

# 16MN03: Pasul Mestecăniș - vf. Giumalău - Curmătura Prislop - Vf. Tarniței - spre Munții Stânișoarei



DRUMETIE



Dificultate:  
mediu



Distanță:  
58.0 km



Durată:  
20h - 25h



Urcare:  
3052 m



Coborâre:  
2930 m



Vârf:  
1841 m



## DETALII TRASEU

Regiuni Giumalău - Rarău - Tarnița

Județe Suceava

Sectoare hartă 34 sectoare

Traseul 3 Bandă Roșie este traseul principal de creastă al Munților Giupalău - Rarău - Târnița, făcând punte între Obcinile Bucovinei și Munții Stânișoarei (Obcina Rea). Oferă perspective fermecătoare (puncte de belvedere) asupra văilor adânci (Valea Bistriței) și culmilor secundare, pe un parcurs de nu mai puțin de 58 km.

## Descriere

Traseul 3 BR este traseul de creastă al Munților Giupalău - Rarău - Târnița, făcând punte între Obcinile Bucovinei și Munții Stânișoarei. Este un traseu lung, destul de solicitant, cu peste 3000 m diferențe de nivel, recomandat a fi parcurs în 3-4 zile. Munții Rarău-Giupalău au o suprafață de 375 kmp, altitudinile maxime în vârfurile Giupalău (1857 m) și Rarău (1651 m), cu diferențe considerabile față de depresiunile importante limitrofe, Câmpulung Moldovenesc și Vatra Dornei. Structura geologică a Rarăului se aseamănă cu cea a masivelor Ceahlău și Bucegi, în timp ce Munții Giupalău sunt alcătuiți în întregime din șisturi cristaline cu rocă dură. Structura calcaroasă a Rarăului face ca acesta să prezinte un relief accidentat, de mare valoare peisagistică, în timp ce culmea principală a Masivului Giupalău este alcătuită dintr-o serie de munți cu vârfuri de cca. 1600 m, din care se desprind radial o serie de culmi secundare pitorești. Din Pasul Mestecăniș, trecem de câteva relee de comunicații și continuăm pe culmea Giupalău, acoperită cu pajiști, peste Muntele Lat, cu aspect neted și două schituri cu construcții de lemn. După ce trecem prin Poiana Fierului, ne înscriem pe un interfluviu, pe care îl urmăm mult timp de acum încolo, cu priveliști frumoase spre Munții Suhard. Ajungem pe cumpăna apelor, cunoscută sub denumirea de Plaiul Giupalăului, excelentă pentru MTB, sub care ajung variantele de acces dinspre Vatra Dornei, respectiv BA (traseul 1) și CR (traseul 2). Trecem apoi de Poiana Ciungi (intersecție cu BG traseul 4) și urcăm pieptiș pe un drum abrupt până la vârful Giupalău, cu o cruce mare. Vârful Giupalău (1857 m) ne oferă una din cele mai frumoase panorame din Carpați: Obcinile Bucovinei, silueta Rarăului, spre S și SE, culmea zimțată Bogolin - Pietrosu Bistriței, iar mai departe, Munții Bistriței, Stânișoarei și în ultimul plan, Ceahlăul. Spre V avem priveliști asupra Călimanului, iar spre NV, Masivul Suhard, flancat de Munții Rodnei și Munții Maramureșului. În caz de vreme rea, ne putem abate spre Cabana Giupalău. De pe vârf străbatem jnepenișul până la pădure, apoi coborâm abrupt la intersecția cu CR (traseul 7) care trece pe sub vârf. De-aici poteca se transformă în drum, coboară la DJ 175B TransRarău și îl urmează (cu mici scurtături) alături de marcajul BA (traseul 14), spre Hotelul alpin Rarău. Zona este destul de aglomerată în weekend: De aici pornesc traseele spre Pietrele Doamnei, Piatra Șoimului și Vârful Rarău (1651 m). Traseul BR ajunge la cabană pastorală (a lui Mao), unde întâlnește marcajele CR (traseul 19) - spre Stâncile Popii Rarăului și Cheile Moara Dracului, respectiv CG (traseul 18) - spre Cheile Izvorului Alb. Trecem apoi de cabana Meteo, ocolim Vârful Rarău prin dreapta și continuăm prin Șaua Ciobanului spre Popii Rarăului și Muntele Todirescu, sub care se regăsește o bogăție floristică deosebită (rezervația floristică Todirescu) și pădurea seculară Slătioara (traseul 24 TR). Trecem apoi prin Curmătura Prislop (Chiril), unde se intersectează PG (traseul 25) și părăsim drumul ce duce în Vf. Măgurii, urmărind fidel culmea, peste vf. Văcăria, ieșind la pășune Urmează o zonă dificilă pe timp de ceață. Depășim micul lac Bolotău și menținem culmea tot mai îngustă spre Vf. Piciorul Bârsanului, sub care întâlnim varianta TR (traseul 26) dinspre Valea Bistriței. De aici se coboară printr-un sector dificil de stânci la un punct de belvedere cu cruce, situat sub Bâta Oblâncului. După ce urcăm și pe acest vârf, se coboară la un alt grup de stânci, cu locuri de belvedere, apoi urcăm pe Vf. Târniței. Ultimul sector ocolește vârfuri cu altitudini moderate și coboară în Pasul Puzdra peste Culmea Alunișului, la drumul spre schitul Sf. Ștefan. De aici străbatem pâlcuri de pădure cu defrișări și continuăm spre Munții Stânișoarei, trecând peste Muntele Lung și Obcina Rea.

