



ERENSEE

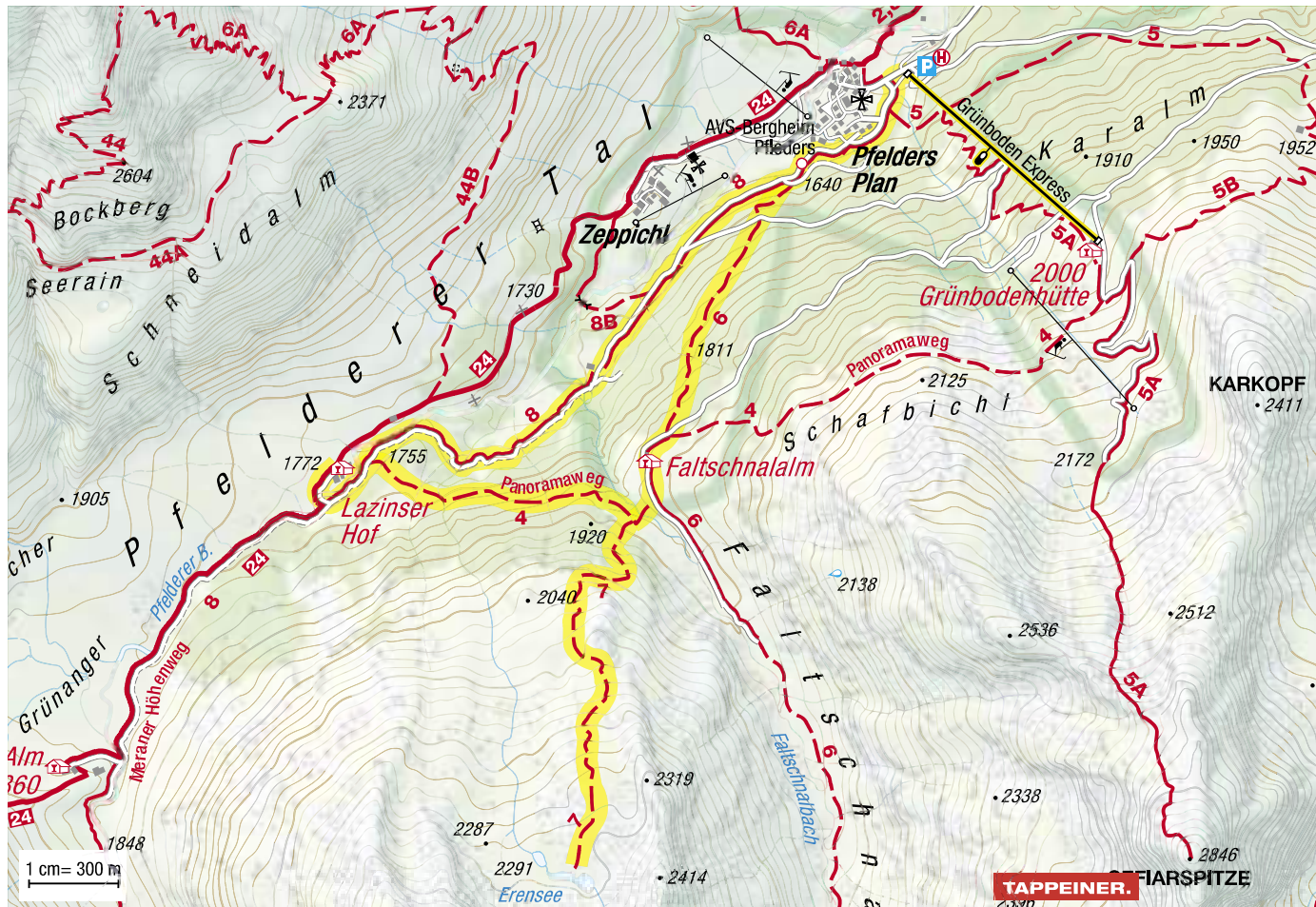
Zona: Val Passiria

Gruppo: Gioia di Tessa

Mappe: Komp.: 53 - Tab.: 039 - Tappeiner: 113

Dislivello: 720 Durata: 3.50 Km: 10,000 Valutazione: E

Itinerario: Posteggio Plan (1624), Lazinser Hof (1772), bivio sotto Faltschnalalm (1865), Erensee (2291), Faltschnalalm (1871), Posteggio Plan (1624).



Faltschnal Alm

Raggiunto Plan di Passiria (Pfelders) lasciamo la macchina negli ampi parcheggi all'entrata del paese. La circolazione nell'abitato è vietata ai non residenti.

Con la strada forestale che corre sulla sponda destra del Pfelderer Bach (segnavia 8) raggiungiamo il Lazinser Hof, bel posto di ristoro (0.40-0.40). Abbandonata la carrarecchia prendiamo sulla sinistra il segnavia 4 indicato per Erensee e Faltschnalalm. Un comodo sentiero tracciato nel bosco ci porta in breve a



quota 1890, poco sotto la malga **(0.45-1.25)**. Da qui parte il sentiero 7 per l'Erensee (Lago Eren), meta della nostra gita. Con una serie di curve prendiamo quota avendo sotto di noi la Faltschnal Alm mentre siamo circondati da stupende piante di rododendri in fiore. Superate due o tre balze che sembrano sempre essere le ultime da valicare, raggiungiamo finalmente il bacino allungato dell'Erensee **(0.50-2.15)**. Siamo a quota 2294 nel cuore del Gruppo di Tessa, proprio alla base delle cime Erenschneid e Erenspitz. A nord si ergono le alte vette innevate dell'Altissima (Hochwilde), delle Anime (Hinterer Seelenkogel), Liebener Spitze che segnano lo spartiacque con l'Austria. Per il rientro ripercorriamo lo stesso itinerario della salita fino al punto di ristoro Faltschnal Alm **(1.00-3.15)**. La gita termina percorrendo un tratto del Tiroler Höhenweg, segnavia 6, che porta velocemente all'abitato di Plan **(0.35-3.50)**.



Rhododendri in fiore



Faltschnal Alm e Pfelderer Tal

Bella e piacevole gita fra cespugli di rododendri in fiore.



Erensee e Erenspitz

In tutte le stagioni, ma ...



inverno



primavera

... sempre in compagnia



estate



autunno



RIFUGI MILANO E COSTON

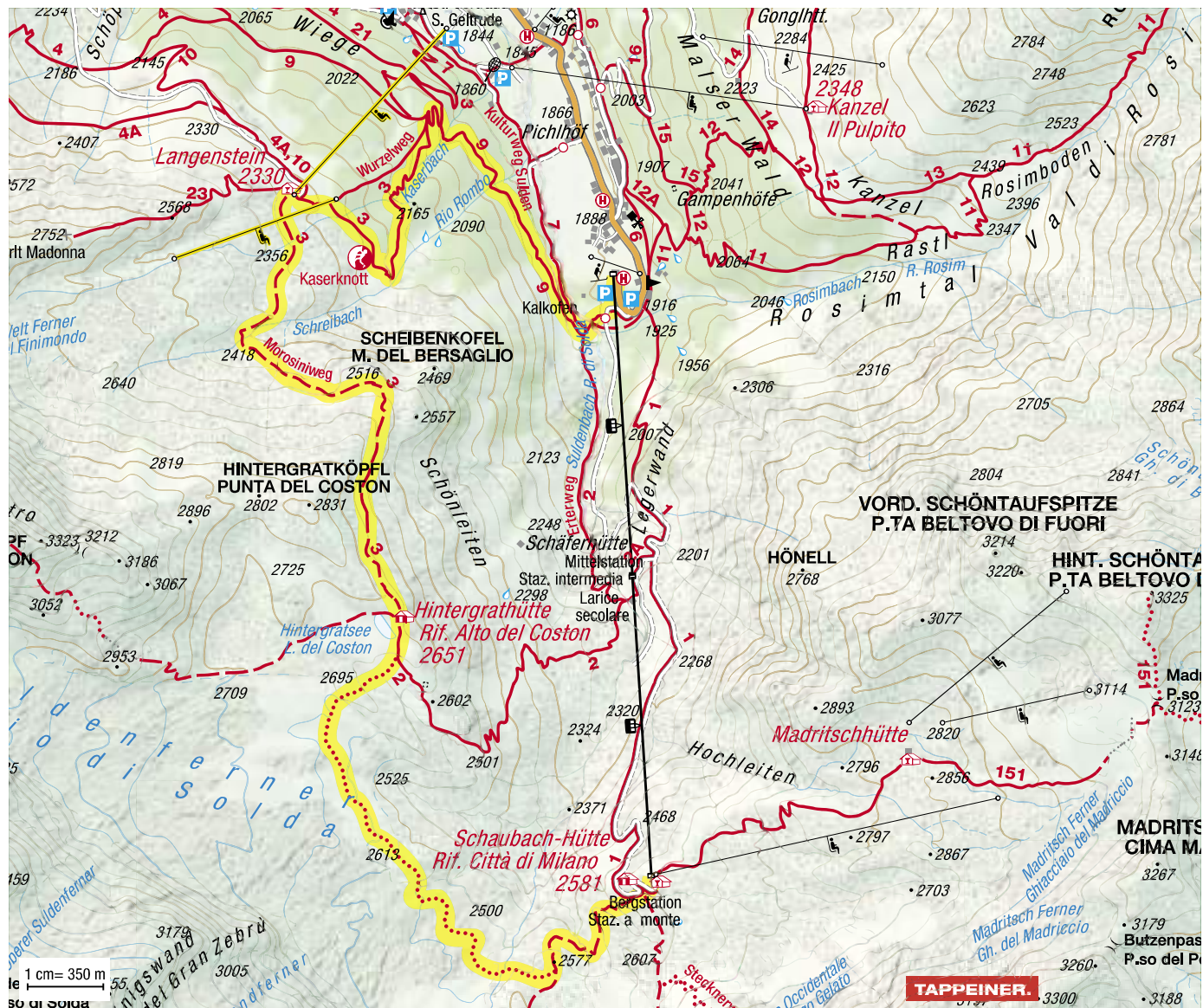
Zona: **Val di Solda**

Gruppo: **Ortles Cevedale**

Mappe: **Komp.: 72 - Tab.: 08 - Mapgr.: 04**

Dislivello: **1110** Durata: **5.50** Km: **12,5** Valutazione: **EE**

Itinerario: **Stazione a monte funivia di Solda (2600), Rif. Milano (2581), sentiero del ghiacciaio, Rif. Coston (2651), Punta del Coston (2831), Langenstein - Rif. K2 (2330), Staz. a valle Funivia Solda (1916).**



Raggiungiamo la stazione a valle della funivia di Solda dove lasciamo la macchina e con l'impianto arriviamo poco sopra il Rifugio Città di Milano (Schaubach Hütte) a quota 2600.

Dalla stazione a monte caliamo di una ventina

di metri per imboccare, nei pressi del Rifugio, "Il sentiero del ghiacciaio". Da qui parte anche il sentiero che, con direzione sud, porta al Passo Lago Gelato e poi al Rif. Casati ai piedi del Cevedale.

