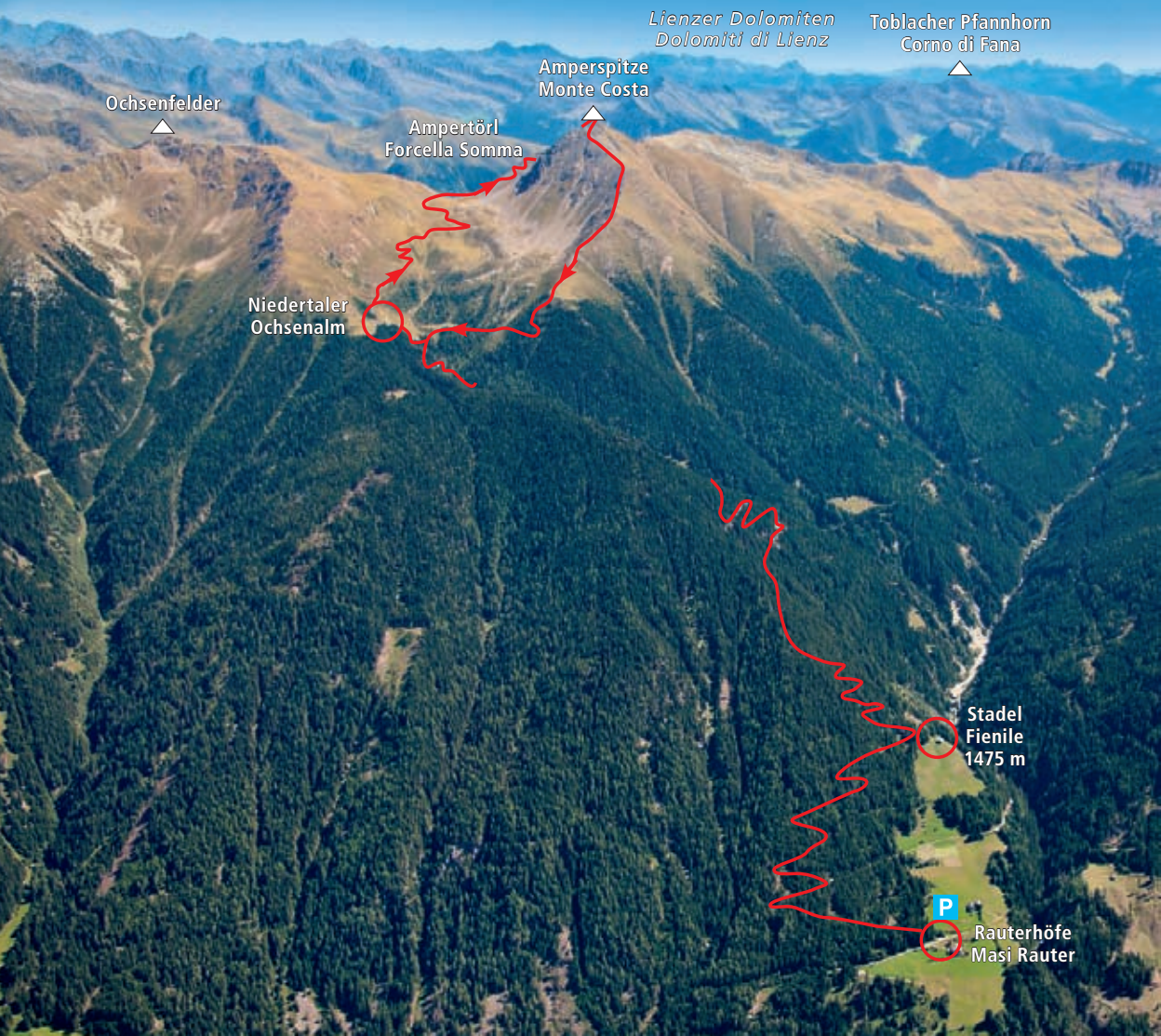


Maurizio Marchel

Cime solitarie Alto Adige – Dolomiti

60 itinerari insoliti dalla Val di Vizze all'Alta Pusteria





21 Monte Costa (Amperspitze), 2687 m

Bella e spiccata elevazione dei Monti di Casies, ben distinguibile anche da lontano, il cui accesso è del tutto facile anche se abbastanza lungo. Interminabile infatti la strada che nel bosco sale alla malga Ochsenalm; poi percorso decisamente più gratificante per le ampie vedute, godibili soprattutto dalla massiccia cima il cui panorama è ad ampio giro d'orizzonte!

Descrizione

Dai masi s'imbocca la strada forestale che sale nel bosco (segnavia 36); ad un primo bivio si segue una ripida mulattiera a sinistra (indicazioni) che sale con innumerevoli svolte nella fitta vegetazione. Si supera un grande fienile isolato con vista sulla bassa valle (1475 m), poi a q. 1690 m s'incrocia la forestale per la malga (crocifisso). La si segue lungamente con svariati tornanti fino a giungere, oltre una baita, alla Niedertaler Ochsenalm (2112 m), ove finalmente si esce in campo aperto! Si percorre quindi una meravigliosa mulattiera fra ampi pascoli e piante di rododendro che verso est conduce comodamente al valico della Forcella di Somma (Ampertörl, 2413 m). Da qui, con vista aperta ad oriente verso i Monti di Casies orientali, si prosegue voltando decisamente a destra per affrontare il versante nord della montagna. Così per ripido sentiero ben segnalato su terreno pietroso (in alto qualche scalinata) si guadagna senza difficoltà l'ariosa vetta del Monte Costa o più comunemente chiamato Amperspitze (2687 m). Bella montagna in posizione isolata e dominante, estremamente panoramica, tanto che l'occhio può spaziare addirittura dall'Ortles al Monte Coglians (la più alta vetta delle Alpi Carniche) e dal Gran Pilastro fino al Carè Alto! In particolare la vista è decisamente spettacolare sui Monti di Casies, Gruppo delle Vedrette di Ries, Dolomiti. Per la discesa è possibile seguire il crinale occidentale d'erba e massi (segnavia 36b) calando facilmente alla modesta sommità dello Stoanamandl (2435 m). Nella medesima direzione si continua fino alla parte terminale della cresta (2258 m) dove si entra nel bosco. Quindi si piega decisamente a nord (Rauterberg) e, fra pino cembro e rododendri, si torna sulla strada poco a valle della malga Ochsenalm. Seguendo a ritroso la lunga careccia ci si riporta al punto di partenza.



DATI TECNICI

Periodo consigliato

fine giugno–ottobre

Come arrivare/partenza

dalla Pusteria presso Valdaora seguire per la Valle di Anterselva – Anterselva di Sotto (masi Rauter, 1290 m)

