

# 07MN08: Sebeșu de Sus - Valea Moașei - Cabana Suru



DRUMETIE



Dificultate:  
**mediu**



Distanță:  
**8.5 km**



Durată:  
**3h 30min - 4h**



Urcare:  
**1011 m**



Coborâre:  
**79 m**



Vârf:  
**1429 m**



## DETALII TRASEU

Regiuni

Munții Făgăraș - Iezer Păpușa - Frunți - Ghițu

Sectoare hartă

5 sectoare

Traseul 8 Punct Roșu face legătura între localitatea Sebeșu de Sus și Cabana Suru, urmând fidel (aproape întreg traseul) valea Moașei Sebeșului. Perspective asupra cascadelor superioare de pe Valea Moașei, asupra crestei principale și o locație primitoare.

## Descriere

Traseul PR leagă localitatea Sebeșu de Sus de Cabana Suru, pe firul văii Moașa Sebeșului, cu o înălțuire de cascade frumoase în sectorul superior. Un traseu destul de solicitant, cu aprox. 1000 m diferențe de nivel, în cca. 4 h de drumeție. De la stația CFR Sebeș Olt, urmăm marcajul TR și în aprox. 1 h ajungem în Sebeșul de Sus. La capătul localității, lângă un pod, găsim indicator (4h până la Suru) care marchează intrarea în traseu. Continuăm pe drumul forestier de pe Valea Moașei, după care intrăm pe potecă, în pădure. Odată ce câștigăm altitudine, luăm contact cu o vale de o sălbăcie aparte. Valea Moașei este una dintre cele mai pitorești văi din Făgăraș, urmând o direcție aproape perpendiculară spre creastă, un adevărat spectacol al căderilor de apă. Vâlcetul ce izvorăște de sub Fruntea Moașei se prăvale în salturi, din cauza pantei foarte înclinate, formând numeroase cascade mai mici sau mai mari pe o lungime de 1 km. Cele mai mari cascade sunt greu accesibile, dar se văd din traseu. După ce părăsim valea, urcăm pieptiș în serpentine până într-o poiană (1310 m) cu stână (Poiana Stânii), apoi urcăm în pădurea de brad, drept în sus, spre E, pieptiș, pentru cca. 10-15 min până în spatele Cabanei Suru. Cabana a fost modernizată recent, dispune de 35 de locuri în 4 camere, are o gazdă discretă, iar curățenia și omenia sunt la mare preț. După un scurt popas, de aici putem continua ascensiunea spre creasta principală, trecând pe la Monumentul Salvamontiștilor, în apropierea căruia poteca se bifurcă: varianta TA urcă pieptiș pe Muchia Moașei, în timp ce TR continuă mai potolit, prin Căldarea Găvanului, până sub Vf. Suru, în Curmătura Surului (Găvanului), la 2113 m alt. Vârful Suru (2283 m) ne invită să-l cucerim, pe o potecă nemarcată și anevoioasă.

## Indicații de parcurs

De la podul de la ieșirea din satul Sebeșu de Sus, se merge pe drumul forestier pe firul Văii Moașei (la pod este un indicator). Traseul nostru continuă pentru aproximativ 1,5 h pe drumul forestier de pe Valea Moașei, după care continuă pe potecă, în pădure. Prima parte o parcurgem pe versantul vestic, apoi traversăm pe cel estic și urcăm pe marginea apei. Apar cascade pe o vale sălbatică. În continuare urcăm abrupt în serpentine până ajungem într-o poiană largă (1310 m), unde este și o stână. Reintrăm în pădure drept în sus, spre est. Urcăm pieptiș, traversăm ușor spre SE și ajungem în spatele Cabanei Suru.

## Etape

Sebeșu de Sus - Valea Moașei - Cabana Suru

## Observații

Traseu omologat.

07MN08: Sebeșu de Sus - Valea Moașei - Cabana Suru