Noi prendiamo direzione ovest puntando alle



Camminiamo sul ghiacciaio

vedrette che scendono dalle imponenti cime di Gran Zebrù, Zebrù e Ortles. Il sentiero, ben indicato da paletti segnavia, si snoda sui detriti morenici lasciati in superficie dal ghiacciaio che si sta ritirando. Caliamo fino a quota 2480 **(0.40-0.40)** per poi riprendere quota e dirigerci verso nord, puntando alla base della vedretta di Solda che scende dal Gioogo Alto, sella tra Zebrù e Ortles. I detriti su cui corre il sentiero ora sono minimi e a tratti è ben visibile il ghiacciaio sottostante evidenziato da canaletti d'acqua formati dallo scioglimento superficiale dello stesso **(0.45-1.25)**. Pur essendo una giornata splendida e camminando in pieno sole, godiamo del fresco che

sale dal sottostante ghiaccio. Dopo essere passati in prossimità delle grandi vedrette ci portiamo sul lungo costolone detritico **(0.45-2.10)** che cala verso il Rifugio Alto del Coston (Hintergrathütte) e l'omonimo splendido specchio d'acqua. Fatto il giro del lago da cui si hanno belle inquadrature del cammino percorso, ci fermiamo al rifugio **(0.30-2.40)**. Ripreso il cammino decidiamo di salire alla vicina cima dell'Hintergratköpfl (Punta del Coston) a quota 2831, un eccellente punto panoramico da cui si domina la sottostante Val di Solda e le cime orientali che la sovrastano: Bel Tovo, Vertana, Croda di Cengles. Sono ben visibili anche i rifugi Serristori, Tabaretta, Payer. Rientrati al rifugio **(0.45-3.25)** prendiamo il segnavia 3 "Sentiero Morosini" che, con percorso aereo, taglia prima il lato orientale della Punta del Coston e poi, sui detriti del ghiacciaio End der Welt (Fine del Mondo), raggiunge il Rifugio Langenstein (K2) **(1.10-4.35)**. La discesa continua nel bosco col sentiero 3 fino a quota 2020, dove ci immettiamo nel 9 che ci riporta dolcemente al posteggio **(1.15-5.50)**.

Splendida escursione ai piedi dei grandiosi ghiacciai che circondano Solda.



Rifugio Milano con Piccolo Zebrù e Ortles



MORGENRAST, BLANKENHORN, GETRUMSPITZ, KASSIANSPITZE, RITZLAR

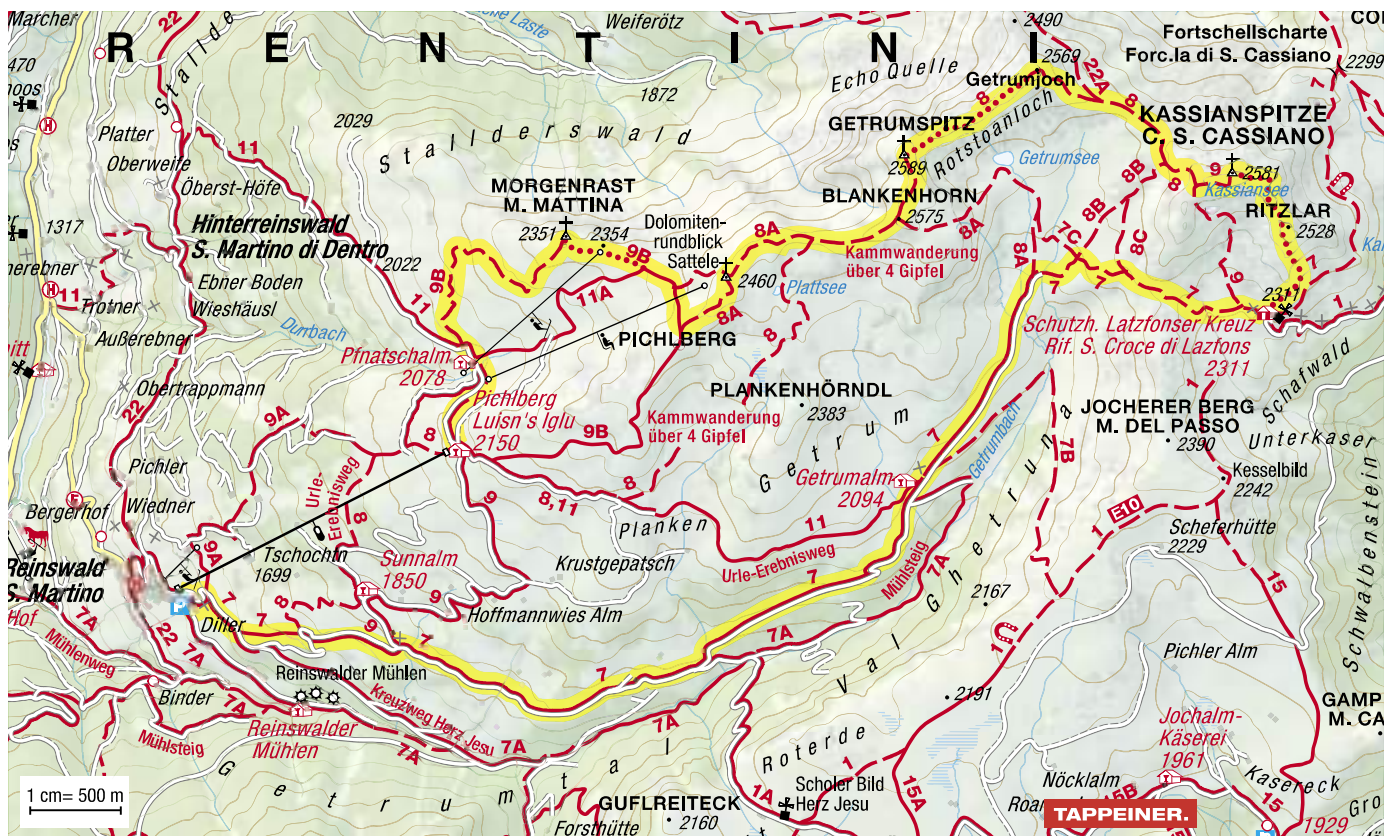
Zona: Val Sarentino

Gruppo: M.ti Sarentini - Gr. della Cima di S. Giacomo

Mappe: Komp.: 56 - Tab.: 040 - Mapgr.: 31

Dislivello: 1460 Durata: 6.40 Km: 18,69 Valutazione: EEA

Itinerario: Stazione a monte cabinovia Reinswald (2150), Morgenrast (2351), Blankenhorn (2575), Getrumspitz (2589), Getrumjoch (2569), Kassiansp. (2581), Ritzlar (2528), Latzfonsner Kreuz (2311), Lücklscharte (2378), Getrumalm (2094), Stazione a valle cabinovia Reinswald (1570).



A Reinswald, in Val Sarentino, prendiamo le telecabine che ci portano a quota 2150.

Dopo essere calati nel catino dove giace la Pfnatschalm, imbocchiamo il sentiero R che ci permette di raggiungere facilmente la cima del Morgenrast (0.50-0.50). Ora caliamo di qualche metro verso l'arrivo dello skilift e riprendiamo quota sempre sul segnavia R abbandonandolo poco dopo per prendere sulla sinistra l'8A (0.20-1.10). Con un breve tratto di salita raggiungiamo

la sommità dove prendiamo l'8. Continuiamo in direzione nord-est sulla lunga dorsale che ci porta alla quota 2575 della croce di vetta del Plankenhorn o Blankenhorn (0.55-2.05). Il percorso, fin qui facile, diventa più impegnativo ma sempre ben segnato. Caliamo su detriti a un forcellino per poi riprendere quota. In alcuni tratti si trovano corde fisse che facilitano il passaggio nei punti esposti. Camminando in cresta e avendo sotto di noi il laghetto circolare Getrum



raggiungiamo la Getrumspitz **(0.30-2.35)**. Con sentiero meno impegnativo scendiamo al Getrumjoch superando gli incroci dei sentieri 8/8B/22a e, mantenendoci sull'8B, raggiungiamo a quota 2581 la Kassianspitze, quarta cima della giornata **(0.50-3.25)**. Sotto di noi, molto in basso, scorgiamo la chiesetta Latzfonser Kreuz, mentre più in quota giace il bel Kassiansee; da qui è anche visibile tutto il camminamento di cresta finora percorso. Una traccia che percorre un accidentato crinale sembra essere il naturale proseguimento del nostro itinerario e decidiamo di seguirla. Il sentierino privo di segnavia cala di un centinaio di metri con passaggi abbastanza impegnativi su rocce, raggiunge una selletta e risale alla croce della quinta cima, la Ritzlar **(0.30-3.55)**. La discesa molto ripida sull'altro versante è munita di scalini e funi d'acciaio che aiutano e che ci permettono di raggiungere senza grosse difficoltà la balconata panoramica che accoglie il santuario Latzfonser Kreuz. All'adiacente rifugio, dopo tanto cammino, è obbligatoria la sosta **(0.30-4.25)**. Dopo la salita alla Lückl Scharte inizia la lunga discesa di ritorno. Procedendo sul



Si cammina in cresta

sentiero 7 superiamo il bivio con l'8A e arriviamo alla Getrum Alm **(1.05-5.30)**. Da qui si potrebbe risalire alla stazione a monte delle telecabine, ma noi preferiamo calare a valle con la carrareccia facile da percorrere, ma molto lunga. In oltre un'ora giungiamo al posteggio **(1.10-6.40)**.

Gita molto lunga e con diversi tratti impegnativi nel cuore dei Monti Sarentini. Molta la soddisfazione nel percorrere le lunghe e aeree creste.



Latzfonser Kreuz



SEEBODENSPIZ

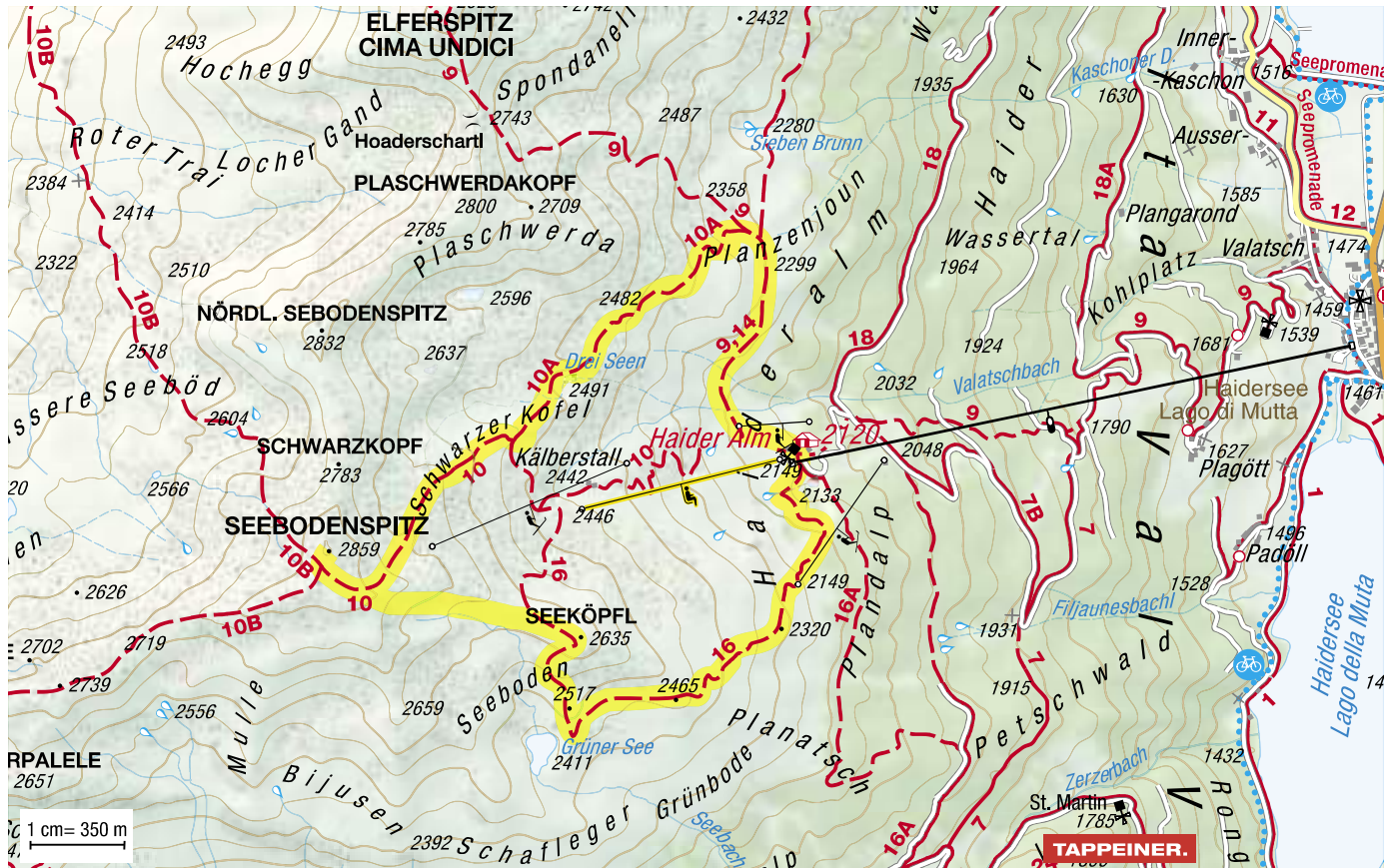
Zona: **Alta Val Venosta**

Gruppo: **Alpi Venoste di Ponente**

Mappe: **Komp.: 52 - Tab.: 043 - Tappeiner: 114**

Dislivello: **750** Durata: **3.40** Km: **8,700** Valutazione: **E**

Itinerario: **Haider Alm (2120), sopra Grüner See (2465), Seeköpfl (2635), Seebodenspitz (2859), Drei Seen (2491), sentiero 9 (2358), Haider Alm (2120).**



