

07MN01: Valea Oltului - Vf. Șerbota - Săua Podragului - Fereastra Mare a Sâmbetei - Curmătura Lerescului - Vf. Tămașul Mare



DRUMETIE



Dificultate:
dificil



Distanță:
90.0 km



Durată:
42h 15min - 45h 45min



Urcare:
6926 m



Coborâre:
5586 m



Vârf:
2499 m



DETALII TRASEU

Regiuni

Făgăraș - Iezer - Păpușa

Sectoare hartă

50 sectoare

Valea Oltului - Vf. Șerbota - Săua Podragului - Fereastra Mare a Sâmbetei - Curmătura Lerescului - Vf. Tămașul Mare

Traseul 1 Bandă Roșie este traseul de creastă al Munților Făgăraș, o adevărată provocare, însumând cca. 80 km de poteci la mare altitudine, cu diferențe mari de nivel. Creasta se străbate de obicei în 5-6 zile, timp ce poate suporta modificări în funcție de starea vremii, condiția fizică, echipamentul și greutatea lui. Dincolo de performanța sportivă, timpul petrecut vreme de câteva zile la peste 2.000 m, oferă perspective extraordinare asupra peisajului alpin, cu căldări glaciare, văi și culmi ce se desprind din creastă, vârfuri semețe ce răzbesc în văzduhuri și o ionizare puternică, cu beneficii asupra organismului.

Descriere

Traseul 1 BR este traseul de creastă al Munților Făgăraș, potrivit celor experimentați, obișnuiți cu diferențe mari de nivel, străbătut de obicei în 4-5 zile de drumeție, de la V. Oltului până la Cabana Plaiul Foi. Orizonturi largi spre Țara Făgărașului, Transfăgărașan, Iezer-Păpușa și Piatra Craiului. Poate pune probleme de orientare în condiții de vizibilitate scăzută. Necesită echipament specific iarna, în funcție de cantitatea și calitatea zăpezii. Intrarea dinspre vest în creasta principală se face de obicei pe traseul Turnu Roșu - Șăua Corbului, marcaj CR (traseul 2) prin pădure spre culme, pe o potecă puțin vizibilă. Dacă se dorește ascensiunea chiar de pe Valea Oltului, între localitățile Boița și Lazaret, trecem podul peste Olt, un alt pod CFR și intrăm în pădure pe potecă. Urcăm pe culmea dealului Fața Cetății spre un prim vârf, Vf. Bulzului, pe care îl ocolim pe curbă de nivel și observăm în dreapta un perete de calcar, spre Valea Curpenului. Versantul sud este abrupt și stâncos, iar cel nordic este împădurit și mai domol. Ajungem la gol alpin, cu o frumoasă perspectivă a Făgărașului spre est și a Munților Lotrului spre vest. Continuăm până în Șăua Corbului, unde întâlnim marcajul CR (traseul 2) - dinspre Turnul Roșu și luăm ca reper Chica Fedeleșului, sub care se desprinde la dreapta poteca pastorală CR (traseul 3) - ce coboară la Căinenii Mici, peste Muntele Zănoaga. După ce ocolim prin sud piscurile Lui Fătu, întâlnim varianta TA (traseul 5) - ce coboară la Greblești. Trecem peste Vf. Tătaru, coborâm în Șăua Apa Cumpănită (cu izvor) și observăm la sud o mică cabană (refugiu) - la 200 m sud de creastă. Urmează o porțiune cu lespezi mari, lăsăm în stânga izvoarele Moașei și întâlnim traseul de coborâre spre Cabana Suru peste Culmea Moașei, marcat TA (traseul 7). După ce trecem de Vf. Moașa, ocolim prin nord Vf. Găvanu (2153 m) și ajungem la Curmătura Surului (2113 m) - cu stâlp indicator spre Cabana Suru, prin Căldarea Găvanului - marcaj TR (traseul 6). Segmentul de creastă continuă cu o traversare pe sub Vf. Suru, până în Șăua Budislavu (2153 m). Obs: Din Curmătura Surului se poate aborda poteca spre Suru (2283 m) și Capul Surului (2274 m), vârfuri impozante unite de o coamă de 700 m lungime. Un urcuș susținut ne duce sub Vf. Budislavu, de unde coborâm ușor în Portița Avrigului, spre L. Avrig. Lacul Avrig este situat în căldarea văii Avrigului, sub peretele vârfului Ciortea (2419 m), într-un cadru pitoresc și se poate campa - există izvor. De la lac se poate coborî în caz de nevoie la Cabana Bârcaciu pe marcaj PA (traseul 10). Traversăm versantul nordic abrupt al Vf. Ciortea către Șăua Gârbovei, traseu pe alocuri expus (difícil în condiții meteo nefavorabile), apoi urcăm pe Vârful Scara (2306 m), cu un orizont panoramic cuprinzător. Putem vedea Vf. Negoiu și Cornul Călțunului, chiar și dincolo de Muchia Tunsului (Vânătoarea lui Buteanu), culmea domoală a Scărișoarei cu poteca ce coboară la Bârcaciu (traseul 9) și segmentul de creastă dintre Vârtopul Roșu și Ciortea. Din Vf. Scara coborâm pe creastă, care devine mai îngustă, până în Șăua Scării, unde găsim Refugiul Scara și marcajul CA (traseul 15) - ce urcă pe V. Topologului. O altă opțiune de campare este Căldarea Vestică a Șerbotei, unde există izvor, accesibilă pe poteca CA (traseul 14) - coborând prin Șăua Puha. După ce trecem de vârful vestic al Mâzgavului cu cei doi colți, traversăm o strungă și depășim zona stâncoasă a celui de-al doilea vârf Mâzgavu (Musceaua Scării). De-aici coborâm într-un platou larg, apoi urcăm spre Vf. Șerbota. Puțin înainte de vârf, întâlnim poteca BA (traseul 18) dinspre Cabana Negoiu, ce urcă pe muchia Șerbotei. De pe Vf. Șerbota putem observa la est una din cele mai accidentate și sălbatice porțiuni de creastă din Făgăraș, Custura Sărății și Vf. Negoiu. Avem varianta de a ocoli sectorul accidentat cu lanțuri - Custura Sărății, pe marcajul BG (traseul 19) - prin Căldarea Pietroasă. Pietrele instabile pot produce accidente în cazul în care cineva urcă! Cei experimentați, pot continua pe Custura Sărății, o lume sălbatică de piatră, cu prize în