Tempo complessivo

6–6 ½ ore

Dislivello in salita

ca. 1400 m

Difficoltà

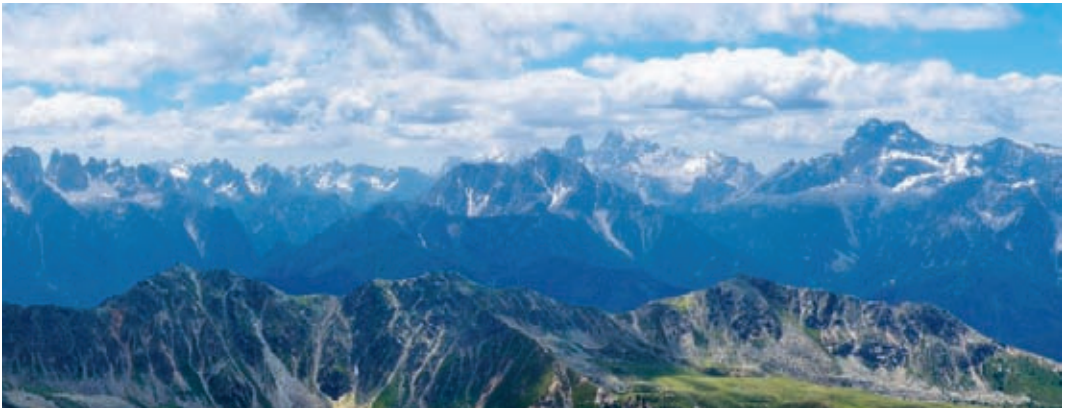
E

Esposizione

sud-ovest, ovest, nord

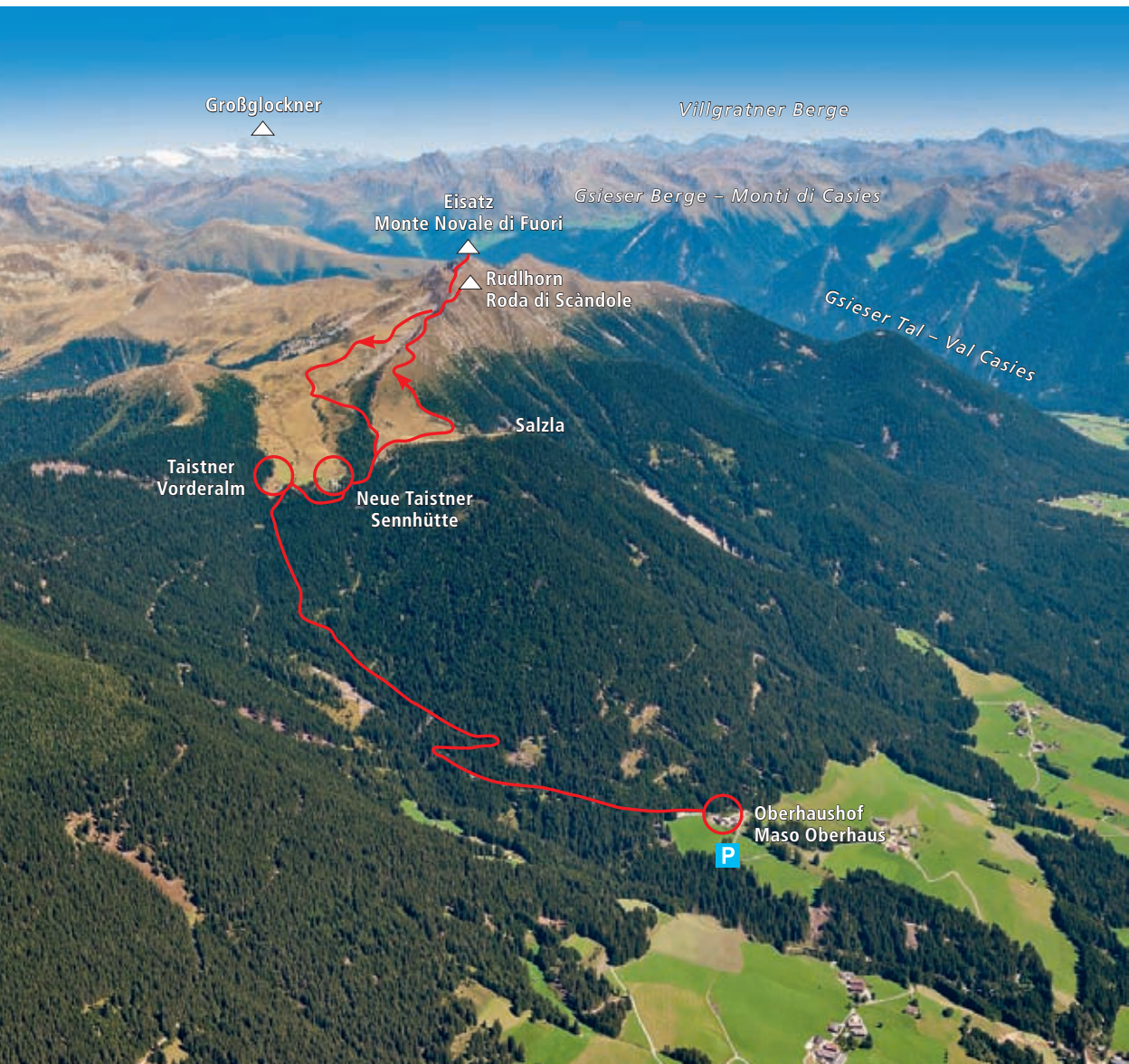
Carta topografica

Tabacco 032; Tappeiner 111



24 Roda di Scàndole (Rudlhorn), 2448 m

Ripida e dirupata montagna che si eleva alta e dominante sopra le soleggiate praterie di Tesido. Le sue audaci ed ariose creste permettono di camminare in assoluta libertà sul filo del monte, fra terra e cielo! Gli ambienti sempre aperti regalano vedute straordinarie ad ampio giro d'orizzonte, specie sulle Dolomiti. Ottimo punto d'appoggio e di ristoro è il Neue Taistner Sennhütte, posto in posizione incantevole ai piedi della cima.





Descrizione

Per strada asfaltata si sale al maso, quindi lungo forestale si prosegue verso nord entrando in una valletta boscosa. Oltre un paio di tornanti si continua nella medesima direzione fino all'imbocco del sentiero 38. Così, ripidamente e con lunghe diagonali, si raggiunge dapprima la malga Taistner Vorderalm (1992 m) e successivamente il vicino Neue Taistner Sennhütte (2012 m). Oltre il rifugio, per strada ed evidente traccia nell'erba verso destra, si guadagna la sella prativa a nord del cocuzzolo denominato "Salzla". Da qui ha inizio la cresta occidentale del Rudlhorn che da ripida qual è nel tratto iniziale, lo diviene maggiormente nella parte più alta. Toccata un'anticima si percorre un tratto di cresta rocciosa, a tratti esposta ma facile, fino all'ultima impennata che porta alla croce di vetta del Rudlhorn (2448 m), bella elevazione che, nonostante la quota modesta, offre un panorama fantastico specie verso Tesido, Monguelfo, Dolomiti e Gruppo delle Vedrette di Ries. Da questa cima si può proseguire verso nord-est seguendo l'andamento del crinale e scendendo ad una prima sella a q. 2388 m. Si tagliano quindi i ripidi fianchi sud-est, progredendo sempre nella medesima direzione, fino a toccare una seconda insellatura della cresta. Poi, con un'erta finale, si guadagna anche la secondaria ma gratificante elevazione del Monte Novale di Fuori (Eisatz, 2493 m), vetta dalla cui croce si gode un panorama più aperto e completo sulla schiera dei Monti di Casies e verso i Villgratner Berge. Tornati alla sella q. 2388 m sotto il Rudlhorn, si può scendere a destra (ovest) per traccia segnata, fino ai ripiani sottostanti dove transita una strada (segnavia 38). Seguendo la carrareccia verso sinistra (sud-ovest) ci si riporta dapprima al Neue Taistner Sennhütte e poi, per l'itinerario di salita, al punto di partenza.

DATI TECNICI

Periodo consigliato

giugno–ottobre

Come arrivare/partenza

da Monguelfo in Pusteria seguire per Tesido (pressi maso Oberhaus, 1475 m)

Tempo complessivo

5 ½–6 ore

Dislivello in salita

totale ca. 1100 m

Difficoltà

prevalentemente E

Esposizione

sud-ovest, ovest

Carta topografica

Tabacco 032; Tappeiner 110 o 111





47 Cima Lavinores, 2462 m

In fondo alla Valle di Rudo, fra le Dolomiti di Braies e quelle Ampezzane, si eleva questa montagna di scarso interesse, forse più conosciuta in ambito invernale per lo scialpinismo. Una visita però è decisamente consigliata, magari in autunno quando la neve ricopre le cime più alte. Di poco fuori dal territorio altoatesino offre un percorso facile e relativamente breve, oltre ad una panorama di tutto rispetto.

Descrizione

Ci s'incammina dal grande parcheggio del rifugio seguendo in direzione est la ripida strada che, con innumerevoli tornanti, sale verso l'Alpe di Sennes (indicazione per i rifugi). Con ultimo tratto meno faticoso al bordo dell'altopiano si raggiunge il bel Rifugio Fodara Vedla (1980 m), situato in una verdissima conca alpestre. Continuando il cammino si segue il sentiero 9 che fra praterie e chiazze di mugo si dirige a sud-est (indicazioni per Malga Ra Stua). Ad un certo punto, in prossimità del cartello indicante "Lavinores", si devia a destra abbandonando così il sentiero 9. A mezza costa e dopo una diagonale su terreno franoso ci si porta dapprima sul versante nord-orientale e poi sulla cresta est della nostra montagna (selletta quota 2294 m, panorama a meridione). Da qui si prosegue per l'elementare crinale erboso fino alla piccola croce di Cima Lavinores. Nonostante la vetta modesta e decisamente meno elevata rispetto alle alte crode circostanti, il panorama è veramente molto bello e gratificante, ottimo specie su Cortina e Dolomiti Ampezzane con la dirimpettaia Croda Rossa, massiccio del Sasso Croce, Alpe di Sennes, Croda del Becco. Per tornare a valle si percorre la cresta sommitale in direzione ovest raggiungendo così la quota 2411 m. Da qui si cala per il ripido crinale detritico di nord-ovest (traccia di sentiero e ometti) fino a raggiungere delle splendide radure fra mughi e corsi d'acqua. Quindi per bel sentiero nel verde si torna al Rifugio Fodara Vedla da dove, per la via di salita, ci si riporta al Rifugio Pederù.



DATI TECNICI

Periodo consigliato

giugno–fine ottobre

Come arrivare/partenza

da Brunico in Pusteria seguire per S. Vigilio di Marebbe (Valle di Rudo) – Rif. Pederù (1548 m)

Tempo complessivo

4–4 ½ ore

Dislivello in salita

ca. 920 m

Difficoltà

perlopiù E

Esposizione

ovest, nord, nord-est

Carta topografica

Tabacco 031; Tappeiner 138

Rifugio Fodara Vedla, 1980 m



Scoprite la magia e la bellezza delle cime nel Parco Naturale Fanes-Senes-Braies durante un soggiorno nel nostro rifugio, che regala emozioni non solo in estate ma anche in inverno, con momenti indimenticabili e tour sugli sci e con le ciaspole. Godetevi la cordiale ospitalità di quest'azienda tradizionale a conduzione familiare.

Famiglia Mutschlechner
Str. Fanes, 2
I-39030 S. Vigilio di Marebbe
Tel. rifugio +39 0474 501093
Tel./fax priv. +39 0474 501538
Cell. +39 349 3625240
www.fodara.it
rifugio@fodara.it

Aperto da metà marzo al 1° maggio e da inizio giugno a metà ottobre



48 Sasso delle Nove (Neunerspitze), 2968 m

Maestosa cima nel massiccio del Sasso Croce la cui caratteristica principale sono le enormi placche del versante sud; con le sue pareti nord invece, troneggia dominante sulla conca di La Valle. L'itinerario per la cima è piuttosto lungo e stancante, ma offre la possibilità di pernottare al Rifugio Fanes o Lavarella. Per la conquista della vetta non vi sono particolari difficoltà se non nella mancanza di un sentiero e nell'aereo tratto di cresta attrezzata (imbragarsi!). Da lassù poi il grandioso panorama entusiasmerà chiunque!

Descrizione

Dal parcheggio ci s'incammina in direzione sud seguendo le indicazioni per i rifugi; è possibile percorrere lungamente la strada oppure il sentiero 7 (Alta Via delle Dolomiti). Risalito quindi il Vallone di Fanes ci si porta direttamente al Rifugio Lavarella (2050 m). Continuando il cammino si segue il segnavia 13 che, dopo una rampa, prosegue dolcemente per i vasti alpeggi del Plan dles Sarènes. Ad un certo punto, prima di un crinale erboso a q. 2270 m, si svolta decisamente a sinistra (nord-ovest) per risalire gli ampi e verdi pendii soprastanti. Seguendo i primi radi ometti, con pendenze notevoli si guadagna faticosamente un primo colle (q. 2496 m), quindi si prosegue fino a portarsi sulla cresta sud-est della montagna. Con percorso logico ed intuitivo (quasi obbligato) si continua per il panoramico crinale fino a raggiungere la q. 2800 m circa, dove comincia il tratto attrezzato. Indossato l'imbrago si prosegue per la spettacolare cresta aerea che, sul versante meridionale, scende a picco con caratteristiche e lisce placche di roccia. Dopo alcuni tratti molto esposti su entrambe i versanti (sud e nord), un'impennata porta alla q. 2874 m; ormai in vista della cima si continua per i vasti pendii detritici sommitali fino a toccare la grande croce di vetta del Sasso delle Nove (2968 m). Spiccata e dominante, questa fantastica cima dolomitica regala grandi emozioni nonché un panorama vasto e spettacolare! Una visione a "volo d'angelo" si ha sulle grandiose estensioni di prati e boschi della Val Badia con i paesi di La Valle e S. Vigilio, quindi verso il vicino Sasso delle Dieci, poi Alpe di Fanes e Sennes, Croda del Becco, Dolomiti Ampezzane, Cunturines-Lavarella, Marmolada, Sella, Odle. Impressionante inoltre è la visione sulle caratteristiche e verticali placche del versante sud! Per il rientro a valle si segue a ritroso l'itinerario di salita.



