

## **SOTA REGIONE TRENINO ALTO ADIGE**

*Aggiornamento del 26 Luglio 2009*

**Manager Regione:** IN3KLQ Giuliano Gilmozzi [in3klq@amsat.org](mailto:in3klq@amsat.org)

Sezione A.R.I di Primiero

### ***Tabelle Regionali delle Cime ed Informazioni contenute:***

*Le note di attivazione sono puramente indicative e non vincolanti, i vari manager regionali forniranno maggiori informazioni sulle Cime prescelte dagli attivatori SOTA. La gradazione seguente si ispira alle scala di difficoltà tipiche delle attività in Montagna.*

**Facile :** Tratto a piedi di facile percorrenza ( strada bianca, comodo sentiero o mulattiera) con modesto dislivello da superare e alla portata anche di persone non allenate, massimo 1 ora di avvicinamento.

**Media :** Tratto a piedi di percorrenza superiore alle ore 1, con dislivello superiore ai 400 mt, su percorso privo di esposizione ma che richieda per l'insieme dell'ambiente naturale capacità di orientamento e pratica di escursione su terreno di media difficoltà.

**Difficile :** Oltre le due ore di avvicinamento a piedi, con dislivello superiore ai 800 metri, richiesta pratica consolidata di escursionismo in montagna e buona preparazione individuale per far fronte ad ogni necessità in ambienti isolati.

**Molto Difficile :** Percorso che richiede pratica su terreno esposto, vie ferrate o brevi passaggi di roccia sino al 3° grado, riservato a persone esperte di escursionismo alle alte quote in grado di essere completamente autosufficienti in caso di emergenza.

**Alpinistica:** Attivazione radio di una cima che per le sue caratteristiche richieda la pratica abituale dell'arrampicata e l'uso di attrezzature per la sicurezza individuale, percorso oltre il 3° grado su roccia o su terreno pericoloso per condizioni, altitudine, ed esposizione.

PROVINCIA DI TRENTO						
<b>Rif.</b>	<b>Metri</b>	<b>Nome</b>	<b>Locator e</b>	<b>Validità</b>	<b>Punti</b>	<b>Attivazione</b>
TN – 001	3152	PIZ BOE'	JN56WM	01/10/2002	10	Media
TN – 002	3645	MONTE VIOZ	JN56HJ	01/10/2002	10	Molto Difficile
TN – 003	2316	CIMA CIAMPAZ	JN56TK	01/10/2002	8	Media
TN – 004	2745	CIMA BOCCHÉ	JN56VI	01/10/2002	10	Media
TN – 005	2259	CIMA CAREGA	JN55NR	01/10/2002	8	Difficile
TN – 006	2965	TORRE DI PISA	JN56TI	01/10/2002	10	Media
TN – 007	2009	CIMA PALOM	JN56MA	01/10/2002	8	Facile
TN – 008	1908	CIMA VEZZENA	JN55QX	01/10/2002	6	Media
TN – 009	2439	CORNO NERO	JN56RH	01/10/2002	8	Media
TN – 010	2983	CIMA OMBRETTA	JN56WK	01/10/2002	10	Media
TN – 011	2743	CIMA ROSETTA	JN56WG	01/10/2002	10	Media
TN – 012	3356	MONTE PRESANELLA	JN56HF	01/10/2002	10	Alpinistica
TN – 013	1800	MONTE PENEGAL	JN56OL	01/10/2002	6	Media
TN – 014	2847	CIMA D'ASTA	JN56TE	01/10/2002	10	Molto Difficile

PROVINCIA DI TRENTO						
<i>Rif.</i>	<i>Metri</i>	<i>Nome</i>	<i>Locatore</i>	<i>Validità</i>	<i>Punti</i>	<i>Attivazione</i>
TN – 015	2078	MONTE ALTISSIMO	JN55KT	01/11/2003	8	Media
TN – 016	2713	MONTE COLLAC	JN56VL	01/11/2003	10	Molto Difficile
TN – 017	2059	MONTE STIVO	JN55LW	01/11/2003	8	Media
TN – 018	1864	MONTE ZUGNA	JN55MT	01/11/2003	6	Facile
TN – 019	1603	MONTE FINONCHIO	JN55NV	01/11/2003	6	Media
TN – 020	1539	CORNO PAURA	JN55LS	01/11/2003	6	Media
TN – 021	3002	CATINACCIO	JN56TL	01/07/2004	10	Molto Difficile
TN – 022	1607	MONTE VIGNOLA	JN55LS	01/11/2003	6	Facile
TN – 023	2415	MONTE RUJOCH	JN56QD	01/07/2004	6	Media
TN – 024	2754	CIMA CECE	JN56UF	01/07/2004	8	Difficile
TN – 025	2037	LA FONTANELLA	JN56QB	01/12/2004	6	Facile
TN – 026	2112	COL SANTO	JN55NT	01/06/2005	6	Media
TN – 027	3069	CIMA PRESENA	JN56LJ	01/07/2005	10	Difficile
TN – 028	3342	PUNTA PENIA	JN56WK	01/08/2005	10	Difficile
TN – 029	2494	MONTE CAURIOL	JN56TF	01/08/2006	8	Media
TN – 030	2338	CROZ ALTISSIMO	JN56LD	20/08/2006	8	Media
TN – 031	2656	CIMA OLMI	JN56LL	20/08/2006	8	Media
TN – 032	2060	MONTE CORNETTO	JN55OW	01/01/2007	6	Media
TN – 033	1600	MONTE BIAENA	JN55LV	01/04/2007	6	Facile
TN – 034	2806	RODA DE VAEL	JN56TJ	01/07/2007	8	Difficile
TN – 035	2206	CIMA PARADISI	JN56UF	01/08/2007	6	Media
TN – 036	3010	CIMA UOMO	JN56VJ	01/08/2007	10	Difficile
TN – 037	2347	CIMA FRAVORT	JN56QB	01/08/2007	6	Facile
TN – 038	2765	CIMA COSTABELLA	JN56VJ	01/08/2007	8	Difficile
TN – 039	2435	CIMA FOLGA	JN56VE	01/09/2007	8	Media
TN – 040	2906	CIMA MULAZ	JN56VH	01/09/2007	8	Media
TN – 041	2637	PUNTA VALLACCIA	JN56UJ	01/09/2007	8	Media
TN – 042	2488	PALA DI SANTA	JN56SI	01/03/2008	8	Media
TN – 043	2028	MONTE TAURO	JN56SC	01/05/2008	6	Facile
TN – 044	2319	MONTE PELLER	JN56LH	01/06/2008	6	Facile
TN – 045	1545	MONTE BRENTA	JN55KX	01/07/2008	6	Facile
TN – 046	2226	CIMA RAVETTA	JN56SC	01/07/2008	8	Media
TN – 047	2333	MONTE CASTELLAZ	JN56VH	01/07/2008	8	Media
TN – 048	390	CIMA COLODRI	JN55KW	01/10/2008	1	Facile
TN – 049	376	MONTE BRIONE	JN55KV	01/12/2008	1	Facile
TN – 050	2585	CIMA LAGORAI	JN56SE	01/05/2009	8	Media

TN – 051	1803	MONTE MISONE	JN55JW	01/06/2009	6	Facile
TN – 052	2287	CIMA VALSORDA	JN56UE	01/07/2009	6	Facile

PROVINCIA DI BOLZANO						
<i>Rif.</i>	<i>Metri</i>	<i>Nome</i>	<i>Localit�</i>	<i>Validit�</i>	<i>Punti</i>	<i>Attivazione</i>
BZ - 001	2912	MONTE CAVALLO	JN66AN	01/02/2004	10	Molto Difficile
BZ - 002	2743	MONTE ALTACROCE	JN56PU	01/02/2004	8	Media
BZ - 003	2552	PICCO IVIGNA	JN56PQ	01/02/2004	8	Media
BZ - 004	2436	MONTE PASCOLO	JN56TR	01/02/2004	6	Facile
BZ - 005	2194	CIMA LASTA	JN56WS	01/02/2004	8	Media
BZ - 006	2434	MONTE LUCO	JN56NM	01/02/2004	6	Media
BZ - 007	3001	CIMA DELLE PECORE	JN56IU	01/02/2004	8	Difficile
BZ - 008	2912	VETTA D'ITALIA	JN67CC	01/02/2004	8	Difficile
BZ - 009	2705	CORNO BIANCO	JN56QT	01/02/2004	6	Media
BZ - 010	2294	MONTE MUTTA	JN56NQ	01/02/2004	8	Media
BZ - 011	3064	LE CONTURINES	JN56XQ	01/02/2004	10	Alpinistica
BZ - 012	2313	CORNO VAL D'EGA	JN56RI	01/02/2004	6	Facile
BZ - 013	2839	PICCO VALLANDRO	JN66CQ	01/07/2004	8	Media
BZ - 014	2875	SASSO PUTIA	JN56WS	01/07/2004	8	Difficile
BZ - 015	2964	SASSO PIATTO	JN56TM	01/07/2004	8	Difficile
BZ - 016	2307	MONTE SPECIE	JN66CP	01/07/2004	8	Media
BZ - 017	2204	COL ROTONDO	JN66CP	01/07/2004	8	Media
BZ - 018	2168	MONTECASTELLIERE	JN66EM	01/07/2005	8	Media
BZ - 019	2913	PUEZSPITZEN	JN56WQ	01/08/2005	10	Difficile
BZ - 020	2545	PFANNSPIZE	JN56VQ	01/07/2006	6	Media
BZ - 021	2576	FORCA GRANDE	JN56VQ	01/07/2006	6	Media
BZ - 022	2653	MONTE TULLO	JN56VP	01/07/2006	8	Alpinistica
BZ - 023	2168	ZENDER KOFEL	JN56VO	01/07/2006	8	Media
BZ - 024	2422	MONTE MURO	JN56VQ	01/07/2006	8	Media
BZ - 025	2003	STOANERNE MANDL	JN56PO	01/08/2006	6	Facile
BZ - 026	3001	MONTE CIGOT	JN56MR	01/08/2006	10	Difficile
BZ - 027	3135	PICCO DELLA CROCE	JN56TV	20/08/2006	10	Molto Difficile
BZ - 028	2889	CRODA ROTTA	JN56KR	20/08/2006	8	Media
BZ - 029	2941	CIMA RASAS	JN56ER	20/08/2006	8	Media
BZ - 030	2564	MONTE PEZ	JN56TN	01/06/2007	6	Media
BZ - 031	2810	CRODA DEL BECCO	JN66BR	01/06/2007	8	Media
BZ - 032	3325	CIMA BELTOVO	JN56MU	01/08/2007	10	Difficile
BZ - 033	2625	CIMA ROSSA	JN56LR	01/09/2007	8	Difficile
BZ - 034	2907	SASSO CAVALLO	JN56XO	01/09/2007	8	Media
BZ - 035	2483	CIMA MONTONE	JN66AU	01/01/2008	8	Media

PROVINCIA DI BOLZANO						
<i><b>Rif.</b></i>	<i><b>Metri</b></i>	<i><b>Nome</b></i>	<i><b>Locator e</b></i>	<i><b>Validità</b></i>	<i><b>Punti</b></i>	<i><b>Attivazione</b></i>
BZ - 036	2231	MONTE NALLE	JN66AT	01/01/2008	8	Media
BZ - 037	2114	CIMA KARKOFEL	JN56PO	01/02/2008	6	Facile
BZ - 038	2111	CIMA ROEN	JN56OI	01/02/2008	6	Facile
BZ - 039	2422	MONTE CATINO	JN56PQ	01/07/2008	8	Media
BZ -040	2325	MONTE PIANA	JN66CO	01/07/2008	6	Facile
BZ -041	2576	MONTE CROCE	JN56KQ	01/08/2008	8	Media
BZ -042	2719	CIMA DEL DOSSO	JN56KR	01/08/2008	8	Difficile
BZ -043	2305	CIMA DEL VENTO	JN56PQ	01/08/2008	8	Media
BZ -044	2418	MONTE SOMMO	JN56WU	15/08/2008	8	Media
BZ -045	2857	MONTE GIOGO ALTO	JN56JS	15/08/2008	8	Media
BZ -046	2985	CIMA PISCIADU'	JN56VM	01/09/2008	10	Alpinistica
BZ -047	2080	CIMA GRAVA	JN56PQ	01/01/2009	6	Facile
BZ -048	2278	CIMA RACIESA	JN56UN	01/02/2009	8	Media
BZ -049	2130	MONTE BULLACIA	JN56SN	01/03/2009	8	Media
BZ -050	1507	LA MANDRUTTA	JN56PG	01/05/2009	6	Facile

----- PROVINCIA DI TRENTO -----

**TN - 001 PIZ BOÉ**

Detto il tetto delle Dolomiti, è un'escursione classica, ad alta quota, con un panorama indimenticabile. Si raggiunge in macchina il Passo Pordoi e, con la funivia si sale rapidamente ai 2952 metri del Rifugio Maria. Già da questo punto si gode di un fantastico panorama sulla Valle di Fassa e sulle cime circostanti, la Marmolada con il suo Ghiacciaio, il Sella e il Sassolungo. Dalla stazione a monte della Funivia si scende in pochi minuti al Rifugio Forcella del Pordoi, da qui si stacca il sentiero ottimamente tracciato, al primo bivio la traccia che sale decisamente verso destra è quella che ci porta direttamente in vetta al Piz Boè (m 3152). La percorrenza media è di circa 1 ora e 30 minuti dall'arrivo della Funivia, con un dislivello di circa 400 metri. Inutile dire che dal punto di vista radioamatoriale la posizione è fantastica, praticamente aperto su 360 gradi con ottime prospettive di qso su tutte le bande.

**TN - 002 MONTE VIOZ**

Il Monte Vioz (m.3645) fa parte del gruppo del Cevedale. La salita richiede buona pratica alpinistica con tempo di percorrenza medio di 4 ore, il dislivello è di 2143m, di cui 908 superati con gli impianti. Da Peio Fonti in Val di Sole si parte con la telecabina fino al Rif. Scoiattolo e da qui in seggiovia (si consiglia di verificare l'apertura degli impianti presso le FUNIVIE DI PEIO) fino a quota 2300 del Rifugio Doss dei Gembri dove si imbecca il sentiero n.105 sotto la panoramica Cima Vioz. Si procede sempre in cresta passando il Dente del Vioz e salendo al Rifugio Mantova (m.3535) il più alto rifugio delle Alpi centrali e orientali, ai piedi del Monte Vioz. NB: Lo stesso itinerario può prendere avvio da Peio Paese per il sentiero n. 105; escludendo gli impianti di risalita il tempo di percorrenza è di 8 ore! Dal rifugio Mantova, si percorrono sul nevaio i pochi metri che separano dalla cima del Monte Vioz circa (15 minuti), una salita non impegnativa, però necessita di tutta l'attrezzatura d'alta montagna e da ghiacciaio. Dalla vetta si ammira uno stupendo panorama sul ghiacciaio dei Forni con vista su tutte le famose 13 cime e, in lontananza, complice una limpida giornata, l'Adamello e la Presanella. Chi avrà il coraggio di attivarla QSO a non finire!

**TN - 003 CIMA CIAMPAZ**

Poco sotto il Passo Costalunga, si trova la stazione di partenza della seggiovia che ci porta al Rifugio Paolina (m 2125). Si incammina poi su un ripido ma largo sentiero, a volte anche gradinato che sale a destra del rifugio contrassegnato dal n.539 poi 549. Dopo circa 40 minuti di percorso ci troviamo al Rifugio Roda di Vael (m.2283). Da questo punto è facile salire sulla vicina Cima Ciampaz (m 2316). Di lassù, si gode di una bella vista, molto aperto verso sud, coperto verso nord- ovest. Postazione provata in 144Mhz con ottimi risultati verso sud. Unico neo la mancanza di grandi spazi per l'installazione d'antenne. Prestare quindi la massima attenzione!