general bune, verticale ameteitoare, trecând prin câteva hornuri echipate cu lanțuri, pieptiș, tot pe lanțuri, către Șaua Cleopatra, unde se primim marcajele TA (traseul 17) - spre Cabana Negoiu și varianta TR (traseul 16) spre Cascada Negoiu. Din Șaua Cleopatra urmează ascensiunea pe Vârful Negoiu, al doilea vârf ca înălțime din țară, trecând pe sub Negoii Mic, apoi printr-o strungă. Din Vf. Negoiu putem vedea Cornul Călțunului, Lacul Călțun, culmea Podeanu și lacul Vidraru spre sud, Custura Sărății și vârfurile Șerbota, Ciortea, Budislavu și Suru la vest, iar sub noi, căldările glaciare ale Lăiței. Următorul sector al traseului de creastă, Negoiu - Lacul Călțun, coboară spre SE, ocolind Vf. Strunga Dracului și abrupturile lui prin Șaua Doamnei. Atenție! Traseul prin Strunga Dracului este interzis din cauza căderilor de pietre, protecțiile cu care era echipat traseul sunt distruse de căderile masive de pietre din toamna anului 2011! BR coboară abrupt pe o potecă cu aspect de brână și ajunge în Căldarea Berbecilor, unde se desprinde marcajul BA (traseul 21) spre șaua Lespezi, cu acces la Vf. Lespezi pe poteca PR (traseul 22). Urcăm înapoi în creastă prin Strunga Doamnei, echipată cu lanțuri pe prima porțiune mai dificilă și coborâm în căldarea nordică de sub Negoiu, loc unde întâlnim traseul CR (traseul 20) - către Cabana Negoiu prin Strunga Ciobanului. După ce traversăm o porțiune cu grohotișuri, ajungem la Portița Călțunului, de unde coborâm pe lespezi în căldarea L. Călțun, Lacul Călțun (2135 m) este situat la poalele Vf. Cornul Călțunului, loc de campare în care găsim Refugiu Salvamont. Recent a fost construit un al doilea refugiu. De aici coboară traseelor spre Piscul Negru (TA și PA). Poteca de creastă continuă spre Bâlea Lac, traversând creasta Muntelui Paltinu printr-o zonă dificilă, echipată cu lanțuri și cabluri, trecând rând pe rând peste vârfurile Lăițel, Laita și Paltinu, cu vederi spre Negoiu, Cornul Călțunului și Muchia Tunsului - cu căldările sale ce converg spre V. Laita. Dincolo de Căldarea Mare a Paltinului și de V. Caprei, la sud, putem admira culmea Buda - Mușeteica și apele Lacului Vidraru. La 1 h de Vf. Lăițel, după ce trecem pe sub coastele Muntelui Pisica, ajungem în Șaua Doamnei, deasupra Căldării Pietroase a V. Doamnei de unde putem admira Piscul Bâlei și Muchia Buteanu cu Vf. Vânătoarea lui Buteanu. În Șaua Paltinului, găsim indicator BA (traseul 28) spre Cabana Bâlea Lac. Poteca de creastă continuă peste Creasta Bâlei și Vf. Iezerul Caprei. Din această zonă se poate coborî la nevoie (pe un vâlcet abrupt și umed) către ieșirea sudică a tunelului Transfăgărășan, pe marcaj TR (traseul 37). Dacă coborâm la Bâlea Lac pentru un scurt popas, putem urca înapoi către Șaua Capra pe varianta TA (traseul 34), unde întâlnim poteca CA spre Vânătoarea lui Buteanu (traseul 35). Din Șaua Caprei, poteca de creastă coboară spre Lacul Capra, cel mai mare de pe versantul sudic al Făgărașului, unde se poate campa. Lacul Capra și lacul Căprița (2230 m) fotogenice, poartă amintirea (monument) a 4 alpiniști răpuși de o avalanșă, pe