## Indicații de parcurs

Din Pasul Mestecăniș urmăm un drum bun tăiat în coasta muntelui. Trecem pe lângă niște relee de comunicații, printre pășuni îngărdite, un pâlc scurt de pădure, beneficiind de priveliști frumoase spre Munții Suhard. La traversarea unei culmi secundare (unde se află o cruce) se desprinde spre stânga (est) un drum de 100 m până la Mănăstirea Sf.

Pantelimon, construită din lemn. Apoi, după aproximativ 1 km o nouă abatere tot spre stânga ne duce la Schitul Mestecăniș. Urmează o stână și mai multe adăposturi pentru animale. La o intersecție de drumuri, unde vine din dreapta (SV) o culme secundară, cotim stânga și coborâm ușor prin pădure. Ne înscriem pe un interfluviu, pe care vom merge mult de-acum încolo, deci pe lângă marcajul BR nou și BA, TR vechi beneficiem de H-ul forestier. Urmează o lungă plimbare prin pădurea rărită pe alocuri de doborâturi de vânt sau tăieturi, excelentă pentru MTB, fără diferențe mari de nivel. Întâlnim traseele 1 BA și 2 CR care vin din Vatra Dornei. Traversăm o porțiune de pădure tânără, apoi o pădure cruțată de drujbe și ieșim într-un plai lat înierbat pe care-l parcurgem apropiindu-ne de Vârful Giupalău. Întâlnim traseul 4 BG alături de care mergem circa 500 m, apoi ne înscriem în urcuș pe un drum abrupt printre tufe de afin. Aproape de vârf părăsim acest drum spre stânga și cu un ultim efort atingem vârful, unde se află instalată o cruce mare. După savurarea priveliștii, coborâm printre tufișuri mici și jnepeni, apoi din nou intrăm în pădure. Traseul de iarnă este marcat cu portocaliu și se desprinde din culmea NS (traseul 6 PA) dintr-un punct aflat la mai bine de 500 m înspre nord și se reîntâlnește cu cel de vară la aproximativ 75m înaintea reintrării în pădure. În scurt timp întâlnim traseul 7 CR care ocolește Vârful Giupalău. Continuăm urmărirea interfluviului cu unele excepții când poteca ocolește mici vârfuri prin stânga (NV). Aici poteca este lată, ușor de parcurs și străbate o pădure umbroasă. După ce depășește o culme secundară spre stânga (N), pădurea devine mai mică și poteca se transformă în drum, probabil unul din drumurile ce au fost folosite la transportul lemnului. Poposim în Șaua Colbului, unde întâlnim traseul 9 CG și drumul asfaltat DJ 175B Transrarău. Din Șaua Colbului marcajul urmărește drumul asfaltat DJ 175B Transrarău cu două scurtături, prima mai mică și a doua mai mare. Ni se alătură marcajul BA (traseul 14). Poposim la o parcare mare dotată cu chioșcuri și o platformă pentru admirat priveliștea, construită din lemn. De aici Pietrele Doamnei se văd din unghiul clasic. După despărțirea de drumul îngust DJ 175A care coboară la Chiril, continuăm pe drumul spre Hotelul Rarău. Trecem pe lângă un loc de campare amenajat, la intersecția cu drumul care vine pe Izvorul Alb (traseul 17 PR). Afluența de turiști este foarte mare în această zonă, mai ales în weekend. Înainte de a poposi la Hotelul Rarău putem folosi o mică scurtătură care taie ultima serpentină a drumului. Aici se desprinde din drum o potecă nemarcată, dar foarte clară - fiind folosită în mod intensiv de turiști - până la un punct de belvedere amenajat pe Piatra Șoimului (abatere circa 250 m). Intersecția este marcată cu un indicator. De la Hotelul Rarău, marcajul BR se îndreaptă spre est prin stânga (nordul) Pietrelor Doamnei împreună cu traseele 12 TG, 18 CG, 19 CR, 24 TR care rând pe rând se vor desprinde din acesta. Folosim un drum care la început urcă - aici vom scurta niște serpentine - apoi se înscrie aproximativ pe curba de nivel, fiind tăiat în coasta muntelui. Trecem pe lângă fosta cabană pastorală (acum reconstruită), pe lângă cabana Meteo și ocolim Vârful Rarău prin dreapta (sud). Primul traseu care se desprinde este traseul 12 TG, care coboară spre sud pe lângă stâlpii de curent electric, apoi din Șaua Ciobanilor ne părăsesc traseele 18 CG și 19 CR. Continuăm pe drum pe sub Popii Rarăului - niște stânci pitorești. Trecem printr-un mic pâlț de pădure, iar după ce se desprinde și traseul 24 TR spre Slătioara, marcajele BR devin șterse și rare. Coborâm ușor pe la niște stâne și ne orientăm să menținem interfluviul, pe lângă gardul de molizi plantați pe granița dintre Slătioara și Chiril. Intrăm în pădure și poteca coboară ușor pe un traseu în coastă ocolind un vârf, pentru ca după reîntâlnirea culmei să avem parte de o coborâre mai abruptă. În scurt timp întâlnim un drum care vine din stânga (NE), iar semnele BR sunt din nou proaspete și dese. După doar circa 300 m părăsim drumul spre dreapta pe o potecă care ocolește în urcare prin dreapta (V) un mic vârf. Apoi într-o mică șa întâlnim alt drum, care ocolește următorul vârf de data aceasta prin stânga (E) pentru a poposi în Curmătura Prislop (Chiril). Din Curmătura Prislop (Chiril) drumul marcat cu BR urmărește culmea principală prin pădure. Întâlnim câteva porțiuni de pădure tânără (de unde s-a tăiat mai demult pădurea). La una din ele trebuie să fim atenți să nu mergem pe creasta secundară ce duce în Vf. Măgurii, ci să schimbăm direcția de mers spre dreapta (SV). Drumul se transformă în cărare și urmărește fidel culmea, așa că pe lângă marcajul BR care este foarte bun ne putem ghida și după H-ul forestier. Întâlnim un drum care pare să ocolească următorul vârf prin stânga, însă marcajul preferă să urmărească culmea, chiar dacă nu este foarte bine conturată cărarea. Depășim vârful împădurit, apoi urcăm încă unul (Văcăria), aflat la limita pădurii. Ieșim deci la pășune unde în lipsa unor stâlpi de marcaj semnele sunt mai greu de găsit mai ales pe ceață. Menținem totuși culmea și trecem peste alt vârf, apoi marcajul trece de două ori tangențial pe marginea pădurii (pe care o lasă în dreapta). Sub noi, pe stânga (E), la doar 60 m se află un izvor amenajat. Poposim într-o șa în vestul căreia zărim micul lac Bolotău. De aici poteca își continuă parcursul spre sud, însă nu intră imediat în pădure cum ne-am așteptat, ci merge circa 400 m pe marginea ei (de data aceasta pădurea este în stânga traseului). Urmează o porțiune mai lungă cu mai multe drumuri de exploatare, pe care marcajul le folosește pe rând. Încercăm să ținem mereu linia crestei. Întâlnim marcajul nou TR care vine din localitatea Satu Mare (traseul 26). La un moment dat drumul ne părăsește și marcajul urmează o potecă nu foarte clară care cotește spre dreapta printre molizi rari ocolind un vârf. Poteca revine la culmea principală după aproximativ 400m și în continuare urmărește din nou fidel culmea, care s-a făcut mai îngustă. Trecem peste Vârful Piciorul Bârsanului și