**TN - 004 CIMA BOCHE**

La catena montuosa, grigia e sassosa, del Gruppo di Cima Bocche divide la Valle del Travignolo da quella del San Pellegrino ed è compresa tra il Passo Valles ed il Passo Lùsia. Su Cima Bocche, durante la grande guerra si combattè ininterrottamente in estate ed inverno, dal maggio 1915 al novembre 1917. Il terribile 'campo di battaglia' è ancor'oggi ben conservato e le caverne, le trincee ed i baraccamenti presentano ancora il loro aspetto originario. L'itinerario parte da Bellamonte, frazione sopra Predazzo dove si raggiunge in auto la località Castelir, stazione a valle delle seggiovie del Lusia. La salita è suddivisa in due tronchi e raggiunge la località Morea. Lasciati i seggiolini, si sale per poche decine di metri e, ci si imbatte in una stradina sterrata la quale conduce comodamente fino a Malga Bocche. Cinquanta metri prima della Malga un apposito paletto indica la deviazione per il lago di Bocche (m.2253). Dalla forcella, seguendo i segnavia bianco - rossi del sentiero n. 626, si scende leggermente verso una conca sassosa, quindi, tenendosi sulla destra, si prende a risalire lungo la sassaia che taglia il fianco orientale del vallone roccioso. Dopo una quarantina di minuti si raggiunge la lunga cresta sud-est di Bocche, accanto ad un alto ometto di pietra, a quota 2.550 m. La salita continua ancora verso nord sempre lungo il segnavia n.

626 (con bella vista sulle Pale di San Martino, sui Lagorai e sulla vasta conca del lago Juribrutto). Si risale ancora il lungo crestone verso la vetta che ci appare davanti. In breve si giunge a Cima Bocche (2.745 m). Durata di percorrenza dalla località Morea 3 ore con un dislivello di circa 850 metri. Ottima postazione per tutte le direzioni, a parte qualche grado di copertura verso nord.

#### **TN - 005 CIMA CAREGA PICCOLE DOLOMITI**

La Cima Carega è notoriamente tra le più ambite nelle Piccole Dolomiti; il panorama spazia grandioso in ogni direzione. L'avvicinamento comporta un dislivello di 1300mt con circa 3 ore di percorrenza. Si raggiunge il Passo di Campogrosso da Rovereto percorrendo la Vallarsa fino al Passo Pian delle Fugazze, da qui per una stretta stradina asfaltata sul lato ovest del Cornetto, si perviene al Passo (m 1456). La strada in questione, nel tratto Fugazze-Campogrosso, è soggetta a pedaggio, pagabile tramite scontrino prelevabile da una macchinetta posta nel parcheggio del Passo Pian delle Fugazze; in funzione dalle 5 alle 8 del mattino. Fuori di quest'orario è vietato il transito, ma può esserci in funzione un servizio navetta. Dal rifugio si segue l'indicazione per il segnavia n° 7 che porta alla Bocchetta dei Fondi (m 2015). Seguendo questa via s'incontrano alcune diramazioni che sono da ignorare. Giunti in forcella si segue a sinistra il sentiero, che salendo contorna la Cima Mosca e porta direttamente alla Bocchetta Mosca, proseguire con il sentiero n.112 che conduce al rifugio Fraccaroli (m 2238), da dove si raggiunge in poco tempo la vetta di Cima Carega (m 2259). La faticosa salita è pienamente ricompensata da un panorama da invidia. Dalla laguna Veneta alla Marmolada, dal Brenta al Lago di Garda, dagli Appennini al Rosa. L'Italia del Nord è ai nostri piedi! Inutile altri commenti dal punto di vista radioamatoriale!

#### **TN - 006 TORRE DI PISA (GRUPPO DEL LATEMAR)**

Da Predazzo, si raggiunge la località Stalimen dove si prende la telecabina fino a Gardonè, quindi la seggiovia che sale a Passo Feudo (si può arrivare anche da Pampeago, in seggiovia fino alla Ganischger Alm 2010 m, e poi a piedi fino al passo per il segnavia n. 504-521). Dal passo si prosegue a piedi con il sentiero n. 516, che risale il versante sud-ovest di Cima Valbona sopra l'Alpe di Pampeago. Nel tratto finale sopra la Val Bona il sentiero si fa più ripido, ma si è ormai in vista del rifugio, il cui nome deriva da uno dei vicini torrioni chiamato appunto la "Torre di Pisa", per la sua forma che ricorda la Torre di Campo dei Miracoli. Posizione fantastica in tutte le direzioni a parte qualche grado di copertura verso nord. Attivata in 50mhz - 2mt - 70 cm.

#### **TN - 007 CIMA PALON - BONDONE**

Il Monte Bondone, è un gruppo di montagne che sorge sopra Trento, Cima Palon (m.2090) è la più alta e consente di godere di un suggestivo panorama che abbraccia a 360° la città di Trento, la Valle dell'Adige, la Paganella, le Dolomiti di Brenta, i ghiacciai dell'Adamello, il Lago di Garda. Facile il percorso sia in inverno, grazie ai numerosi impianti di risalita, che in estate. Trento e il Monte Bondone sono vicinissimi e sono collegati fra di loro da una comoda strada (meno di 20 chilometri dal capoluogo). Si arriva in Località Vason (m.1650). Dalla conca delle Viole si può partire per una escursione alla Cima Palon, attraverso sentieri altamente panoramici e molto facili da percorrere. Buona Postazione, molto aperta verso la pianura e verso nord-est. Sito più volte attivato su tutte le bande

#### **TN - 008 CIMA VEZZENA**

Dal Passo Vezzena (1428 m), raggiungibile da Trento, prendendo poi la S.S. n° 349 per Lavarone, di fianco all'albergo omonimo, parte una stradina asfaltata segnavia 205. Si segue la strada tralasciando la deviazione alla nostra sinistra che porta ad una casa finché, dopo un ampio tornante, si sbucca dove sorgono le rovine dell'ex forte austriaco di Cima Verle (m.1504). Continuando per asfalto decisamente verso Nord si arriva, dopo 15 minuti, ad un bivio a quota 1467 m, dove sono posti i segnavia CAI n° 205 per Cima Vezzena e Porta Manazzo. All'inizio si segue una stradina pietrosa poi, per bosco di faggi e abeti, si arriva ad un crinale che porta sulla strada militare che conduce alla cima Vezzena (1908 m, ore 1.30). Favoriti i qso verso est -sud -owest. Leggermente coperta la zona nord.

#### **TN - 009 CORNO NERO**

Da Cavalese, la segnaletica indica il Passo di Lavazè, arrivati sul passo, a sinistra c'è l'indicazione per il Passo Occlini (m 1989). Qui alla fine del tratto asfaltato a sinistra ecco la

traccia del sentiero n.4, per un primo tratto scende lungo i prati per poi addentrarsi in un bosco ricco di cirmoli. Si continua a proseguire fino ad aggirare il costone della montagna. Qui il sentiero trova un bivio, si sale a sinistra per un ripido sentiero abbastanza faticoso, all'ultimo tratto della salita, quando la cime del Corno Nero comincia ad essere visibile, si è ad un bivio, si prende a sinistra un franoso sentiero che, in breve, sale ad un crinale erboso. A sinistra c'è la vetta principale del Corno Nero (m 2439). Il dislivello totale è di 450 metri con circa 1,45 ore di percorrenza. Ottima apertura verso Sud e Nord.

#### **TN - 010 CIMA OMBRETTA, DAL RIFUGIO CONTRIN**

Si parte da Alba di Canazei (circa 2 km da Canazei, sulla ss 48 delle Dolomiti) e con sentiero nel bosco prima, e poi su una piana molto bella ed infine con tornanti piuttosto faticosi, si giunge in circa 1.30 ore al rif. Contrin. Di qui, sulla destra prosegue un sentiero che va verso il Passo Ombretta, la Cima Ombretta ed il Sasso Vernale. Il sentiero non presenta difficoltà particolari fino al P.sso Ombretta (circa 1.20 ore dal rif.), dal Passo prosegue su ghiaione assai faticoso per circa 20 minuti, fino ad arrivare in cima, con ampia e bella vista verso la valle di S.Nicolò da una parte e verso la parete S della Marmolada dall'altra. Proseguendo si può in circa 30 minuti arrivare anche sulla cima del Sasso Vernale (3004 m). La zona presenta diverse grotte ed anfratti rocciosi scavati nella I Guerra Mondiale, adatti per sistemare la stazione radio, ed assai suggestivi, talvolta, per il ritrovamento di qualche reperto. Per la discesa si segue il sentiero di salita.

#### **TN - 011 CIMA ROSETTA**

Situata nel cuore del gruppo delle Pale di San Martino, si parte in comoda seggiovia la cui partenza è situata a monte dell'abitato di San Martino di Castrozza, sulla strada che conduce al Passo Rolle. La seggiovia ci porta fino a quota 1965 m del Rifugio Col Verde. Qui giunti ci si imbarca sulla Funivia della Rosetta fino a quota 2609 m. Lassù all'escursionista si apre un vastissimo altipiano roccioso dove al centro spicca il Rifugio Pedrotti della Rosetta. A raggiungerlo si impegna non più di 15 minuti. Da questo punto si diramano molti sentieri che percorrono la zona. Bisogna a questo punto equipaggiarsi di scarponi adeguati e si sale su un sentiero ben segnalato fino alla Cima Rosetta (m 2743). Prestare attenzione all'ultima parte del percorso in quanto vi sono alcune lastronate rocciose insidiose ed è sconsigliata la salita a chi soffre di vertigini! La posizione è ottima su tutte le direzioni a parte verso nord-est, dovuto alla copertura del Cimon della Pala.

#### **TN - 012 MONTE PRESANELLA**

Il percorso è da difficoltà alpinistica con dislivello totale di m 2231. Il tempo di salita è di 4 + 4 ore con pernottamento quasi obbligatorio al Rifugio Denza. Da Trento entrare nella Val di Sole, passare per Cles e Malè sino a Vermiglio. Da Stavel, frazione di Vermiglio, percorrere lo sterrato sino ai Masi, proseguire sullo stradello, sino dove termina, sul fondovalle. Imboccare verso destra un ripido sentiero che sale nel fitto bosco ed attraversa una fascia rocciosa, grazie ad un caratteristico scavo (la scalazza), sino ad incrociare il sentiero n° 233, che proviene dai ruderi del Forte Presanella ai Pozzi Alti. Proseguire sino al Rif. Denza (m 2298). Qui conviene pernottare dato che oramai sono trascorse 4 ore di duro cammino. Proseguire l'indomani puntando alla morena, che si supera, immettendosi sul ghiacciaio, al cospetto della spettacolare parete nord. Risalire il ghiacciaio che si impenna sotto il passo del Cercen (m 3022), in direzione est, risalire i ripidi pendii che portano alla sella Freshfield (m 3375) tra la Cima di Vermiglio ed il Monte Gabbio. Dopo una breve discesa, si continua con un ampio giro in senso orario, sino sotto i pendii finali che portano alle roccette di vetta, con breve arrampicata finale si giunge alla croce della Presanella (m 3356). Vista libera su 360 gradi, garantiti qso immaginabili in VHF-UHF!

#### **TN - 013 MONTE PENEGAL**

Dal Passo della Mendola di fronte all'hotel Caldaro (Kaltererhof) parte il sentiero 512 (Mendola-Penegal). Dopo 7-8 minuti di cammino una deviazione sulla destra indica la "Vista panoramica del Principe Ferdinando d'Asburgo": si tratta di un breve sentiero che raggiunge una meravigliosa vista panoramica sulla Valle dell'Adige. Il sentiero 512 prosegue salendo il fianco della montagna attraverso boschi e zone panoramiche attrezzate con panchine. Si deve attraversare la strada asfaltata e dopo poco più di 1 ora di cammino si giunge alla cima del Monte Pénegal, dove è possibile ammirare una vista panoramica a 360°. Una postazione



strategica, ottima apertura verso nord -est e sud, un po' meno verso ovest essendo coperta in parte dal gruppo del Brenta. Attivata più volte in 2mt - 50 Mhz

#### **TN - 014 CIMA D'ASTA**

Da Trento si percorre la Valsugana seguendo le indicazioni per Pieve Tesino, si passa quindi Strigno, Bieno e in leggera discesa si arriva a Pieve Tesino. Ad un bivio c'è l'indicazione di Malga Sorgazza. Dal parcheggio della malga si nota il segnavia 327 in direzione nord, affianca il laghetto e penetra il bosco. Senza strappi, la strada forestale si alza lentamente. Si continua fino al primo tornante nei pressi della stazione a valle della teleferica di servizio del Brentari. Poche decine di mt. oltre l'impianto, il segnavia 327 devia a destra. Il sentiero si mantiene a sinistra del rivo e si porta sotto un nudo ed erto pendio. Si rimonta la china fino ad incontrare il bivio che conduce a F.lla Magna; Poche svolte conducono ad un pianoro dove sono i ruderi della Capanna del Pastore q.ta 2131. Ad un bivio si va a sinistra incontro ai lastroni che separano dal rifugio, il tracciato s'impenna e con una stretta serie di svolte affronta le rocce molto levigate delle Laste di Cima d'Asta; sono passaggi non difficili ma da compiersi con attenzione, soprattutto in discesa. Al di sopra la roccia si fa meno erta e si scorge il tetto del rifugio; la traccia aggira sulla sinistra il dosso che lo sostiene pervenendo ad un crocicchio con tabelle q.ta. 2460 ca. Si arriva presso il laghetto di Cima d'Asta. Scegliendo il segnavia 375 si va a sinistra superando dei dossi; già si vede il canalone che sale ripido alla forcelletta d'uscita ed alla base della cresta ovest; Al di sopra dei dossi dunque, ci si alza per breve tratto. Il poco marcato sentierino sale verso le rocce; è un mondo sgretolato, reso caotico dall'enorme quantità di massi e detriti. Aggirando una costola rocciosa si entra quindi nel canale, rimontandolo con fatica, per via dell'estrema friabilità, ci si alza per un'ottantina di metri su detriti e scaglie si scarta qualche facile gradino stando sempre in prossimità del versante sud, in vista del rifugio. Il terreno è ripido ma non difficile, qualche brevissimo spostamento di 1° grado aiuta a superare una diffusa fascia di roccette. In ultimo il crinale si adagia, gli ultimi passi affiancano dall'alto il piccolo Bivacco Cavinato ed in breve si conclude accanto alla ferrea struttura che segna la Cima d'Asta mt. 2847. Panorama assolutamente eccezionale! A 360° si spazia sopra una vastissima sequela di monti su cui anche un occhio allenato fatica a raccapezzarsi.

#### **TN - 015 MONTE ALTISSIMO DI NAGO**

Per salire sul Monte Altissimo di Nago (Il punto più elevato del sottogruppo Trentino del Baldo) esistono varie possibilità, sentieri SAT più o meno impegnativi ma tutti panoramici e immersi nella nota zona botanica protetta. L'itinerario più comodo è dall'abitato di Brentonico, oltrepassato San Valentino, nota stazione turistica sciistica invernale, costeggiando il parco botanico si giunge al Rifugio Graziani (m.t. 1620) dove si parcheggia. In certi periodi dell'anno da S.Valentino al Rifugio Graziani la strada è chiusa, meglio informarsi! Dal rifugio Graziani si prosegue per una mulattiera fino al Rifugio Altissimo Damiano Chiesa (m.t. 2060) pochi metri sotto la vetta (m.t. 2078). Il tempo di percorrenza è di circa 1ora e 20 minuti. Il panorama che ci attende è vastissimo! Dal lago di Garda ai Laghi d'Iseo e Idro, la pianura fino alla laguna Veneta, praticamente aperta per 360 gradi con spettacolari DX!! Da provare!