drumul lor către creasta Arpășelului în anul 1963. Este semnalul că intrăm în zona alpină cea mai accidentată a crestei. Lacul Capra este bază de pornire spre Vânătoarea lui Buteanu sau spre Arpașu Mic, Arpașu Mare, Podragu, Corabia, Ucea etc., atât de îndrăgite de alpiniști. De la lac continuăm prin căldarea suspendată de sub Creasta Arpășel-Vârtopele, apoi trecem prin Fereastra Zmeilor, o frumoasă arcadă din creasta Arpășelului, accesibilă dinspre Transfăgărășan pe poteca TG (traseul 42). Urmează segmentul La Trei Pași de Moarte, până la baza abruptului vestic al Arpașului Mic, prevăzută cu lanțuri. Există și un traseu care ocolește acest sector, coborând la Cabana Podragu prin Căldarea Pietroasă, pe marcaj CA (traseul 43) - însă nu se recomandă pe ceață. Dacă urmăm linia crestei, traversăm printre stânci greu de trecut (sub Vf. Păru de Fier), pe lângă Monumentul Nerlinger (care comemorează expediția Nerlinger - Ruzicka din 1934) și ajungem în Șaua Vârtopeului, de unde putem admira Vf. Buda, izvoarele Podul Giurgiului și Vf. Arpașu Mare (Vârtopele), spre care ne îndreptăm. Urmează creasta care leagă Arpașu Mare (Vârtopele) de Vf. Mircii, de unde coborâm în serpentine, pe grohotișuri, spre Lacul Mircii (Podul Giurgiului), sub Creasta Podrăgelului, unde găsim ruinele unui refugiu distrus de avalanșe. De aici poteca urcă ușor, pe versantul sudic al Vf. Podragu (2462 m), până în Șaua Podragului, unde acces traseele dinspre Cabana Podragu, respectiv varianta TR (traseul 44) și TA dinspre Valea Buda (traseul 46). De aici BR urmărește creasta pe versantul sudic al acesteia, traversând Căldarea Podul Giurgiului până la șaua din culmea M. Podul Giurgiului. Suntem la Izv. Orzâneaua Mică și coborâm spre Șaua Ucea Mare, deasupra abruptului sălbatic al V. Ucea Mare, de unde ocolim vechiul drum al Dorobanților ce trecea din Țara Românească în Transilvania prin Șaua Corăbiei (2364 m). În apropiere admirăm trapezul Viștea - Moldoveanu, Coastele Mari - Picuiata și valea glaciară Ucișoara, cu grohotișuri, ca un profil în forma literei U. Urmează o zonă în care creasta se îngustează și poposim în Șaua Orzânele, la intersecția cu marcajul TR (traseul 47) - ce urcă de la stâncile din Podul Giurgiului. Din șaua urcăm susținut către Vf. Viștea Mare (2527 m), al treilea vârf ca înălțime din țară. Dacă continuăm 30 min pe marcaj PR (traseul 51), pe custura care culminează cu cel mai înalt vârf din România, Vf. Moldoveanu (2544 m), ajungem pe "Acoperișul României". În zonă urcă și variantele dinspre Valea Rea (traseul 53), Valea Buda (traseul 48) sau dinspre culmile sudice, Coastele Mari (traseul 49), respectiv M. Scărișoara (traseul 52). De pe Viștea Mare putem avea un orizont panoramic larg fermecător. Vârfurile Lespezi, Negoiu, Scara, Șerbota și Ciortea se văd la V, masivul Iezer-Păpușa spre SE, Vânătoarea lui Buteanu, Arpașu Mare, Podragu, Tărăța, Ucea, Hârtope Ursului, Gălbenele, Gălășescu Mare, în creastă (toate peste 2400 de m), iar în apropiere, căldarea superioară a Viștei și Iezerul Triunghiular, completează imaginea. Din Vf. Viștea Mare