coborâm într-o șa după care încep stâncăriile. Primele două le ocolim prin stânga, următoarele două prin dreapta, apoi întâlnim unele printre care poteca se strecoară. Depășim un loc mai dificil care necesită atenție, apoi urcăm la un punct de belvedere unde este instalată o cruce de metal. În scurt timp stâncile se termină și poteca urcă vârful împădurit Bâta Oblâncului. Marcajul continuă pe creasta îngustă, aproape în totalitate împădurită, însă după aproximativ 2 km parcurși în acest mod întâlnim din nou un grup de stânci. Aici poteca coboară și ocolește stâncile pe la baza lor, prin dreapta (V), cale de 500 m. Dacă dorim, înainte de a începe ocolirea putem să ne abatem puțin de la traseu să urcăm pe primele stânci ca să admirăm împrejurimile. Păstrând direcția coborâm la o stână unde întâlnim un drum pe care mergem spre dreapta (V) doar 400 m, apoi cotim stânga și ieșim din pădure la pășune. Marcajul de pe un adăpost de lemn ne indică să cotim din nou stânga (ocolim Vârful Clefile). La un adăpost pe peretele căruia este vopsit un semn BR mare întâlnim un drum care vine de la Crucea. Urmăm acest drum oarecum pe curba de nivel, trecem pe la un izvor și poposim într-o șa de unde zărim spre NE mai multe sălașe de vară. Aici părăsim drumul și schimbăm direcția de mers spre dreapta pe lângă un gard, intrăm în pădure și urcăm. Poteca urmărește interfluviul și după ce depășește un vârf împădurit ajunge la o altă piatră pe care o ocolește tot prin dreapta (V), însă o potecă marcată cu punct roșu dublu ne invită s-o urcăm, pentru privesc. Același marcaj este prezent și în cealaltă parte a pietrei. Coborâm într-o șa unde se află o mică pepinieră. De aici începem ocolirea prin dreapta (V) a vârfului următor (Alunișul). Străbatem succesiv o porțiune de pădure, pășune, apoi din nou pădure. Regăsim culmea la un stâlp de înaltă tensiune de unde din nou ne încadrăm pe linia ei, însă pentru scurt timp, pentru că din nou marcajul ocolește două vârfuri, de data aceasta prin stânga (NE), pentru a poposi în final în Pasul Puzdra, marcat cu o troiță, unde se află un canton părăsit. De aici urmărim un drum bun, tăiat în coasta muntelui, care ocolește prin dreapta un vârf și poposește la schitul Sf. Ștefan. Drumul continuă, dar nu mai este așa de bun prin poieni și pâlcuri de pădure. Când drumul se termină marcajul cotește stânga prin pădure și întâlnește în scurt timp alt drum. Ocolim Vf. Grebin. Ieșim din pădure, trecem pe lângă mai multe sălașe de vară, apoi mergem chiar pe marginea pădurii. Din nou intrăm în pădurea întreruptă de mici poieni sau zone defrișate. Marcajul este bun și continuă în Munții Stânișoarei, fiind refăcut de curând până la Crucea Tălienilor.