#### **TN - 016 MONTE COLLAC**

Montagna molto bella ed affascinante che sovrasta l'alta Val di Fassa ed in particolare Alba di Canazei. Si raggiunge il paese di Alba seguendo la ss.48 delle Dolomiti che parte da Ora nella Val d'Adige (uscita Autostrada del Brennero). Nel paese di Alba si va alla stazione della Funivia del Ciampac che in poco tempo porta al pianoro omonimo (ottimo per picnic e bagni di sole...). Poco lontano dalla stazione superiore della funivia parte il sentiero che porta all'attacco della "Ferrata Fiamme Gialle". La ferrata è una ferrata "chiusa" che sale da un versante e scende da un altro, con percorso che mai si ripete. In circa 2.50 ore di ferrata si raggiunge la cima. Si raccomanda di attrezzarsi i modo corretto per la ferrata che è lunga, in alcuni tratti esposta e comunque completamente attrezzata dall'attacco alla cima, ma è pur sempre una ferrata non banale! Dalla cima si gode di una visione a 360°, ed in particolar modo verso le vicine cime del Vernel (Grande e Piccolo) e della Marmolada. Per la discesa in circa 45 minuti (1 ora max), per percorso diverso dalla salita, si è alla base ed in poco tempo di nuovo anche all'attacco. Si può considerare una durata di circa 4.5 – 5 ore per l'anello completo. Quindi tenere conto di questo nell'escursione. (verificare gli orari di chiusura della funivia, perché altrimenti la discesa a piedi ad Alba è lunga svariati km di strada bianca con con svariati tornanti....). Aperta in tutte le direzioni su 360 gradi

### **TN - 017 MONTE STIVO**

Il monte Stivo può essere raggiunto sia dalla Valle di Gresta (Ronzo Chienis) sia da Cei-Bordala, via Cima Bassa e sentiero dei Serbi. L'itinerario più comodo parte da Ronzo, frazione di Chienis, si raggiunge la località Santa Barbara e si prosegue verso Sant'Antonio, dove si può parcheggiare comodamente. Scegliendo il segnavia SAT si prende il sentiero per il Monte Stivo, attraversando campi coltivati d'ortaggi. I noti prodotti della Val di Gresta! Quindi una stradina ghiaiosa di una pineta fino al pascolo della Malga Stivo. Da qui si sale per il costone fino al Rifugio Prospero Marchetti, della sezione SAT di Arco che sorge a pochi metri dalla Cima del Monte Stivo (m.t. 2059) sulla quale si erge un'imponente croce di ferro, nonché l'osservatorio panoramico dal quale si possono individuare più di una quarantina di cime alpine: Adamello, Gruppo del Brenta, Cima D'Asta, Pasubio, Altissimo ecc.. nonché una stupenda visione dell'intero Lago di Garda. Il tempo di percorrenza medio è di oltre due ore di buon cammino. Montagna aperta su 360° con ottime possibilità di QSO.

### **TN - 018 MONTE ZUGNA**

Da Rovereto città, si sale in direzione della Famosa Campana dei Caduti fino all'abitato di Albaredo, dove inizia, a destra, la stradina asfaltata per il rifugio di Monte Zugna. Il tracciato, per quasi 12Km, è caratterizzato da pendenze costanti e da molti tornanti con spunti panoramici sulla Vallarsa e sulla Vallagarina. Giunti al Rifugio Monte Zugna si può parcheggiare nei pressi dell'osservatorio Astronomico del Museo Civico di Rovereto. Si nota una mulattiera che in circa 35 minuti di cammino, dopo aver oltrepassato il Parco della Pace, pianoro dove sorgono i ruderi di appostamenti militari Austriaci della 1° Guerra Mondiale, ci porta direttamente sulla Cima del Monte Zugna (m.t. 1864). Posizione aperta a Nord e Ovest, panoramica purtroppo ostacolata dal Gruppo del Pasubio e del Carega.

### **TN - 019 MONTE FINONCHIO**

Dall'abitato di Serrada (m.t. 2350) frazione di Folgaria, tramite una EX strada di guerra oppure tramite il sentiero SAT numerato 104, si raggiunge a piedi ed in costante salita, con tempo di percorrenza medio di circa 1 ora e trenta Minuti il Monte Finonchio a quota M.t.1603. La sua sommità ampia e coperta da prati è un interessante punto panoramico che domina tutta la Città di Rovereto e buona parte della Val d'Adige, nonché la vista su molte note Cime del Trentino, tra le quali il Monte Baldo, il Pasubio, la Cima D'Asta, le Dolomiti del Brenta, Adamello, Presanella ecc.. Questa posizione è utilizzata da diverse postazioni di ponti ripetitori televisivi e radiofonici situati nei pressi del Rifugio F.Filzi. Inutile dire vista la posizione strategica potrà fornire ottime possibilità di collegamenti in 50 Mhz e superiori..

### **TN - 020 CORNO DELLA PAURA**

Corno della Paura, chiamato così probabilmente perché durante la Grande Guerra era stato adibito a postazione militare; si possono quindi osservare resti di postazioni militari e un istruttivo panorama sulle montagne del Trentino meridionale. Dalla frazione di San Valentino di Brentonico, nota stazione sciistica, si prende la strada bianca che la congiunge alla Palsa, superando il Monte Postemon. Dopo circa 4 km si giunge al bivio per la cima raggiungibile in circa venti minuti di cammino. Si consiglia di percorrere però l'itinerario a piedi sia per la strada molto sconnessa e, in un paio di punti, abbastanza pericolosi, prestare attenzione! Il tempo medio per arrivare in cima al Corno della Paura (m.t.1539) a piedi è di circa 1 ora e mezza. Molto aperto verso Nord e verso Sud.

### **TN - 021 CATINACCIO DI ANTERMOIA**

Da Vigo di Fassa si sale in funivia fino al Ciampedie (m.t.1998), un verde e panoramico terrazzo sulle Dolomiti. Da qui passando davanti all'omonimo Rifugio ci si dirige verso il sentiero n. 540 e 543, attraversano prima un fitto bosco e poi alcuni pascoli, si arriva alla conca di Gardeccia (m.t.1960). Si prosegue in direzione nord per il sentiero n. 546 che si snoda al cospetto dell'imponente parete est del Catinaccio, fino a giungere, dopo circa un'ora e mezza di cammino, ai rifugi "Vajolet" e "Preuss" (m.t.2243). Qui la sosta per una buona colazione è d'obbligo! Si inizia quindi a salire per la "gola dei Gartl", dislocata fra le torri del Vajolet ed il Catinaccio. percorrendo il sentiero n. 542, in circa un'ora, si arriva al noto Rifugio Principe. Dal passo Principe inizia la via ferrata alla base della parete di fronte al rifugio. Le corde fisse seguono una cengia in salita a sinistra, poi a destra, poi un canalino fino ad un terrazzo a placche spioventi. Oltre una forcilla si scende per una scaletta e traversando si

raggiunge la parete sudovest del monte, dove la ferrata porta ad una sella salendo a sinistra. Passati al versante nordovest si prosegue per una comoda cengia traversando a sinistra, per continuare la salita lungo gradoni friabili fino alla cresta Nord, che si segue fino alla cima (m.3002). Ottima posizione aperta su 360°

#### **TN - 022 MONTE VIGNOLA**

Dalla Polsa di Brentonico, nota stazione sciistica, si prende la strada per il Monte Vignola fino al campeggio Polsa e al Ristorante Bellavista. Da qui per una strada bianca di 3 km circa si giunge ai ruderi delle caserme della grande Guerra, dove si trovano i bacini di raccolta dell'acqua piovana. Scegliendo il "Sentiero della Pace" in circa 20 minuti si giunge alla Croce ed alle interessanti fortificazioni militari della Cima del Monte Vignola a quota 1607 m. Panorama su tutta la Vallagarina con tempo di percorrenza totale di circa 1ora e mezzo. Molto aperto verso Nord e verso Sud.

#### **TN-023 MONTE RUJOCH**

Una delle ultime propaggini della catena del Lagorai, il Monte Rujoch si trova a fare da spartiacque tra le valli e altopiano di Pine e la nota Valle dei Mocheni. Arriviamo al Paese di Bedollo sull'altopiano di Pine, da qui seguiamo in macchina per la frazione Regnana, si prosegue sulla strada sterrata per il Passo di Redebus, da questo punto imbocchiamo un tratto del sentiero Europeo, segnato (E-5), attraversando gli ultimi e radi boschi dell'alta Val dei Mocheni. Seguendo ora il sentiero n.462, si arriva al Passo Polaen quota Mt.1939, da questo punto inizia la bella cresta che porta verso al cima Uomo Vecchio (mt.2333) prima e poi la sospirata meta del Monte Rujoch (mt.2415). Ottima posizione aperta verso Sud e Nord. Il dislivello totale è di 962 metri a partire dal Passo di Redebus.

#### **TN - 024 CIMA CECE GRUPPO DEL LAGORAI**

La più alta cima della catena del Lagorai, la Cima Cece si trova in un'ottima posizione geografica con apertura totale verso est sudest, in giornate limpide si può vedere il golfo di Venezia. Da Predazzo si prosegue per Bar Miola e Malga Valmaggiora (strada forestale di circa 6 Km). Dalla Malga di Valmaggiora si segue il sentiero 335 che risale tutta la rigogliosa valle fino alla Forcella di Valmaggiora (m2180). Dalla Forcella, si prende verso est salendo ripidamente per qualche curva, sentiero translagorai-349, in modo da guadagnare quota sulla lunga cresta ovest della cima Cece. Si taglia lungamente in lieve discesa per raccordarsi circa a quota 2350m con il fondo del martoriato vallone sassoso di Cece. Il sentiero passa a nord-ovest del caratteristico dente di Cece e sale costantemente su grossi massi spesso sfruttati per "pavimentare" il sentiero. A quota 2500m circa (2h30'), il sentiero sale ancora brevemente a quota 2660m circa, il 349 cala per superare in costa un ghiaione e rimontare ad una selletta, noi però prima che cali deviamo a destra su un sentierino di guerra che si mantiene appena sotto la cresta ed è segnato con sbiaditi bolli bianchi e omini di pietra (numerosi baraccamenti militari): faticosamente si arriva così in vetta (m2754-3h30') Una Cima sicuramente da attivare con ottime prospettive di QSO.

#### **TN – 025 LA FONTANELLA**

La Fontanella fa parte del gruppo Panarotta Fravort; Da Levico Valsugana si sale sul Monte Panarotta fino al piazzale che serve gli impianti di sci nei pressi dello Chalet Panarotta mt1460, dove si lascia l'auto. Qui si prende la forestale che in costa percorre il versante settentrionale della Panarotta fino all'ampia insellatura denominata La Bassa m 1834. Di qui il sentiero 325 diventa sentiero Europeo E5, percorrendo l'evidente facile dorsale che rimonta la prima elevazione, La Fontanella m 2037è la prima cima che si trova, è abbastanza dura nella parte finale. Salendo sul medesimo sentiero si può arrivare fino al Fravort Mt.2347 dove si ha un'ottima apertura verso sud.

#### **TN – 026 COL SANTO**

Da Giazza, in Vallarsa, si prosegue in auto sulle pendici del monte Pazul fino a raggiungere malga Cheserle (1402 m) dove si parcheggia e si inizia l'itinerario escursionistico. Si può proseguire per la strada forestale fino al rifugio Lancia ma consiglio l'itinerario alternativo, che porta sempre a detto rifugio, via Bocchetta Foxi e Bocchetta Corde. Dal rifugio Lancia (1825 m) si prosegue per Malga Pozze e da qui si risale alla sella dei Colsanti dove si può ammirare una delle rare stazioni di geranio argentato del Trentino. Si prosegue in direzione nord sino a raggiungere l'anticima del Col Santo (croce) e da qui in

pochi metri alla cima (2112m). Per il rientro si può rifare in senso contrario l'itinerario descritto o proseguire per le pendici del Dos dell'Anziana, Alpe le Albe, Bait del Marisa e da qui attraverso i sentieri 132 e 101 ritornare a malga Cheserle. Questa variante è molto remunerativa nell'ultima decade di giugno dove si può ammirare la splendida fioritura della prateria di montagna caratterizzata da miriadi di gigli bianchi.

#### **TN –027 CIMA PRESENA**

Si raggiunge il Passo del Tonale, si sale sulla funivia che in circa 15' ci porta a quota 2.550. Da qui si inizia a camminare e in mezz'ora circa si arriva alla Capanna Presena m. 2.729. Si continua sulla sinistra, vicino ad un impianto di risalita, su pendio ghiacciato in direzione sud-est, fino alla Sella di Passo Presena (2997 m, ore 1) - a fine stagione alcuni crepacci non sono molto difficili da superare. Dal Passo si sale per dorsale nevosa e su cresta fino alla cima (3069 m, ore 0.30). La salita è molto ripida e si rivelano utili avere al seguito ramponi e piccozza che possono agevolare il percorso. L'ultimo tratto si può percorrere su roccette o su cresta innevata con i ramponi perché molto ripido e porta direttamente in vetta m. 3.069. Vista libera su 360 gradi, splendida panoramica sui Gruppi dell'Adamello e Presanella. Dal punto di vista radioamatoriale, garantiti QSO con potenze minime su tutte le bande!

#### **TN – 028 PUNTA PENIA**

Parliamo ora della Regina delle Dolomiti. Con i suoi 3342 mt. Di Punta Penia è definita il tetto delle Dolomiti, per affrontarla occorre essere esperti . Ci sono diverse vie di salita compreso l'utilizzo della comoda funivia che sale sino a Punta Rocca, in questo caso l'attivazione è da considerarsi nulla in quanto non attinente al regolamento S.O.T.A. Descriverò la salita dal rifugio Contrin in quanto è considerata la meno "rischiosa" dal punto di vista alpinistico. Il rifugio è raggiungibile in meno di due ore da Alba di Canazei per comodo sentiero, molto battuto. Dal rifugio seguendo le indicazioni con ripido sentiero tra ghiaioni e resti di neve e con l'aiuto di una scaletta si raggiunge la Forcella della Marmolada m 2896, con resti di postazioni in caverna. Sulla destra abbiamo lasciato la deviazione per il Passo Ombretta. Dallo stretto passaggio la ferrata prosegue sulla cresta ovest con staffe e passaggi assicurati, spesso però coperti dal ghiaccio. Grandioso il panorama che spazia per 360° gradi, con da una parte il ghiacciaio e dall'altra gli impressionanti strapiombi della parete sud a cui spesso porta la ferrata. Giunti al nevaio di cima a 3200 metri e indossati i ramponi si raggiunge la capanna di Punta Penia, 3343 m. Qui durante la guerra era dislocato un avamposto austriaco che resistette agli attacchi italiani ma soprattutto alle avverse condizioni climatiche fino a quando dopo Caporetto il fronte si spostò sul Piave. Le possibilità di realizzare qso da questa Cima sono innumerevoli e con pochissima potenza ! Unico handicap, il WX , a questa altezza è sconsigliabile installare antenne di una certa dimensione..

#### **TN – 029 MONTE CAURIOL**

Da Ziano di Fiemme, passato il ponte sul torrente Avisio, in località Bosin, si segue la strada che risale la Val Sadole e seguendo le indicazioni, dopo 7 Km si raggiunge il Rifugio Cauriol dove si parcheggia l'auto. Dal rifugio si sale da prima su largo sentiero inoltrandosi nella Val Sadole costantemente dominati a destra dalle aspre rocce del Castèl delle Aie e a sinistra dal Cardinal, dal Piccolo Cauriol e dal Cauriol. In circa un'ora e mezza si raggiunge il Passo Sadole ( m2066), con resti di costruzioni e baraccamenti. Proseguendo verso sinistra si percorre la "via italiana" che risalendo il versante meridionale del Piccolo Cauriol ci porta alla Selletta Carteri ( m2343). Sulla sinistra un'altare di pietra ci indica la sacralità del luogo. A destra si sale lungo il sentiero scosceso che in mezz'ora circa ci conduce alla cima del Cauriol. Grandioso il panorama su Cima d'Asta e su tutto il gruppo del Lagorai. Una targa ricordo posta a di sotto della croce in ferro della cima ci ricorda le numerose vittime tra i soldati Italiani e Austriaci durante il primo conflitto mondiale. Tempo di percorrenza 5 ore

#### **TN – 030 CROZ DELL'ALTISSIMO**

Nel gruppo del Brenta un po' staccata verso est si erge una modesta cima come altezza, a rispetto del resto del gruppo, però molto bella e panoramica. Partendo dal paese di Molveno con la cestovia a Pradel e una seggiovia fino al rifugio la Montanara m. 1525. Iniziamo il nostro itinerario su strada sterrata per poche centinaia di metri e prendiamo il sentiero che sale a tornanti nel bosco ad alto fusto e poi tra mughetti e pascoli numero 352 / b e successivamente 344 / b fino al passo dei Lasteri m.2286: 2 ore dalla partenza. Un po' prima del passo prendiamo le indicazioni a sinistra per la cima Croz dell'Altissimo che in breve,

sempre su buon sentiero raggiungiamo i 2338 metri della vetta, ore 2.30 dall'arrivo della seggiovia

### **TN – 031 CIMA OLMI – GRUPPO DELLE MADDALENE**

La catena delle Maddalene si estende nell'alta Val di Non dal Passo di Rabbi ad ovest al Passo delle Palade ad est, con cime di modesta quota ma molto caratteristiche per la posizione a ridosso dei grandi ghiacciai del Cevedale. Dalla diga di Santa Giustina in Val di Non, prendiamo la strada che porta a Revò e verso la Val D'Ultimo fino al bel paesino di Proves m.1450. Partiamo su una dolce strada forestale e per un tratto in leggera discesa numerata 14 – 2° e successivamente n.147, dopo il ponte sul rio di Valle la strada diventa molto ripida fino alla malga Val m. 1925. Ora il sentiero n.113 si alza su pascoli sino al passo Termen de Val m.2252. Il sentiero diventa più ripido e sotto la cima su sfasciumi diventa faticoso, all'improvviso si arriva ai 2656 metri della cima Olmi. Il panorama spazia in tutte le direzioni su ghiacciai e verdi cime.