Da Seebodenspitz, la cresta verso Cima Rasass

Giunti a San Valentino alla Muta, nell'Alta Val Venosta, prendiamo l'impianto di telecabine che ci porta alla quota 2120 della Haider Alm.

Prendendo il sentiero 16 che passa nei pressi di un piccolo bacino idrico iniziamo la salita e, mano a mano che acquistiamo quota, la vista si allarga sui sottostanti laghi di Resia e della Muta. Con buon sentiero giungiamo a quota 2465 poco sopra il Grüner See (1.05-1.05). Siamo in un ambiente brullo e sassoso che contrasta con l'intenso verde del laghetto. Da qui la salita diventa più ripida portandoci sull'altura Seeköpfl (0.25-1.30) da cui è ben visibile la Seebodenspitz, meta



della nostra gita. Seguendo un camminamento di cresta con segnavia alquanto sbiaditi puntiamo direttamente alla cima. A quota 2770 ci immettiamo nel sentiero 10 raggiungendo senza difficoltà la cima caratterizzata da una particolare croce metallica **(0.35-2.05)**. Siamo circondati da alte cime, mentre in basso splendono i due grandi laghi di Resia e della Muta che precedono il Passo di Resia. Proprio sotto di noi abbiamo invece i “Drei Seen” da cui intendiamo passare. Ripercorriamo il sentiero di salita nr.10, lo seguiamo fino a quota 2540 immettendoci nel 10A **(0.25-2.30)**. Tagliando il lato orientale dello Schwarzer Kofel, con lieve pendenza caliamo ai tre suggestivi laghetti **(0.15-2.45)**. Ora con discesa accentuata raggiungiamo quota 2290 e imbrocciamo il segnavia 9, che, quasi con un’inversione di marcia, ci riporta alla Haider Alm **(0.55-3.40)**.

Gita d’alta quota molto panoramica e poco faticosa, grazie all’utilizzo dell’impianto funiviario.



I Drei Seen



Sopra Grüner See



Bacino idrico e Lago di Resia dalla Haider Alm



PUNTA CERVINA (HIRZER)

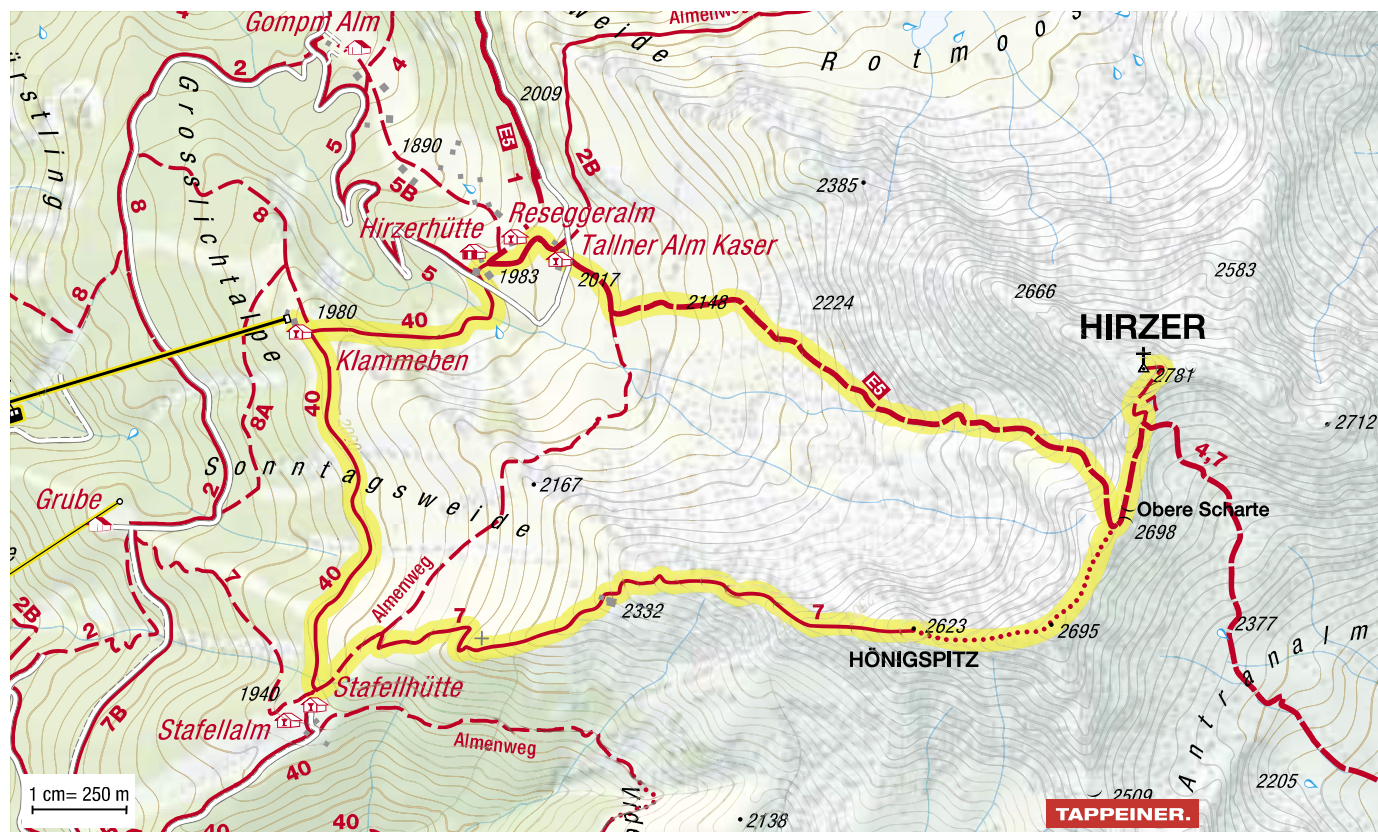
Zona: Val Passiria

Gruppo: M.ti Sarentini - Gr. di Punta Cervina

Mappe: Komp.: 53 - Tab.: 011 - Mapgr.: 31 - Tappeiner: 121

Dislivello: 950 Durata: 5.20 Km: 8,5 Valutazione: EE

Itinerario: Klammeben (1980), Stafelhütte (1940), Hönigspitz (2695), Obere Scharte (2698), Hirzer (2781), Hirzerhütte (1983), Klammeben (1976)



Partendo da Saltusio, nella parte bassa della Val Passiria, raggiungiamo con la doppia funivia Klammeben.

Camminando su strada in piano ci portiamo alla Stafelhütte (0.20-0.20) e con segnavia 7 iniziamo la ripida salita verso cima Hönig. A quota 2140 raggiungiamo la croce del tempo [1] posta su una panoramica balconata (0.20-0.40). Camminiamo fra piante di rododendri fino al cancelletto di quota 2350 (0.30-1.10). Qui iniziamo un lungo camminamento in cresta a tratti esposto e non sempre ben individuabile che supera roccette e guadagna velocemente quota. Passiamo poco sotto una cimetta con



Passaggi impegnativi

croce e raggiungiamo la Hönigspitz a quota 2695 (1.10-2.20). Questo percorso, punteggiato



sulle mappe, potrebbe creare difficoltà a chi ha problemi di vertigini. Ora si cala facilmente a una sella per poi risalire a una seconda cimetta che precede la Obere Scharte, dove giunge il sentiero normale proveniente da Klammeben **(0.20-2.40)**. Tagliando il fianco orientale di Punta Cervina caliamo di una ventina di metri, per poi iniziare la ripida salita alla cima. Un sentiero ben segnato ci porta fino a quota 2750 e da qui si procede su rocce e sfasciumi fino alla cima di Punta Cervina a quota 2781 **(0.25-3.05)**. L'angusta vetta con croce è altamente panoramica e domina dall'alto la Val Passiria e la Val Sarentino. Sono ben visibili le numerose cime dolomitiche, quelle del gruppo Ortles-Cevedale, quelle delle Alpi Passirie e Breonie. Per il rientro ripercorriamo lo stesso sentiero fino alla Obere Scharte **(0.20-3.25)**, qui, seguendo il segnavia 4-7, iniziamo la discesa lungo il "Gebirgsjaegersteig" che su disagiata ghiaione cala fino al grande e affollato rifugio Hirzer **(1.40-5.05)**. Una comoda strada in leggera salita ci riporta alla funivia a Klammeben **(0.15-5.20)**.



Sulla Punta Cervina

Gita circolare che abbiamo percorso in senso antiorario e che ci ha portato a toccare le panoramiche cime Hönig e Cervina. La salita lungo la cresta, che presenta qualche piccola difficoltà, è particolarmente remunerativa.