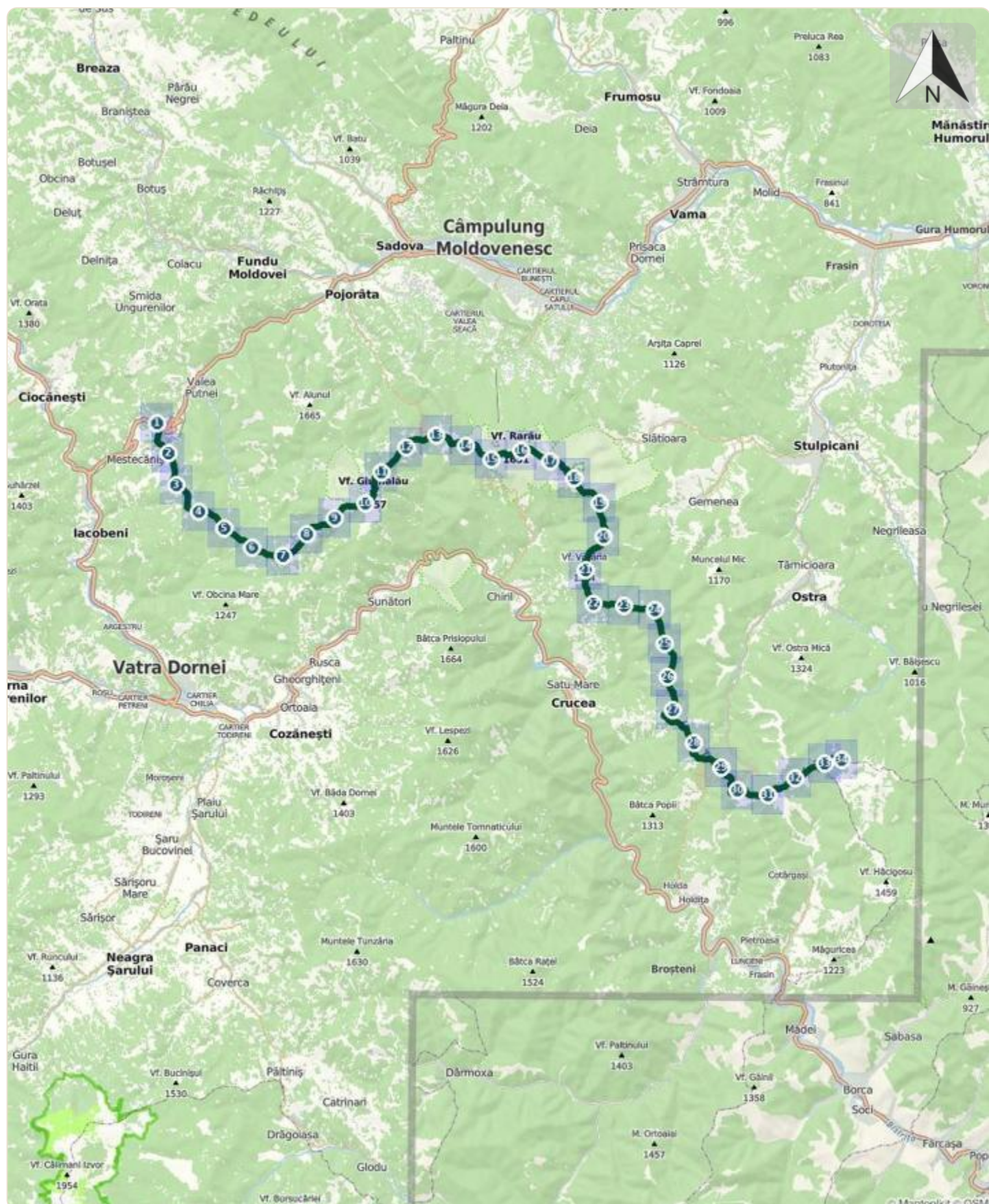
## Etape

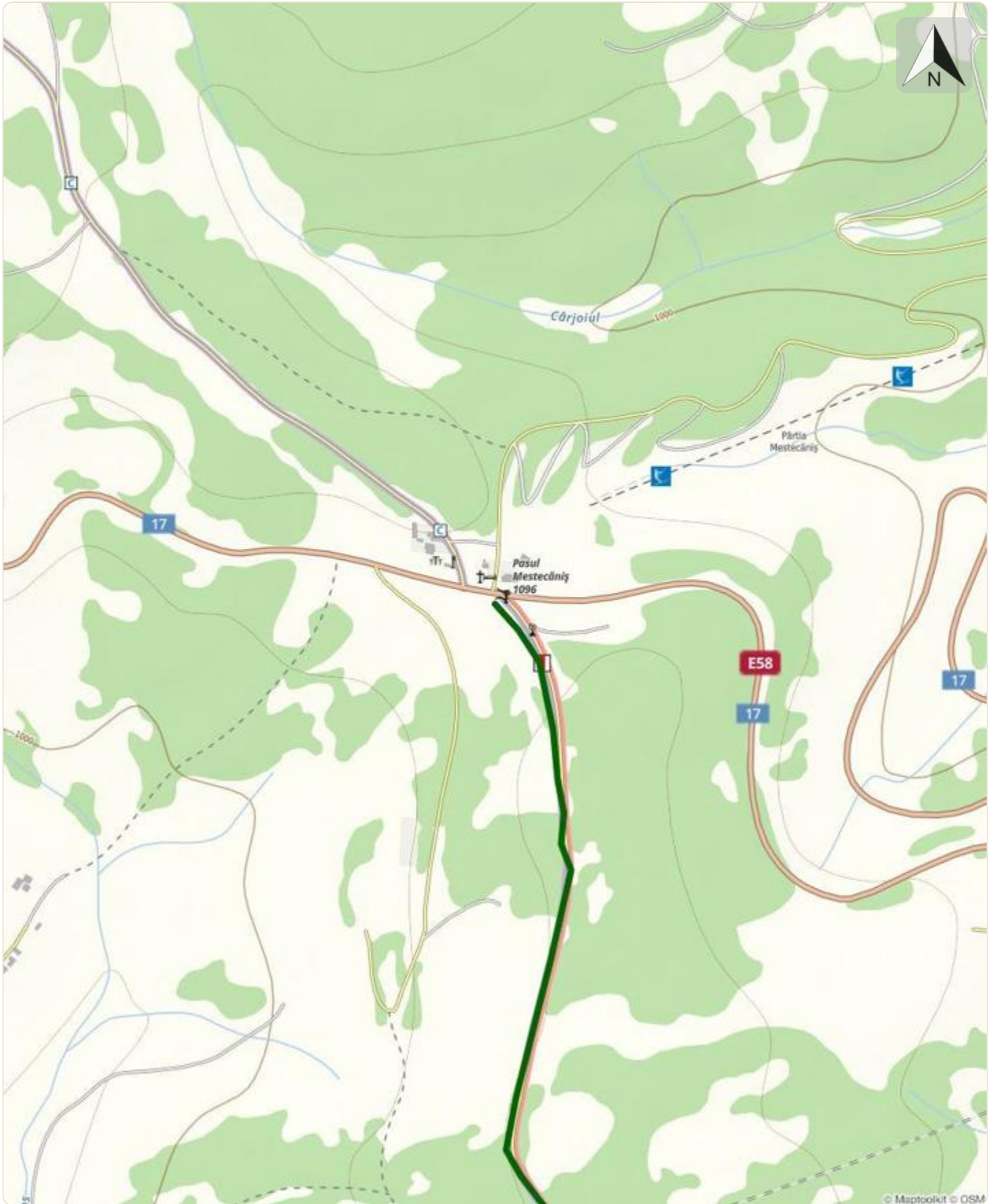
Pasul Mestecăniș - Piciorul Lat - Mănăstirea Sf. Pantelimon - Schitul Mestecăniș - Poiana Ciungi - vf. Giumalău - Șaua Fundul Colbului - DJ175B Transrarău - Hotelul Rarău - Șaua Ciobanilor - Muntele Todirescu - Curmătura Prislop (Chiril) - Creasta Iepeii - Vf. Văcăria - lângă Vf. Căpățâniș - Vf. Piciorul Bârsanului - Vf. Bâta Oblâncului - Vf. Târniței - lângă Vf. Clefile - lângă Vf. Alunișul - Pasul Puzdra - Schitul Sf. Ștefan - lângă Vf. Grebin - La Morminte - spre Munții Stânișoarei