### **TN-032 MONTE CORNETTO**

IL MONTE CORNETTO è "la montagna di Folgaria", che domina verso nord il panorama. Si raggiunge sia dal centro del paese che dal Passo Sommo, in questo caso risparmiando circa duecento metri di dislivello. Il percorso; dalle ultime case di Folgaria, in località Striccheri (zona dei campi sportivi) una mulattiera - segnavia 451 - inizialmente tra i prati si inoltra poi nella vegetazione e, in leggera ma costante salita, raggiunge la vecchia stazione a monte degli impianti (1525 metri) che fino a una quindicina d'anni fa salivano da Costa. Questo punto si raggiunge anche da Passo Sommo (1343 metri): proprio di fronte al piazzale della baita ristorante si imbecca una strada forestale (riconoscibile dalla stanga verde che la chiude) che risale con ampie curve un bel bosco sbucando proprio nei pressi della stazione a monte della vecchia seggiovia. Si risale l'ampia costa prativa seguendo le piste da sci, ormai in disuso, fino alla sommità (1975 metri), e da qui un ampio crinale di cresta porta verso la cima del Cornetto (2060 metri). Con un'ampia inversione si lascia la traccia di salita imboccando un evidente vallone - d'estate sentiero segnavia 425 - che scende fino alla località Paradiso (1631 metri) dove arrivava un impianto di risalita proprio dal centro di Folgaria. Qui sorge il rifugio Paradiso, si seguono le tracce delle vecchie piste fino a raggiungere nuovamente il centro urbano.

### **TN-033 MONTE BIAENA**

Si parcheggia in località Pra da Lach, ove sorge l'omonimo villaggio turistico sulla destra, per chi sale da Ronzo, della S.P. 88 della "Valle di Gresta e Monte Velo" (diramazione per Bordala). Ci si inoltra quindi in direzione delle casette che si scorgono di fronte al parcheggio ed immediatamente dietro ad esse, si prende il sentiero che incomincia a salire in mezzo al bosco. Si comincia quindi a salire attraverso la vegetazione che copre la pendice ovest del Biaena e, seguendo i segnavia SAT, dopo circa mezz'ora si arriva in un tratto di sentiero assolutamente sgombro da vegetazione che corre su lastroni di roccia inclinata: "la Lasta" In altri venti minuti si arriva alla capanna Monte Biaena, eretta nel 1984 dal gruppo SAT Valle di Gresta sulle rovine della vecchia stazione di arrivo della teleferica austriaca della Gran-de Guerra. Dopo circa 300 metri si arriva alla cima del Monte Biaena: lo sguardo si apre sulla sottostante Vallagarina e sui gruppi montuosi che le fanno corona (Lessini, Carega, Pazul-Pasubio ed altri ancora) e la vista spazia a 360°: si può riconoscere il Monte Baldo, Adamello, Presanella; Brenta. Un panorama di rara vastità in rapporto alla modesta quota della cima.

### **TN-034 RODA DE VAEL**

Da Vigo di Fassa con la Funivia del Ciampedie fino a quota m. 1997, e quindi scendere per la stradina fino al bivio col sentiero n.545 denominata Alta via di Fassa fino alla malga Vael. Qui incontriamo il sentiero n.547 che proviene direttamente da Vigo di Fassa, se non si vuole prendere la funivia. Ora risaliamo ai rifugi Roda de Vael e Pederiva. Le indicazioni ci portano alla forcella fra la Torre Finestra (foro naturale nella roccia con una croce in metallo) e la nostra meta. Qui inizia la ferrata, con prudenza e attrezzatura adeguata si supera il breve tratto di corde fisse, successivamente un piccolo sentiero ci porta alla bella cima Roda di Vael con la sua caratteristica croce m. 2806. Siamo nel gruppo del Catinaccio. La discesa si fa sulla cresta opposta, si comincia subito con una corda fissa lungo tutta la dorsale, ferrata più impegnativa che la salita ma accessibile a chi non soffre di vertigini. Si segue la corda fino al passo del Vaiolon m.2560. Ora si sale un breve tratto sul sentiero n. 551, poi si scende, al

termine del ripido canale altro incrocio il 545/B attraverso un bellissimo itinerario chiamato sentiero delle feide, ci riporta alla funivia del Ciampedie, altrimenti scendiamo sul 545 e dopo al 547 direttamente alla malga Vael e Vigo di Fassa. Dettagli: Dislivello in salita: metri 850 - oppure 1450 da Vigodi Fassa. Dislivello in discesa m.d. 850 – oppure 1450. Tempo in salita. ore 4, oppure 6 Tempo totale: ore 7 – 8

### **TN-035 CIMA PARADISI**

Interessante e suggestiva escursione attraverso l'incantevole Val Vanoi dove, tra boschi incantati e lussureggianti pascoli, potremo godere del vero fascino dei Lagorai. Percorrere la strada per Fiera di Primiero. Prima dell'abitato di Imer svoltare a dx per Val Vanoi. Passato il paese di Canal S. Bovo prendere a dx in direzione Caoria. Da qui proseguire sempre dritti seguendo le indicazioni per il Rif. Refavaie. Dal rifugio Refavaie m.1116, per un viottolo dietro l'edificio si taglia il primo tornante della strada forestale che si segue fin poco oltre il vicino ponte sul rio di Coldsò, prendendo a sinistra il sentiero n.335 che su vecchia e ripida mulattiera lastricata ritrova la strada a circa m. 1250 presso un capitello e alcune baite. Oltre la rotabile si va subito a destra in forte salita badando a segni azzurri sugli alberi. Passando per i masi di Fossernica, si arriva ad un tratto pianeggiante per incrociare nuovamente, a m. 1550 la strada forestale. Con questa si sale a destra e, dopo due tornanti, si giunge fuori dal bosco alla malga Fossernica di Dentro m.1777, posta in una stupenda posizione panoramica sulla cresta occidentale della Cima dei Paradisi. con bella veduta sul Cauriol, Cardinal, Busa Alta, Canzinagol ore 3 da Refavaie. Si risale quindi la ripida costa boscosa, successivamente su pendii più aperti e dolci, fino al culmine di Cima dei Paradisi, tot. 5 ore. Ritorno per la stessa via di salita. Dislivello: m1090 Tempo: ore 5

### **TN-036 CIMA UOMO**

Dal Passo S. Pellegrino (1919 m) si imbecca una stradina fino al Rif. Cima Uomo dove si parcheggia. Ci si incammina verso NNE attraverso la pista da sci e i pascoli, puntando ad aggirare a destra l'altura chiamata Om Piccol. Si giunge così alla base del grande ghiaione e si segue la traccia verso destra, aggirando uno sperone roccioso, e per traccia prima evidente e poi più incerta, si rimonta il faticosissimo ghiaione puntando alla forcella dell' Uomo tra la Cima dell' Uomo e la cima a sinistra di essa. Circa 150 m sotto la forcella, dove il ghiaione si restringe a canalone, seguire le indicazioni verso destra per il percorso alpinistico alla cima, seguendo la cengia che taglia tutta la parete Sud. In alcuni tratti lungo la cengia sono presenti degli anelli di assicurazione e superando alcuni tratti interrotti ma agevoli da superare ed una rampa canale rocciosa si arriva alla cresta. La cresta, poco inclinata, si percorre facilmente seguendo una traccia nella ghiaia e superando un paio di passaggi su dei muretti rocciosi con anelli per assicurazione. Infine per traccia si giunge alla grande croce di vetta a mt 3010. Splendida salita su bellissima cima, piuttosto faticosa e su percorso alpinistico. Utile una corda da 30 m e dei moschettoni, anelli per ancoraggi presenti dove necessario.

### **TN-037 CIMA FRAVORT**

Il Fravort è una delle prime cime della catena del Lagorai verso sud, con la Panarotta m.2002 e cima Storta m. 1872, sicuramente la nostra meta è la più importante come ambiente e facile da salire con solo 475 metri di dislivello. Dal parcheggio degli impianti della Panarotta m. 1872 prendiamo la stradina e sentiero che ci porta alla sella denominata La Bassa. Ora un ripido sentiero in cresta ci fa superare il primo tratto di percorso nel bosco rado. Una depressione pascoliva ci avvicina alla cima del Fravort che sempre in cresta si raggiunge in ore 2.30 dal parcheggio. Bella cima col panorama su tutto il Lagorai vista da una prospettiva diversa da come si vede normalmente. La vista spazia anche sul ravvicinato gruppo del Brenta e dei ghiacciai dell'Adamello. Il ritorno sempre stesso itinerario fino alla sella La Bassa, poi risaliamo i 100 metri che sale alla cima Panarotta e scendiamo sul versante opposto lungo le piste da sci fino al parcheggio. Dislivello in salita: m.475 + 100 Dislivello in discesa: m. 575 Tempi in salita: ore 2,30. Totale: ore 5. Sicuramente da attivare anche come posizione dal punto di vista Radioamatoriale.

### **TN-038 CIMA COSTABELLA**

Dal passo S. Pellegrino 1919mt dietro il caseggiato noleggio sci con accesso stradale da Moena (TN) in Val di Fiemme o da Falcade nella Valle del Biois (BL). Lungo il sentiero n.604 si sale fino al passo Le Selle dove sorge l'omonimo rifugio, passando dal rifugio Paradiso, in circa 1.30h. Qui ha inizio questo bellissimo, aereo e importante itinerario storico. Con il

sentiero n.637 si sale ripidamente,aiutati anche dal cavo metallico da usare come scorrimano,verso la prima delle 4 cime che si toccano in questo itinerario:Lastel Picol. Tutta questa catena montuosa fu teatro di durissimi combattimenti tra italiani e austriaci durante il primo conflitto mondiale 1914-18.A testimonianza di tutto ciò,lungo tutto il percorso troviamo resti di opere belliche come trincee,baracche,scale e passatoie in legno,postazioni per ricovero di persone e munizioni, incontrando anche delle gallerie di guerra (utile una torcia) e passatoie in legno sostituite in epoca recente visto la pericolosità di quelle originali usurate dal tempo,fino ad arrivare al Lastel Picol (2697mt); proseguendo, si risale sempre per facile sentiero verso cima Costabella (2759mt), dove vicino alla croce di vetta c'è una postazione per mitragliera austriaca.Da qui in poi una scala in legno per vincere una paretina di circa 5mt,una galleria di guerra molto bassa (bisogna procedere a gattoni) e appena finita la galleria troviamo l'unica vera difficoltà della via ferrata,una placca esposta che si taglia in diagonale e in discesa,ma qui i piedi appoggiano sempre senza grosse o particolari difficoltà e il cavo ben teso assicura bene. In leggera discesa e per sentiero si arriva ai piedi del Sass De Costabella (osservatorio italiano),con un canalino facile e attrezzato si risale e con una passerella di legno di un paio di metri sopra uno strapiombo si entra nell'osservatorio. Per scendere dal *Sass De Costabella* si usa una serie di scale in legno ottimamente attrezzate con cavo metallico per l'auto assicurazione ed anch'esse sostituite delle originali;per sentiero,ora diventato un po' esposto ma non difficile,si scende alla forcella *Ciadin* (2664mt),e di lì lungo ripido ghiaione prima e per sentiero e prati poi,si arriva al punto di partenza dove abbiamo parcheggiato l'auto.

#### **TN-039 CIMA FOLGA**

Dalla estremità orientale della catena montuosa del Lagorai, a sud ovest di San Martino di Castrozza si protende verso sud un sottogruppo denominato di Scanaiol. La piramide meridionale del gruppo è Cima Folga di 2436 metri. Cima estremamente panoramica e di interesse radioamatoriale ottime aperture sia verso sud che verso nord (passo Rolle). Da Canal San Bovo si prosegue fino al Lago di Calaita m.1602 nei pressi del rifugio Miralago. Per strada forestale a Malga Grugola (m.1782) da dove, per sentiero, si prosegue per forcelle Folga (m.2195); per la erta cresta meridionale si sale fino alla vetta a metri 2436 sufficientemente ampia e comoda. Tempo di salita ore 3.00 dislivello circa 834 metri.

#### **TN-040 CIMA MULAZ**

La Val Venegia si raggiunge da Predazzo-Bellamonte. Procedere per qualche km per passo Valles. Attenzione al bivio a destra per Val Venegia. siamo nel parco regionale di Paneveggio. Parcheggio auto. Si può proseguire sulla strada sterrata solo per un breve tratto. Strada chiusa al traffico. Al termine del tratto percorribile in auto vi è un grande parcheggio m. 1760. Da qui la veduta spazia maestosa sul versante Nord-Ovest delle Pale di S. Martino. Di fronte l'imponente parete Ovest del Mulaz. Si possono ammirare le torri di Focobon, la cima della Vezzana e il famosissimo Cimon della Pala. Il ghiacciaio del Travignolo divide la cima della Vezzana con il Cimon. S'inizia l'escursione sulla strada sterrata. Ad un certo punto (pian della Vezzana) oltre la malga Venegioti si incontrano le indicazioni a sinistra per "rifugio Volpi al Mulaz". Intraprendere la salita su bel sentiero n.710 (segni bianco-rossi). Poco prima di raggiungere il passo Mulaz (2,30 ore circa) a destra si può notare l'ardito passo delle Farangole, posto proprio nel mezzo delle due torri di Focobon. Il rifugio Volpi al Mulaz, si vede oltre il passo. Per intraprendere la salita alla cima mantenersi sulla sinistra, e seguire tracce di sentiero e bolli rossi sui detriti del monte. Da qui in circa un'ora si raggiunge la cima. Sulla cima una croce con altare e una campana per ricordare i caduti in montagna. Emozionante poterla suonare ed ascoltarne il suono accompagnato dal sibillare del vento disperdersi nel vuoto. Il versante Dalla cima spettacolare veduta sulle cime più famose: Marmolada, Catinaccio, Civetta, Pelmo, Antelao ecc. La discesa si effettua per la stessa via fino al passo. Per chi ha buone gambe consiglio la discesa al rifugio e il sentiero N. 751, conduce alla forcella Venegioti. Attenzione ad un tratto di corda fissa per superare delle facili roccette, e si scende di nuovo in Val Venegia ben visibile già dall'alto. (3-4 ore). La discesa per la stessa via di risalita invece comporta un tempo medio di circa un'ora.