DATI TECNICI

Periodo consigliato

luglio–ottobre

Come arrivare/partenza

da Brunico in Pusteria seguire per S. Vigilio di Marebbe-Valle di Rudo – Rifugio Pederù (1548 m)

Tempo complessivo

7–7 ½ ore

Dislivello in salita

ca. 1450 m

Difficoltà

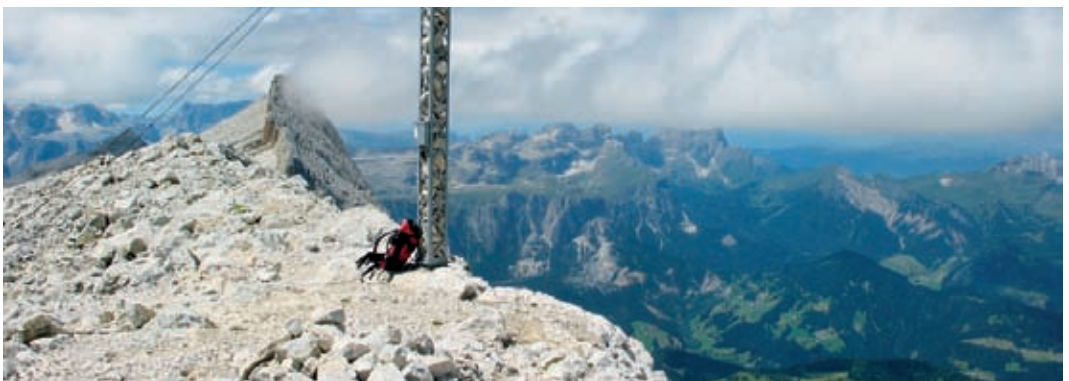
fino ai rifugi E, poi EE e EEA

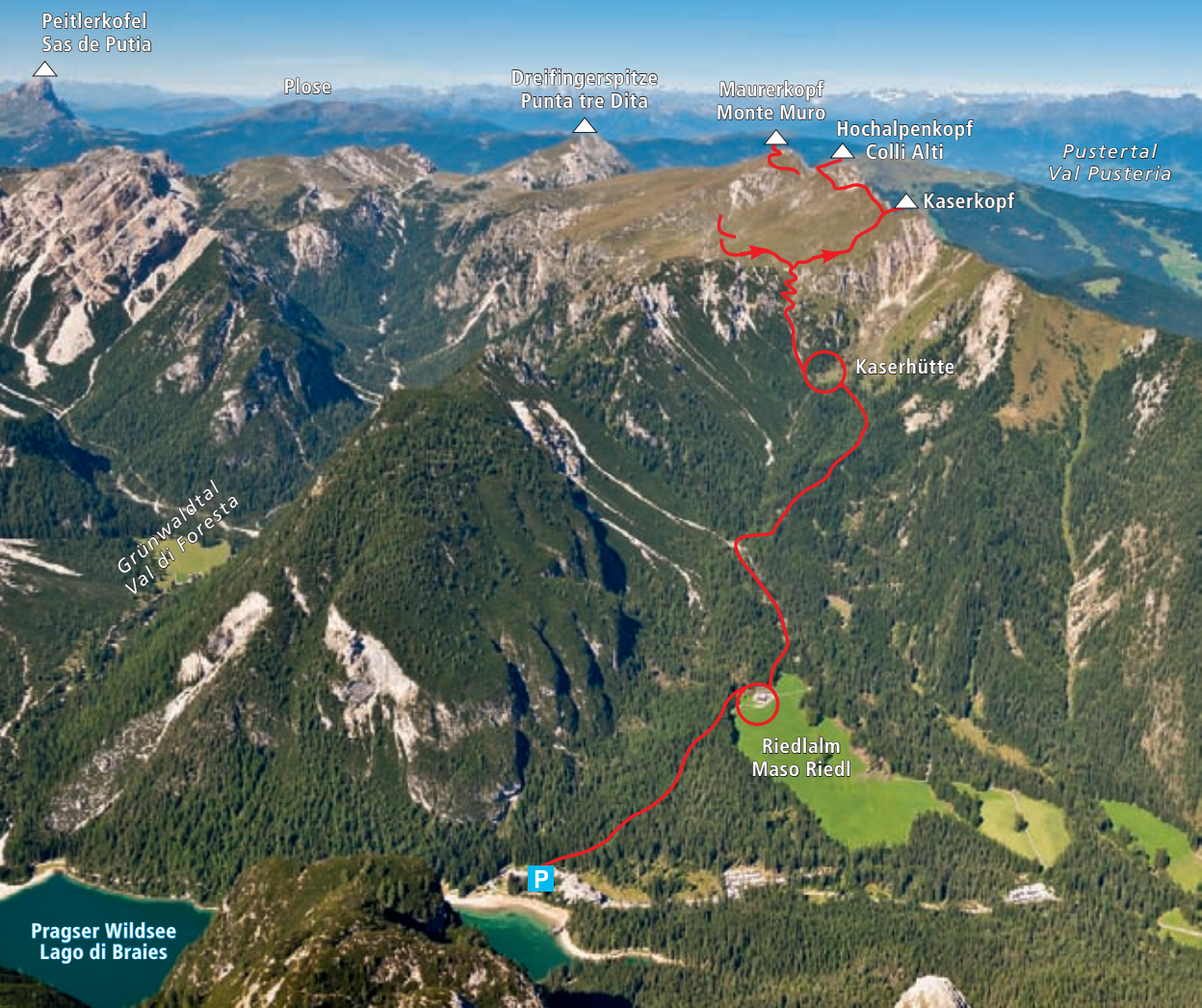
Esposizione

nord-est, est, sud-est

Carta topografica

Tabacco 031 o 03;
Tappeiner 129 o 111





49 Monte Muro (Maurerkopf), 2567 m

Caratteristica principale di questa escursione sono i meravigliosi ed estesissimi panorami! Siamo nel Parco Naturale di Fanes-Sennes-Braies per un itinerario prettamente autunnale, facile e completo, con percorso in cresta di ampio respiro. Nel periodo che va da fine estate al tardo autunno questi luoghi sapranno dare il meglio di se sia per i colori accesi di questa stagione, che per una ricercata solitudine e tranquillità.

Descrizione

Seguendo le indicazioni si percorre una strada nel bosco in direzione nord-ovest; giunti ai prati del Maso Riedl (1563 m) s'imbocca a sinistra il sentiero 61. Aggirato il maso sul retro si continua ancora a sinistra lungo una carrareccia fra larici e abeti. Incrociata un paio di volte una forestale si prosegue per sentiero nel bosco per poi tornare sulla strada e toccare, presso q. 1800 m, il bivio a destra con il segnavia 20. Appena oltre (per mulattiera molto ripida) si sale fino alla splendida radura del Kaserhütte (1937 m, bivacco); ora a destra per imboccare il sentiero che, inizialmente a lato di un canale, prosegue molto ripido fra i mughi con strette svolte. Si guadagna così la Forcella di Braies (2225 m), insellatura che immette sui ripidi ed erbosi pendii meridionali dei Colli Alti (vista sull'Alta Pusteria e Dolomiti). Continuando a sinistra del crinale (muretto) in direzione nord, senza una via obbligata si risalgono i ripidi pendii di zolle che portano sulla modesta cima del Kaserkopf (2414 m), elevazione con ottima visuale sulla valle e i monti di Pusteria, Dolomiti. Da qui si segue il crinale verso ovest toccando le quote 2440 e 2484 m; successivamente si raggiunge senza difficoltà la sommità dei Colli Alti (2542 m, croce e libro). Panorama esteso e spettacolare, ottimo su Alpi Aurine, Valle di Anterselva, Vedrette Ries, Dolomiti. Proseguendo si cala decisamente in direzione ovest fino ad un'ampia sella a q. 2420 m; quindi faticosa risalita per ripidi pendii erbosi fino all'antica orientale del Monte Muro. Nuova discesa di ca. 40 m ad una forcella, poi si torna a salire fino alla croce lignea (con libro) del Monte Muro. Bella cima panoramica con visuale molto vasta che spazia dalla Presanella e Ortles-Cevedale al Grossglockner e Dolomiti di Lienz! Per il rientro si scende in direzione sud-est sugli assolati ed erbosi pendii meridionali; poi per sentiero a mezza costa si torna alla Forcella di Braies da dove, per l'itinerario di salita, si cala all'omonimo lago.



DATI TECNICI

Periodo consigliato
giugno–fine ottobre

Come arrivare/partenza
da Monguelfo in Pusteria
seguire per il Lago di Braies
(1494 m)

Tempo complessivo
6–6 ½ ore

Dislivello in salita
totale ca. 1250 m

Difficoltà
perlopiù E

Esposizione
sud-est, sud

Carta topografica
Tabacco 031;
Tappeiner 130 o 111

50

Piccola Croda del Becco (Kleiner Seekofel), 2762 m

La sorella minore della celebre Croda del Becco è una montagna selvaggia e dimenticata, dove solitudine e isolamento contrastano con l'eccessiva frequentazione di queste zone. Qui viene descritto un entusiasmante percorso ad anello fra le Dolomiti di Braies e d'Ampezzo, con itinerario lungo in ambiente grandioso. Non vi sono particolari difficoltà nell'accesso a questa cima, se non nella mancanza di un sentiero segnalato.





