierbată și, în curând, după un coborâș mai pronunțat, ajungem în Șaua Estică a Sărății (2.196 m alt.). Trecem de câteva țancuri care ne apar în cale, apoi depășim un vârfuleț (2.213 m alt.) care desparte șaua estică de cea vestică (2.176 m alt.) pe care o parcurgem urmând poteca printre colțuri și țancuri. Un urcuș susținut ne scoate în Vârful Șerbota (2.331 m alt.); la cca. 80 de metri de acesta, spre V-N/V, întâlnim poteca marcată cu **bandă albastră** ce însoțește Muchia Șerbotei urcând de la Cabana Negoiu (traseul 9).

Vom coborî spre V-S/V spre Șaua Șerbotei (2.123 m alt.), apoi, păstrând direcția, urcăm spre un vârf mic (2.212 m alt.) de unde, continuând spre V, pe creasta stâncoasă, atingem Vârful Musceaua Scării (2.277 m alt.). De aici coborâm domol spre V-N/V, trecem prin Șaua Muscelei (2.233 m alt.) și de vârful vestic al Muscelei (2.261 m alt.), de unde pe versantul sud-vestic al crestei ajungem în Șaua Scării (2.146 m alt.), la refugiul salvamont. În partea vestică a șei întâlnim poteca marcată **cruce albastră** ce urcă dinspre N de la Cabana Negoiu (traseul 10). Din S, prin Valea Scării urcă o potecă marcată tot **cruce albastră** (traseul 19). Șaua Cleopatrei – Șaua Scării: 3 ore.

Din Șaua Scării urmăm spre V poteca marcată cu **bandă roșie**, depășim prin S un umăr (2.261 m alt.) din care se desprinde spre N Culmea Bârcaciului, trecem peste Vârful Scara (2.306 m alt.) și coborâm spre S-V în Curmătura Gârbovei. La câteva sute de metri, în vestul Vârfului Scara întâlnim urcând dinspre N, de la Cabana Bârcaciu, o potecă marcată **cruce roșie**. Ajunși în Șaua Estică a Gârbovei (2.125 m alt.) depășim prin S Vârful Gârbova (2.188 m alt.) și atingem Șaua Vestică a Gârbovei; pe această porțiune creasta este îngustă, prezentând spre N un abrupt impresionant. În continuare părăsim

creasta traversând în coborâre ușoară versantul nordic înclinat și brăzdat de vâlcele repezi. Ajungem la Lacul Avrig (2.007 m alt.), sub abruptul nordic al Ciortei, în Căldarea superioară a Avrigului. Aici întâlnim poteca marcată cu punct albastru ce urcă de la Cabana Bărcaciu prin Căldarea Avrigului. De la lac urcăm accentuat în Portița Avrigului (2.178 m alt.), apoi urmăm poteca spre V, pe sub platforma Vârfului Vârtopu Roșu (2.242 m alt.), trecem printr-o șa largă (2.180 m alt.) și, ocolind prin stânga Vârful Budislavu (2.343 m alt.), coborâm spre N-V în Curmătura Roșiilor (2.159 m alt.). De aici păstrăm direcția și în coborâre depășim prin stânga un vârf mic (2.193 m alt.), apoi traversăm versantul sudic al Vârfului Suru (2.283 m alt.) brăzdat de mai multe pâraiașe, după care ajungem în Șaua Surului (2.113 m alt.). La mică distanță spre V-N/V se desprinde spre dreapta poteca marcată cu **triunghi roșu** spre Sebeșu de Sus. Șaua Scării – Șaua Surului: 3 ore.

TRASEU NEMARCAT:

1. Gura Văii Vladului – Creasta principală la Vest de Vf. Berevoescu:

Durata: 3 ore; în sens invers: 2 ore și 30 min;

Mențiune: iarna, în funcție de starea zăpezii, este accesibil doar alpiniștilor;

Gura Văii Vladului este locul de formare a Râului Dâmbovița din Pârâul Vladului (N) și Pârâul Boarcășu (S-V). Aici se ajunge parcurgând 37,5 km pe drumul de pe Valea Dâmboviței care se ramnifică din șoseaua Câmpulung – Brașov (DN 73) cu puțin înainte de intrarea dinspre Rucăr în localitatea Podu Dâmboviței.

Vom trece prin Cheile Plaiului Mare, Sățicu de Jos și de Sus, Cheile Petrimanului. Parcurgem drumul de contur pe partea sudică a Lacului Pecineagu, apoi traversăm apa râului pe malul nordic și, după cca. 4,5 km de drum forestier, ajungem la confluența celor două pâraie (1.231 m alt.). De aici vom urma spre N drumul forestier de pe Valea Vladului (5,5 km) până la capătul acestuia din poiana cu stâna Vladului (1.540 m alt.). Continuăm în urcuș pe partea estică a pârâului după poteca pastorală largă și, în cca. 2 ore, ajungem într-o altă potecă de creastă marcată cu **bandă roșie** (Cabana Plaiul Foi – Curmătura Zârnei), la V de Vârful Berevoescu (2.300 m alt.). La S de acest punct se află Refugiul Berevoescu la care se poate ajunge în cca. 10 min.

În Munții Iezer Păpușa

Munții Iezer Păpușa sunt înconjurați pe trei laturi de apele Doamnei și Dâmboviței. În ceea ce privește altitudinea maximă este atins de Vârful Roșu 2.469 m, iar Vârfurile Iezerul Mare și Păpușa ating înălțimi de 2.462 m și respectiv 2.391 m. Coroana piscurilor înalte rămâne deschisă spre S, loc de ieșire al apelor bogate ale Râului Târgului spre ținutul Muscelilor. Traseele montane în Masivul Iezer Păpușa sunt legate de Cabana Voina, ca și de potecile spre Lacul Iezer și Vârful Iezerul Mare. Mai recent, Cabanele Cuca, Bătrâna și Hanul Rucăr deschid noi cărări spre culmile Păpușii, Dracsinului și Boteanului.