Stafelhütte



LAUWANDSPITZ

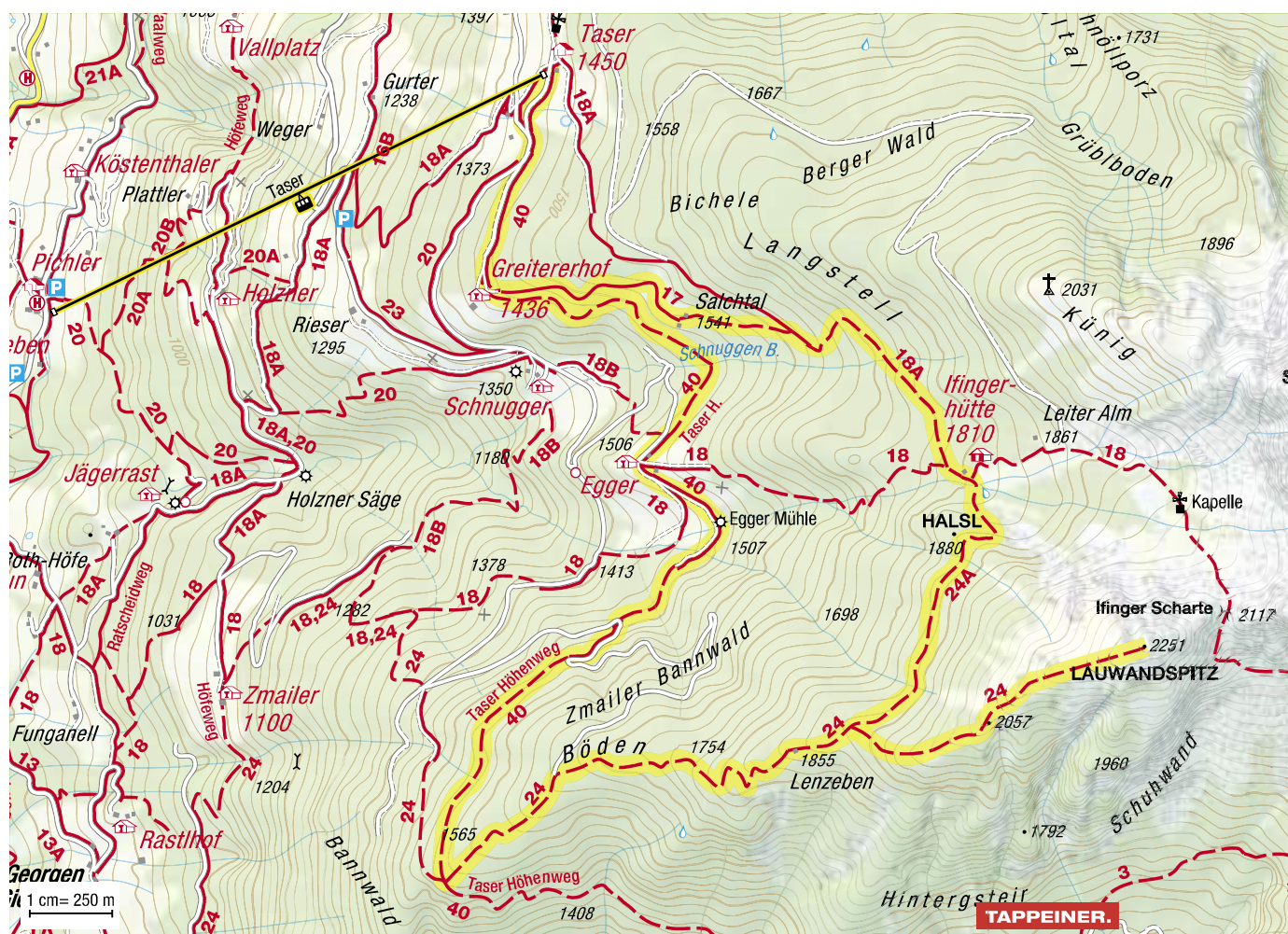
Zona: Val Passiria

Gruppo: M.ti Sarentini - Gr. di Punta Cervina

Mappe: Komp.: 53 - Tab.: 011 - Mapgr.: 31 - Tappeiner: 121

Dislivello: 970 Durata: 4.45 Km: 12 Valutazione: EE

Itinerario: Taser (1450), Greiterer (1435), Ifinger Hütte(1810), bivio Lauwand (1885), Lauwandspitz (2250), bivio Lauwand (1885), Lenzeben (1855), Taser Höhenweg (1540), Egger (1505), Taser (1450).



Da Scena raggiungiamo la stazione a valle della Funivia Taser e con questa saliamo ai 1450 metri di Taser, un agglomerato ristorante-residence collocato su una magnifica balconata prativa.

Quasi in piano su strada asfaltata arriviamo al Greitererhof, prendiamo il sentiero 17 che sale ripido fino a quota 1670 e qui ci immettiamo nel sentiero 18A per la Ifingerhütte (Rifugio Ivigna). A quota 1810, proprio ai piedi del Picco

Ivigna, raggiungiamo il bel rifugio della Sezione meranese del Club Alpino Italiano (1.05-1.05). Proseguiamo sul sentiero 20 (24A sulla mappa), non ripido ma accidentato, raggiungendo a quota 1865 il bivio per Lauwandspitz (0.30-1.35). Un ripido percorso sale con direzione nord-est sulla dorsale e raggiunge prima una croce semplice e poi una grande Wetterkreuz[1] (0.35-2.10). La salita, ora più difficoltosa, continua con un tratto



Il Picco Ivigna dalla Lauwandspitz

finale su stretto sentierino esposto e raggiunge la piccola balconata che si trova poco sotto il Lauwandspitz e si affaccia sulla sottostante Ifinger Scharte. Siamo dominati dall'alta cima del Großer Ifinger (Picco Ivigna) **(0.15-2.25)**. L'aria tersa ci permette di spingere lo sguardo fino alle Tofane, al Gruppo del Brenta, all'Adamello. La discesa avviene sullo stesso itinerario della salita fino al bivio di quota 1885 **(0.40-3.05)**.

Ora proseguiamo col segnavia 24 e in ripida discesa raggiungiamo il casolare semidistrutto Lenzeben, trascuriamo una strada forestale e a quota 1540 ci immettiamo nel Taser Höhenweg prendendo direzione nord **(0.40-3.45)**. Il sentiero segue un percorso ondulato che, correndo nel bosco, raggiunge prima il Ristorante Egger e poi il ristorante Greiterer già superato al mattino. Con il breve tratto di strada asfaltata rientriamo a Taser **(1.00-4.45)**, dove riprendiamo la funivia per la discesa a valle.

Escursione che ci ha portati su una cima altamente panoramica. Itinerario tranquillo nella parte circolare, più impegnativa la salita al Lauwandspitz.



L'arrivo alla Croce del tempo



La discesa dalla Lauwandspitz, con Merano



PEDERKÖPFL E PANORAMAWEG

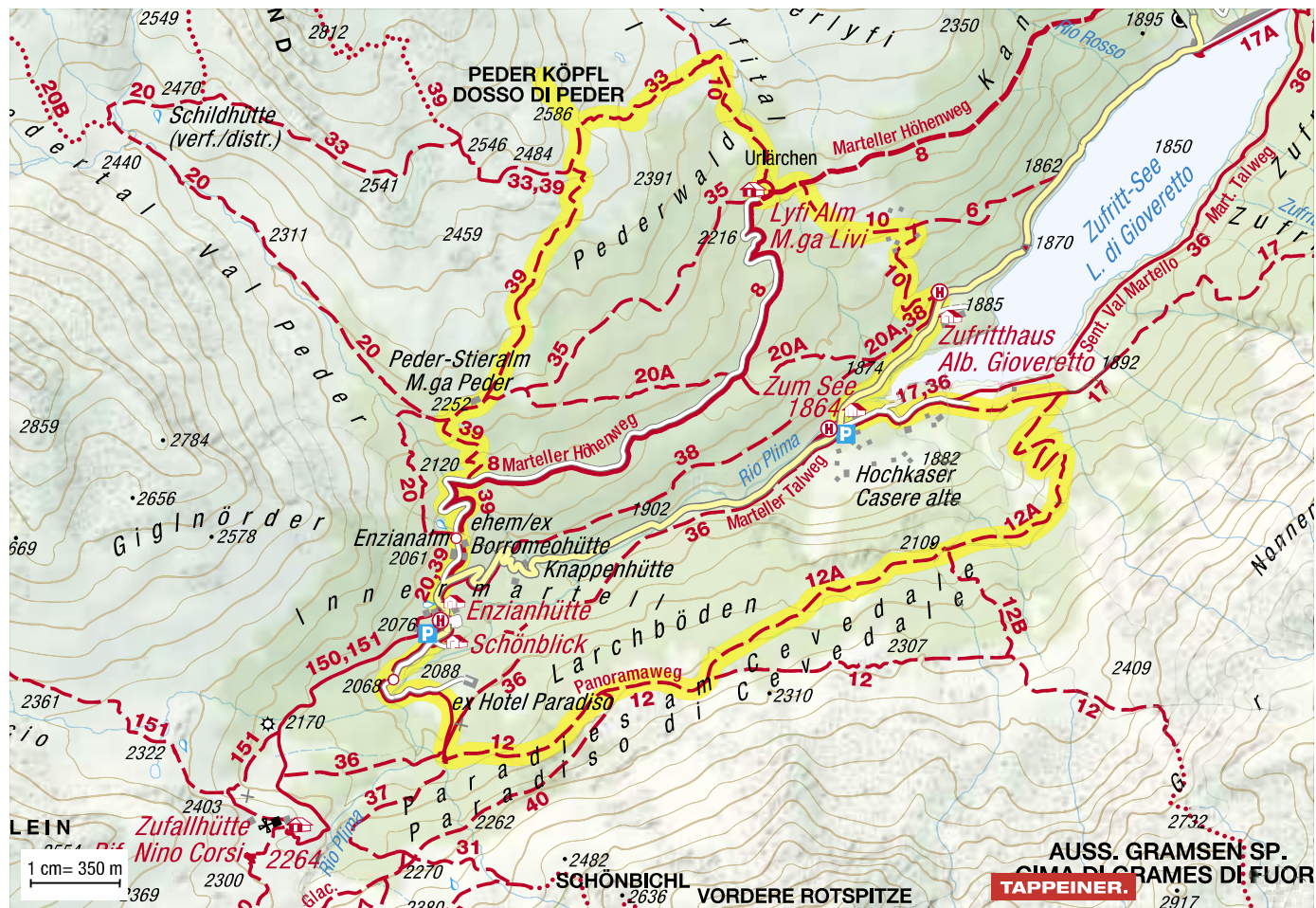
Zona: **Val Martello**

Gruppo: **Ortles Cevedale**

Mappe: **Komp.: 72 - Tab.: 08 - Mapgr.: 04**

Dislivello: **950** Durata: **5.00** Km: **13** Valutazione: **E**

Itinerario: **Albergo Gioveretto (1885), Lyfi Alm (2165), Peder Köpfl (2586), Peder Stieralm (2252), Enzianhütte (2051), Panoramaweg 12 e 12A, Zum See (1864), Albergo Gioveretto (1885).**



Risaliamo la Val Martello fino al Lago Gioveretto lasciando la macchina nel posteggio a pagamento presso la Zufritthaus.

Col sentiero 10 saliamo fino alla Lyfi Alm camminando nel bosco (0.40-0.40), si prosegue poi all'aperto. Giunti a quota 2280, prendiamo sulla sinistra il sentiero 33 per Pederköpfl (0.25-1.05). La salita diventa più ripida e si amplia la vista sui ghiacciai che ci circondano. Raggiunto a quota 2446 l'incrocio col sentiero 39 (0.25-

1.30) abbandoniamo i segnavia e, seguendo una traccia, ci indirizziamo a nord, puntando direttamente al punto culminante della nostra escursione. Una ripida salita ci porta alla sommità del Peder Köpfl (0.20-1.50), cimetta molto panoramica da cui possiamo ammirare le Vedrette Grames, Serena, Alta, Forcola che scendono dalle cime Gioveretto, Venezia, Marmotta e Cevedale. Per la discesa ripercorriamo la stessa traccia fino al bivio dei sentieri e qui proseguiamo col



39 raggiungendo la Peder Stieralm, casetta di legno circondata da un muretto a secco da cui si gode un grandioso panorama **(0.35-2.25)**. Proseguiamo la discesa fino ai grandi parcheggi della Enzianhütte **(0.40-3.05)** e da qui seguendo i segnavia 37 e 12 risaliamo la sponda destra del Rio Plima fino a quota 2160 **(0.45-3.50)**. Siamo sul “Panoramaweg” contrapposto al percorso del mattino. È ben visibile il Peder Köpfl dominato dalle cime Peder, Kalfan, Lyfi e in basso il Lago Gioveretto. In leggera discesa e dopo aver attraversato due ponticelli ci portiamo ai piedi di una serie di stupende cascate formate dai rivi che scendono dai ghiacciai **(0.30-4.20)**. La discesa si fa più ripida fino alla sponda del lago e, procedendo in piano su una strada bianca, raggiungiamo l’Albergo Zum See e con la provinciale il posteggio **(0.40-5.00)**.