coborâm în Șaua Viștea, unde ajung marcajele TR ale potecii ce urcă pe Valea Rea pe lângă Cascada Zbuciumată, Cascada Valea Rea și Iezerul Triunghiular (traseul 53) și varianta dinspre Valea Viștei (traseul 55). Din șaua ajungem rapid la locul unde se află amplasat Refugiul Portița Viștei, continuăm pe versantul sudic al Vf. Hartopu Ursului și începem traversarea pe sub vârfurile Gălbenele și Gălășescu, pe deasupra căldărilor adânci de sub creastă. Spectacolul acestei zone este dat de un perete vertical cu hornuri, pereții Muchiei Drăgușului și M. Zănoaga flankând căldarea văii Viștișoara, cu Lacul Viștișoarei. Urmează coborârea în Fereastra Mică a Sâmbetei, unde se află amplasat un refugiu Salvamont. Putem admira spre sud, căldarea înierbată a Ferestrei Mici cu pragul glaciari, spinarea Muntelui Slănina și Căldărușa Gălășescului. După ce trecem de Vf. Slănina, spre SE se deschide panorama Văii Bândeii până sub Urlea, apoi, la scurt timp, ajungem în Fereastra Mare a Sâmbetei, sub Colțul Bălăceni. Aici ajunge poteca TR dinspre Cabana Valea Sâmbetei și Complexul Turistic Sâmbăta (traseul 58). Din Fereastra Mare a Sâmbetei poteca de creastă descrie un arc de cerc deschis spre SV, ocolind valea glaciară a Bândeii pe sub Colțul Bălăceni, cu direcția Vf. Cheia Bândeii, De-aici putem coborî la Cabana Valea Sâmbetei pe varianta PR (traseul 61) sau în localitatea Lisa, pe poteca PA (traseul 62) - peste Plaiul Smidei. Continuăm pe M. Bândeii, pe sub Vf. lui Mogoș, coborând apoi în șaua de vest a Mogoșului, unde se desprinde poteca spre fosta Cabană Urlea, peste Vf. Urlea, marcată cu TA (traseul 63). De sub Vf. Urlea, urmăm creasta pe la izvoarele V. Bândeii spre Portița Lacului - de unde se poate coborî spre Lacul Urlea și refugiul Urlea, pe marcaj PA (traseul 64). În continuare creasta formează o custură, cotind către este, pe sub Vf. La Fundul Bândeii. Ajungem în punctul de răscruce numit La Crucea Dării, (2450 alt) de unde avem opțiunea de a ataca Vf. Dara și Hârtopu Darei (ambele peste 2500 m), cu o frumoasă perspectivă asupra căldărilor din Rezervația Naturală Lacurile Hârtop și spre Vf. Mușetescu din care se desprinde Culmea Mușetescu-Bourețu cu pajiști primitive. Continuăm pe creastă spre Munții Leaota-Zârna, cu Căldările Leaotei și numeroase lacuri alpine. După mai multe suișuri și coborâșuri + o coborâre mai lungă, ajungem în Curmătura Zârnei, lângă Refugiul Salvamont. Aici coboară spre N-NV, poteca marcată PR (traseul 66) - ce traversează Căldarea Urlei spre Curmătura Moșului - fosta Cabană Urlea. Din Curmătura Zârnei, urcăm în serpentine până sub Vf. Zârna, cu imaginea M. Ludișoru la sud, ocolim Vf. La Fundul Lângii pe coastele sudice și revenim în creastă, în Șaua Radului. De aici urcăm în șaua dintre Vf. Radului și Vf. Ludișoru, apoi coborâm pe plaiul larg, până la Curmătura Brătilei, la Refugiul Salvamont și indicatorul TR (traseul 68) spre Dejani și poteca de legătură cu Masivul Iezer-Păpușa, prin spre Culmea Mezea-Oticu (traseul 69). Din Curmătura Brătilei putem vedea Lacul Brătila (un mic lac nival) și căldarea Văii Dejanilor la nord și adâncă vale a Brătilei, mărginită de Culmea Ludișoru, la sud. O urcare pe versantul nordic al Brătilei, până la Curmătura Vladului, ne conduce la un nou sector cu mai multe vârfuri de peste 2200 m (Pietrele Popii, Belia Mică și Belia Mare) apoi sub Vf. Berevoescu Mare, de unde putem vedea la dreapta vechiul refugiul Berevoescu. În caz de nevoie, ne putem retrage pe poteca PR (traseul 70), peste piciorul Belia Mare la noul Refugiul Berevoescu - condiții mai bune decât vechiul refugiu. De pe versantul estic al M. Berevoescu Mare, coborâm apoi în serpentine pe lângă obârșia Văii Luțele, cu forme glaciare, pajiști și jnepeniș, ivindu-se la orizont, Piatra Craiului. Creasta devine tot mai largă și domoală, favorizând schiul de tură. Depășim Șaua Luțelor apoi trecem pe sub Vf. Comisu, cu Valea Groapele în stânga (în zonă avem un refugiu) și pătrundem în jnepenișul din Șaua Comisu. Cu puțin înainte de șaua, întâlnim un stâlp indicator spre V. Sebeșului (traseul 73) și Culmea Văcarea (traseul 75). Pe următorul sector poteca invadată de vegetație și pune probleme de orientare. Urcăm pe Vf. Lerescu (cu stâne) și continuăm prin pădurea de molid până într-o zonă de exploatare forestieră. Spre sud putem observa tăieri masive de pădure, având în față zidul alb al Pietrei Craiului. Din Curmătura Lerescu, ne putem retrage la Cantonul Silvic Rudărița. Din Curmătura Lerescului avem două variante de potecă. Varianta mai sigură este cea care coboară din Curmătura Lerescului Mic, la drumul forestier de pe V. Lerescu - care conduce spre Cantonul Silvic Rudărița și apoi cca. 9 km pe șosea - la Cabana Plaiul Fcii. Cea de-a doua potecă face legătura între Curmătura Lerescului - Curmătura Fcii, peste Culmea Tămașul Mare, depășind Vf. Făgetul Caprei, Piscul Mănăstirii și Ciocanu. Poteca pierdută prin vegetația crescută haotic și prin resturile rămase în urma defrișărilor este greu de urmărit. După Vf. Tămașul Mare (1735 m), lăsăm în stânga marcajele BG (traseul 2) - ce coboară peste Plaiul Runcului la Cabana Plaiul Fcii și continuăm spre este, de-a lungul culmii timp de 1h, printre poieni și pădurici, până Șaua Tămașului. Aici urcă din dreapta poteca BA (traseul 3) dinspre V. Dâmboviței spre Plaiul Fcii, pe Piciorul Plaiului Mare. Coborâm pe culme printr-o pădure deasă și ajungem în Curmătura Fcii, un important nod de poteci din zona plaiurilor domoale de sub lama tăioasă a Pietrei Craiului.