Descrizione

Si costeggia la sponda occidentale del lago fino al bivio per il Passo Croce (segnavia 19), quindi si risale a destra la Val Foresta fino al ristoro Grunwaldalm (1590 m, ambiente idilliaco). Si prosegue a sinistra (sud-ovest) lungo segnavia 23 fino all'imbocco del vallone del Seitenbach (torrente, 1625 m). Con bel percorso fra larici, cirmoli e pino mugo si raggiunge, piegando infine verso sud, un ripiano erboso all'imbocco della Sennestäl (2002 m). Raggiunta la testata del vallone si sale verso destra su terreno ripido di ghiaie e detriti fino a toccare una splendida conca erbosa oltre la quale, con ultima breve salita, si guadagna la Forcella Riciogogn (2331 m). Con visuale aperta a sud si continua verso sinistra (nord-est) affrontando un ripido spallone che fra pendii d'erba, ghiaie e detriti porta senza difficoltà alla Punta Quaira di Sennes (2659 m, panorama sulla Val Foresta, Lago di Braies, Piccola Croda del Becco, Dolomiti Ampezzane). Ripreso il cammino si prosegue lungo la cresta in direzione sud-est, con tratti stretti ma non difficili. Si guadagna così un crinale poco inclinato e perlopiù erboso (q. 2626 m) dove lo sguardo viene catturato dalle caratteristiche placche della Croda del Becco. Ora si punta a nord verso l'ormai vicina cresta sommitale della Piccola Croda del Becco (2762 m), raggiungibile con facilità per la ripida parete meridionale. Montagna di soddisfazione perché del tutto solitaria e selvaggia, con panorama spettacolare (impressionante l'abisso del versante nord in vista del Lago di Braies!). Per la discesa si volge a sud e, grazie a numerosi ometti e ad una bella traccia, ci si riporta agevolmente sul sentiero 23 che, seguito verso sinistra, porterà al Rifugio Biella (2327 m). Quindi in salita alla Forcella Sora Forno (2388 m) da dove, per l'Alta Via 1, si ritorna al Lago di Braies e al punto di partenza.

DATI TECNICI

Periodo consigliato

metà giugno–ottobre

Come arrivare/partenza

da Monguelfo in Pusteria seguire per il Lago di Braies (1494 m)

Tempo complessivo

7–7 ½ ore

Dislivello in salita

totale ca. 1450 m

Difficoltà

perlopiù E, per la cima EE

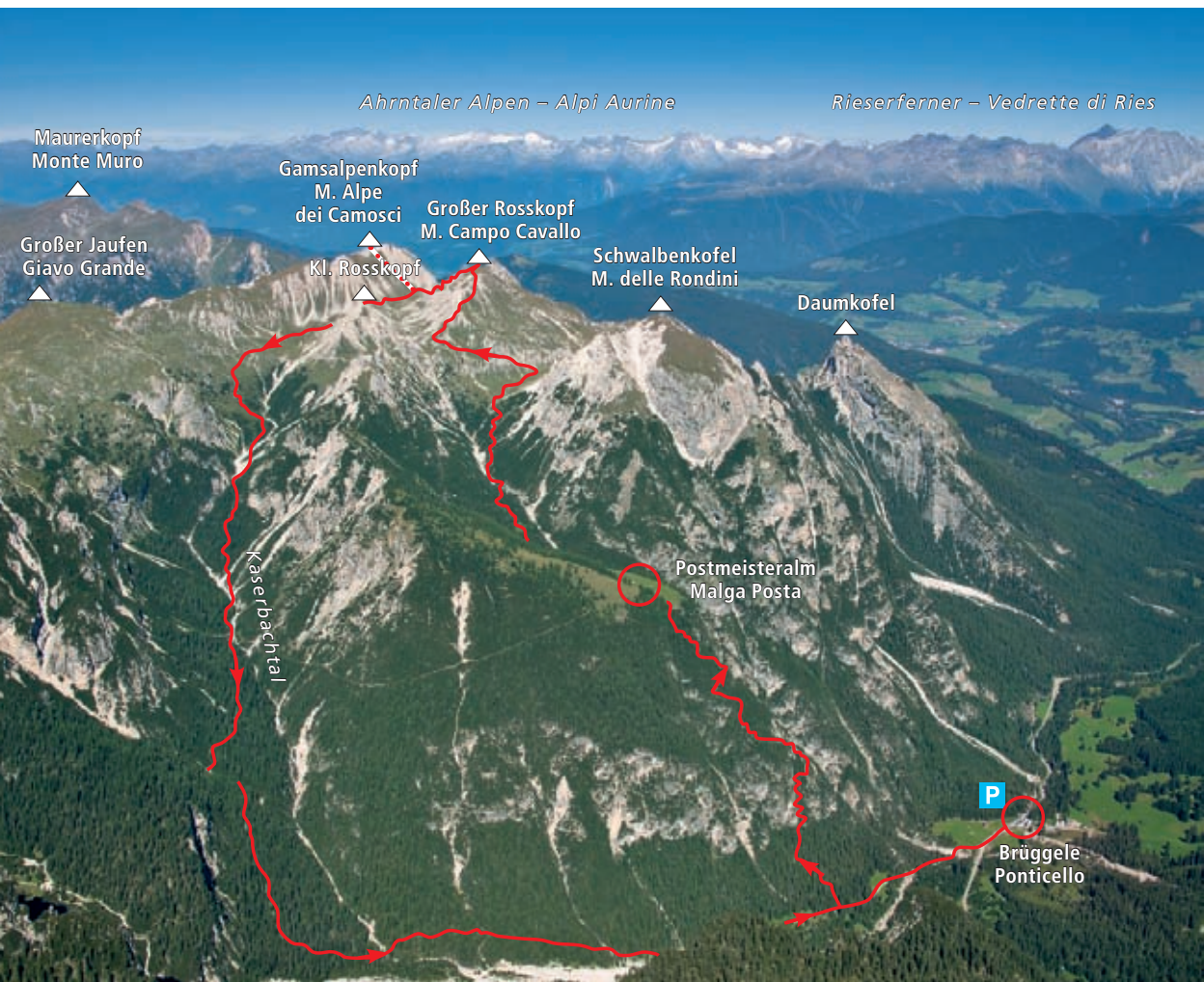
Esposizione

est, nord-est, nord, sud-ovest, sud

Carta topografica

Tabacco 031;
Tappeiner 138 o 111



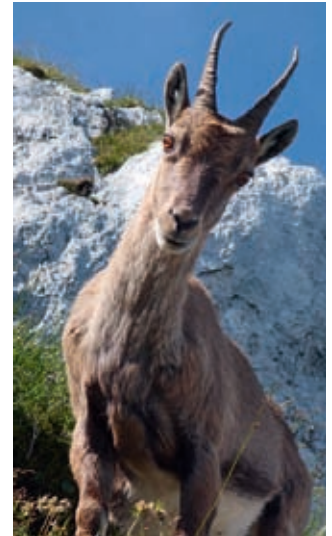


51 Monte Campo Cavallo (Großer Rosskopf), 2559 m

Bellissima escursione circolare prettamente autunnale, alla scoperta di aree montane selvagge ed appartate. Quest'intrico di vette e crede infatti, nonostante la vicinanza al celebre Lago di Braies, può regalare ancora momenti di solitudine ed isolamento. L'imponente monte, facile da salire, invita a soffermarsi a lungo sulla sua vetta tanto è bello e vasto il panorama che può offrire. Degno di citazione è l'attraente paesaggio di Malga Posta.

Descrizione

Dal parcheggio si punta a sud imboccando sulla destra la carrareccia che sale a Malga Cavallo. Appena oltre la cappelletta a ricordo degli alpini caduti sotto una valanga (marzo 1970), si prende a destra il sentiero 29. Le pendenze si fanno subito sostenute e, con varie svolte nel bosco, ci si porta sotto una fascia rocciosa (scalinate, panca). Oltre un punto panoramico su Ponticello, con bel tracciato a scalini si guadagna la meravigliosa radura di Malga Posta (1968 m). Il sentiero, oltre la bella conca erbosa contornata dai larici, s'impenna nuovamente, ora però fra i mughi (Gufital); sulla destra in alto è ben visibile un grande arco naturale di roccia. Attraversato il torrentello che bagna la valletta (q. 2080 m), si prosegue sempre fra fitti mughi fino a raggiungere verso nord una conca fra il Rosskopf e il M. delle Rondini. Quindi a sinistra (q. 2250 m) per bel sentiero panoramico a mezza costa, fino al valico della Portella (Thörl, 2361 m, vista sulla Croda del Becco). Ora a destra (indicazione "Rosskopf") per la facile ma ripida cresta meridionale ed alcuni tratti scoscesi sui pendii orientali (sentiero ben segnato), fino alla calotta sommitale del Großer Rosskopf (2559 m, croce e libro). Per la discesa si cala per la scarpata di sud-ovest (sentiero) fino a toccare la Sella dei Camosci (2443 m); da qui è possibile, con ripidissima ma facile salita su pendio erboso, raggiunge l'ometto dell'anticima sud del Monte Alpe dei Camosci (q. 2592 m), montagna selvaggia e trascurata. Comunque, proseguendo dalla Sella dei Camosci verso sud (sentiero 28), raggiunta un'altra vicina insellatura a q. 2420 m si può accedere, per l'elementare cresta nord-ovest, anche alla cima del Kleine Rosskopf (2450 m). Per il rientro a valle, ad ovest della cima s'imbocca il sentiero 30 che con bel percorso lungo la selvaggia Kaserbachtal, porta sulla strada per Malga Cavallo; lungo la stessa, in discesa verso nord, si torna al punto di partenza.