#### **TN-041 PUNTA VALLACCIA**

Interessante cima con veduta sulla Valle di Fassa. Partendo da malga Crocifisso m. 1526, a pochi chilometri da Pozza di Fassa, su strada forestale chiusa al traffico, per bosco di abeti, ci s'inoltra lungo la valle dei Monzoni, dopo il posto di ristoro della Baita culmine della quale

sorge la Malga Monzoni m.1862. Ora si segue un breve tratto di sentiero del rifugio Taramelli ma poche decine di metri sopra la malga Monzoni, lo si abbandona per risalire un altro sentiero sulla destra. Il sentiero contrassegnato n. 624 raggiunge ben presto alcuni pascoli inclinati sopra i quali si apre lo splendido prato Gardeccia, dove sorgono alcuni fienili e più oltre il rifugio Valaccia m. 2275 ( ore 2,30 dal parcheggio ). Seguire ancora per un tratto il sentiero n. 624, e rimontando il ripido pendio alla base della parete est della cima della Valaccia, e che porta rapidamente alla Costella m. 2529, larga insellatura che mette in comunicazione la valle dei Monzoni con la valle di S. Pellegrino. Da questo valico la salita alla Valaccia è assolutamente priva di difficoltà. Si segue una traccia di sentiero segnata che risale il breve pendio sassoso e macchie d'erba, che in mezzora ci porta sulla cima 2936mt.. Tempo di percorrenza circa 4 ore dalle vetture

#### **TN-042 PALA DI SANTA**

Per arrivare alla sommità di questa interessantissima montagna, ci sono diverse possibilità. Dal Passo di Lavazè, dalla località Bramadiccio di Stava e dall'Alpe di Pampeago, (1757 m), Descriveremo quest'ultimo itinerario. Pampeago è raggiungibile dall'uscita di Egna-Ora della A22 del Brennero, in direzione Val di Fiemme. Giunti a Tesero (992 m), si gira a sinistra lungo la stretta Val di Stava fino ai grandi parcheggi posti davanti alle stazioni di partenza degli impianti sciistici. Dal parcheggio si raggiunge la seggiovia di sinistra e si imbecca la larga pista che compie un ampio tornante verso sinistra e risale poi, con un tratto più ripido. Oltrepasato un altro dosso, si raggiunge la spianata che si apre alla base dei pendii finali che salgono all'ampio Passo di Pampeago, presso la stazione di partenza della seggiovia che raggiunge il passo e di quella dello skilift (aperto solo nei mesi invernali) che sale alla Pala di Santa . Svoltando decisamente a sinistra, si prendono a risalire i ripidi pendii iniziali della Pala di Santa, lungo una traccia di carrareccia generalmente ben battuta. Con vista sempre più ampia sul Gruppo del Latemar e sulla zona del Passo del Feudo, si continua a salire, alternando brevi tratti ripidi ad altri di pendenza più moderata, fino ad uscire dal bosco presso una vecchia stazione intermedia dello skilift. Inizia da qui il vasto tavolato in dolce pendenza che, con magnifiche vedute su Latemar, Sciliar e Alpi di confine, nonchè su Lagorai e Pale di San Martino, consente di guadagnare quota con poca fatica. Il sentiero è generalmente ben battuto, e comunque l'orientamento è facilissimo. Superata la stazione a monte dello skilift, si supera un tratto più ripido e, oltrepasato un modestissimo ricovero in pietra, si tende verso destra sull'ampia cresta sommitale e si raggiunge, scavalcata un'anticima, la grossa croce posta sulla vetta (2488 m, h 3,00). Una postazione decisamente da attivare, aperta verso est, sud , ovest

#### **TN-043 MONTE TAURO**

Il Monte Tauro fa parte del gruppo montuoso di Rava, della catena del Lagorai Il percorso consigliato è da Strigno , vicino a Borgo Valsugana. Da qui si inizia il percorso, per la strada forestale, con segnavia 333 e si raggiunge la loc. Primaluna, a quota mt.1525 ca. Si parcheggia l'auto e poi si sale fino a quota mt.1975 raggiungendo la "forcella del Dogo". Si sale ancora a sinistra fino a raggiungere la sommità del Monte Tauro mt 2028. Poco sotto la cima, segnaliamo la presenza del bel Bivacco Argentino a circa mezzora dalla forcella.

#### **TN-044 MONTE PELLER**

Il Monte Peller è l'ultima propaggine nord orientale delle splendide Dolomiti di Brenta Dall'abitato di Cles si prende verso ovest la strada per il Ristorante Bersaglio, quindi per eterna forestale di 17 km, solo in minima parte asfaltata, molto sconnessa e piena di buche, si risale la dorsale nord orientale del Peller fino al Laghetto Dorigat m 1869, dove si lascia l'auto, proprio sotto la cima e a poca distanza dal Rifugio Peller. La salita al la vetta è a questo punto è davvero elementare: dal Laghetto Dorigat si prosegue a piedi, per meno di 1 km, verso sud per la ripida strada forestale; non appena la strada spiana nei pressi di un crocifisso e di una panchina, si taglia su per il costone con percorso libero puntando alla visibile Croce del Peller m 2208. Si rimonta facilmente per costone pratoso e, tenendosi sulla larga dorsale, si raggiungono e si superano le roccette finali fino all'anticima del Peller con una grande croce in legno. Si riprende traversando verso nord ovest in leggera salita. Si risale quindi traversando i prati una piccola valletta fino a "sbucare" sul dirupato versante nord dove si intercetta il sentiero 337 (via attrezzata) che sale dal Rifugio Peller. Si piega ora verso sudovest e con un ultimo breve costone erboso si raggiunge finalmente la splendida cima pianeggiante. Il panorama è grandioso e spazia a 360 gradi. Ottima da attiva in radio!



### **TN-045 MONTE BRENTO**

Dopo aver raggiunto S.Giovanni al monte con la strada Varignano-Padaro il sentiero inizia al bivio sulla strada asfaltata prima di arrivare alla localita' Marcarie (tabella S.A.T.). Si gira a destra su strada forestale (stanga), si arriva ai Cargoni e ad una baita in legno della forestale e parte in gestione alla sezione S.A.T. di Arco. Si continua con la strada forestale e si supera immediatamente un'altra stanga. Al bivio successivo, nei pressi della sorgente di acqua\*, si continua dritti in un magnifico bosco di faggi e conifere e dopo circa 20 minuti si incontra un'altra stanga forestale, si continua fino ad incrociare a sinistra la strada che scende alla malga Valbona e a destra sale alla malga Bepini \*Alternativa: se invece al bivio prima della sorgente si segue la forestale a destra e al bivio successivo si gira a sinistra si arriva ad incrociare più avanti lo stesso nostro sentiero ma si allunga il percorso di circa 5 minuti. Si entra immediatamente nel bosco a destra percorrendo una strada sterrata fino a prendere a sinistra il sentiero che si sviluppa in un "tovo" breve ma abbastanza ripido e che ci porterà nei pressi di una fontanella con acqua (poza dela mola). Si gira a sinistra ancora nel "tovo", si continua arrivando al culmine della valletta e in 5 minuti in cima al monte Brento. Qui si apre una stupenda balconata sul lago di Garda, sui laghi di Santa Massenza e Toblino, sulle le cime del Brenta, sullo Stivo, sulla Val del Sarca e delle Giudicarie. Il sentiero scende fra facile roccette sempre in cresta verso nord e verso il "pra dei mucì" (nei pressi della postazione di lancio per il base jumping del Becco ! d'Aqui la) alla fine del quale, nuovamente in discesa, entra a destra nel bosco (qui prestare attenzione per non perdere il sentiero) fino ad incrociare il sentiero 408 che sale da malga Valbona

### **TN-046 CIMA RAVETTA**

LaCima, alta mt.2226 slm. si trova nel gruppo di Rava. Vi si accede dalla Valcampelle per segnavia SAT 333 salendo in Primaluna, Malga Primaluna di Sopra a quota mt.1842 slm, per poi proseguire verso la Forcella del Dogo a quota mt.1972, per poi proseguire, sempre su segnavia SAT 333, per la Cima Ravetta a quota mt.2226. Seconda variante, sempre per la Valcampelle, si sale per segnavia SAT 332 fino al Rifugio "Claudio e Renzo" (detto anche rifugio Caldenave) per poi proseguire, aggirando la Val dell'Inferno, fino a salire a quota 2219 per la Valle di Ravetta ove si raggiunge la Forcella Ravetta. Da qui, per segnavia SAT 333 si raggiunge, dopo aver passato il Tombolin di Caldenave, la Cima Ravetta.Ambedue i percorsi sono fantastici e si passa dai boschi di abeti e Larici alle pietraie della zona di Rava a testimonianza della passata fase geologica glaciale che ha creato, e poi smosso, blocchi granitici lavici di enormi dimensioni. In cima si possono ammirare gli innumerevoli resti della Grande Guerra, ferite mai cicatrizzate, che testimoniano la follia umana di quel periodo e le grandi sofferenze dei soldati, di ambedue gli schieramenti, che sono stati mandati fin lassù a contendersi le cime rocciose. Interessante e da vedere, appena sottola Valcava, il Cristo De nane Ciopa, eretto dagli amici di Spera (TN)in ricordo di un malgaro morto lassù perchè colpito da un fulmine mentre stava curando le sue bestie molti anni orsono.

### **TN-047 MONTE CASTELLAZ**

Da Fiera di Primiero si risale la strada statale 50 per il Passo Rolle; si superano gli abitati di Siror e San Martino di Castrozza sino a raggiungere il passo.Lasciata l'auto ci si incammina lungo una stradina bianca che diparte all'altezza dell'ultimo tornante prima di giungere al Passo Rolle. Si incontrano subito le paline segnaletiche che indicano la direzione da seguire: Baita Segantini e Castellazzo. Si inizia a percorrere la stradina e, dopo aver superato una baita in legno, si effettua una svolta a destra che ci permette subito di ammirare gli arditi profili delle pale. Si risalgono lentamente i verdi pascoli che sovrastano Passo Rolle e si incomincia ad intravedere la caratteristica sagoma del Castellaz. Dopo pochi minuti incontriamo un quadrivio: si procede risalendo la stradina verso destra risalendo i crinali solcati dagli impianti di risalita. Superate un paio di svolte si raggiunge la Capanna Cervino (2082 m, 0h25'). Dalla Capanna Cervino si prosegue lungo la strada superando un paio di tornanti sino ad incontrare un bivio: si lascia la strada che conduce alla Baita Segantini voltando a sinistra e proseguendo in direzione del Castellaz. Si prosegue ora lungo una pista erbosa che conduce rapidamente ad una piccola selletta: da qui si inizia a seguire un sentierino, a tratti non molto evidente, che aggira le pendici meridionali el Castellaz. Si percorre ora il tratto più impegnativo del percorso, si risale il lungo ghiaione sul sentiero che serpeggia. Ci si porta nuovamente sul crinale e, dopo aver svoltato nuovamente a sinistra, si raggiunge infine la vetta del Castellaz (2333 m, 1h15'). La discesa avviene sul medesimo itinerario dell'andata (0h45')

#### **TN-048 CIMA COLODRI**

L'itinerario prende avvio dal centro di Arco, subito dopo il ponte, dove si può lasciare la macchina. Si percorre la strada che entra in paese, seguendo le indicazioni per il castello. Il percorso prende quota tra gli olivi fino a giungere nei pressi del castello, si segue il largo ed evidente sentiero che scende leggermente sulla strada asfaltata, fino a raggiungere la località di S. Maria di Laghel (220 m s.l.m.) e più precisamente il Santuario della Madonna di Laghel. Da qui si imbecca il Sentiero dei Lecci (segnavia n° 431) fino a raggiungere il bivio a sinistra per il Monte Colt. Si prosegue comunque sempre dritto, fino conquistare il ripiano sommitale. Dopo aver attraversato un tratto di macchia mediterranea si raggiunge, deviando leggermente a sud, la croce di Cima Colodri (390 m s.l.m.). Questo è uno splendido punto panoramico per spaziare a sud verso il Lago di Garda e a est verso il Monte Baldo e il Monte Stivo e a nord verso la Paganella. Il percorso è della durata di circa 90 minuti.

#### **TN-049 MONTE BRIONE**

Questo itinerario si snoda poco sopra il lago di Garda, ad una quota massima di 376 m. Una valida alternativa per attivare una cima SOTA anche nel periodo invernale. Si lascia quindi il parcheggio, attraversando la statale e raggiungendo il Forte San Nicolò costruito nel 1860. Qui inizia il percorso che fa parte del Sentiero della Pace. Si sale il versante nord-ovest del Brione lungo il ripido sentiero di cresta a strapiombo sul lago e attrezzato con scalini in legno e cordini protettivi. Si continua in cresta ammirando il paesaggio sottostante: dal lago, alle foci de I Sarca e su, su, mano a mano che si prosegue, fino a intravedere la cittadina di Arco. Si perviene così al Forte Batteria di Mezzo m 366 e dopo una visita esterna si raggiunge con una breve salita la vicina cima dove si trova la antiestetica antenna, (un ripetitore televisivo, visibile da tutta la piana e che ormai fa parte del paesaggio), raggiungendo così il punto più alto della escursione: m 376.

#### **TN-050 CIMA LAGORAI**

La cima si può raggiungere da due possibili direzioni, noi descriveremo quella dalla Val di Fiemme, partendo dalla frazione Lagorai di Tesero percorrendo la strada forestale di Val Lagorai sino a dove il transito con gli autoveicoli è consentito. Si prosegue per il sentiero. 316. E' delimitato a sud est dal Cimon di Cadinello e da Cima Formion, a ovest dalle pendici del Castel di Bombasel. Si segue dapprima il segnavia 354 sino a Malga Toazzo (m1468). Qui si imbecca il sentiero 319 che risale i ripidi costoni delle Mandre di Muro fino ai resti dell'omonimo baito: si piega decisamente a destra (nord) e poi a sinistra (ovest) sino a raggiungere la Forcella di Cadinello (m.2124) da dove si può ammirare il Lago di Lagorai, il nostro obiettivo è la Cima Lagorai: si prende il sentiero 321 diretto ai laghetti delle sute e quindi ci si dirige alla forcella Buse dell'Oro, si risale per un facile pendio obliquo tra due cordone di roccia fino alla Cima Lagorai, totale percorrenza ore 2.20 Grandioso il panorama su Cima D'Asta e sulla zona di Malga Val Cion

#### **TN-051 MONTE MISONE**

Dalla località Ville del Monte, a nord di Tenno, si sale per strada asfaltata al parcheggio del Rifugio. San Pietro a quota 930, nel bosco, poco sotto la Sella di Calino. Dal parcheggio del Rifugio San Pietro 930 m si segue verso nord il segnavia 406 su strada. Ci si alza ad incrociare a 966 metri il sentiero 412, che si segue. Una faticosa strada dal fondo sconnesso si alza nella vegetazione rada per poi entrare in una valletta con vegetazione d'alto fusto. Si continua su sentiero giungendo alla Selletta del Castiol 1350 m. Con il sentiero si seguita sul versante rivolto al Lago di Tenno. Si esce dal bosco e, con un tratto panoramico e meno faticoso, si perviene al bivio con il sentiero 433, già in vista della Malga di Tenno o Malga Misone 1575m che non occorre raggiungere. E' invece necessario seguire il sentiero che sale sopra la malga, fra arbusti ed erba, salendo senza difficoltà alla cima del Monte Misone 1803 m, aperta e prativa e soprattutto estremamente panoramica, specie sul bacino del Garda. Quindi un bel posto da dx verso sud

#### **TN-052 CIMA VALSORDA**

Dalla frazione di Zortea del comune di Canal San Bovo, nella Valle del Vanoi, si percorre il sentiero della ex strada militare che raggiunge la forcella Valsorda. Dalla forcella si sale agevolmente per la dorsale est fino alla cima. Dal punto di vista panoramico è una bella cima ma dal punto di vista radio risulta un poco chiusa verso Est-Nord-Est a causa del vicino gruppo di Scanaiol. Una cima facilissima da attivare anche con poca esperienza di montagna.



----- PROVINCIA DI BOLZANO -----

**BZ- 001 MONTE CAVALLO**

Dal Rifugio Fanes (mt. 2060) si prende il sent. 11 Alta Via delle Dolomiti, passando da prima per il Lago di Limo (mt. 2159) fino a Malga Fanes Grande (mt. 2156). Quindi si lascia l'Alta Via per proseguire per il sent. 17, che ci condurrà prima al Bivacco della Pace (mt. 2760) e quindi alla Forcella Casale (mt. 2707). Di qui si sale lungo la cresta NE, che presenta inizialmente un breve tratto roccioso, e si giunge alla cima del Monte Cavallo (mt. 2912). Il tempo medio di percorrenza per la salita circa è di 3,5 ore inoltre l'itinerario si può definire escursionistico fino alla forcella, diventa per esperti nell'ultimo tratto!

**BZ - 002 MONTE ALTACROCE - KREUZSPITZE**

Dall'abitato di Vipiteno (Sterzing), seguiamo lungo la SS44 in direzione Passo Giovo (Jaufenpass) fino all'abitato di Casateia (Gasteig) da dove imbocchiamo la strada per la Val Ridanna, che seguiremo fino in a Stanghe (Stange), da dove deviamo sulla sinistra per salire in Val di Racines. Giunti in fondo alla vallata, iniziamo al nostra escursione nei pressi della piccola cappella ove termina la strada. Imbocchiamo quindi il sentiero n. 13A, che abbandoniamo poco più avanti a favore del n. 12 che sale alla nostra sinistra fino alla Klammalm 1925 m. Da qui seguiamo il corso del torrente fino allo sbarramento, quindi lo attraversiamo e, seguendo il sentiero, saliamo alla cresta rocciosa, raggiungendo in breve il piccolo laghetto Butsee. Per rocce e blocchi, saliamo ulteriormente e lasciamo le ultime propaggini del territorio alpestre. Ora, attraverso circhi glaciali e pendii detritici, saliamo sempre più rapidamente (attenzione alla neve presente talvolta fino all'inizio dell'estate), fin quando, dopo una piccola forcella scendiamo leggermente in una conca di detriti. Saliamo poi alla cresta Nord-Ovest e, con alcuni passaggi in arrampicata, arriviamo alla croce in vetta, da dove si gode di un notevole panorama sulla Val di Racines, sulla Val Passiria e sulle Alpi Sarentine. Salita di difficoltà media con tempo di percorrenza di 2 ore e trenta.