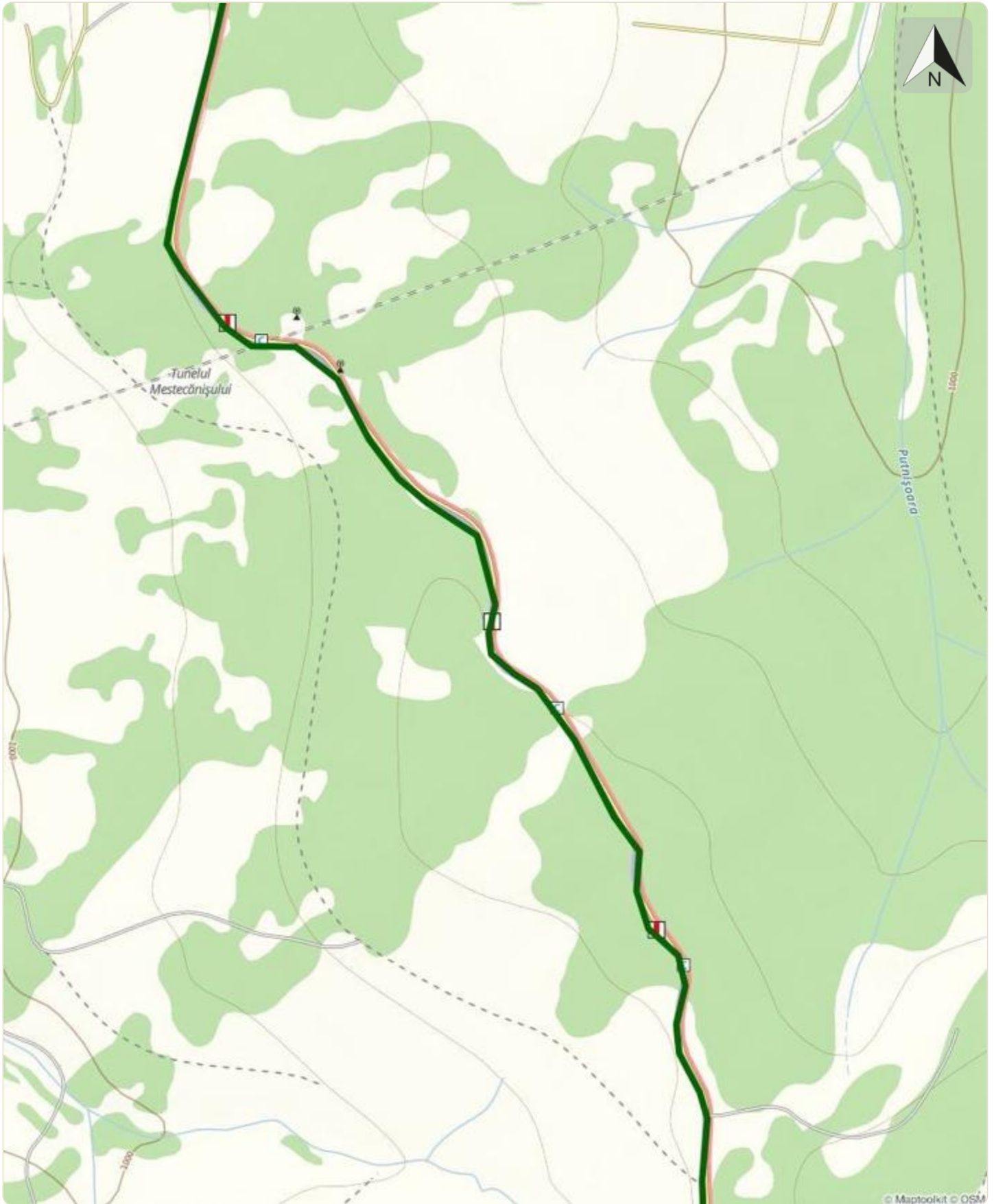
## Observații

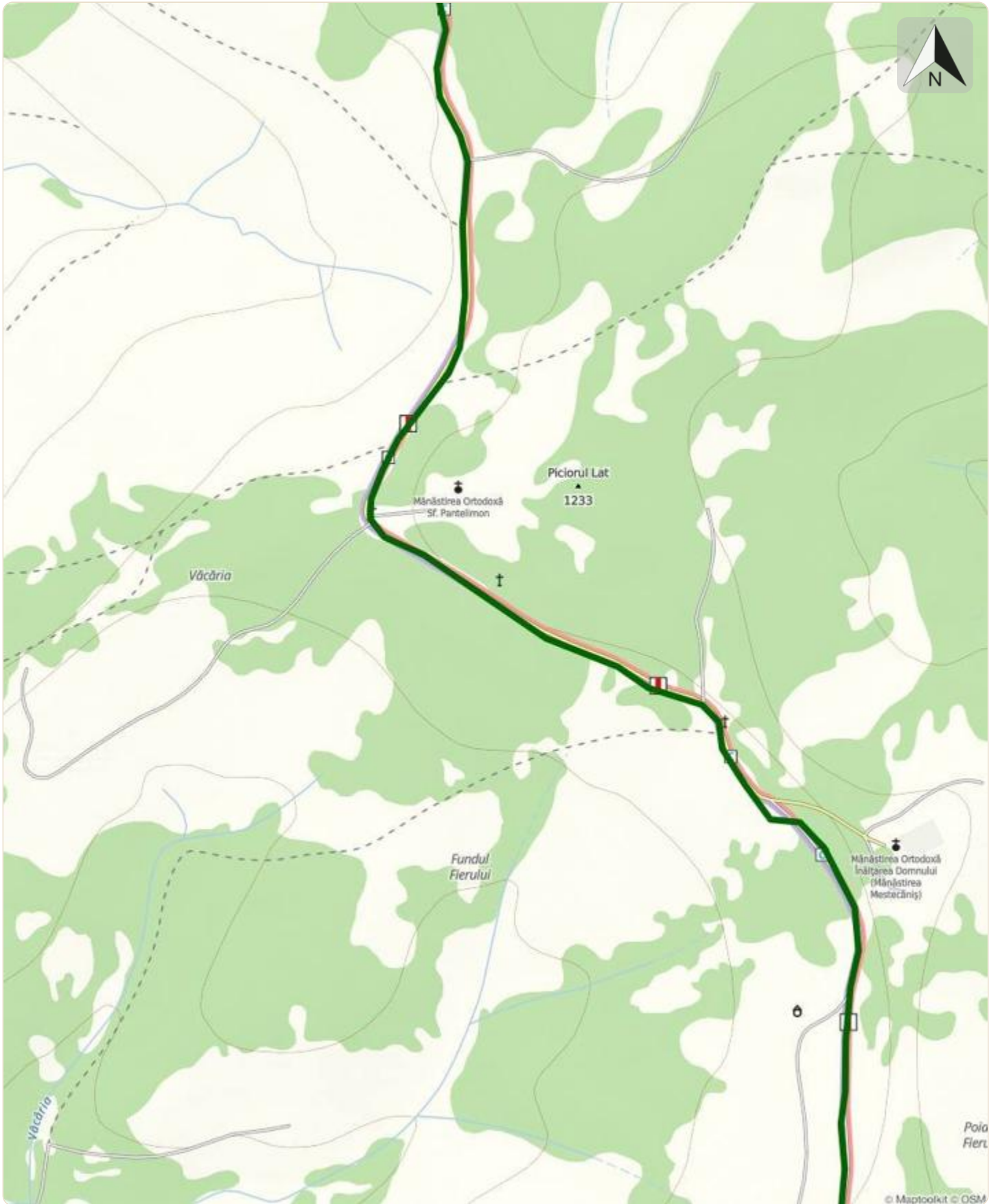
Sunt prezente și marcaje BA și TR vechi, rare și șterse. La coborârea spre est de pe Vf. Giumalău este o variantă de iarnă marcată cu portocaliu. Îndeosebi în zonele stâncoase, traseul poate fi periculos iarna sau pe vreme umedă.