Escursione molto panoramica. L’aver percorso sentieri sui due lati della valle ci ha permesso di avere una visione completa delle alte cime che chiudono ad anfiteatro la Val Martello.



Dal Pederköpfl il Cevedale



Stupende cascate



Lago e Cima Gioveretto

MARCHEGG DALLA VAL D'ULTIMO

Zona: Val d'Ultimo

Gruppo: Ortles Cevedale

Mappe: Komp.: 53 - Tab.: 042 - Mapgraphic: 28 - Tappeiner: 107

Dislivello: 750 Durata: 3.35 Km: 9 Valutazione: E

Itinerario: Kuppelwieser Alm (1970), diga Lago Quaira (2252), lasciamo strada (2202), Passo Laces (2533), Pfeiler (2507), Marchegg (2551), Passo Tarres (2517), sentiero 11, Kuppelwieser Alm (1970).



Risalendo la Val d'Ultimo, giunti all'altezza del Lago di Zoccolo prendiamo sulla destra la strada asfaltata che ci porta alla Kuppelwieser Alm e qui posteggiamo.

Imbocchiamo il sentierino 11A per Arzkarsee che in ripida salita ci porta ai piedi e poi alla sommità della grande diga del Lago Quaira (Arzkarsee) (0.40-0.40). Camminando sull'imponente manufatto raggiungiamo sull'altro lato la strada di servizio della centrale. La seguiamo per un tratto in discesa riprendendo poi la salita sempre sul sentiero 11A (0.20-1.00). Con un percorso su detriti e roccette, che corre sul fianco settentrionale dell'Arzkarschneid, raggiungiamo la quota 2530 del Passo di Laces, finestra sulla



Diga di Quaira

Val Venosta (0.45-1.45). Poco sotto di noi si ergono alcuni alti pilastri di pietre (Pfeiler) costruiti originariamente per sorreggere i tronchi cavi di un'antica via d'acqua, uno dei tanti



“Waal” presenti in Val Venosta. Noi possiamo ammirare quest’opera grazie al restauro del 1999 (tabella illustrativa in loco). Dopo aver percorso un tratto del sentiero 2A “Tarscher Jochwaal”, lo abbandoniamo per prendere una traccia che ci permette di percorrere la dorsale del Marchegg (Monte Confinale) e di raggiungerne la tondeggiante cima a quota 2550 **(0.35-2.20)**. Siamo sulla cresta che unisce l’Orecchia di Lepre e il Gran Ladro e che costituisce lo spartiacque fra la Val d’Ultimo e la Val Venosta. Dalla cima, sempre su tracce di sentiero, raggiungiamo facilmente il Passo di Tarres e da qui col sentiero 11 caliamo a metri 2125 dove intersechiamo la strada della centrale **(0.55-3.15)**. Inizialmente sul sentiero che ci evita alcuni tornanti e quindi con la carrareccia raggiungiamo il posteggio alla Kuppelwieser Alm **(0.20-3.35)**.

Veloce sgambata in ambiente arido e selvaggio. Bello percorrere la dorsale spartiacque fra le due valli.



L’Orecchia di Lepre dal Marchegg



Sotto di noi la Val Venosta



Pfeiler (pilastr)



SENTIERO DOLOMIEU E LOTTERSCHARTE

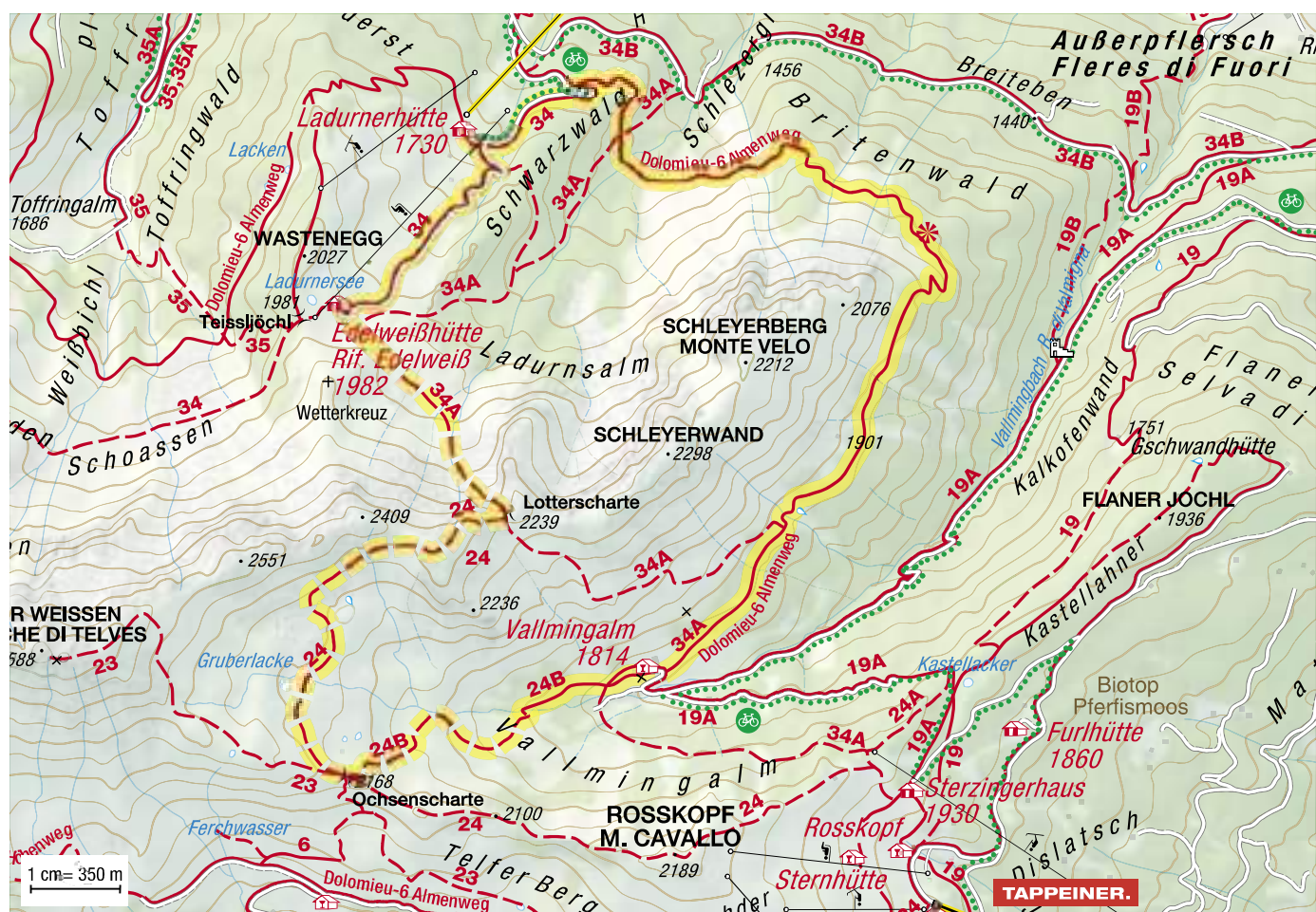
Zona: Val di Fleres

Gruppo: Breonie di Ponente

Mappe: Komp.: 44 e 699/2 - Tab.: 038 - Tappeiner: 124

Dislivello: 950 Durata: 5.20 Km: 11,9 Valutazione: EE

Itinerario: Ladurnerhütte (1730), sentiero Dolomieu (1620), bivio 34A (1940), Vallmingalm (1814), Ochsencharte (2168), cimetta (2340), Lotterscharte (2239), Edelweisshütte (1982), Ladurnerhütte (1730).



Da Colle Isarco risaliamo la Val di Fleres fino alla partenza della seggiovia di Ladurns e con l'impianto raggiungiamo la Ladurner Hütte a quota 1730.

Seguendo le indicazioni "Vallmingalm", su strada forestale, caliamo fino a metri 1560 dove imbocchiamo un sentiero sulla destra (0.10-0.10). Il tracciato corre nel bosco in leggera salita sul lato settentrionale dello Schleyerberg, supera il bivio col sentiero 34A e a quota 1730 raggiunge

un casotto in legno di nuova costruzione (0.30-0.40). In questo tratto ammiriamo la caratteristica Weisswand, l'alto e massiccio Tribulaun, Cima Gallina, mentre sotto di noi si apre la Val di Fleres. Giunti a quota 1900, superata una recinzione, imbocchiamo la carrareccia di destra (0.40-1.20). Breve salita per poi calare con sentiero alla Vallmingalm, agglomerato di tre malghe trasformate in altrettanti posti di ristoro (0.45-2.05). Con il sentiero 24B guadagniamo quota



Gentiana asclepiadea

e, passando tra belle piante di genziane minori (Genziana asclepiadea), raggiungiamo la spianata a quota 2020 da cui si domina la Vallmingalm **(0.35-2.40)**. Il sentiero prosegue molto ripido fino alla Ochsencharte, forcella che separa la lunga cresta di Monte Cavallo (Rosskopf) dalle Cime Bianche di Telves (Telfer Weißen) **(0.20-3.00)**. Qui ci immettiamo nel sentiero 24 con direzione nord e, quasi in piano, raggiungiamo il Grubenlacke, in lontananza lo sguardo raggiunge le guglie dolomitiche **(0.15-3.15)**. Proseguendo sul segnavia 24 arriviamo alla dorsale orientale delle Cime Bianche di Telves e a una cimetta a quota 2340 **(0.45-4.00)**. Siamo sullo spartiacque

fra la Val Ridanna e la Val di Fleres e da questo punto è ben visibile la caratteristica cuspidi di bianca dolomia della Weisswand. Con un aereo passaggio su dorsale e una ripida ma breve discesa raggiungiamo la Lotterscharte a quota 2239 **(0.20-4.20)**. Zigzagando su ghiaioni e sfasciumi caliamo velocemente alla Edelweisshütte **(0.40-5.00)**. Da qui, utilizzando la carrareccia rientriamo alla Ladurnerhütte **(0.20-5.20)**. La seggiovia ci riporta a valle.

Tranquilla gita nel percorso Ladurnerhütte – Vallmingalm, molto più impegnativa nel rimanente tratto. Ampio e bel panorama.