**BZ - 003 PICCO IVIGNA - IFFINGER SPITZ**

Da Merano si prosegue per l'abitato di Scena, quindi a Falzeben Avelengo, una piccolissima località al di sopra della conca Meranese. Da qui inizia la via che, affianco alla seggiovia, sale leggermente per Piffing al Giogo Nova (Naifjoch - 2030 m). Si prosegue lungo l'erbosa china Sud dell'Ivigna. Il Piccolo Ivigna (2552 m) è raggiungibile da tutti gli alpinisti allenati. Dalla cima dell'Ivigna si gode un magnifico panorama sulle Dolomiti, il Gruppo dell'Ortles, le Alpi Ötztaler e Stubai. Il tempo di marcia 3 ore circa. Ottima posizione da provare.

**BZ - 004 MONTE PASCOLO - KÖNIGSANGERSPITZE**

Con la macchina arriviamo al paese di Velturno. Si trova a mezza costa, nella media Val d'Isarco, tra Chiusa e Bressanone. Proseguiamo verso il paese montano di Caerna ed il Garner Wetterkreuz, dove lasceremo la macchina al posteggio (1410 mt.). Da qui seguiamo il sentiero numero 10 per salire a piedi fino al Monte di Caerna. Attraversando il bosco ed i prati si prosegue fino al margine alberato superiore, oltre il "Munscheegg-Steig" fino al pendii con il sentiero numero 8 (circa 2230 mt.), per salire fino al Monte del Pascolo circa 2436 mt.. L'ultima parte il sentiero non è segnalato, comunque è ben distinguibile. Tempo totale di escursione circa 3 ore. Aperto verso nord - est.

**BZ - 005 CIMA LASTA - ASTJOCH**

Da Rio Pusteria in Val Pusteria si prosegue al posteggio auto Nauders zum Zumis (1725 mt.). Da qui seguiamo la strada delle maghe, svoltiamo a sinistra sul "Cofinweg" ed attraversiamo il bosco ed i pianeggianti prati verso il Rifugio Roner. Il sentiero numero 2 prosegue in direzione est su una leggera salita attraverso il bosco fino al Pianer Wegkreuz (1901 mt.), per raggiungere, dopo aver oltrepassato altri pianeggianti prati, da sinistra il Rifugio Rastner (1931 mt.) e il Rifugio Campoforte (1936 mt.). Da qui una via delle malghe ci porta su una leggera salita verso l'avvallamento con la Malga Lasta, per dividersi in seguito. Ora seguiamo brevemente la via a destra per salire poi sul sentiero n. 67 che si sviluppa sulla sinistra della dorsale montana in direzione est oltre il ripido bosco fino alla croce di vetta della Cima Lasta (2194 mt.). Questa facile, ma lunga escursione, si sviluppa per la maggior parte sui pianeggianti pascoli delle belle distese di Rodengo e Luson; solo l'attraversamento dell'isolata

e spettacolare Cima Lasta richiede uno sforzo maggiore a causa della sua lunghezza. Tempo totale di percorrenza 3 ore 1/2.

#### **BZ - 006 MONTE LUCO - LAUGENSPITZE**

Partenza da Dermulo noto paese della alta Val di Non, si prosegue verso il Passo Palade. Si può parcheggiare la macchina al passo (m. 1518) e si segue il sentiero segnato n. 133, Aldo Bonacossa, che sale per comoda carrareccia, abbandonandolo dopo poco in prossimità di un incrocio per proseguire diritti sempre seguendo la strada sterrata fino a giungere alla Malga di Monte Luco m. 1853, percorrenza ore 1. Dopo breve sosta si riprende il cammino in direzione Nord prima per strada sterrata quindi per sentiero che staccandosi sulla sinistra sale ripidamente ad una sella dalla quale si gode un panorama sulla valle dell'Adige. Il sentiero è poco segnalato ma seguendo la traccia e orientandosi verso la cima del Monte Luco si giunge in breve alla bellissima conca dove si trova il Lago del Luco m. 2.180. Da qui si segue il sentiero n. 133 verso sinistra per alcuni metri fino a incrociare il n. 24 che, girando bruscamente a destra, si inerpica sulle pendici del monte Luco il quale si raggiunge con delle comode serpentine finali in circa 40', altitudine del monte m. 2.434. Tempo totale di percorrenza 3 ore e mezza. Ottima l'apertura nelle direzioni Nord- Sud.

#### **BZ - 007 CIMA DELLE PECORE - GROßER SCHAFKOPF**

Tremila più facile della catena che fiancheggia il versante nord della Vallelunga. Una montagna maestosa che offre una stupenda panoramica. Lungo la salita si possono ammirare gli stupendi laghetti di Schwemm. Si percorre la Val Venosta fino a Malles e si prosegue in direzione del Passo Resia fino a Curon. Dal paese di Curon/Graun in Alta Val Venosta si diparte la Vallelunga, una valle ancora molto tranquilla, sulla medesima strada arriviamo fino a Gschwel, un piccolo villaggio a 1816 mt. Dal paese risalire nei pressi di uno skilift e poi per un ripido bosco seguendo il tracciato di una strada militare. Usciti dal bosco si prosegue su terreno piuttosto ripido; piegando leggermente a sinistra (W) si attraversa in diagonale alla base della nostra cima e si raggiunge, in direzione NW, un piccolo laghetto e poco oltre il Passo del Lupetto o Woelfeles Joch. Da qui si piega a destra e si sale alla cima per una ripida paretina. Il tempo totale di percorrenza fino alla Cima a quota 3001 mt è di ore 3.30. Molto aperta in direzione nord, siamo al confine estremo italiano.

#### **BZ - 008 VETTA D'ITALIA - KLOCKERKARKOPF**

Non poteva mancare nel vasto panorama di Cime del programma S.O.T.A la montagna Italiana più a Nord: La Vetta D'Italia. Per raggiungerla il tempo di percorrenza è di 4 ore con dislivello di 1300 metri. Usciti al casello autostradale di Chiusa si continua per la Val Pusteria e poi la Valle Aurina fino ad arrivare a Predoi e superato anche questo paese si giunge in località Casere m. 1.600 dove termina la strada. Si parte seguendo la stradina che porta fino in località Fonte della Roccia dove si trova il bivio (indicazioni) che, svoltando a sinistra, imbocca il sentiero n. 14. Si sale con costante salita su comodo tracciato che porta in circa un'ora a transitare da Malga Alti Tauri m. 2.018. Si incrocia e si prende il sentiero n. 13 (Via Vetta d'Italia) giungendo dopo poco al rifugio Vetta d'Italia m. 2.568. Si riprende il sentiero n. 13 che in direzione Est, con qualche saliscendi, aggira la Testa dei Tauri e la Costa del Prete. Si risale poi una ripida forcella, aiutati da una scalinata in legno, denominata "Scala del Diavolo" per giungere dopo poco al bivio che a sinistra sale alla cima e a destra porta al rifugio Tridentina. Si gira a sinistra e tra grossi sassi si acquista quota fino sotto la parete dove il sentiero sale sempre più ripido, ora su ghiaia e sassi, e con alcune "zeta" finali porta alla cima della Vetta d'Italia m. 2.912. Una tra le poche cime Italiane dove si può attivare lo Square JN67!

#### **BZ - 009 CORNO BIANCO SARENTINO - WEIßHORN SARNTHEIN**

Giunti a Sarentino da Bolzano, si prosegue in direzione del Passo Pennes, si oltrepassa prima il centro il Rio Bianco, poi quello di Pennes. fino a raggiungere il passo (m.t 2.215). Dal passo si segue in leggera salita il sentiero 12/A che, in direzione Ovest, transita dal laghetto Penser Joch, taglia il fianco est della Punta Rossa e con ampio giro verso Ovest passa in prossimità di due laghetti. Con pendenza più accentuata il sentiero passa sul versante Est del Corno Bianco di Sarentino per salire al Gioigo delle Frane m. 2.557 all'incrocio con il sentiero n. 9. Qui si prende a destra seguendo i segnava su gradoni e roccette aiutati in alcuni tratti con funi di corda e facendo molta attenzione a non far cadere sassi perché la roccia è molto friabile. In circa 30 minuti si raggiunge la cima del Corno

Bianco m. 2.705 dalla quale si può godere uno stupendo panorama. Tempo di percorrenza 2 ore e mezza. Ottima posizione molto aperto verso sud.

#### **BZ - 010 MONTE MUTTA - MUTSPITZE**

Da Merano si parte per il Tiroler Kreuz a 806 m e l'ascensione inizia lungo il sentiero n° 23, l'antica via che s'inerpica ai Masi inferiori della Mutta con pendenza costante attraverso il bosco, oppure lungo la nuova carrabile. Dopo aver ammirato la splendida vista della Val Venosta e della Val d'Adige, dopo i masi si prende verso destra lungo il sentiero n° 23 per la Cima Mutta. All'inizio sale lungo la costa a prato mentre poi s'addentra ripido attraverso il bosco fino all'albergo Mutkopf a 1684 m. Si sale il ripido sentiero lungo la cresta erbosa che giunge fin sotto alla vetta, per poi affrontare i grandi massi rocciosi che reggono la croce eretta sulla cima. Di lassù si gode una vista unica sul paese di Tirolo e sull'intero circondario fino al lontano Gruppo dell'Ortles. Tempo di percorrenza 4 ore, dislivello 1500 metri circa. Posizione aperta verso Sud.

#### **BZ - 011 LE CONTURINES - GRUPPO DI S.CROCE**

Le Vette del massiccio di Santa Croce sono tutte raggiungibili attraverso l'uso di vie ferrate. Tutte le escursioni hanno come punto di partenza il Santuario del Santa Croce che si raggiunge servendosi dell'omonima seggiovia che parte da San Leonardo, situato nell'alta Val Badia e di seguito con una breve camminata attraverso il percorso della Via Crucis. Per la Punta di S. Croce come la Cima Dieci, dal Santuario ci si incammina attraverso il sentiero attrezzato nr. 7 fino a raggiungere la forcella Santa Croce. Da qui si prosegue sulla sinistra attraverso un sentiero che porta dapprima alla Punta Cavallo. Una deviazione a pochi metri dalla cima prosegue sempre sulla sinistra fino a raggiungere dopo una breve ferrata la Cima Dieci Proseguendo dalla Forcella Santa Croce sulla destra fino a raggiungere la Forcella Medesc. Dapprima si arriva alla Cima Lavarella, di seguito si ridiscende attraverso un percorso piuttosto scosceso fino alla forcella settentrionale. Da qui si prosegue sempre a destra fino a raggiungere dopo una breve ferrata la cima Conturines. (Consigliata a rocciatori esperti). La Cima ha un'altitudine di 3064 metri.

#### **BZ - 012 Corno Bianco d'Ega - WEISSHORN**

La salita al Cono Bianco d'Ega è davvero remunerativa, consente, con un impegno fisico tutto sommato abbastanza limitato, di giungere su una cima che offre un panorama spettacolare su 360°. Anche dal punto di vista radioamatoriale, la cima si distingue per un'ottima posizione con attivazioni provate su più bande dando ottimi risultati. Si raggiunge il Passo Occlini da Bolzano seguendo la Val d'Ega o da Cavalese osservando le indicazioni per il Passo di Lavazè e quindi verso il passo Occlini. Dal passo, a destra si nota un sentiero gradinato che attraversa i prati. Si salgono con calma i gradini che dal passo portano alla cintura dei mughi che coprono le pendici del Weisshorn. Il sentiero prosegue in mezzo ai mughi, con la segnaletica ben evidente. Alla fine del bosco, la traccia sale a ridosso delle roccette della cima. Al loro attacco si supera il passaggio più ripido e difficile, comunque alla portata anche di escursionisti alle prime armi. Arriviamo quindi in cima al Corno Bianco (mt 2317) con un tempo di percorrenza dal passo di circa 50 minuti. In cima non sono disponibili grandi spazi per installare grandi antenne, comunque chi fa attività SOTA, sa sempre arrangiarsi!

#### **BZ - 013 PICCO VALLANDRO ( DÜRRENSTEIN )**

Punto di partenza Carbonin (1438 m), piccolo gruppo di case ed alberghi situato in alta Val di Landro, a pochi chilometri dal Passo Cimabanche: seguendo la strada per Cimabanche, si lascia quasi subito l'auto in un parcheggio sulla sinistra, con bella veduta sulla Croda Rossa d'Ampezzo (indicazioni sulla destra per il Rifugio Vallandro). Si segue la larga rotabile sterrata (chiusa al traffico privato) che si inoltra nel bosco di abeti con salita moderata: superato con tre amplissimi tornanti il primo zoccolo del Col di Specie (2100 m), una freccia sulla destra guida all'imbocco del sentiero 37, che fornisce preziose accorciatoie rispetto ai lunghi giri che a volte compie la rotabile. Risalendo il bel bosco, sempre con pendenza abbastanza moderata, il sentiero incrocia più volte i tornanti della strada, fino al limitare degli alberi, dove si apre la magnifica vista del Cristallo (proprio di fronte) e dei Cadini di Misurina (h 0,50). Seguendo la strada, qui quasi pianeggiante, si supera un dosso: in alto, al culmine di una scarpata rocciosa, appare la sagoma del Rifugio Vallandro (2028 m), che si raggiunge con breve deviazione a destra dopo aver superato la scarpata con alcuni secchi tornanti (h 1,10). Splendida veduta anche sulla Croda Rossa. Da qui la rotabile, in un incantevole ambiente

alpestre e con magnifiche visuali sui gruppi circostanti, si inoltra pianeggiante nei prati punteggiati di baite fino al Passo Pratopiazza (1991 m, h 1,45), dove sorge un albergo ed il Rifugio medesimo e, dove giunge la strada asfaltata dalla Val di Braies. Verso destra, appare evidente il successivo percorso per raggiungere la vetta del Picco di Vallandro, che incombe con un pendio inclinato erboso-detritico. Dal rifugio si imbecca il sentiero 40, che risale con alcune svolte il pendio di rado bosco: superato sulla destra un tratto dirupato, si segue il sentiero che tende sempre più verso sinistra, attraverso vallette e ripidi pendii cosparsi di grossi massi, con vedute sempre più ampie ed imponenti sulle cime circostanti, fino all'ultimo tratto (leggermente esposto) che porta in vetta al Picco di Vallandro (2839 m, h 2 da Pratopiazza). Fantastica veduta anche sulle Dolomiti di Sesto, con le Tre Cime su che dominano davanti a noi

#### **BZ - 014 SASSO PUTIA PEITLERKOFEL**

L'itinerario al Sasso Putia si offre anche ai meno esperti di montagna e ai principianti di ferrata. La breve salita per il brusco salto di roccia si presenta ben attrezzata e senza passaggi troppo difficili, richiede però passo sicuro su terreno ripido e assenza di vertigini! Data la sua posizione panoramica e con vista eccezionale su 360° è una delle montagne più frequentate delle Cime Dolomitiche. Il percorso: Autostrada fino a Chiusa, quindi per la Val di Funes, Santa Maddalena, Malga Zannes m.1685, proseguiamo per il Passo delle Erbe. Da qui inizia il cammino sulla mulattiera che parte, sulla sinistra rispetto al parcheggio e porta comodamente fino al Rifugio Genova m. 2.306 (1.30'). Conviene senz'altro scegliere questo percorso in alternativa al sentiero n. 33 (che inizialmente si inoltra nel bosco e poi sale più ripidamente) perché il tempo di percorrenza è pressoché uguale. Dopo breve sosta si prosegue verso il Sass Putia, seguendo il sentiero n. 4 quasi pianeggiante fino alla Forcella del Putia m.2.357. Dopo la ripida salita si arriva ai piedi del Sass dove inizia la facile ferrata che in breve porta alla cima del Sass de Putia m. 2.875 totale 3.35' di percorrenza. Eccezionale paesaggio uno dei più famosi delle Dolomiti, inutile dire che anche chi può attivarla avrà notevoli soddisfazioni specie sulle Bande Vhf&Up

#### **BZ - 015 SASSO PIATTO PLATTKOFELUMRUNDUNG**

Il Sasso Piatto, ti poco sotto i tremila, forma l'esteso e complesso massiccio ovest del Gruppo del Sassolungo ed è la cima più frequentata, perché di facile accesso, senza particolari attrezzature. Ci sono due vie di accesso, la più comune sul versante sudovest ed è un sentiero segnato per una via rocciosa e detritica, ma senza passaggi difficili. L'altra attraverso la via Ferrata "Oskar Schuster" è un itinerario ben attrezzato con percorso complesso ma segnato e di moderate difficoltà. Iniziamo l'accesso da quest'ultimo. Con la funivia dal Rif. Passo Sella, 2.183 m, alla Forcella del Sassolungo, 2.679 m. Si scende poi rapidamente seguendo il sentiero n. 525 fino al Vallone del Sassolungo e al Rif. Vicenza al Sassolungo, 2.252 m. Con condizioni atmosferiche insicure chiedere informazioni presso il rifugio. Dal rifugio si sale attraverso il Vallone del Sasso Piatto all'inizio della via ferrata. Attenzione! Per lo più ripido campo innevato! Ora si segue il segnavie attraverso il lato nord del Sasso Piatto lungo strette cenge e detriti fino alla vetta del Sasso Piatto, 2.964 m. La via sudovest parte sempre dal rifugio Sasso Piatto (mt2300) per un sentiero lungo il pendio erboso di fronte al rifugio ad un piano insellato e per zona rocciosa alla conca detritica ai piedi del pendio sudovest (mt.2470) Ancora avanti per il sentiero in tornanti sul pendio roccioso a tratti ancora erbosi, poi per il ghiaione alla cresta sommitale e per questa a sinistra fino alla cima. Ovviamente ottima posizione con paesaggio unico sulle Dolomiti Aperte in tutte le direzioni.