Puncte de acces în zonă: Cabana Cuca, Cabana Voina, Comuna Rucăr, Comuna Lerești, Comuna Albeștii de Muscel - Satul Căndești și Satul Sățicu de Sus.

TRASEE DE LA CABANA CUCA:



◀ Spre Cabana Voina;

▶ Spre Valea Dâmboviței, prin Piciorul Muntelui Grădișteanu;



◀ Spre Cabana Voina;

▶ Spre Valea Dâmboviței (gura Vf. Tămașul), prin Piciorul Muntelui Grădișteanu;

TRASEE DIN COMUNA RUCĂR:



◀ Spre Piciorul Muntelui Grădișteanu, prin Plaiul Munișorului;



Tot de la Rucăr se poate porni spre Munții Leaota, pe traseul marcat cu triunghi roșu:

◀ Spre Comuna Runcu, prin La Cuculeț;

TRASEE DE LA CABANA VOINA (940 m alt.):



▶ Spre Valea Dâmboviței (gura Vf. Tămașul), prin Cabana Cuca;



▶ Spre Crucea Ateneului, prin Valea Bătrâna;



▶ Spre Satul Sățicu de Sus, prin Șaua Calului;



▶ Spre Șaua Șleul Bătrânei, prin Plaiul lui Pătru;



▶ Spre Valea Dâmboviței, prin Cabana Cuca:



▶ Spre Crucea Ateneului, prin Valea Bătrâna;

TRASEE DIN SATUL CÂNDEȘTI (comuna Albeștii de Muscel):



▶ Spre Crucea Ateneului, prin Valea Bratia

TRASEE DIN COMUNA LEREȘTI:



▶ Spre Satul Nămăiești, prin Piciorul Muntelui Strâmbu;

TRASEE DIN SATUL SĂTICU DE SUS:



▶ Spre Cabana Voina, prin Valea Dâmboviței;



De la Sățicu de Sus se poate ajunge și în Masivul Piatra-Craiului:

▶ Spre Cabana Plaiul Foi, prin Valea lui Ivan;

TRASEE MONTANE DETALIATE:



1

Cabana Voina (940 m alt.) - Stâna Văcărea - Mt. Văcărea (2.067 m alt.) - Crucea Ateneului (2.275 m alt.) - Vârful Iezerul Mare - Vârful Roșu (2.469 m alt.) - Șaua Șleul Bătrânei - Vârful Bătrâna (2.181 m alt.) - Vârful Păpușa (2.319 m alt.) - Mt. Grădișteanu - Mt. Găinașu Mare (1.813 m alt.) - Valea Larga (1.030 m alt.) - Cabana Voina;

Durată: 4,5 - 5,5 ore până la Iezer și 7-8 ore de la Crucea Ateneului la Cabana Voina



2

Satul Căndești (comuna Albeștii de Muscel) - Valea Bratia - Piscul Caprei - Vârful Colții Caprei - Vârful Obârșia - Crucea Ateneului;



3

Tabăra Nucșoara - Mt. Șeșului - Curmătura Groapele (2.038 m alt.) - Vârful Obârșia - Crucea Ateneului (2.125 m alt.);



4

Refugiul Lacul Iezer - Vârful Roșu (2.469 m alt.) - Curmătura Oticului (1.863 m alt.) - Curmătura Brătilei (2.125 m alt.) - Cabana Urlea;

Durată: 7 - 8,5 ore între Vf. Roșu și Curmătura Brătilei;



5

Cabana Voina (940 m alt.) - Valea Bătrâna - Piciorul Iezerul Mare (2.160 m alt.) - Refugiul Iezer (2.140 m alt.);

Durată: cca. 5 ore;



6

Cabana Voina (940 m alt.) - Valea Bătrâna (drum forestier) - Valea Iezerul Mic (1.045 m alt.) - Refugiul Iezer (2.140 m alt.) - Crucea Ateneului (2. 275 m alt.);

Durată: 3, 5 - 4 ore;



7

Cabana Voina - Plaiul lui Pătru (1.642 m - 1.931 m alt.) - Vârful Bătrâna (2.181 m alt.) - Șaua Șleul Bătrânei (2.195 m alt.);

Durată: 4,5 - 5,5 ore;



8

Cabana Voina - Cabana Cuca - Piciorul Mt. Grădișteanu - Vârful Păpușa - Mt. Dracsinu (2.100 m alt.) - Stâna Dracsinu - Valea Dâmboviței (935 m alt.);

Durată: cca. 6 - 6,5 ore cu începere din Vârful Păpușa;



9

Cabana Voina - Cabana Cuca - Piciorul Mt. Grădișteanu - Vârful Păpușa - Muntele Cascoe - Valea Dâmboviței (gura V. Tămașul);



10

Cabana Voina - Șaua Calului - Lacul Țefeleica - I.F. Mira - Muchia lui Răuța - Valea Dâmboviței - Satul Sățicu de Sus;

Durată: 6-8 ore;

PESCUIT ȘI VÂNĂTOARE

Perioade de vânătoare:

Iepure: 1 noiembrie – 31 ianuarie;

Mistreț: 31 august – 31 ianuarie;

Urs: 1 septembrie – 31 decembrie;

**Centrul de Informare și Promovare Turistică Câmpulung
2024**