Grubenlacke e Dolomiti



La particolare cima della Weisswand



RIFUGIO PAYER

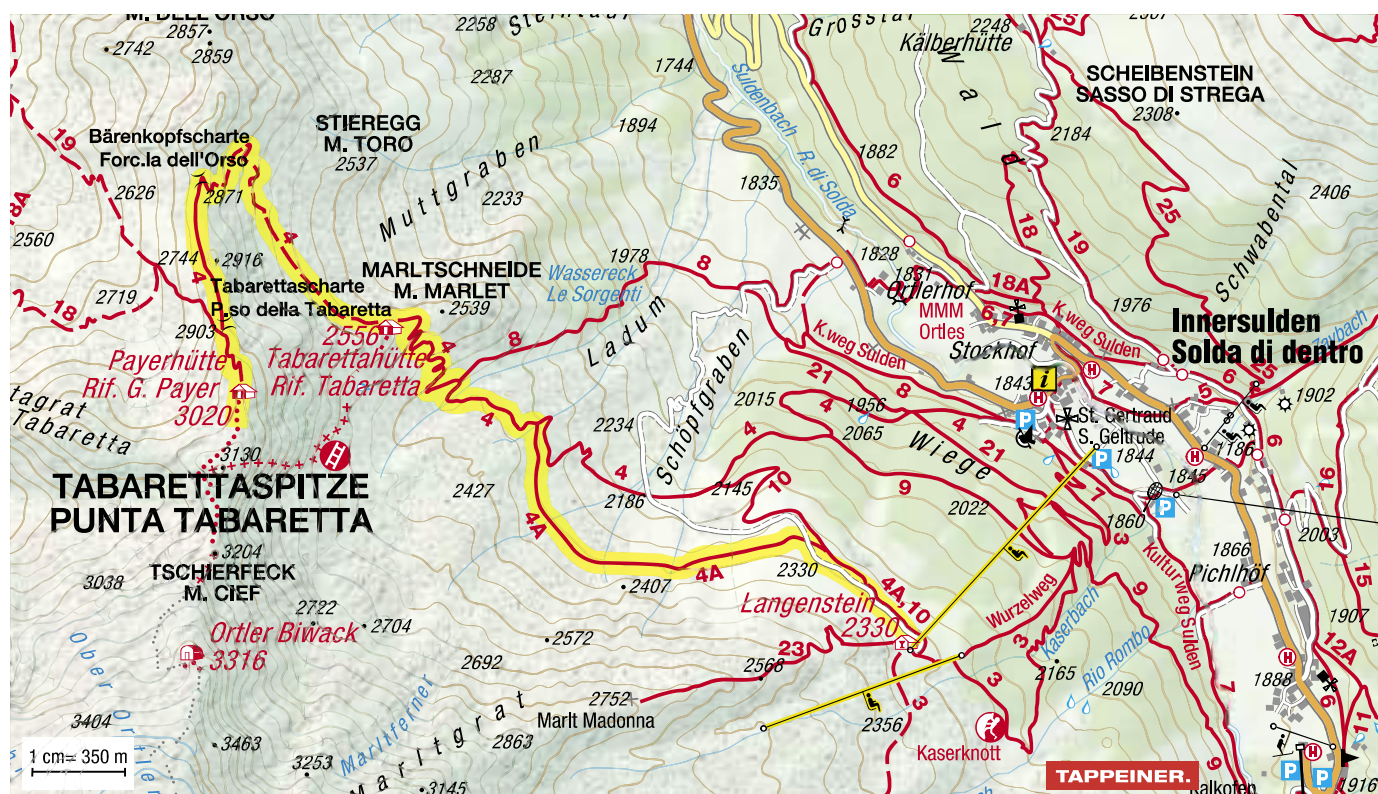
Zona: Val di Solda

Gruppo: Ortles Cevedale

Mappe: Komp.: 636 - Tab.: 08 - Mapgr.: 04

Dislivello: 920 Durata: 5.10 Km: 13,5 Valutazione: EE

Itinerario: Langensteinhütte (Staz. a monte Seggiovia dell'Orso) (2330), Rif. Tabaretta (2556), Forcella dell'Orso (2871), Rifugio Payer (3029), rientro per lo stesso percorso.



Tratto attrezzato e passerella

Da Solda con la Seggiovia dell'Orso saliamo alla Langensteinhütte.

Seguiamo il segnavia 4A che, prima con carrareccia e poi con sentiero, ci porta all'inizio della grande morena formata dalla Vedretta Marlet, in lontananza si vede il Rifugio Tabaretta (0.25-0.25). Con sentiero pianeggiante tagliamo tutto il fronte della morena giungendo al bivio col sentiero 4 e più avanti ad un masso con numerose lapidi commemorative (0.25-0.50). Siamo a quota 2350 e da qui inizia una ripida salita che a zig-zag ci porta al Rifugio Tabaretta (0.25-1.15). Il sentiero 4 continua a salire con direzione nord per raggiungere a quota 2871 la Forcella dell'Orso



(0.55-2.10). Passiamo sul lato occidentale della lunga cresta e facciamo una completa inversione di marcia. Il percorso, che fin qui non ha presentato difficoltà, ora diventa un po' più esposto e attrezzato con funi d'acciaio e passerelle. Davanti a noi svetta l'alta cima dell'Ortles. A quota 3029 raggiungiamo il Rifugio Payer da cui si domina sia la Val di Solda che la Valle di Trafoi **(0.35-2.45)**. In distanza vediamo il Lago di Resia e la Palla Bianca, mentre sotto di noi abbiamo la tortuosa strada che sale al Passo dello Stelvio ai piedi del ghiacciaio del Livrio. Prendiamo il sentiero che prosegue verso la cima e pochi metri dopo saliamo su una cimetta laterale, una balconata sulla Val di Solda ideale per la sosta. Da qui possiamo ammirare i numerosi alpinisti che rientrano dopo essere saliti alla cima dell'Ortles, ma noi ci accontentiamo. Ripreso il cammino, ripercorriamo lo stesso itinerario della salita, ripassando dal Rifugio Tabaretta e rientrando quindi al Langensteinhütte **(2.25-5.10)**. Di fronte a noi la Val di Zai e il Rifugio Serristori, meta dell'escursione successiva, la 36.



Solda, Valle Zay e Serristori



La salita al Tabaretta

Bella escursione di alta quota ai piedi dell'Ortles.



L'Ortles dalla Forcella dell'Orso



LAGHETTI GHIACCIAIO ZAI DI DENTRO

Zona: **Val di Solda**

Gruppo: **Ortles Cevedale**

Mappe: **Komp.: 636 - Tab.: 08 - Mapgr.: 04**

Dislivello: **750** Durata: **5.35** Km: **13,4** Valutazione: **E (EE)**

Itinerario: **Il Pulpito (2348), Rif. Serristori (2721), ai piedi della Vedretta Zai di Dentro (3000), Rif. Serristori (2721), sentiero 12 in disuso, Il Pulpito (2348).**



Da Solda prendiamo la seggiovia che ci porta a Kanzel (il Pulpito) e qui imbocchiamo il sentiero 12. Con un percorso che corre in quota sulla Valle di Zai raggiungiamo la passerella di legno che scavalca lo Zaybach **(0.40-0.40)**. Siamo a quota 2391, ci immettiamo nel sentiero 5 e abbiamo una spettacolare vista verso Cima

Solda, Gran Zebrù, Zebrù e Ortles. Ora la salita si fa più ripida e lontano si scorge il rifugio che però raggiungiamo dopo quasi un'ora di cammino. Siamo al Rifugio Serristori (Düsseldorferhütte) a quota 2721 **(0.50-1.30)**. Le cime intorno a noi sono imbiancate dalla nevicata della notte. Seguendo le indicazioni Passo di Zai guadiamo



alle spalle del rifugio il torrentello entrando più avanti in un canalone cosparso di massi **(0.30-2.00)**. Usciti, il sentiero diventa più agevole, continua sulla morena, ci porta a un primo laghetto e proseguendo giunge a un altro bel lago ai piedi della Vedretta Zai di Dentro **(0.55-2.55)**. A quota 3000 siamo soli, intorno a noi abbiamo le più alte cime del Gruppo dell'Ortles: la bellezza del luogo e il silenzio meritano una lunga sosta meditativa. Il rientro lo facciamo ripercorrendo lo stesso sentiero avendo alla destra la Croda di Cengles, meta di numerosi escursionisti, e alla sinistra l'Angelo Piccolo, l'Angelo Grande e

la Vertana. Ritornati al Rifugio Serristori **(1.25-4.20)** guardando dall'alto il percorso di salita fatto al mattino, scorgiamo più in quota un altro sentiero che sulle nostre mappe è indicato come traccia. Decidiamo allora, poco sotto il rifugio, di lasciare il segnavia 12 e prendere sulla sinistra questo itinerario che inizialmente è ben tracciato e facile da percorrere. Più avanti però iniziano le difficoltà perché il sentiero scompare sotto una serie di frane che dobbiamo superare. Il percorso normale è ben visibile sotto di noi e a quota 2395 lo raggiungiamo **(1.00-5.20)**. Qui troviamo il cartello "Comune di Stelvio - Avvertimento -

Questo sentiero n. 12 è chiuso per permanente pericolo di caduta sassi", peccato che a monte non ci fosse lo stesso avviso. Sull'itinerario normale rientriamo al Pulpito **(0.15-5.35)** dove riprendiamo la seggiovia per la discesa a valle.

Escursione particolarmente bella fra cime e ghiacciai del Gruppo Ortles e Cevedale.



Il Serristori dai Laghi Zai



Ponte sullo Zaybach



LAGO FALKOMAI

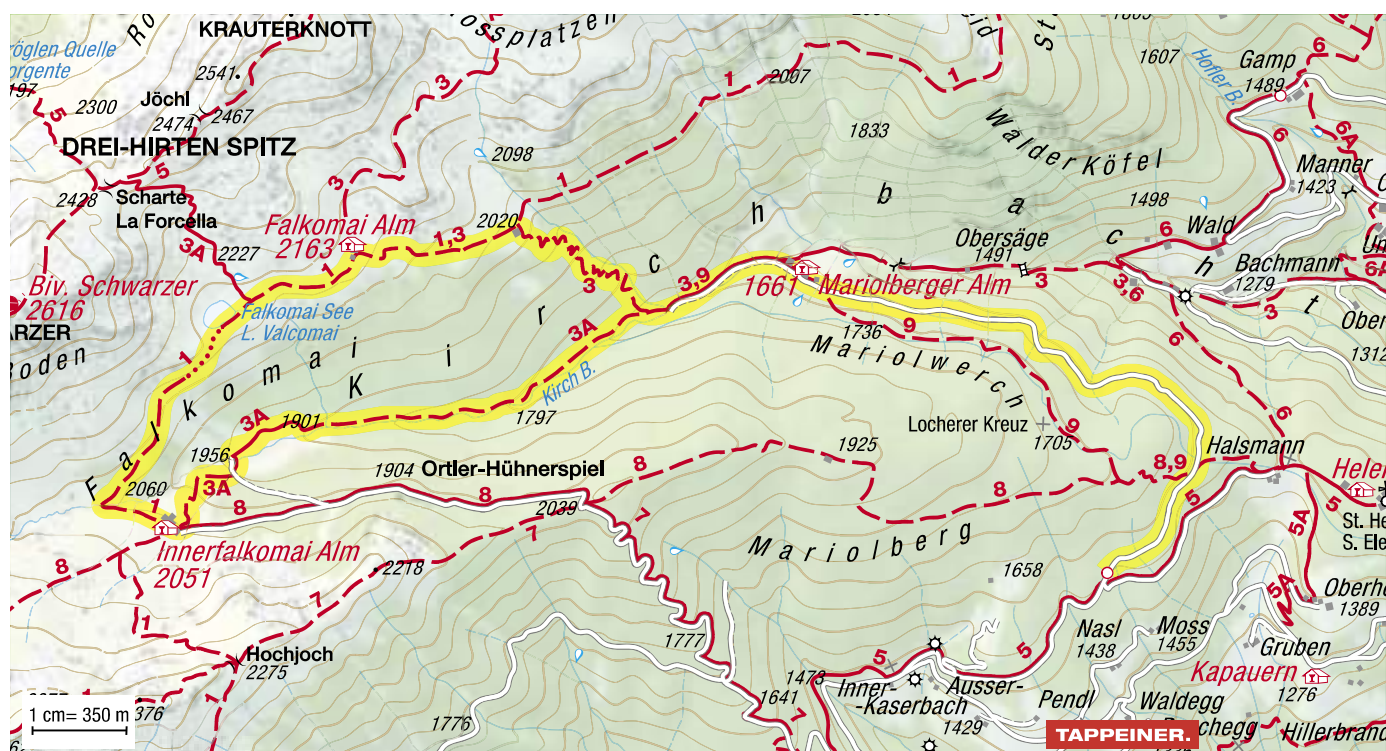
Zona: Val d'Ultimo

Gruppo: Ortles Cevedale

Mappe: Komp.: 53 - Tab.: 042- Mapgr.: 28 - Tappeiner: 107

Dislivello: 630 Tempi ore: 3.55 Km: 12,2 Valutazione: EE

Itinerario: Posteggio sopra Kaserbach (1550), Mariolberger Alm (1661), Innerfalkomai Alm (2051), Falkomai See (2164), Falkomai Alm (2163), Mariolberger Alm (1661), posteggio (1550).