#### **BZ - 016 MONTE SPECIE ( Strudelkopf )**

Il monte Specie fa parte del gruppo montuoso della Croda Rossa d'Ampezzo (Hohe Gaisl) e si trova all'interno del parco Fanes-Sennes-Braies. La partenza per la salita è da Pratopiazza (Plätzwiesen) che si può raggiungere: dalla valle di Braies (laterale della Val Pusteria) con mezzi motorizzati, però a traffico regolamentato, oppure salendo a piedi o mountain-bike sempre dalla valle di Braies o da Carbonin (strada Cortina-Dobbiaco). Dal valico di Pratopiazza (1991 mt.), percorrendo 1,5 km di strada bianca ci si porta al rifugio Vallandro (2040m); da qui si continua in salita, sempre per carrareccia con segnavia 34, fino alla Sella di M.Specie (2200m) dove giunge anche il sentiero che sale dal Lago di Landro (alta via 3). Un ultimo tratto in salita su mulattiera e sentiero porta alla piatta ed erbosa cima

### **BZ – 017 COL ROTONDO DEI CANOPI ( Knollkopf )**

Il Col Rotondo dei Canopi chiude a Sud-Est la verde conca di Pratopiazza. Fa parte del gruppo montuoso della Croda Rossa d'Ampezzo (Hohe Gaisl) e si trova all'interno del parco Fanes-Sennes-Braies. La partenza per la salita è Pratopiazza (Plätzwiesen) che si può raggiungere: dalla valle di Braies (laterale della Val Pusteria) con mezzi motorizzati, però a traffico regolamentato, oppure salendo a piedi o mountain-bike sempre dalla valle di Braies o da Carbonin (strada Cortina-Dobbiaco). Dal rif. Pratopiazza ( 1991 mt. ), si percorre la strada bianca che porta al rif. Vallandro. Al cancello che limita il pascolo dei bovini, senza passarlo, si prende a destra (in discesa) costeggiando la staccionata fino ai primi alberi. Seguendo la traccia (senza segnavia) si scavalca la staccionata e si continua in salita. Il sentiero prosegue sulla sinistra, tocca alcune caverne di guerra, poi svolta a sinistra e, con alcuni punti un po' dirupati, raggiunge la cima ( 45' – 1 h in totale). Un altro sentiero non segnalato parte direttamente dal Rif. Vallandro seguendo le tracce della vecchia mulattiera di guerra austriaca.

### **BZ – 018 MONTE CASTELLIERE**

Dall'autostrada A22 a Bressanone; dopo 5 km. si imbecca la statale n. 49 che per una sessantina di chilometri percorre la Val Pusteria affiancando il percorso del fiume Rienza fino a Dobbiaco e poi della Drava fino alla frontiera italo-austriaca di Prato alla Drava. Poco prima di entrare in San Candido, si dirama sulla destra la statale n. 52 che risale la Val di Sesto portando in 15 km. al valico di Monte Croce Comelico; a metà della valle è ubicata Sesto, che costituisce con l'attigua Moso un unico abitato distribuito lungo la strada. Da lì tramite bus navetta si raggiunge i Prati di Croda Rossa, seguiamo imboccando il sentiero segnato 15/ a. Si arriva ad un punto dove è stata costruita una casetta per i bambini e dove ci sono dei tavolini per un pic-nic. Da lì continuiamo seguendo le indicazioni verso il Monte Castelliere stando attenti ad un secondo bivio di prendere il sentiero che sale sulla destra lasciando sulla sinistra quello che faremo al ritorno. Saliamo ora costantemente in direzione di un canale che rimonteremo faticosamente per tutta la sua lunghezza. Lasciato sulla destra il sentiero attrezzato che sale sulla Croda Rossa di Sesto, attraversiamo un breve tratto verso sinistra e dopo una selletta arriviamo finalmente al Monte Castelliere metri 2168.

### **BZ – 019 PUEZSPITZEN**

Il gruppo del Puez è composto dal Westliche Puezspitze e dal Östliche Puezspitze si può intraprendere la salita dal Rifugio Puez (aperto solo nel periodo estivo). Da Bolzano nord, uscita autostrada, si percorre la statale per la val Gardena in direzione di Ortisei fino al passo Gardena. Lo si valica e si giunge a Colfosco m. 1645 in val Badia in località Pradat. Da questo punto ci si incammina per il sentiero segnato n.4, si risale la vai Stella Alpina passando dal lago di Ciampac m. 2173. Si sale alla forcella Ciampac m. 2366 e si prosegue con brevi saliscendi fino al Rifugio Puez m. 2476. Quindi per un sentierino si sale a sinistra dei Col del Puez m. 2725 (raggiungibile in 45 min. per ghiaie) per comodo sentiero che permette, dopo una conca detritica tra le due cime, di salire fino ad una selletta senza molta fatica, da cui piegando a sinistra si sale alla Punta Orientale dei Puez. m. 2913.

### **BZ – 020 PFANNSPITZE - MONTE FANA GRANDE**

#### **BZ – 021 MONTE FORCA GRANDE**

Fanno entrambi parte del gruppo della Plose. Con la Funivia da Bressanone alla Plose, a monte della stazione salire in moderata pendenza alle piste (segnavia 3) fino a un avvallamento e proseguire attraverso la malga fino a una piccola baita al di sopra del sentiero (segnavia 3/4, in parte n° 2 dell'Alta Via delle Dolomiti). Attraversando un terreno collinoso, raggiungere il Rifugio Plose (ristoro), poi proseguire verso est e scendere alla Forcella Luson/ Lüsnerjoch (segnavia 3/4). Qui si risale lungo il segnavia 4/7 in direzione Monte Fana/Pfannspitze, attraversando la cresta (sentiero n° 7, attrezzato con funi) fino al Monte Forca Piccola/Kleiner Gabler. Da lì, con un breve giro, si arriva alla cima rocciosa del Monte Forca Grande/Großer Gabler (grandioso panorama a 360°). Tempo di percorrenza ore 3.

### **BZ – 022 MONTE TULLO**

Fa parte del gruppo dolomitico delle Odle di Eores/Aferer, è un ambiente montano originale, si possono godere panorami di alpeggi e boschi curati come dei veri giardini.. Il tempo medio di percorrenza per arrivare alla cima è di 8 ore e bisogna portarsi l'attrezzatura per affrontare vie ferrate, casco, moschettoni e cordino. Il percorso: Autostrada fino a Chiusa, quindi per la



Val di Funes, Santa Maddalena, si arriva al rifugio Zannes m.1685. da qui l'indicazione è per l'Aple del Covalo, si sale fino a raggiungere le prime boccette ed il primo tratto attrezzato della via ferrata. Il sentiero è ben segnato, con funi di assicurazione nei punti più esposti, però richiede attenzione ed esperienza! Questa via è dedicata alla memoria di Günther, il giovane fratello di Reinhold Messner, scomparso nel 1970 sul Nanga Parbat. Alla fine della via sbocca al Monte Tullen 2653m.t Grandioso panorama su 360 gradi!

#### **BZ – 023 ZENDER KOFEL - COL DE POMA**

Il Col di Poma/Zendleser Kofel appartiene al gruppo delle Odle di Eores / Aferer Geisler. La cima è raggiungibile passando per il rifugio Genova dove giungono numerosi sentieri. Il percorso più diretto parte dal parcheggio (a pagamento nella stagione estiva) dalla malga Zannes/Zanser Alm (1680m) in Val di Funes/Villnosstal (BZ) seguendo il sentiero 32. Per strada a fondo naturale chiusa al traffico, passando per un bosco di abeti, giungere alla malga Caserill/Kaserill alm (m 1920). Proseguire per sentiero, ora più ripido, passando per prati e pascoli fino al rifugio Genova/Schutlerhutte (2297m). Salire al passo di Poma/Kreuzkofeljoch (m 2340) dove passa anche l'Alta Via nr.2. Lasciare il sentiero principale e, proseguendo verso nord-ovest, giungere finalmente alla cima erbosa con una grande croce

#### **BZ – 024 MONTE MURO**

Il Monte Muro / Maurer Berg si trova tra il gruppo del Plose (nota località sciistica presso Bressanone/Brixen BZ) e la Val Badia. Lasciare l'automezzo al parcheggio di Pe de Borz (1862m) posto a circa 1 km (lato Val Badia) dal Passo delle Erbe/Wurzhoch. Seguendo le indicazioni, prendere la strada bianca a transito vietato con segnavia 1 e seguirla fino al rifugio Monte Muro/Maurer Berg Hutte (m 2157). Giunti al rifugio proseguire per pascoli e tracce di sentiero, passando per l'Alfreider Joch (2280m), fino alla croce di vetta. La panoramica cima si presenta erbosa, ampia e molto aperta specialmente verso nord. Dislivello m 464. Tempo di percorso 1 ora e mezza.

#### **BZ – 025 STOANERNE MANDL - UOMINI DI PIETRA**

Con la macchina si arriva a Sarentino capoluogo della valle omonima da Bolzano circa 19 km, Dalla fermata dell'autobus attraversiamo un ponticello, passiamo davanti alla chiesa e prendiamo il sentiero Peter Riegler. Da qui seguiamo il segnavia 2 e per un sentiero un po' ripido ma comodo raggiungiamo per prati e boschi in ore 1,30 la Capanna Sarentino - Sarnar Skihütte(1618 m). Proseguiamo fino alla malga Auen (1798 m; ore 0,30). Attraverso alpeggi e distese di rododendri raggiungiamo il giogo di Auen -Auen-Joch, (1924 m, 15 min.) da dove possiamo ammirare i ghiacciai delle Alpi Venoste e le Dolomiti. Saliamo ora (segnavia P) per tracce di sentiero ed in 30 min. raggiungiamo la sommità del monte (2003 m) dove sono alloggiati gli omini di pietra (Stoanerne Mandln), misteriose sentinelle composte da pietre di varia pezzatura, già menzionate nel 1540 e secondo una leggenda del luogo posto di ritrovo delle streghe di tutto il circondario. Ottima posizione verso sud .

#### **BZ – 026 MONTE CIGOT TSCHIGAT**

Dal paese Parcines (vicino Merano) si arriva fino al parcheggio della cascata poi si prende il sentiero per il rifugio Cima Fiammante, situato nell'alta Val di Tel, ai piedi della Cima Fiammante, tempo di percorrenza dalle 3 alle 4 ore di cammino, dove si può pernottare (ricordarsi di prenotare qualche giorno prima). Dal rifugio Cima Fiammante (Lodnerhütte) si parte ed in circa 3ore si arriva alla cima Cigot 2998m, con un buon palo d'antenna siete sui 3000 metri!

#### **BZ – 027 PICCO DELLA CROCE**

Da Rio Punteria in Val Punteria, si risale a sinistra in macchina tutta la valle di Valles fino al parcheggio presso l'alpe di Fannes 1739 m. d'estate si consente il transito solo al mattino e nel tardo pomeriggio,oppure navetta fino al parcheggio. Poco dopo si apre il bellissimo alpeggio di Fanes uno dei più bei villaggi estivi dei malgari sulle alpi , un complesso di una ventina di fienili e baite rustiche, con una caratteristica chiesetta. Dal grande alpeggio si passa ad una stretta gola detta Schramme, scavata dall'impetuoso torrente. Passata la forra il paesaggio diventa di nuovo verde e gradevole. La stradina sterrata ad un bivio si prende quello di sinistra, e sempre su pascoli si arriva alla malga Labesebenhütte. Ora la strada piano piano si restringe fino a formare un comodo sentiero n.18 e successivamente n. 20 che a destra ci porta al lago Selvaggio( Wildder see).Tenendo la destra del lago il sentiero ci porta

al passo Rauhtaljoch m.2809. Ora il sentiero a sinistra del passo diventa ripido, ma sicuro fino alla vetta del Picco della Croce (Wilde Kreuzspitze m.3135). Ottimo panorama sul Gran Pilastro e Zillertal Alpen. Tempo medio di percorrenza è sulle 5-6 ore

### **BZ – 028 CRODA ROTTA (Schröfwand)**

Si tratta di un itinerario davvero molto suggestivo anche se a tratti piuttosto faticoso, sulla vetta panoramica più importante della Val Senales. Da Merano si percorre la Val Venosta fino a Naturno, svolta a destra imbocchiamo la Val Senales, Nota zona sciistica estiva. Partenza dalla diga di Vernago m.1700 parcheggio sul lago, su sentiero n. 18 in un bel bosco di larici, il sentiero si alza rapidamente, in 30 minuti su terreno aperto e su pascoli alpini che offrono anche una vista molto suggestiva sul lago sottostante, dopo una zona detritica si giunge al valico che caratterizza la dorsale a nord della cima minore ( di fronte in una conca morenica un bel laghetto alpino ) Si prosegue a destra lungo la suddetta dorsale sempre su sentiero o sfasciumi però segnalato, fino alla croce della cima minore, 4 ore di cammino dalle vetture .La cima maggiore invece è raggiungibile in pochi minuti, essa offre una veduta molto ampia sui monti della val di Fosse e della Val Senales

### **BZ – 029 CIMA RASAS - GRUPPO SESVENNA**

Questo gruppo montuoso in pietra calcarea, meno noto a causa delle vicinanze di montagne famose, si estende sul territorio di tre stati, tra le Alpi Venoste ,il gruppo Silvretta e l'Ortles.Le sue cime rocciose raggiungono in parte i tremila metri, con modeste formazioni glaciali. Il confine italo – austriaco e Svizzero, partendo dal Passo di Resia, passa per il Piz Lat e segue le creste verso sud per il Piz Sesvenna al Piz Terza, attraversa la Val Monastero presso Tübbe per continuare nel gruppo dell'Ortles. Gran parte del gruppo Sesvenna si trova ad ovest del confine su territorio Svizzero. Il versante orientale fino alla Val Venosta, con la Val Monastero, Valle Slingia e Val di Roia si trovano sul territorio italiano dell'Alto Adige. Percorriamo tutta la Val Venosta fino a Malles Venosta, Dopo il paese verso il Resia sul primo tornante prendiamo per Burgusio e Pramair m. 1718: La seggiovia ci porta a quota 2150 m. del rifugio Plantapatsch. Ci portiamo su un bel saliscendi del sentiero n. 8/a con 342 metri di dislivello in salita e 2 ore di cammino al rifugio Sesvenna m. 2256. Nuovo rifugio alla testata della Valle Slingia, a poca distanza dal confine con la Svizzera.Ora saliamo alla cima Rasas m. 2941 Dal rifugio si segue per pochi minuti il sentiero diretto al passo Slingia, al bivio si prende a destra la traccia che risale le balze erbose e detritiche dell'ampio pendio che conduce alla depressione m.2800, sulla cresta tra la vetta e la quota 2870. Per la pietrosa cresta si sale in vetta ( 2 ore dal rifugio Sesvenna ) Culmine con libro di vetta molto frequentata per il grandioso e circolare panorama sulle Alpi Retiche, dall'Ortles al Bernina e sull'Engadina. Consigliata da attivare!!