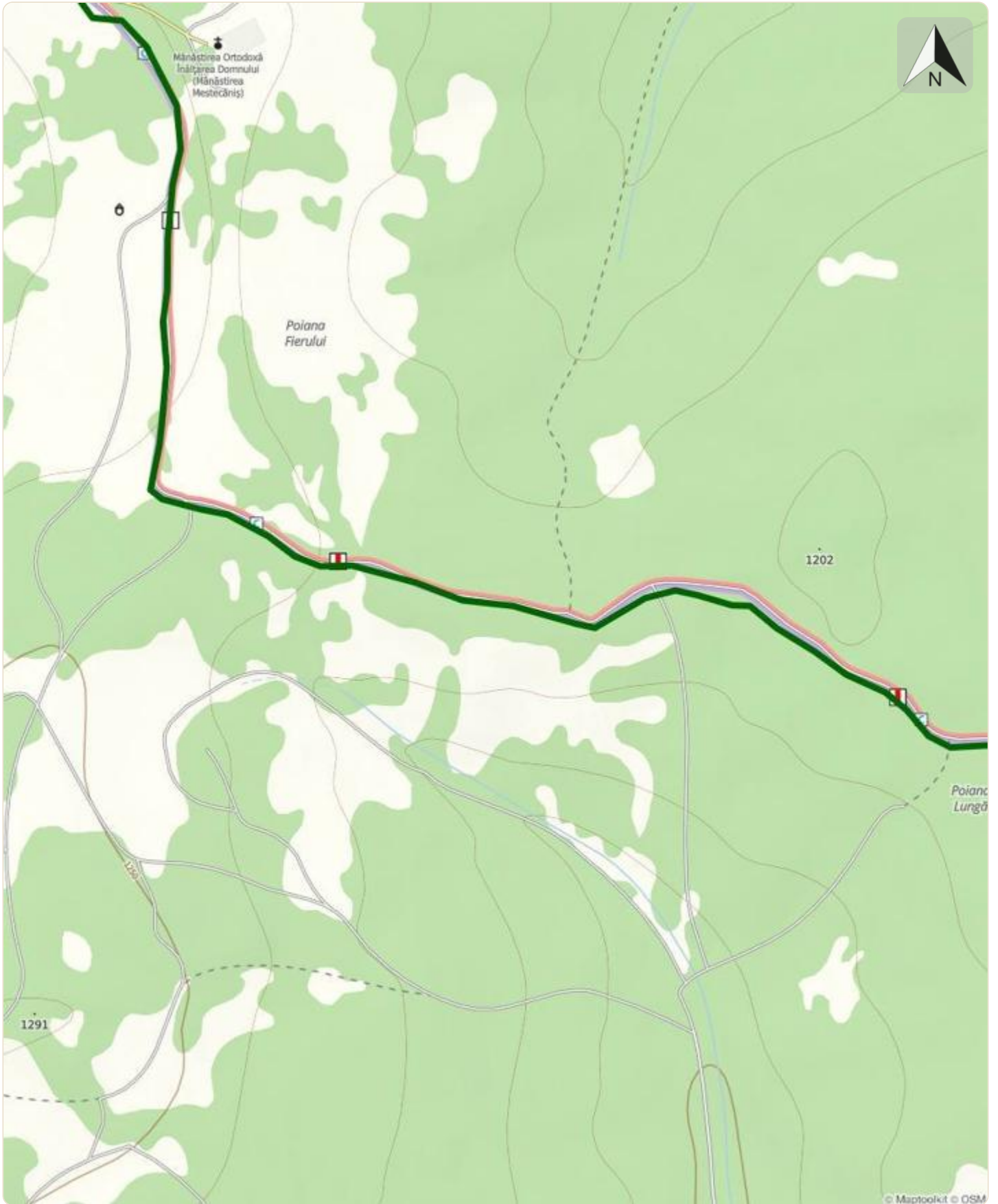
16MN03: Pasul Mestecăniș - vf. Giumalău - Curmătura Prislop - Vf. Târniței - spre Munții Stânișoarei