Passato S.Pancrazio prendiamo sulla destra la strada per St. Helena e dopo 8,5 Km. imbocchiamo la stradina per Mariolberger Alm che in un chilometro raggiunge un grande parcheggio.



Tratto esposto ma attrezzato

Proseguimo a piedi sulla carrareccia chiusa al traffico trascurando l'indicazione del sentiero 9, e arriviamo alla Mariolberger Alm, vecchia e caratteristica malga trasformata in accogliente locanda (0.40-0.40). Continuando sulla carrareccia in pochi minuti giungiamo nei pressi di una teleferica, scavalchiamo con un ponticello il Kirch Bach e ne seguiamo la riva sinistra. Con lieve ma continua salita, a quota 1900, raggiungiamo un'ampia spianata utilizzata in questa stagione per un campeggio giovanile (0.40-1.20). Sopra di noi è ben visibile la Innerfalkomai Alm che raggiungiamo dopo un tratto di ripida ascesa (0.25-1.45). Anche questa malga effettua servizio di ristoro. Col sentiero 1 puntiamo a nord-est e, viaggiando in



Lago Falkomai

quota sulla Kirchbachtal con percorso abbastanza esposto, raggiungiamo a quota 2120 una piccola cengia resa sicura da un cavo d'acciaio; sotto di noi è ben visibile l'itinerario appena fatto in valle. Un tratto scosceso su roccette ed eccoci al Lago Falkomai **(0.35-2.20)**. Le guide specializzate oltre che indicare per questo bacino la lunghezza di 160 metri e la larghezza di 60 riportano la leggenda della sua origine: quassù è stato relegato lo spettro di un pastore che trattava gli animali brutalmente. Da qui dovremmo avere un ampio panorama verso le Dolomiti, però la nebbia ci avvolge e inizia a piovere. Sorpassato il bivio per il Tablander Joch, raggiungiamo la Falkomai Alm,

dove troviamo riparo e veniamo accolti da giovani e simpatici malgari **(0.10-2.30)**. La discesa avviene sul ripido sentiero 3 che ci riconduce in valle al ponticello sul Kirchbach, già utilizzato al mattino, e sulla forestale che dolcemente ci riporta al posteggio **(1.25-3.55)**.

Breve e non faticosa escursione in un ambiente poco frequentato. Panorama per noi inesistente per scarsa visibilità, ma di rara bellezza con condizioni meteorologiche più fortunate. Le tre malghe-locanda distribuite sul percorso ci hanno permesso di camminare tranquilli, sapendo di poter trovare un riparo dal cattivo tempo.



Innerfalkomai Alm



Ausserfalkomai Alm



KALFANWAND

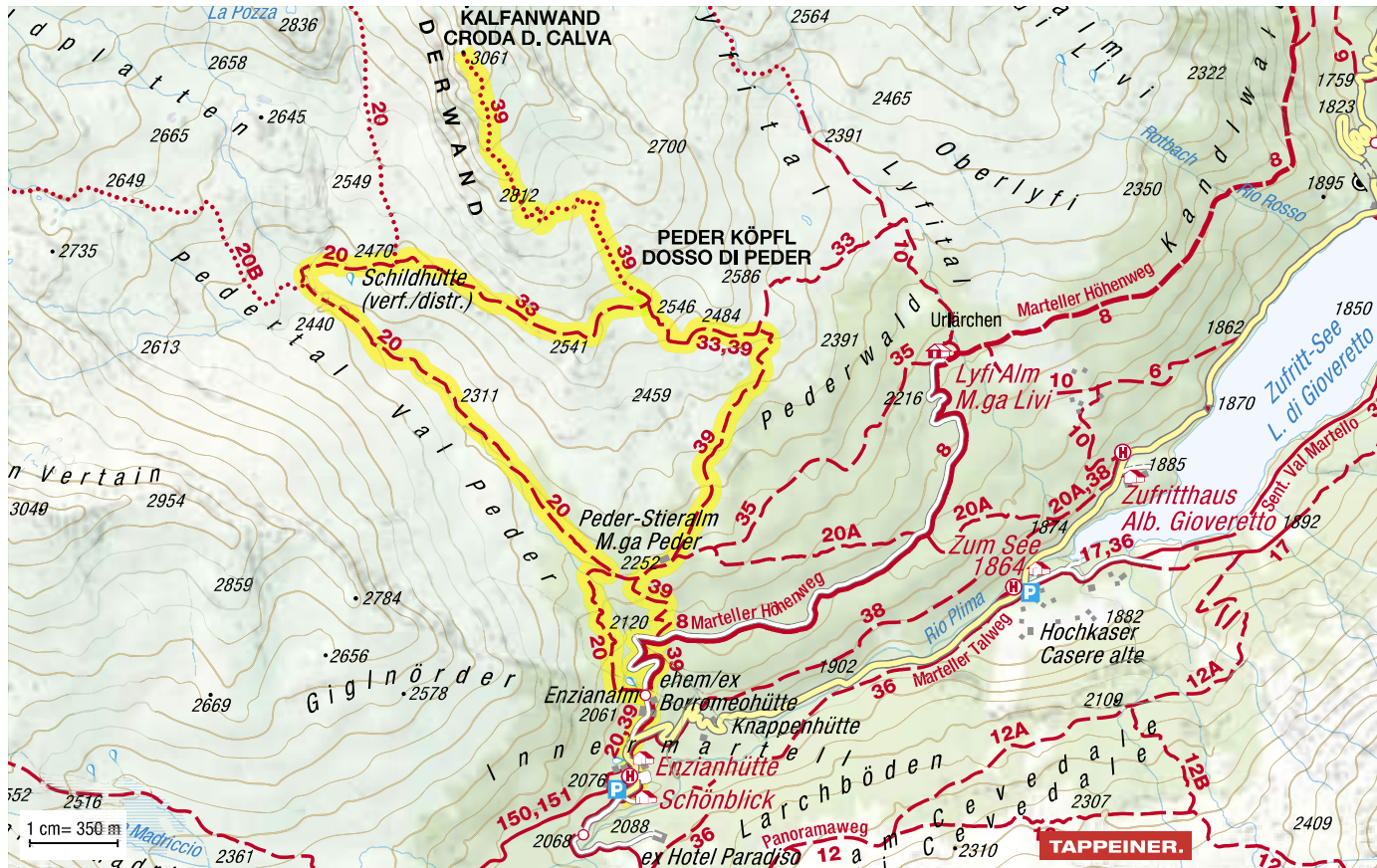
Zona: **Val Martello**

Gruppo: **Ortles Cevedale**

Mappe: **Komp.: 72 - Tab.: 08 - Mapgr.: 04**

Dislivello: **1040** Durata: **5.00** Km: **11,5** Valutazione: **EE**

Itinerario: **Posteggio Enzianhütte (2076), Peder Stieralm (2252), bivio 33-39 (2546), Kalfanwand (3061), bivio 33-39 (2546), Schildhütte (2470), Posteggio (2076).**



Al termine della strada provinciale della Val Martello lasciamo la macchina nei grandi posteggi a pagamento di Enzianhütte.

Torniamo indietro per un breve tratto e imbocchiamo sulla sinistra la carrareccia con segnavia 39. Poco dopo il ponte sul Rio Peder abbandoniamo la stradina e continuiamo col sentiero che si stacca sulla sinistra. Il segnavia è sempre il 39 e ci accompagnerà fino alla cima. Raggiunta e superata la Peder-Stieralm (**0.30-0.30**) collocata in posizione panoramica con ampie vedute sui ghiacciai, si continua verso nord in costante salita fino all'incrocio col sentiero

33 (**0.30-1.00**). Ora puntiamo verso ovest e, con un traversone quasi in piano sotto il Peder Köpfl, giungiamo al bivio dove i sentieri 33 e 39 prendono direzioni diverse. Il 33 continua verso ovest per la Val Peder, mentre il 39 riprende la direzione nord e diventa assai ripido (**0.20-1.20**). Mano a mano che si sale godiamo di uno stupendo e sempre più ampio panorama, mentre la salita si fa sempre più dura, probabilmente anche perché ci stiamo avvicinando ai tremila metri di quota. A 3061 infatti raggiungiamo la cima della Croda della Calva (Kalfanwand) (**1.10-2.30**). Ora si capisce la denominazione di questa cima: "Croda"



In discesa con cime Venezia e Marmotta

o “Wand”. Infatti, sia il versante occidentale che quello orientale si presentano come pareti ripide e rocciose, ben diverse dal versante meridionale da cui noi siamo saliti. Da questa cima possiamo ammirare i ghiacciai di Gioveretto, Venezia, Marmotta, Cevedale, Gran Zebrù e ancora la cima Bel Tovo, le tre cime Peder e la Punta Lyfi, mentre sotto di noi abbiamo la Val Martello con il Lago Gioveretto (Zufritt See). Per il rientro, ripercorriamo lo stesso itinerario della salita fino al bivio col sentiero 33 che ora seguiamo verso ovest (**0.45-3.15**). Breve salita per raggiungere una balconata sulla Pedertal e da qui, con un lungo traversone in leggera discesa, tagliamo tutto il versante ovest

della Kalfanwand. A quota 2430 l’innesto nel sentiero 20, (**0.45-4.00**) che segue l’andamento del rio, lo scavalca più volte con ponticelli di legno e, raggiunto un tratto pianeggiante dove il torrente forma bei meandri, ci permette di ammirare i ghiacciai che sembrano chiudere la valle. A quota 2255 raggiungiamo il bivio col sentiero 20A che riporta alla Peder Stieralm, mentre noi continuiamo sul 20 ora più ripido e con questo, ripassando dalla Enzianalm, raggiungiamo il posteggio (**1.00-5.00**).

Da questo “piccolo tremila” della Val Martello si gode un grandioso panorama sui ghiacciai ripagandoci della fatica.