DATI TECNICI

Periodo consigliato

metà o fine giugno–ottobre

Come arrivare/partenza

da Monguelfo in Pusteria seguire per Braies Vecchia-Pratopiazza – località Ponticello (parcheggio, 1494 m)

Tempo complessivo

5 ½–6 ore

Dislivello in salita

totale ca. 1100 m

Difficoltà

E con tratti scoscesi

Esposizione

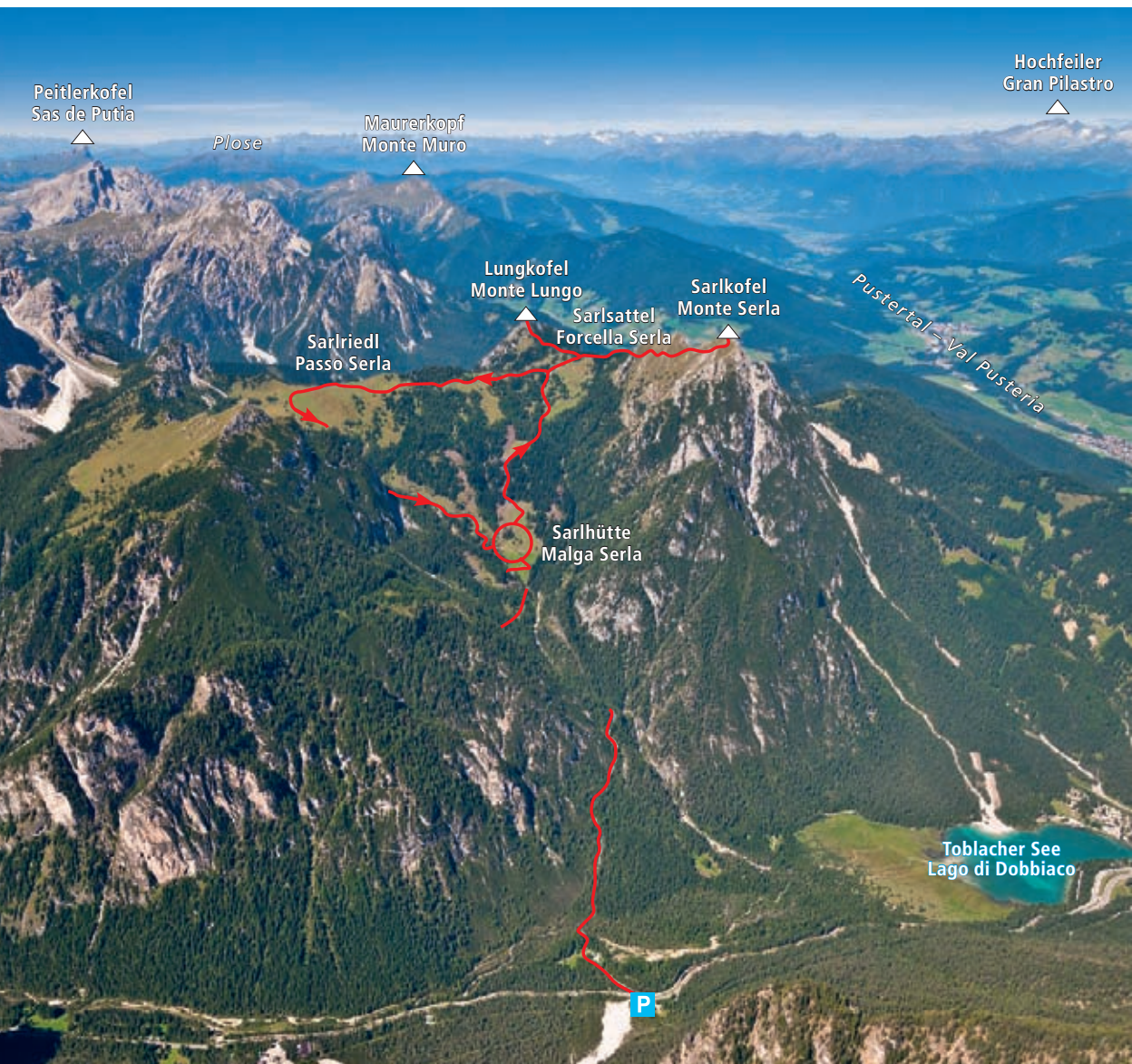
est, sud-est; in cresta sud poi est

Carta topografica

Tabacco 031;
Tappeiner 138, 110 o 111

Monte Serla (Sarlkofel), 2378 m

Piccolo gruppo a se stante, di modesta altitudine, al margine orientale delle Dolomiti di Braies. Questa bella cima autunnale (o tardo primaverile), nonostante la vicinanza alla conca di Dobbiaco può ancora offrire momenti di solitudine e relativa tranquillità. La sua posizione, favorevole ed isolata, le permette di dominare tutta l'Alta Pusteria con un panorama rinomato ed appagante. Da non perdere anche la vetta del Monte Lungo, con la sua ottima visuale verso Braies!





Descrizione

Trovato parcheggio a sinistra presso un piazzale sterrato, si attraversa la statale per seguire le indicazioni per il Monte Serla. Si percorre così una carrareccia che cala lievemente sul Fiume Rienza (centrale elettrica) e, ad un successivo e vicino incrocio, s'imbocca a sinistra una forestale che diviene subito ripidissima (segnavia 14). Si risale allora la selvaggia e solitaria Val Serla affrontando pendenze veramente elevate e raggiungendo l'appartata e caratteristica Malga Serla (1720 m). Continuando a destra dell'edificio in direzione nord-ovest, si segue un sentiero segnato che, per tratti di bosco e stupende radure, porta fin sul crinale meridionale della montagna incrociando l'Alta Via delle Dolomiti n. 3 (q. 2120 m). Con splendide visuali a sud-ovest verso la Croda Rossa d'Ampezzo, si prosegue verso nord lungo la panoramica cresta che, fra i mughi, porta a Forcella Serla (2229 m). Quindi a destra per pendii erbosi e facili roccette (funi metalliche) fino alla croce di vetta del Monte Serla (2378 m), ottimo belvedere sull'Alta Pusteria e le sue montagne. Da qui, tornati in forcella, è consigliabile proseguire lungo il crinale in direzione sud-ovest portandosi facilmente anche alla croce (con libro di vetta) del Monte Lungo (2282 m), altro bel punto panoramico specie sul Picco di Vallandro e la Valle di Braies. Per il rientro a valle ci si riporta sull'Alta Via n. 3 (potendo abbreviare attraverso una valletta ad est della cima) da dove si può scendere a Malga Serla per l'itinerario di salita oppure, allungando un po' il percorso, si segue l'Alta Via (anche sentiero 33) in direzione sud fino a Passo Serla (2099 m). Ora si volge a sinistra (est, nord-est) per calare lungo la valletta del Rio Serla e tornare all'omonima malga; da qui, per la ripidissima strada dell'andata, fino al punto di partenza.

DATI TECNICI

Periodo consigliato

giugno–fine ottobre

Come arrivare/partenza

da Dobbiaco in Pusteria seguire per Cortina – Valle di Landro (poco a sud del Lago di Dobbiaco, 1275 m)

Tempo complessivo

5–5 ½ ore

Dislivello in salita

totale ca. 1200 m

Difficoltà

perlopiù E

Esposizione

est, sud-est, sud

Carta topografica

Tabacco 010 o 031;
Tappeiner 138, 110 o 111





53 Piccola Croda Rossa (Kleine Gaisl), 2859 m

Bella montagna che si erge al confine fra Alto Adige e Veneto, in una zona di grande protezione ambientale cui fanno capo i due Parchi Naturali di Fanes-Sennes-Braies e delle Dolomiti d'Ampezzo. Il percorso, nonostante si svolga al di fuori del territorio altoatesino, merita una citazione per i meravigliosi ambienti dolomitici attraversati. La vetta, seppur non proprio solitaria, è comunque consigliata per lo spettacolare panorama, ottimo sulle selvagge crode della vicina Hohe Gaisl.

Descrizione

Dal rifugio si segue verso nord-ovest la strada di fondovalle che risale il Valon Scuro. Raggiunta la conca erbosa di Campo Croce (1765 m) si gira a destra per seguire il sentiero 26 che subito ripidamente s'addentra fra i mughi. Con faticose scalinate si scavalca una fascia rocciosa guadagnando così l'altopiano soprastante ed un valico erboso con ometti (q. 2120 m). Da qui lungo una valletta e poi per diagonale in salita si tocca in breve la Croce del Gris (2188 m, panorama su Tofane e Sasso delle Nove). Quindi per dorsale erbosa fin sopra il Lago di Remeda Rossa e poi in piano si giunge al valico sopra il Lago Pizo (q. 2170 m, vista sul Lago di Fosses e Croda del Becco). Ora si abbandona il sentiero per salire a destra (nord-est) lungo facili gradoni d'erba e rocce, guidati da frequenti piccoli ometti. Si guadagna così, scavalcato un primo crinale, il crestone occidentale della montagna che si risale senza difficoltà fino alla vetta della Remeda Rossa (2605 m). Già da qui il panorama è splendido, ottimo sull'Alpe di Sennes, Rifugio Biella, Croda del Becco, Picco di Vallandro e Dolomiti di Sesto. Proseguendo si cala di circa 30 m ad un'insellatura (direzione sud-est) per riprendere a salire sul pendio detritico di nord-ovest (sentiero, ometti). Con percorso elementare su terreno pietroso si guadagna così la singolare croce di vetta della Piccola Croda Rossa (2859 m), gran bella montagna dal panorama vasto e spettacolare! Le visuali migliori si hanno sulla vicina e selvaggia Hohe Gaisl, quindi verso le Dolomiti Ampezzane, di Braies e Sesto, poi il Pelmo, Civetta, Alpi Aurine, Vedrette di Ries. Per la discesa si torna a Campo Croce lungo la via di salita, poi è possibile evitare la strada stando a sinistra lungo un bel sentiero che, fra radure e abeti (baita cacciatori), riporta al Rifugio Ra Stua.