Indicații de parcurs

Din drumul european E81 de pe Valea Oltului în direcția Sibiu-Vâlcea, după localitatea Boița, înainte de intrarea în Lazaret, la limita dintre județele Sibiu și Vâlcea, există un pod care traversează râul Olt spre est. Trecem podul și

continuăm spre nord pe drumul de pământ încă aproximativ 1,5 km până ajungem la un pod CFR. Din acest punct, apare marcajul BR. Trecem calea ferată și intrăm în pădure spre est, urcând spre culme pe o potecă puțin vizibilă dar bine marcată. Trecem printr-o poiană unde intersectăm un drum forestier. În general, poteca ține linia culmii prin pădure. Urcăm susținut și înainte de un prim vârf, Vf. Bulzului, traversăm pe versantul NV pe curbă de nivel ascendentă mai multe vârfuri și ieșim într-o șa unde se află și o poiană largă. Traversăm din nou spre NV prin pădure, intersectăm un picior care urcă dinspre vest și îl urmăm până ajungem într-o zonă de gol alpin care oferă o frumoasă perspectivă a Făgărașului spre est și a Munților Lotrului spre vest. Traversăm o scurtă porțiune tot pe versantul nordic și ieșim din pădure într-o poiană, aproape de zona de gol alpin. Versantul sudic este abrupt și stâncos, iar cel nordic este împădurit și mai domol. De aici, traseul urmează linia crestei prin golul alpin, trece de un prim vârf, Chica Pietrelor, intersectează o potecă ce coboară către Turnu Roșu, marcată cu un stâlp indicator. Traversăm un alt vârf tot pe versantul nordic și ajungem într-o șa largă, de unde traseul spre Zănoaga Căinenilor continuă spre sud. După câteva sute de metri, într-o zonă largă, traseul spre Greblești se bifurcă spre sud. Trecem peste Vf. Tătaru și coborâm în Șaua Apa Cumpănită, unde există și un izvor. Pe partea sudică, există o mică cabană, un refugiu la 200 m de potecă. Creasta continuă spre est cu mici urcări și coborâri, trecem printr-o zonă cu lespezi mari de stâncă împrăștiate pe creastă. După ce trecem această zonă, traseul de coborâre spre Suru se bifurcă spre nord, peste Culmea Moașei. Urcăm spre Vf. Cocoricu și ajungem în Curmătura Surului, de unde se poate coborî spre Cabana Suru prin Căldarea Găvanului. Din Curmătura Surului, traversăm pe curbă de nivel până în Curmătura Roșiilor sau Șaua Budislavu, de unde urcăm susținut până pe Vf. Budislavu, iar apoi urmează o coborâre ușoară până în Portița Avrigului, de unde coborâm până la Lacul Avrig. De la lacul Avrig, se poate coborî către Cabana Bârcaciu pe Valea Avrigului. BR urcă, traversând versantul nordic abrupt al Vf. Ciortea către șaua Gârbovei, traseul fiind pe alocuri expus și dificil, mai ales în condiții meteo nefavorabile. De aici, se poate coborî către Cabana Bârcaciu, în traversare pe sub Vf. Scara și apoi pe piciorul Scării. Traversăm pe sub Vf. Gârbova pe versantul sudic până în șaua largă care precede o urcare lungă și în trepte către Vf. Scara. De aici, coborâm pe creasta care pe alocuri devine mai îngustă, până în Șaua Puha, unde se află și un refugiu salvamont. De aici, se poate coborî spre Cabana Bârcaciu prin Căldarea Puha sau spre Cabana Negoiu prin Căldarea Șerbotei. Se poate coborî și către satul Sălătrucu, spre sud, prin Valea Topologului. Urcăm și traversăm cele două vârfuri Mâzgavu și coborâm într-un platou