La Pedertal verso sud



Peder-Stieralm



PFANDLSPITZ

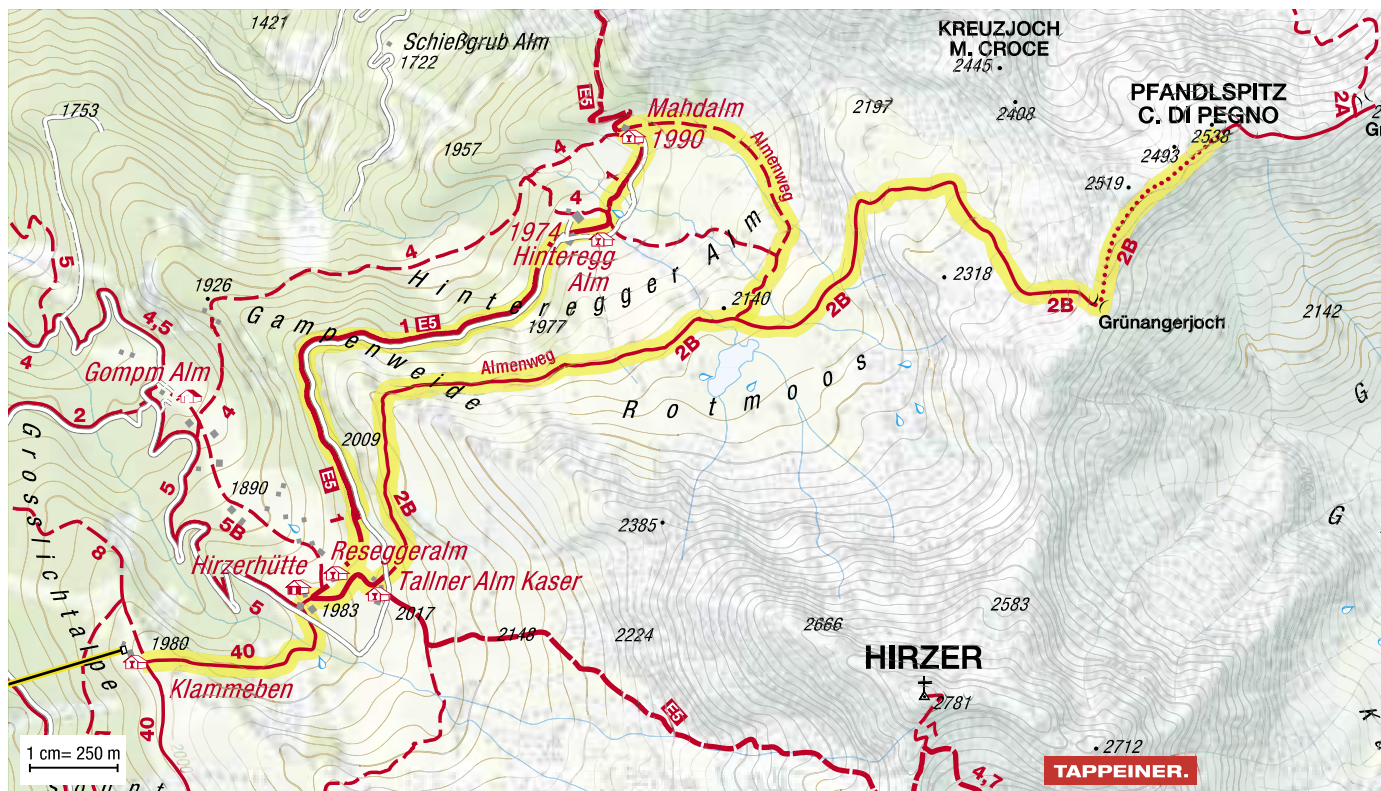
Zona: Val Passiria

Gruppo: M.ti Sarentini - Gr. di Punta Cervina

Mappe: Komp.: 53 - Tab.: 011 - Mapgraphic: 31 - Tappeiner: 113

Dislivello: 700 Durata: 4.30 Km: 11,5 Valutazione: EE

Itinerario: Klammeben (1980), Hirzerhütte (1983), sentiero 2B, Grünangerjoch (2433), Pfandlspitz (2538), Grünangerjoch (2433), Mahdalm (1990), Hinteregg Alm (1974), Hirzerhütte (1983), Klammeben (1980).



A Saltusio prendiamo la funivia che in due tronconi ci porta ai 2000 metri di Klammeben. Seguendo la carrareccia ci portiamo alla Hirzerhütte e poco più in quota alla Tallner Alm, dove imbocchiamo il sentiero 2B per la Pfandlspitz (0.20-0.20). Si sale in direzione nord e giunti a un bivio a quota 2080 ci teniamo sulla destra per Rotmoos proseguendo poi fino a un secondo bivio (0.40-1.00). A sinistra continua il giro delle malghe calando alle sottostanti e ben visibili malghe Mahd e Hinteregg, mentre a destra il sentiero 2B prosegue per la Pfandlspitz indicata a un'ora e dieci. Siamo in località Rotmoos, dove secondo le mappe dovrebbe esserci uno

stagno che probabilmente si è prosciugato. Ora il sentiero sale più ripido e a tratti su rocce. A quota 2250 ci ritroviamo in un anfiteatro circondato dalle cime Hirzer (Punta Cervina), Pfandlspitz e Kreuzjoch (0.35-1.35). Il tracciato prosegue su detriti e sfasciumi puntando al Grünangerjoch che raggiungiamo dopo mezz'ora di ripida salita (0.30-2.05). Ci siamo affacciati alla Grünangertal che scende a Sonvigo (Aberstückl) in Val Sarentino. Proseguendo verso la cima una fune ci aiuta in un tratto esposto e superatolo ci accorgiamo che la Pfandlspitz non è quella visibile dal sottostante anfiteatro, ma una più interna spostata a nord. È comunque ormai



vicina e la raggiungiamo in pochi minuti **(0.20-2.25)**. La Pfandlspitz non è una vetta rilevante (m.2538), fa parte dello spartiacque che divide la Val Passiria dalla Val Sarentino e si trova circa a metà tra la Hirzer e la Halpler. Rientriamo ripercorrendo il sentiero di salita, ma tenendoci sulla dorsale in modo da toccare quella cimetta visibile dal sottostante anfiteatro. Ripassiamo il tratto attrezzato fino alla forcella, per scendere poi velocemente sulla spianata a quota 2300, punto ideale per una sosta **(0.35-3.00)**. Ripreso il cammino seguiamo lo stesso itinerario della salita fino al bivio per le malghe **(0.20-3.20)** e da qui, prendendo a destra, caliamo dolcemente prima all'affollata Mahdalm **(0.40-3.40)** e poi alla Hinteregg Alm. Una risalita di una cinquantina di metri su strada ci riporta alla Hirzerhütte e a Klammeben dove possiamo riprendere la funivia per il rientro a valle **(0.50-4.30)**.

Alla scoperta di un altro interessante itinerario nella zona di Punta Cervina.



Hirzerhütte



Klammeben



Ai piedi del Grünangerjoch



PUTZER-KREUZ

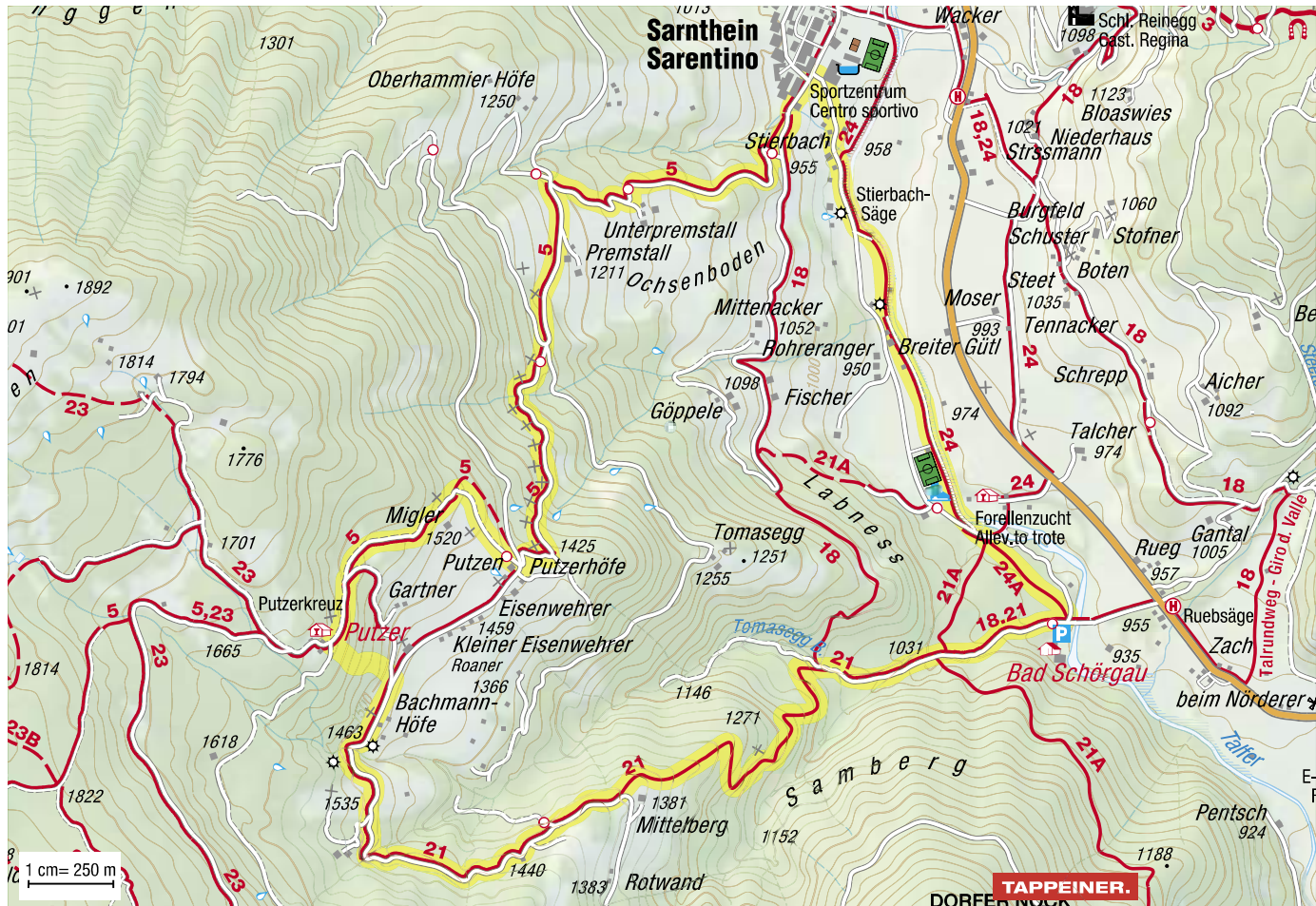
Zona: **Val Sarentino**

Gruppo: **M.ti Sarentini - Gr. di Punta Cervina**

Mappe: **Komp.: 53 - Tab.: 40 - Mapgr.: 07**

Dislivello: **760** Durata: **3.20** Km: **9,9** Valutazione: **T**

Itinerario: **Bad Schörgau (935), Mittelberg (1381), Putzer Kreuz (1635), Premstall (1211), Sarentino-Stierbach (955), Bad Schörgau (945).**



Un paio di chilometri prima del paese di Sarentino, prendiamo a sinistra la stradina che ci porta al parcheggio di Bad Schörgau.

Seguendo la forestale con segnavia 21 arriviamo a quota 1115 e qui ci immettiamo nel sentiero che si stacca sulla sinistra (**0.25-0.25**). Con una salita regolare nel bosco raggiungiamo Maso Mittelberg (**0.40-1.05**) e la strada asfaltata che risaliamo fino a quota 1540. Abbiamo di fronte l'abitato di Putzen e più lontano i Monti Sarentini che ci offrono begli scorci. Lasciata la strada, continuiamo sempre col



Passeggiata lungo Talvera



segnavia 21, prendendo sulla sinistra il sentiero che ci porta a un bivio **(0.15-1.20)**. Trascurato il 21B con cui raggiungeremmo l'Hauserberger Alm, proseguiamo sulla destra arrivando al complesso ristorante e chiesa di Putzer Kreuz **(0.25-1.45)**. Per il rientro seguiamo il segnavia 5 che si identifica con il tracciato delle Via Crucis. Il percorso cala dolcemente con belle inquadrature di Putzen e di Sarentino. A quota 1245 troviamo una tabella annessa alla prima stazione della Via Crucis che spiega la storia-leggenda della cappella Putzer Kreuz **(0.45-2.30)**. Parla di un crocefisso intagliato da un pastorello davanti al quale si era fermato a pregare un contadino mentre scendeva in paese per chiedere aiuto al veterinario per una mucca ammalata. Al rientro l'animale era guarito. La chiesetta che conserva il Crocefisso è meta di pellegrinaggio il 13 settembre. Continuando raggiungiamo le prime case del capoluogo per portarci quindi sulle sponde del Torrente Talvera **(0.25-2.55)**. Inizia qui la passeggiata che passando vicino alla zona sportiva rientra a Bad Schörgau **(0.25-3.20)**.

In mezza giornata si può fare una piacevole e interessante escursione alle porte di Bolzano.



Con Sarner Scharte



Crocefisso Putzer Kreuz



Putzer Kreuz