DATI TECNICI

Periodo consigliato

luglio–ottobre

Come arrivare/partenza

da Dobbiaco in Pusteria direzione Cimabanche-Cortina – Rifugio Malga Ra Stua, 1690 m (dal tornante q. 1421 m della SS 51)

Tempo complessivo

5 ½–6 ore

Dislivello in salita

totale ca. 1250 m

Difficoltà

perlopiù E

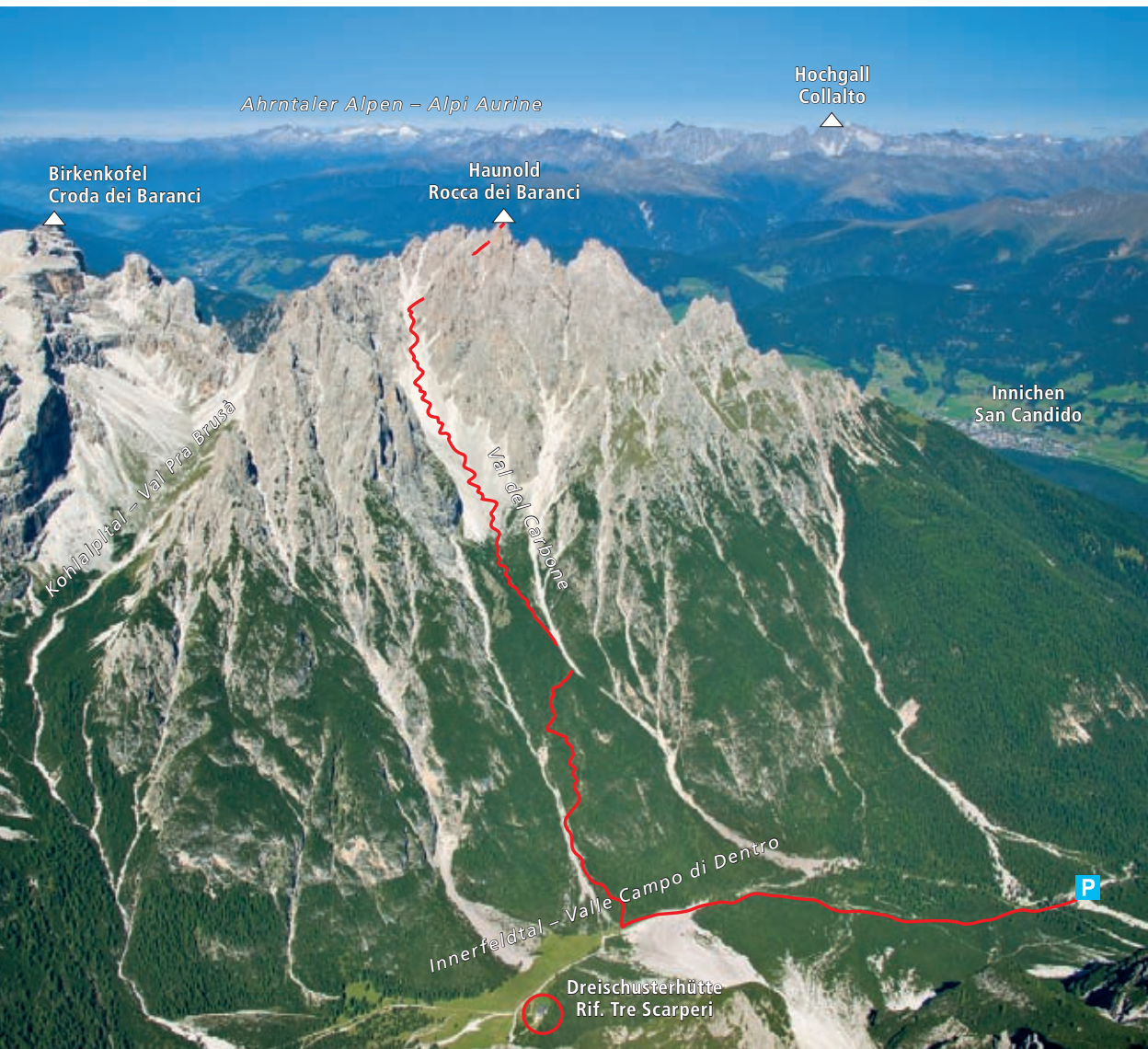
Esposizione

sud o sud-ovest, quindi nord-ovest

Carta topografica

Tabacco 031 o 03;
Tappeiner 138, 110 o 111

È la montagna per eccellenza di San Candido e la sua bellissima cima, alta e solitaria, si erge slanciata nel mezzo di una caratteristica selva di vette acute. Punto culminante del gruppo Rondoï-Baranci, questa superba ed isolata cima dolomitica presenta un accesso abbastanza impegnativo, sia fisicamente che alpinisticamente. Gli ambienti impervi ed abbandonati richiedono buone capacità d'orientamento, passo fermo e concentrazione. Dalla vetta il panorama è sbalorditivo, decisamente mozzafiato sull'Alta Pusteria!





Descrizione

Per strada e quindi sentiero ci s'incammina verso il Rifugio Tre Scarperi; poco prima però si volta a destra per seguire le indicazioni per la cima. Lasciato quindi il fondovalle si percorre un ripido sentiero non segnato in direzione nord-ovest. Velocemente si prende quota fra una fitta vegetazione di mughi ed impervi canali detritici poi, giunti su un dosso, si cala nell'ennesimo canale andando ad imboccare la Val del Carbone. Con notevoli pendenze si torna (dopo breve) fra i mughi, uscendone definitivamente poco più in alto. Ora si risale un ampio vallone detritico che via via si fa più ripido; faticando non poco fra ghiaia e massi instabili si raggiunge una strettoia fra delle incombenenti pareti, oltre la quale le pendenze si fanno "disumane". Facendo attenzione agli ometti si gira a destra (nord) andando ad imboccare un erto canale, ben in vista della croce di vetta. Procedendo a stento causa terreno friabile, dopo poco si comincia a salire a destra per facili gradoni rocciosi. Con qualche breve tratto esposto e alcune svolte del sentiero ci si porta ai piedi della paretina finale; superato il breve e ripido costolone roccioso si raggiungono finalmente gli spuntoni di vetta e quindi la grande croce metallica della Rocca dei Baranci (2966 m), bellissima cima di grande soddisfazione! Il panorama è spettacolare, entusiasmante, ottimo a nord sull'Alta Pusteria, Vedrette di Ries e Monti di Casies; alle spalle invece l'avvincente mondo dolomitico con la Punta dei Tre Scarperi, Tre Cime, Croda dei Rondoï, Cime Bulla, Croda dei Baranci, Cime Ganda. Da evidenziare inoltre l'impressionante visione sul profondo abisso del versante nord! Per il rientro a valle si scende lungo l'itinerario di salita facendo attenzione nel primo tratto (esposto), e più in basso causa il franamento di sassi!

DATI TECNICI

Periodo consigliato

luglio–ottobre

Come arrivare/partenza

da San Candido in Pusteria seguire per la Valle di Sesto – Valle Campo di Dentro (parcheggio, 1500 m)

Tempo complessivo

7–7 ½ ore

Dislivello in salita

ca. 1450 m

Difficoltà

in prevalenza EE (utile il casco)

Esposizione

perlopiù est o sud-est, quindi sud

Carta topografica

Tabacco 010;
Tappeiner 105, 110, 111 o 138





55

Croda dei Baranci (Birchenkofel), 2922 m

È la seconda cima più alta del Gruppo Rondo-Baranci e dalla Val Pusteria si presenta con un'immensa parete verticale strapiombante sul Lago di Dobbiaco. A ricordo (indelebile) di questa escursione rimarrà certamente l'eccezionale panorama godibile sia lungo il percorso che dalla vetta! La salita, abbinata a quella più facile per la Cima Piatta Alta, risulta impegnativa nell'ultimo tratto, con passaggi esposti ed attrezzati.

Descrizione

Brevemente per strada, poi per sentiero in direzione sud, si raggiunge comodamente il Rifugio Tre Scarperi (1626 m); oltre lo stesso, superata la località Campo di Dentro, sempre per buon sentiero di fondovalle si prosegue guadagnando il bivio con il segnavia 105. Si gira quindi a destra (sentiero 9) e, per mughi e radi larici, si arriva ad una seconda biforcazione (q. 1895 m). Lasciato a sinistra il sentiero per il Passo Grande dei Rondoï, si continua a destra imboccando l'Hangenalpeltal. Tra mughi e successivamente per pascoli dominati dalle Cime Bulla, si sale nell'alto vallone denominato Toal Erto. Quindi a sinistra e con varie svolte si guadagna velocemente la Forcella del Lago (2545 m), con panorama che si apre a nord-ovest verso le Vedrette di Ries e Alpi Aurine. Si continua a destra per facile cengia attrezzata (cordoni metallici) e successivo canalino gradinato, fino sulla larga cresta sommitale. Inizialmente per l'ampio crinale che poi diviene più sottile (cengia esposta ma facile), con vedute spettacolari su Tre Cime, Cristallo e Croda Rossa si mette piede sul largo pendio poco inclinato che porta all'ampia sommità detritica di Cima Piatta Alta (2905 m). Già da qui panorama spettacolare sul mondo dolomitico circostante, ottimo sulla Rocca dei Baranci, Gruppo Tre Scarperi, Croda dei Toni, Paterno, Tre Cime, Val di Landro, Croda Rossa d'Ampezzo, Cristallo, Antelao. Ora, scesi brevemente verso nord alla forcella di divisione, si monta sulla stretta cresta seguendo delle tracce di passaggio. Oltre un tratto esposto e delicato su esile cengia (fune), ci si sposta verso sinistra fino alla base di un camino verticale e friabile. Con breve ma impegnativo passaggio attrezzato (corda, 1° grado superiore) si guadagna così la croce di vetta della Croda dei Baranci (2922 m, libro). Rispetto a Cima Piatta Alta il panorama è ancora più vasto e completo, specie verso nord! Per il rientro seguire l'itinerario di salita.



DATI TECNICI

Periodo consigliato

luglio–ottobre

Come arrivare/partenza

da San Candido seguire per la Valle di Sesto – Valle Campo di Dentro (parcheggio, 1500 m)

Tempo complessivo

7–7 ½ ore

Dislivello in salita

ca. 1450 m

Difficoltà

fino in forcella E, quindi EE/EEA

Esposizione

nord, est, sud-est

Carta topografica

Tabacco 010;
Tappeiner 105, 110, 111 o 138



56 Crodon di San Candido (Innichriedlknoten), 2891 m

Salita escursionistica avventurosa e solitaria, con meta una splendida cima piuttosto isolata. Preferibile ad altre vette più frequentate, oppone qualche difficoltà solo sulle ultime rocce, con breve tratto più impegnativo. L'ambiente di vetta è selvaggio e sorprendente, arricchito da vecchie fortificazioni di guerra e camminamenti. Il panorama, unico e spettacolare, offre interessanti scorci sulle Dolomiti di Sesto.

