Marcaj : bandă roşie

Timp de parcurs:

- Cabana Dianthus - Refugiul Şpirla: 1-1,5 ore
- Refugiul Şpirla - Şaua Grind: 2-3 ore

De la Cabana Dianthus, trecând podul de piatră de peste râul Bârsa, ne orientăm în dreapta pe drumul forestier care vine din Zărneşti. Urmând acest drum vom întâlni în câteva sute de metri pe dreapta Cabana Plaiul Foii şi imediat după aceasta Centrul Salvamont de la Plaiul Foii, unde puteţi cere informaţii despre traseele marcate din zonă, dificultate, timpi de parcurgere, etc.

Imediat ajungem la o intersecţie, drumul forestier pe care am venit urmând direcţia înainte, spre Rudăriţa. Aici, noi vom face stânga, după cum ne arată şi stâlpul indicator, iar după aproximativ 15 minute de mers ajungem la barieră. Aici ne aflăm la intersecţia de unde pornesc pe Muchia Plaiul Mare traseele ce duc spre Şaua Tămăşelului (triunghi albastru). Noi ne vom orienta însă spre stânga, pe marcaj bandă roşie, de-a lungul Văii Şpirlei



După 30-40 minute de mers pe lângă râu, ajungem la un izvor unde putem alimenta cu apă, aceasta fiind ultima sursă din traseul nostru. De aici, poteca urcă în dreapta destul de abrupt, în serpentine, prin pădure, scoţându-ne după un urcuş de circa 15 minute la ***Refugiul Şpirla***.

De aici ne orientăm inspre stânga, urcăm de-a lungul muchiei împădurite timp de 10-15 minute, apoi trecem câteva obstacole stâncoase şi ieşim apoi pe o limbă de grohotiş chiar la baza impunătorilor pereţi de stâncă. Poteca urcă în dreapta şi ne conduce la punctul de intersecţie La Zaplaz. Aici, spre dreapta porneşte traseul ce ne poartă prin partea superioară a Bârsei Tămaşului spre Şaua Tămăşelului şi mai departe spre Munţii Făgăraş. De aici, noi continuăm în stânga pe lângă frumoasele arcade săpate în stâncă, acest punct marcând începutul celebrului drum al lui Deubel, în prezent cunoscut sub denumirea "***La Lanţuri***"

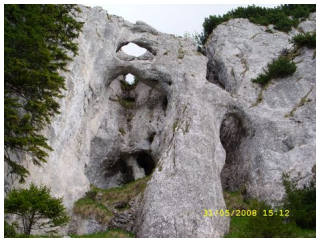


Primul obstacol este un horn pe care îl străbatem cu grijă cu ajutorul cablurilor de oţel, ajungând chiar deasupra arcadelor de piatră, traseul urcând printre ultimii brazi şi jnepeni până pe o prispă de piatră ce ne oferă o frumoasă privelişte asupra munţilor Făgăraş şi Iezer.

Practic de aici începe Hornul Lanţurilor, care ne va conduce spre creastă, cătărând săritorile presărate în calea noastră cu ajutorul cablurilor prinse în stâncă.

Aviz turiştilor neexperimentaţi! - Acest traseu este cotat ca cel mai dificil traseu turistic marcat din România. Pasajele nu sunt foarte dificile însă trebuie abordate cu atenţie pentru a nu aluneca sau a nu disloca pietre care pot răni alţi turişti

Traseul se termină cu un horn scurt care ne scoate în Şaua Grindului, la 100 de metri în stânga noastră găsindu-se refugiul din Şaua Grindului. Dacă urmăm creasta, după încă 10 minute de mers putem ajunge pe Vârful La Om, punctul cel mai înalt din Masivul Pietrei Craiului.





Arcadele de piatră de La Zaplaz
Pe Lanţuri