larg, de unde se urcă spre Vf. Șerbota. Se poate coborî către Cabana Negoiu pe muchia Șerbotei. Spre est, se deschide un peisaj impresionant cu una din cele mai accidentate și sălbatice porțiuni de creastă din Făgăraș, Custura Sărății și Vf. Negoiu. Coborâm pe creasta îngustă și abruptă, zonele mai expuse fiind echipate cu lanțuri. După o scurtă porțiune orizontală, trecem pe versantul nordic, unde după mai multe suișuri și coborâșuri echipate cu lanțuri și cabluri ajungem iarăși în creastă, parcurgem o scurtă zonă mai ușoară, după care urmează o urcare abruptă către un vârf proeminent, echipat cu lanțuri. După o scurtă traversare spre nord, ajungem în Șaua Cleopatra. Zona expusă și dificilă a Custurii Sărății se poate ocolii de pe Vf. Șerbota pe traseul marcat cu BG: coborâm un vâlcet înclinat până în Căldarea Pietroasă, pe care o traversăm spre est. Intersectăm traseul TR, urcăm susținut pe marginea unui pârâu, pe alocuri urcușul fiind expus și înclinat. Traseul BG se termină în Șaua Cleopatra. De aici, se poate coborî către Cabana Negoiu pe Valea Sărății (TA) sau către Sălătrucu pe valea Topologului (TR). Urcăm susținut către Vârful Negoiu, al doilea vârf ca și înălțime din România. Coborâm pe lângă creastă până la o bifurcație, de unde putem coborî spre sud și ocolim Vârful dintre Strungi și abrupturile lui prin Șaua Doamnei. Spre nord se află Strunga Dracului, un horn abrupt și dificil, echipat cu lanțuri. Varianta prin Strunga Dracului este închisă datorită pericolului mare de prăbușiri de pietre și a faptului că protecțiile cu care era echipat traseul au fost distruse de căderile masive de pietre din zonă. Noi coborâm pe traseul BG, spre sud, la început în coborâre accentuată, apoi traversăm spre est până în Căldarea Berbecilor, de unde urcăm înapoi în creastă în Strunga Doamnei. Strunga Doamnei este echipată cu lanțuri pe prima porțiune mai dificilă. Ambele trasee se intersectează în căldarea nordică de sub Vf. Negoiu. De aici, se poate traversa către Cabana Negoiu prin Strunga Ciobanului. Continuăm către est și coborâm spre Lacul Călțun, trecând prin Portița Călțunului. La Lacul Călțun se află vechiul Refugiu Călțun, noul refugiu fiind amplasat pe un mic prag spre NE. De la lac, se poate coborî pe valea pârâului Călțun până la drumul Transfăgărășan, la Piscul Negru, sau se poate traversa prin valea pârâului Paltinului către ieșirea sudică a tunelului Transfăgărășanului, în apropierea Cabanei Salvamont cota 2000. De la Călțun, urcăm prelung și susținut către Vf. Laița, aflat spre NE. Coborâm în Șaua Lăițel și traversăm o zonă dificilă, echipată cu lanțuri și cabluri. Ocolim pe la sud Vf. Laița și intrăm scurt pe versantul nordic, pe unde ocolim o scurtă porțiune accidentată. De aici, urmează o traversare expusă prin sud, pe sub custura Turnului Paltinului. Urcăm printr-o zonă pietroasă și ajungem într-un paltou înalt la sud de Vf. Paltinu. De aici, putem coborî către Bâlea Lac sau putem continua traversarea traseului de creastă principală peste Creasta Bâlei și peste Vf. lezerul Caprei până la Șaua Capra. Din această zonă, se poate coborî către sud, pe un vâlcet abrupt și umed, către ieșirea sudică a tunelului Transfăgărășan. Din Șaua Capra, coborâm la Lacul