Descrizione

Per strada di fondovalle o sentiero si raggiunge comodamente il Rifugio Tre Scarperi (1626 m) oltre il quale, superata in direzione sud la località Campo di Dentro, si punta alla testata della valle. Si arriva così al bivio con il sentiero 105, in questo tratto anche Alta Via delle Dolomiti n. 4 (1693 m); lo si segue quindi verso sinistra entrando nel greto del Rio di San Candido. Superata una presa d'acqua ci si sposta verso destra sul lato del Monte Mattina fino a raggiungere, presso q. 2000 m, l'imbocco di un sentiero non segnato a sinistra. In ambiente selvaggio e solitario, lungo tracce di passaggio si fiancheggia il corso del Rio di San Candido mantenendo la sinistra orografica; più a monte invece si percorre il fondo della gola fra cascatelle e graziosi laghetti. Entrati nel Cadin di San Candido e raggiunta la base di una scarpata rocciosa, la si risale per guadagnare la soprastante conca detritica ai piedi della Forcella di Sassovecchio. Qui si abbandona la via di salita al Lastron dei Scarperi per volgere a destra (sud-est) e raggiungere ripidamente lungo traccia su ghiaie, la vicina Forcella del Crodon (2775 m, resti di una baracca). Si prosegue verso sud superando dei facili gradoni rocciosi; una buona traccia e frequenti ometti conducono ai piedi di un camino che viene aggirato verso destra. Quindi sul versante occidentale della cima si affronta l'unico tratto un po' impegnativo, una breve paretina con piccoli appigli (difficoltà I+). Si continua facilmente su terreno franoso e, con ultime agevoli rocce, si guadagna la sommità del Crodon di San Candido (2891 m). Oltre ai resti di opere belliche (ruderi di un ricovero, camminamenti, parapetti di protezione), la vetta offre anche un panorama spettacolare (Punte di Sassovecchio, Lastron e Punta dei Tre Scarperi, Cima Undici, Monte Popera, Croda dei Toni, Tre Cime di Lavaredo). Per il rientro seguire la via dell'andata.

DATI TECNICI

Periodo consigliato

inizio luglio–ottobre

Come arrivare/partenza

da San Candido in Pusteria seguire per la Valle di Sesto – Valle Campo di Dentro (parcheggio, 1500 m)

Tempo complessivo

7–7 ½ ore

Dislivello in salita

ca. 1400 m

Difficoltà

E, per il vallone di accesso e la cima EE

Esposizione

nord, nord-ovest, sud-ovest, nord

Carta topografica

Tabacco 010;
Tappeiner 105, 110 o 138





Großglockner



Dreischusterspitze
Punta dei Tre Scarperi



P

Dreischusterhütte
Rif. Tre Scarperi

Innerfeldtal – Valle Campo di Dentro

Lienzer Dolomiten – Dolomiti di Lienz

Sextener Rotwand
Croda Rossa di Sesto

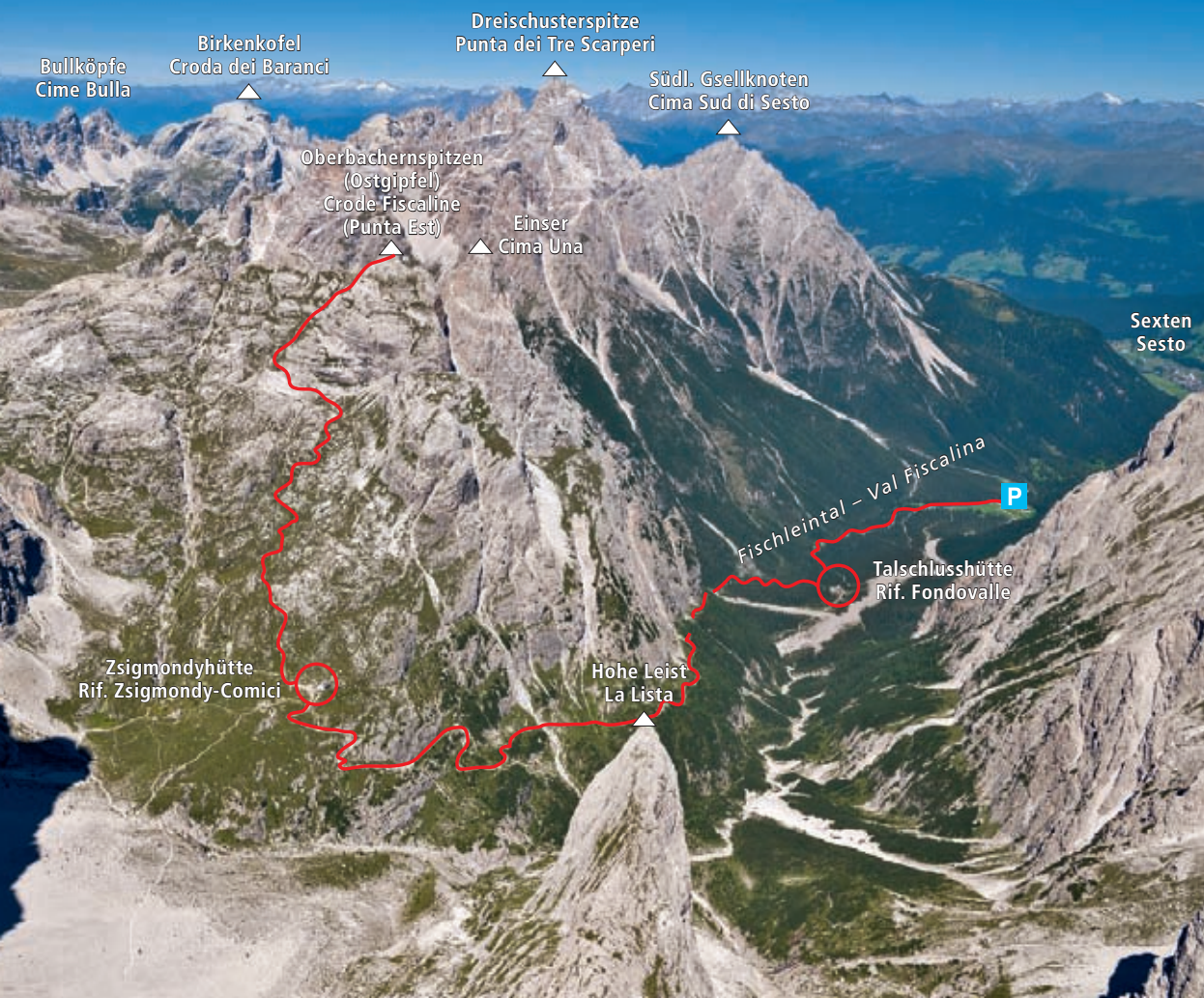
Schusterplatte
Lastron dei Scarperi

Altsteinspitzen
Punte Sassovecchio

Innichriedlknoten
Crodon di San Candido

Morgenkopf
Monte Mattina





57 Crode Fiscaline (Punta Est), 2677 m

Montagne di notevole suggestione soprattutto per il profondo abisso del versante nord che le contraddistingue. Grazie alla loro posizione centrale queste cime possono offrire un punto di osservazione rinomato ed istruttivo sulle varie catene delle Dolomiti di Sesto. Unico neo di questa escursione è la notevole frequentazione, comunque evitabile se fuori stagione. Degni di nota sono i frequenti resti di opere belliche cosparsi su tutto il plateau meridionale.



Descrizione

Dal parcheggio si percorre la strada in direzione sud che, attraverso il Piano Fiscalino, conduce comodamente al bel Rifugio Fondovalle (1548 m). Sempre per carrareccia si prosegue fino al suo termine presso l'imbocco a destra della Val Sassovecchio. Da questo punto si continua a sinistra seguendo le indicazioni per il Rifugio Comici; saliti alla base delle incombenti pareti di Cima Una, ci si addentra nello stretto solco della Val Fiscalina Alta dominata a sud dalla singolare cima della Lista. Raggiunto il Rifugio Zsigmondy-Comici (2224 m) si prosegue verso destra (ovest) lungo il segnavia 101 (direzione Passo Fiscalino). Poco a monte però si lascia il sentiero per imboccare verso destra una valletta erbosa che scende dalle pendici del Pulpito Alto. Si sale così fra macchie erbose e bianco calcare fino ad una conca a q. 2469 m; ora si punta dritto a nord e per il ripido ma elementare fianco sud della cima si raggiunge la croce della Punta Est delle Crode Fiscaline (2677 m). Gran bella vetta con sbalorditiva visione di Cima Una, Punta dei Tre Scarperi, Croda Rossa di Sesto, Cima Undici, Monte Popera, Croda dei Toni, Tre Cime, nonché dell'impressionante abisso del versante nord! Insomma un circondario di vette, crode, baratri e pinnacoli che lascerà a bocca aperta! Per il rientro si torna dalla via dell'andata, oppure si può innanzitutto toccare facilmente ed in solo pochi minuti anche la Punta di Mezzo e la Punta Ovest delle Crode Fiscaline poi, transitati dal caratteristico Rifugio Pian di Cengia, dalla poco distante ed omonima forcella si scende a nord per il sentiero 101 che con percorso in quota porta al celebre Rifugio Locatelli alle Tre Cime. Quindi per il segnavia 102 si cala nella Val Sassovecchio tornando così nel fondo valle fiscalino ed al punto di partenza.