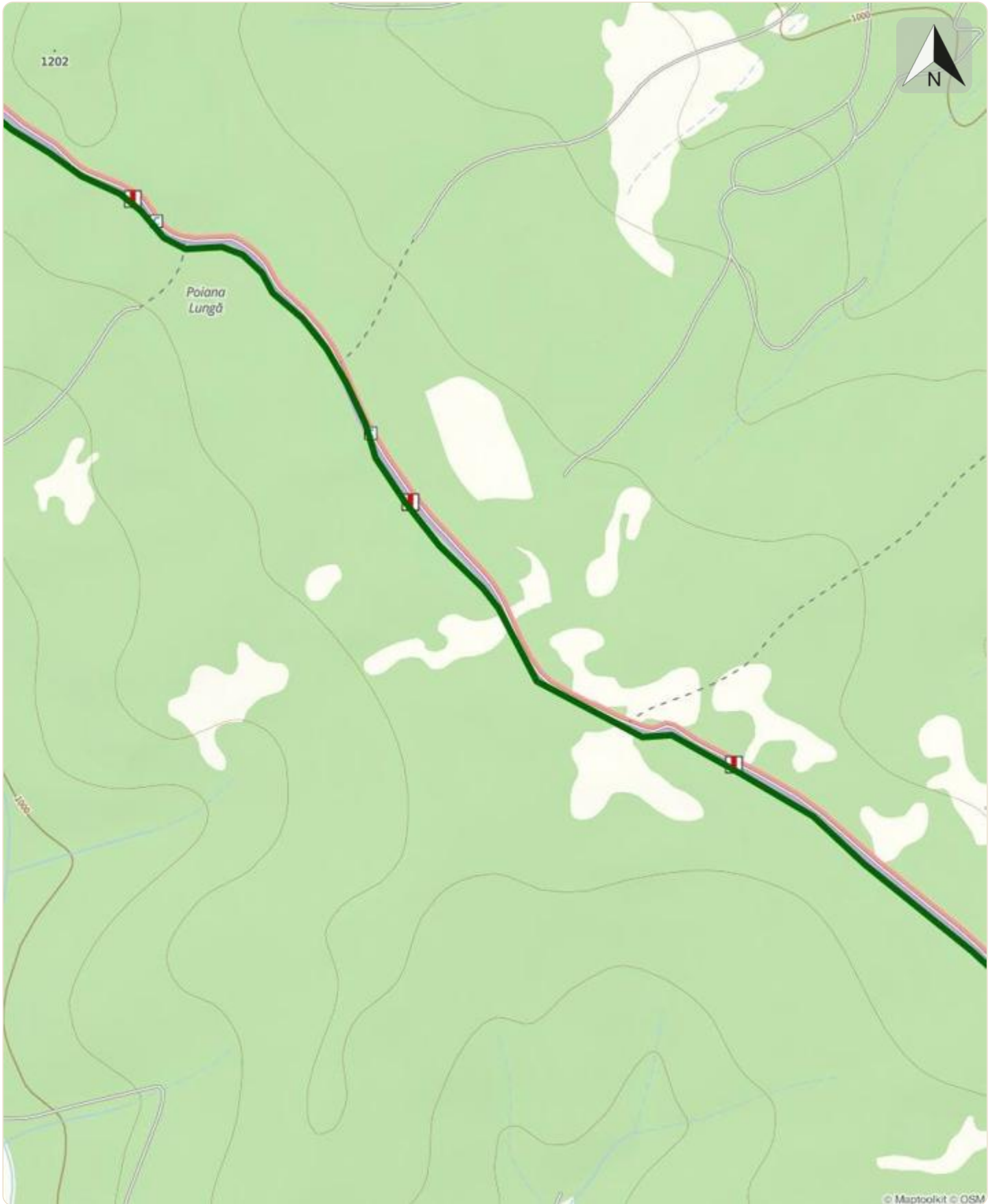


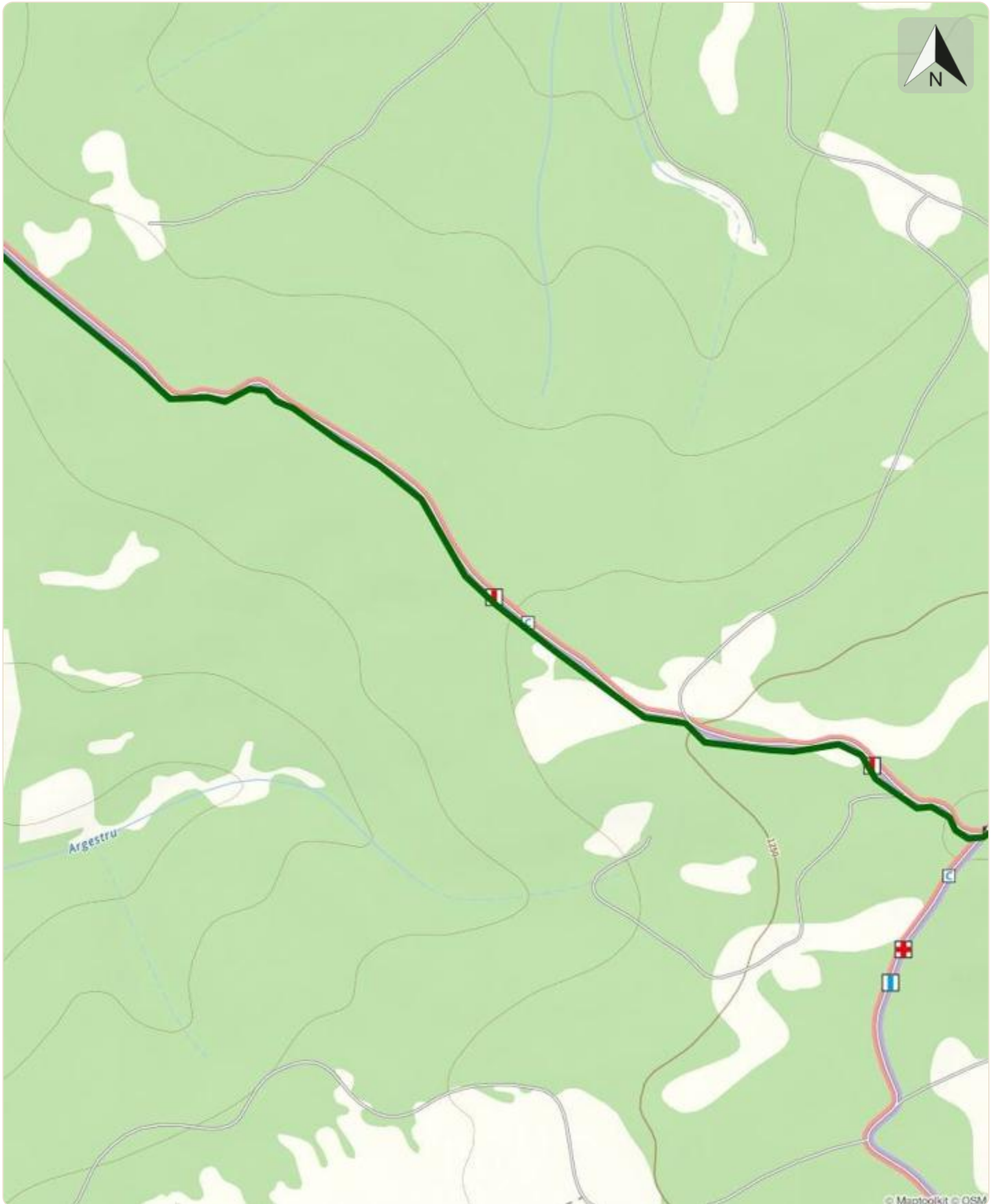












© Maptoolkit © OSM