Capra, unde se află un monument al alpieniștilor. De aici, se poate coborî către SE, spre drumul Transfăgărășan și către SV, prin Moara Dracilor, spre Cabana Salvamont de la cota 2000. De la lac, coborâm spre est în căldarea suspendată de sub creasta Arpășel, continuăm în traversare pe sub Creasta Arpășel-Vârtopele. Urcăm pe un picior înierbat până în creasta principală, în Fereastra Zmeilor. De aici, se poate coborî spre NE și traversa direct spre Cabana Podragu, prin căldările nordice, pe la Lacul Podrăgel. Continuăm pe creasta îngustă și accidentată, pe o porțiune expusă, echipată în zonele periculoase cu cabluri și lanțuri. Acesta este un sector dificil, numit "La trei pași de moarte". Traversăm pe versantul nordic, pe sub Vf. Arpașu Mic, coborâm într-o căldare mică, de unde urcăm iar în creastă spre locul numit "parul de fier", într-o zonă în care creasta se îngustează. Urcăm pe Vârful Arpașu Mare, de unde traversăm creasta care îl leagă de Vf. Mircii. De aici, coborâm pe un picior până la Lacul Mircii, trecem pe lângă ruinele unui refugiu distrus de avalanșe și continuăm în traversare pe versantul sudic al Vf. Podragu, până în Șaua Podragului. Din Șaua Podragului, se poate coborî spre sud către Valea Buda, până la drumul Transfăgărășan. Tot de aici, se poate coborî spre nord către Cabana Podragu. În continuare, traseul urmărește creasta, în general în traversare pe versantul sudic al acesteia. Ajungem într-o zonă în care creasta se îngustează, Șaua Orzănele, de unde urcăm susținut către Vf. Viștea Mare, al treilea vârf ca înălțime din România. Din Șaua Orzănele, se poate coborî către Valea Buda, până la drumul Transfăgărășan. Dacă continuăm 30 minute de pe Vf. Viștea Mare, se poate parcurge spre sud custura care culminează cu cel mai înalt vârf din România, Vf. Moldoveanu. De pe Vârful Moldoveanu, putem continua către sud, de unde există mai multe trasee care coboară către Valea Rea, Valea Buda sau pe culmile sudice Coastele Mari și Scărișoara. De pe Vf. Viștea Mare, continuăm spre est și coborâm până în Șaua Viștea, unde se află amplasat Refugiul Salvamont. Din Șaua Viștea, traseul continuă peste Vf. Hârtopu Ursului, apoi în traversare pe versantul sudic pe sub Vf. Gălbenele și Vf. Gălășescu Mare, urcă pe Vf. Gălășescu Mic și coboară în Fereastra Mică a Sâmbetei. Aici se află amplasat un refugiu salvamont. Se poate coborî direct la Cabana Valea Sâmbetei prin Fereastra Mică sau se poate trece pe sub Vf. Slănina, prin sud, până în Fereastra Mare, de unde se poate coborî către Cabana Valea Sâmbetei. Din Fereastra Mare a Sâmbetei, urcăm spre est și depășim mai multe vârfuri, până când ajungem sub Vârful Cheia Bândeii. De aici pleacă două trasee, ambele trec peste Vf. Cheia Bândeii, unul continuă pe culme și coboară în localitatea Lisa, iar celălalt coboară spre vest spre Cabana Valea Sâmbetei. Traversăm spre sud, pe sub Vârful lui Mogoș, iar din curmătura aflată la est de acest vârf pleacă un traseu care trece peste Vf. Urlea și coboară către Breaza, pe lângă fosta Cabană Urlea. Continuăm spre S-SE pe sub creastă, pe