DATI TECNICI

Periodo consigliato

inizio luglio–ottobre

Come arrivare/partenza

da San Candido in Pusteria seguire per la Valle di Sesto – Val Fiscalina (parcheggio, 1454 m)

Tempo complessivo

ca. 7 ore

Dislivello in salita

ca. 1250 m

Difficoltà

perlopiù E

Esposizione

nord, nord-est, est, sud-est

Carta topografica

Tabacco 010;
Tappeiner 105, 110 o 138





58 Lastron dei Scarperi (Schusterplatte), 2957 m

Montagna dall'aspetto selvaggio e tormentato, è facilmente riconoscibile per la sua lunga e piatta sommità. Di notevole interesse panoramico, questa cima attrae principalmente per lo straordinario colpo d'occhio sulla vicina piramide di roccia della Punta Tre Scarperi. Vista la sua frequentazione nei mesi estivi, meglio aspettare l'inizio dell'autunno, momento migliore per gustarsi la pace e i silenzi di questa montagna!

Descrizione

Dal parcheggio, per strada verso sud si attraversa il Piano Fiscalino fino a raggiungere il Rifugio Fondovalle (1548 m); quindi a destra per larga traccia fino al bivio dei sentieri. Si prosegue ancora a destra (segnavia 102) per imboccare la stretta Val Sassovecchio, che si risale dominati dalle incombenti pareti settentrionali di Cima Una e delle Crode Fiscaline. Raggiunta q. 2000 m circa la vallata si apre e, stando piuttosto a destra, si progredisce (oltre un'impennata fra i mughi) fino al bordo settentrionale dell'estesa Alpe dei Piani (q. 2314 m). Con vista sul Monte Paterno, Sasso di Sesto, Torre Toblin e Crodon di San Candido, si abbandona il sentiero che continua verso sinistra per seguire alcune tracce che, oltre una conca d'erba e rocce, conducono al valico della Forcella di San Candido (2381 m, bella visuale sulla selva di vette dei Baranci). Si continua verso destra per aggirare a sud un dosso erboso e giungere alla selletta denominata Niederjoch (2465 m). Da qui si cala a nord nella fossa del Rio di San Candido che si dovrà risalire ripidamente verso destra (nord-est) con percorso a zigzag e superando una scarpata rocciosa. Raggiunto il circo detritico sotto la Forcella di Sassovecchio, si volge a sinistra e con breve traversata su una cengia si guadagna un canale franoso. Lo si rimonta faticosamente fino ad un intaglio con vista sbalorditiva sulla Punta dei Tre Scarperì; quindi a sinistra per facili cenge un po' esposte fino al pendio detritico sommitale che si risalirà, aiutati da numerosi ometti, fino alla bellissima cima del Lastron dei Scarperì (2957 m). Vetta di soddisfazione con vista straordinaria sulla piramide della Punta Tre Scarperì, ma anche sul frastagliato Gruppo dei Baranci, Croda dei Rondoì, Tre Cime di Lavaredo. Per il rientro si segue a ritroso l'itinerario di salita.

DATI TECNICI

Periodo consigliato

inizio luglio–ottobre

Come arrivare/partenza

da San Candido in Pusteria seguire per la Valle di Sesto – Val Fiscalina (parcheggio, 1454 m)

Tempo complessivo

7–7 ½ ore

Dislivello in salita

ca. 1550 m

Difficoltà

E, per il vallone di accesso e la cima EE

Esposizione

nord, nord-est, sud-ovest

Carta topografica

Tabacco 010;
Tappeiner 105, 110 o 138





59

Monte Popera (Hochbrunnenschneide), 3046 m

Montagna di eccezionale interesse panoramico, è il tremila più facilmente accessibile delle Dolomiti di Sesto. Per questo non è proprio da considerarsi una cima solitaria, ma salire lassù è comunque un'esperienza da non perdere! Il percorso si riassume in una lunga camminata, facile anche se non banale, da non sottovalutare. L'ambiente pietrificato dei Monti Pallidi qui appare in tutto il suo splendore, entusiasmando non poco i suoi visitatori!



Descrizione

Dal parcheggio si segue la strada verso sud (o il sentiero 102) fino a raggiungere il Rifugio Fondovalle (1548 m); quindi si comincia a salire, dopo aver abbandonato la strada, lungo il segnavia 102–103. Giunti all'imbocco della Val Sassovecchio si volta a sinistra per continuare con più decisione fino alla base delle strapiombanti pareti di Cima Una (sentiero 103). Con bel percorso ci si addentra nella Val Fiscalina Alta, dominata a sud dalla cima della Lista e, più dietro, dalla colossale cattedrale di roccia della Croda dei Toni! Si raggiunge così il Rifugio Zsigmondy-Comici (2224 m, eventuale pernottamento) da dove, continuando lungo il sentiero 103, si raggiungono le pendici della Croda dei Toni e le vicine acque del Lago Ghiacciato (2326 m). Si prosegue lungo il segnavia 101 che porta all'imbocco della Busa di Dentro, profondo vallone racchiuso da alte e verticali pareti di roccia. Dall'indicazione per il Monte Popera si volge a destra e, su terreno spesso innevato, si guadagnano i pressi del ripidissimo canalone ghiacciato che scende dal Monte Giralba; qui si cambia direzione per voltare a sinistra e trovarsi davanti ad una ripida e stretta valletta anch'essa spesso innevata. Con forte pendenza si risale l'impervio canalone che porta ai piedi della Forcella Alta di Popera; quindi a destra e, oltre un canalino, si affrontano una serie di rocce gradinate. Giunti in cresta, a meridione della suddetta forcella, si volge ancora a destra e, superati alcuni facili gradini rocciosi, si guadagna il vasto ed inclinato terrazzone sommitale. Procedendo senza difficoltà si conquista così la vetta del Monte Popera (3046 m), bella montagna attornata da cime stupende quali la Croda dei Toni, Cima Undici, Croda Rossa di Sesto e Cima Bagni; risulta inoltre veramente impressionante sporgersi sull'abisso della parete est! Il rientro si svolge per l'itinerario di salita.

DATI TECNICI

Periodo consigliato

luglio–ottobre

Come arrivare/partenza

da San Candido in Pusteria seguire per la Valle di Sesto – Val Fiscalina (parcheggio, 1454 m)

Tempo complessivo

8–8 ½ ore

Dislivello in salita

totale ca. 1700 m

Difficoltà

E, per l'accesso alla cima EE (utili piccozza e ramponi)

Esposizione

in prevalenza nord, quindi ovest, nord-ovest

Carta topografica

Tabacco 010;
Tappeiner 105, 110 o 138





60 Punta dell'Agnello, 2736 m

Bella escursione in zone selvagge e solitarie, sicuramente poco frequentate, che merita una citazione seppur si trovi al di fuori, anche se di poco, dai confini altoatesini. La cima infatti, che si erge nel settore meridionale delle Dolomiti di Sesto, è remunerativa soprattutto per l'incomparabile e ravvicinata visione del colossale massiccio Croda dei Toni-Cima d'Auronzo. Lungo il facile accesso è presente, appena sotto la vetta, il Bivacco fisso De Toni.

Descrizione

Dal tornante s'imbocca il sentiero 106 con indicazione per il Bivacco De Toni; entrati nel fitto bosco si punta a nord lungo un'esile traccia che sale fino ad attraversare un grande canalone detritico. Dopodiché si entra nella Val del Marden affrontando con innumerevoli svolte lo scuro e selvaggio vallone. Si aggirano quindi i contrafforti occidentali della Pala del Marden per proseguire in direzione nord-est e spostarsi ai piedi dei Campanili di Val dei Toni. Oltre il limite superiore della vegetazione si continua nella medesima direzione e su facili pendii di ghiaia e detriti fino a raggiungere l'incrocio con il sentiero 107, proprio ai piedi delle incombenti pareti occidentali della Cima d'Auronzo. Da qui, con ultime ripide svolte verso destra, si guadagna il valico della Forcella dell'Agnello (2567 m) ed il vicino Bivacco fisso De Toni (2578 m), posto in luogo solitario ed incantevole. Continuando per la cima si attacca il versante settentrionale della stessa superando facili gradoni per giungere velocemente ad un canalino che si supera agevolmente. Ora per ripide ghiaie, seguendo l'evidente traccia e i vari ometti, fino alle roccette sommitali ed alla cima più elevata della Punta dell'Agnello (2736 m), raggiunta con solo pochi passi di 1° grado. Bella vetta solitaria ed appartata, con spettacolare veduta sulle dirimpettaie pareti di Cima d'Auronzo e Croda Berti, nonché sulle Dolomiti di Sesto, Marmarole, Antelao, Cadini di Misurina, Cristallo. Da non perdere la Cima Sud (2724 m, croce), raggiungibile in breve aggirando a destra uno spuntone e percorrendo la cresta con ultime facili rocce rotte. Da qui vista splendida sulla Val d'Ansiei e Auronzo di Cadore, Col dell'Agnello, Croda e Val Gravasecca. Per il rientro a valle si torna dall'itinerario di salita.



DATI TECNICI

Periodo consigliato

fine giugno–ottobre

Come arrivare/partenza

da S. Candido in Pusteria seguire per il Passo Montecroce Comelico e Auronzo di Cadore – Val d'Ansiei-Val Marzon (tornante q. 1127 m)

Tempo complessivo

ca. 7 ore

Dislivello in salita

ca. 1600 m

Difficoltà

fino in forcella E, per la cima EE

Esposizione

sud, sud-ovest, ovest, nord

Carta topografica

Tabacco 010 o 017;
Tappeiner 105, 110 o 138

Cime solitarie: Alto Adige – Dolomiti

Questa guida presenta ed illustra 60 ascensioni in vetta nello spettacolare ambiente alpino dell'Alto Adige orientale. Particolarità di quest'opera sono le "cime solitarie", ovvero la ricerca di percorsi e montagne poco frequentate, lontane il più possibile dall'escursionismo di massa. Tutti gli itinerari proposti sono corredati di un'accurata descrizione del percorso, dati tecnici, riprese fotografiche a terra e aeree. Queste ultime, piuttosto informative grazie al disegno del percorso da compiere, rendono bene l'idea degli ambienti in cui ci si muove. Tutte le salite qui descritte, considerati i notevoli dislivelli, gli ambienti impervi attraversati, la frequente mancanza di sentieri e l'isolamento spesso accentuato, pur non essendo mai troppo difficoltose sono comunque consigliate solo agli escursionisti più esperti!