versantul sudic, trecem printr-o mică șa, de unde spre nord se poate coborî spre Lacul Urlea sau refugiul din apropierea lacului, sau se poate merge în continuare către fosta Cabană Urlea. Urcăm ușor până când atingem iarăși creasta, într-o zonă în care aceasta formează o custură. Creastă cotește brusc către est. Din acest punct, dacă mergem spre vest, ajungem pe Vf. Dara și Vf. Hârtopu, ambele peste 2500 m. Noi continuăm spre est și după mai multe suișuri și coborâșuri și o coborâre mai lungă, ajungem în Curmătura Zârnei, unde se află amplasat un Refugiu Salvamont. De aici, spre N-NV, se poate coborî spre Curmătura Moșului și către fosta Cabană Urlea. Din curmătură, traseul urcă în serpentine până sub Vârful Zârna, intră într-o zonă de traversare, după care ajunge iar pe creastă. Cotim către S-SE, intrăm pe versantul sudic și traversăm pe sub Vf. Ludișor și coborâm pe un plai larg în Curmătura Brătilei, unde se află amplasat un Refugiu Salvamont. De aici, se poate coborî către nord, până în Dejanii. Tot din Curmătura Brătilei se poate traversa spre sud, până în masivul Iezer Păpușa. În continuare, urcăm către Curmătura Vladului, apoi ocolim pe rând, pe partea sudică, vârfurile crestei principale, și ajungem sub Vf. Berevoescu Mare. De aici, spre nord, putem coborî pe muchia Scoarța spre Măliniș sau Recea (peste Piciorul Bătrân). După 10 minute, dacă urmăm poteca spre nord, ajungem la Refugiul Salvamont, care este în condiții mult mai bune decât vechiul refugiu aflat la sud de potecă. Creasta devine foarte largă și domoală, trecem de Șaua Luțelor, coborâm ușor și trecem pe sub Vf. Comisul (în zona vârfului este amplasat un refugiu salvamont), continuăm coborârea ușoară și ajungem într-o zonă cu jnepeniș, în Șaua Comisu, de unde se poate coborî către nord, pe Valea Sebeșului, către Măliniș sau până în satul Mărginenii. Urcăm scurt pe Vf. Lerescu și continuăm printr-o zonă care e tot mai mult acoperită de vegetație și intrăm în pădure. Trecem prin mai multe poieni și ajungem într-o zonă de exploatare forestieră. Spre sud, se observă o zonă cu tăieri masive de pădure. Intersectăm mai multe drumuri forestiere care ajung în preajma crestei, orientarea în această zonă fiind dificilă. Din Curmătura Lerescului Mic, coborâm prin pădure spre Cantonul Silvic Rudărița. Din Curmătura Lerescului continuăm pe creastă atingând vârful Ciocinea până la Vârful Tămașul Mare de unde traseul continuă în Munții Piatra Craiului. Din cauza tăierilor masive de pădure din această zonă, poteca e pierdută prin vegetația crescută haotic și prin resturile rămase în teren în urmă defrișărilor.

Etape

Valea Fratelui/Valea Oltului - Curmătura Surului - Vf. Șerbota - Șaua Capra - Saua Podragului - Fereastra Mare a Sâmbetei - Curmătura Bratilei - Curmătura Lerescului - Vf. Tămașul Mare

Observații

Traseu omologat. Inaccesibil iarna.

07MN01: Valea Oltului - Vf. Șerbota - Săua Podragului - Fereastra Mare a Sâmbetei - Curmătura Lerescului - Vf. Tămașul Mare





































































