### **BZ – 030 MONTE PEZ**

Il Monte Pez è la cima più alta dello Sciliar con la sua altezza di m. 2564. Dislivello: dallo Spitzbühl: m. 635. Dato che il massiccio dello Sciliar si protende isolato a Nord del Gruppo del Catinaccio, dalla sua cima più alta, Monte Pez, la vista spazia a 360 gradi: a Nord l'arco alpino con i suoi ghiacciai, a destra Le Odle e il Puez, sotto l'Alpe di Siusi con a est il Sasso Lungo e il Sasso Piatto sullo sfondo, i Denti di Terra Rossa, e a Sud imponente il vicino Gruppo del Catinaccio, e più lontano il Latemar, a ovest la Valle d'Isarco e a destra ancora l'arco alpino.

### **BZ – 031 LA CRODA DEL BECCO**

La croda del Becco si trova in parte nel territorio del Parco Naturale delle Dolomiti d'Ampezzo e in parte nel territorio confinante del Parco Naturale di Fanes, Braies, Senes della provincia autonoma di Bolzano. La cima si raggiunge dal rifugio Biella salendo fino al Porta Sora al Forn e salendo per cresta sud-est (vi è un tratto con catene metalliche). Per chi inizia a percorrere l'alta via n°1 , è un momento di grandi vedute panoramiche sulle principali cime dolomitiche: Tre Cime di Lavaredo,Croda Rossa,Sorapiss,Tofane,La Marmolada,le Cime di Fanis,il Gruppo delle Conturines. Verso nord lo sguardo spazia su tutta la Val Pusteria e più in là sulle cime di confine e le cime austriache tra le quali sventa il massiccio del Gross Glockner. Mozzafiato è la vista sul sottostante e verdeggiante lago di Braies che si trova ad un dislivello di 1330 m. inferiore alla cima.

### **BZ – 032 CIMA BELTOVO (Schöntauf Spitze)**

Partendo dal paese di Solda a circa 1900 mslm si prende la funivia che porta nelle vicinanze del rifugio Milano a quota 2573 m , si prosegue per un'oretta a piedi il sentiero che porta al rifugio Madriccio a quota 2750m circa e da questo sono altre due ore di sentiero prima della vetta, nella prima parte si costeggia la seggiovia invernale lungo la pista da sci e nella seconda c'è il sentiero vero e proprio che si inerpica lungo il crinale della montagna, a tratti non segnato o segnato in terra sulle rocce con dello spray rosso e bianco, dalla cima la vista è stupenda aperta quasi a 360 gradi ,gli unici ostacoli sono l'Ortler, il Gran Zebbru ed in parte il Cevedale che non è molto più alto del Beltovo. La quota è di 3325 m ,in vetta c'è spazio per antenne e radio, non è molto frequentato.

### **BZ – 033 CIMA ROSSA - ROTELSPITZ**

Suggestivo itinerario che tocca alcuni dei nove laghi di Sopranes, il più esteso gruppo lacustre d'alta quota dell'Alto Adige. Si tratta di una salita particolarmente interessante, ricca d'elementi paesaggistici e culturali di rilievo che prevede l'attraversamento del Parco Naturale di Tessa nella sua parte centrale. Con la vettura, dopo la centrale di Foresta (Val Venosta - Merano) il primo bivio a destra si sale fino al paese di Velloi, alla partenza della cabinovia che in breve ci porta ai 1521 m. della malga (Leiter Alm) .Ora il sentiero n. 24 denominato Alta via di Merano in leggera salita ci porta alla bella malga rifugio del Valico m.1839 ore 1.15 dall'impianto. Sul sentiero n. 7 sale per pascoli e poi fra le rocce, con pendenze sempre più accentuate, ed infine con un tratto di catena, ci fa superare la forcina chiamata Il Valico m.2441 (Hochgangschartl) ore 3.30 di cammino. Lo sguardo spazia sul primo lago. Lago Lungo (Langsee) 2377 m. Lungo 1000 metri, largo quasi 300 è tra i più grandi laghi di montagna dell'Alto Adige. Dal Valico saliamo in poco più di mezzora la cima Rossa (Rotelspitz) 2625 m. Ottima posizione con stupende vedute e da attivare anche in radio!

### **BZ – 034 SASSO CAVALLO (CIAVAL)**

Le Dolomiti che si estendono ad est della Val Badia, fino alla Valle di Landro, tra la Pusteria a nord e il confine provinciale Bolzano Belluno a sud, costituiscono il parco Naturale Fanes-Sennes-Braies che assieme al nuovo Parco Naturale delle Dolomiti d'Ampezzo forma una grande zona di protezione ambientale. Il Ciaval ed il Sasso della Cros, con le sue pareti verticali, domina tutta la Val Badia. Si parte da Pedraces nel parcheggio impianti S. Croce. Prendiamo i due impianti, si arriva ai 2045 m. del Santuario S. Croce con l'omonimo Ospizio. La salita è un itinerario per sentiero tra le rocce con tratti attrezzati, e un breve tratto lungo una ripida cresta ( corda fissa ) richiede passo sicuro su terreno esposto, ed assenza di vertigini. Dal rifugio verso est, si prende la via n. 7 che comprende alcuni tratti in via ferrata. La salita è piuttosto lunga e faticosa ma arrivati sull'altipiano del Fanes, la vetta del Ciaval è ormai vicina, lungo la cresta citata si arriva alla cima del Sasso Cavallo, in Ladino detto "Ciaval" m. 2907. Spettacolare appiombo sulla val Badia

### **BZ – 035 RAMMERLSTEIN - MONTE MONTONE**

### **BZ – 036 HOCHNALL - MONTE NALLE**

Entrambe le vette si trovano nel Parco Naturale Vedrette di Ries che si trova a nord-est della città di Brunico. Si parte dal parcheggio a metà strada tra gli abitati di Villa di Sopra (Oberwielenbach) a Plata (Platten) frazioni che fanno parte del comune di Perca. Dal parcheggio gratuito si nota il sentiero n.6 il quale porta direttamente prima al monte Nalle per poi poter proseguire verso il Montone. La prima tappa che porta dal parcheggio fino all'incrocio e un sali e scendi in mezzo ai boschi senza particolari difficoltà, la seconda tappa, ci porta alla Malga Gobner che è aperta solo nei mesi estivi. Dalla malga si arriva dopo circa 45 minuti al Monte Nalle 2231m slm sempre restando sul sentiero n.6. La segnalazione è in ottimo stato e quindi quasi impossibile sbagliare! I tempi medi dal parcheggio sono di 2 ore 30 per il Monte Nalle e 3 Ore e 20 minuti per il Montone.

### **BZ – 037 CIMA KARKOFEL - MONTE DELLE VACCHE**

Dalla Val Sarentino si lascia la macchina nei pressi del Rifugio Sarentino/Sarner Skihütte (mt. 1614). Da questo punto è indicato il sentiero nr. 2 per la Malga dei Prati/Auener Alm (mt. 1788). Si prosegue quindi fino al Giogo dei Prati/Auenjoch (mt.1924). A questo punto bisogna prendere la deviazione a destra verso Nord, fino ad un piccolo giogo pianeggiante (mt. 2065). Da qui salendo in direzione N-E e si arriva sulla cima del Karkofel (mt. 2114) Monte delle

Vacche. Si tratta di una salita facile, ma molto bella per il panorama che si gode a 360°. Il dislivello totale in salita sono circa 500 metri, i tempi di percorrenza a/r circa 4 - 5 ore. Sulla cima c'è una croce ed una panchina nuova ed è il posto ideale per andarci con la radio..

#### **BZ – 038 MONTE ROEN**

La cima quasi pianeggiante del Roen si affaccia a picco sulla Val d'Adige con un grandioso "salto" di 2000 metri. E' la cima più elevata della Catena della Mendola, che con andamento nord-sud divide la Val d'Adige di lingua tedesca dalla Val di Non di lingua italiana. Dal Passo Mendola, a ridosso del parcheggio, parte la strada forestale, con tabella segnavia 500/521 (direzione Rifugio Genzianella - Rif. Mezzavia), che si inoltra sinuosa e quasi pianeggiante in un bellissimo e fitto bosco con casette e baite sparse. Dopo 2 km si raggiunge il Rifugio Genzianella, dove si svolta a sinistra sempre per segnavia 500/521, proseguendo per altri 2 km fino a incrociare la pista di sci e raggiungere il Rifugio Mezzavia. Si procede ancora per la forestale nel bosco fitto per circa 1 km, quando con un piccolo strappo ci si alza un po' di quota per sbucare nella fantastica radura pianeggiante di Malga Romeno m 1773 con la sua caratteristica chiesetta. Da Malga Romeno inizia la rampa finale che in circa 2 km ci porta fino alla vetta, con un sentiero in costa che sale attraverso un bosco sempre più rado. Il paesaggio si apre vastissimo sull'alta Val di Non contornata da cime. Emozionanti gli ultimi metri quando, raggiunta l'ampia e pianeggiante cima, ci si affaccia nel vuoto di 2000 metri sopra la Val D'Adige, con la sua enorme distesa di campi e coltivazioni fino alle porte della città di Bolzano. Il ritorno avviene per il medesimo itinerario di salita.

#### **BZ – 039 MONTE CATINO - GROSSER MITTAGER**

Il percorso, da Merano si prosegue per Falzeben (parcheggio), quindi a piedi fino a Merano 2000, passando per il Rif. Zuegg, il Rif. Parete Rossa. Quindi si imbocca il sentiero. 17 fino alla Gebirgsjaegerkreuz, da qui è segnato il segnavia sentiero 13 fino al Rifugio. Valcanova (Kesselberg). A questo punto la migliore via è tagioalre per il rifugio Mittagager e salire fino alla cima lungo il sentiero. 13. La discesa per il Rif. Meranerhuetten, Parete Rossa e Falzeben. Ottimo posto ben aperto specialmente verso sud.

#### **BZ – 040 MONTE PIANA**

Il Monte Piana per buona parte si trova in provincia di Belluno, ma la sua cima invece è in provincia di Bolzano. E' stato sede dal 1940 fino al 1945 dell' osservatorio, prima italiano e poi della Luftwaffe. Nel corso degli ultimi decenni sempre sede di ponte radio in tutte le manovre militari svoltesi nella regione. Il percorso, da Misurina, presso Bar Genzianella, per una strada chiusa al transito ( ma con bus navetta nel periodo estivo) si sale fino al Rifugio Bosi (m.2205). Si sale al parcheggio superiore dal quale per "strada" si sale alla Capanna Carducci (nei pressi dell'omonima piramide). Quindi per facile sentiero, superata la piramide, si scende, lungo le trincee, fino alla "Croce Italiana" che strapiomba sopra l'abitato di Carbonin 800 metri più in basso. Ore 0.45 dal Rif.Bosi.

#### **BZ – 041 MONTE CROCE – KREUZSPITZE**

Il percorso, dal paese di CERTOSA (mt. 1327) si prende il sentiero nr. 20 fino a poco fuori il paese (mt. 1391) e quindi si prosegue per il sentiero nr. 23 nel bosco. In circa un'ora e mezza si arriva alla Malga Convento - Klosteralm (mt. 2152) e quindi si prosegue per il sent. nr. 23 a. In un'ora circa si arriva sulla vetta del Monte Croce - Kreuzspitze (mt. 2576). Per il ritorno si può effettuare un piccolo giro circolare fino a sentiero 23 oppure lungo una comodissima strada forestale, che arriva fino al paese di Certosa.scendere ad una sella a mt. 2363 e quindi si riprende la via normale fino alla Malga. Di qui si può scendere per il sentiero 23 oppure lungo una comodissima strada forestale, che arriva fino al paese di Certosa.

#### **BZ – 042 CIMA DEL DOSSO – NOCK SPITZE**

Il percorso, dal muro di sbarramento del Lago di Vernago (mt. 1744) si prende il sent. nr. 17 fino alla malga del Bosco - Waldringer Alm (mt. 1933), quindi si prosegue per la "Waldringer Alpe" (sempre il 17) fino a quota 2401 dove si incrocia il sent. nr. 16. Qui si trova un cartello per la vetta e si prosegue fino alla Cima del Dosso - Nock Spitze (mt. 2718). Tempo di percorrenza per la cima: circa 3 ore.

### **BZ – 043 CIMA DEL VENTO – WIND SPITZE**

Il percorso prevede la partenza dal parcheggio di Falzeben (mt. 1621). Si sale a piedi quindi per il sent. nr. 14 in direzione Merano 2000 e si passa per il Rif. Zuegg ed il Rif. Parete Rossa. Qui si prosegue per la forestale fino al Rifugio Merano - Meranerhuetten (mt. 1930). Poco dopo il Rifugio si svolta a sinistra e si prende il sentiero nr. 13, che sale ripidamente al Rifugio Mittag (mt. 2260). Da qui in circa 20 minuti si raggiunge la Cima del Vento a quota mt. 2305. Tempo di percorrenza dal parcheggio alla cima : ore 2:30 - 2:45. Per la discesa si può rifare la via di salita, oppure scendere per il Sentiero Europeo 5 oppure passare per il Rifugio Kesselberg e scendere per il sent. nr. 13.

### **BZ – 044 MONTE SOMMO – SAMBOCK**

Da Falzes arriviamo all'insediamento di Plata. Da qui si prende il sentiero numero 66 A e la segnaletica "Sambock" attraverso il pascolo fino al bosco, per raggiungere poi l'antico e lastricato sentiero delle malghe e la via forestale fino alle "Stockparrer-Bergwiesen" (prati d'alta montagna) con l'ottima vista sulle Dolomiti. Da qui si prosegue ancora fino alla Jägerhütte e tramite numerosi gradini attraverso il luminoso bosco di cirmoli fino al margine superiore del bosco. Su uno stretto sentiero si sale fino ad un punto panoramico, chiamata "Platte" (2175 mt.). Infine ci incamminiamo sulla larga dorsale montana, inizialmente nel piano e poi un poco in salita, fino alla croce di vetta del Sambock (2396 mt.); da Plata circa 2 ore e mezza. Da qui si vedono le Alpi dello Zillertal, la Vedrette di Ries, le Dolomiti, l'Adamello ed il gruppo dell'Ortler, le Alpi dell'Oetztal e dello Stubai. Ottimo anche dal punto di vista radio!

### **BZ – 045 MONTE GIOGO ALTO – JOCHBERG**

Si parte dai parcheggi posti davanti al complesso alberghiero di Maso Corto prendendo il sentiero. Nr. 3, che percorre un ampio arco salendo verso destra fino alla zona più pianeggiante, posta ad un'ora di cammino dalla partenza. Il primo tratto è piuttosto impervio e sassoso: oltrepassate alcune rocce levigate dal ghiacciaio, il sentiero migliora e si mantiene così sino al gioigo. Dopo circa 2 ore di cammino da Maso Corto, il sentiero svolta a destra e sale lungo un tratto ripido che dopo altri 15 minuti porta al Rifugio Bellavista. Di qui si prosegue per tracce di sentiero sino a giungere in poco più di mezz'ora al Monte Gioigo Alto di Senales.

### **BZ – 046 CIMA PISCIADU'**

La via ferrata Brigata Tridentina al Pisciadù è uno dei percorsi attrezzati più frequentati delle Dolomiti. Sconsigliabile in caso di eccessivo affollamento (caduta sassi). Dal parcheggio a 1956 m a lato della stradina statale, fra il Passo Gardena e Colfosco, seguendo le indicazioni, s'imbocca il sentiero che porta sulla grande cengia che fascia la base della parete. Poco dopo si incrocia il sentiero che proviene dal Passo Gardena, e si continua fino all'attacco vero e proprio della ferrata (45 min.). Ci si alza direttamente a destra di una cascatella: funi e pioli per un tratto lungo ed esposto con cenge e qualche scalino. Superato questo primo tratto, si giunge allo sbocco di un vallone, e per un tratto attrezzato a destra si sale verso la torre della parete della Torre Exner. Alla base del successivo tratto attrezzato si può abbandonare la via ferrata e risalire il vallone, a zete, per un sentiero privo di difficoltà, che conduce ugualmente al rifugio Pisciadù (variante per i meno esperti). Proseguendo sulla ferrata, invece, ci si tiene a destra, sulla parete della Torre Exner, per l'ultima parte della via. Si risale la parete quasi verticale ma sempre articolata con funi, pioli e infine una scaletta, fino ad un ponte sospeso a quota 2430 con il quale si passa dalla Torre Exner alle Masores de Pisciadù, il massiccio roccioso del gruppo del Sella.

### **BZ – 047 CIMA GRAVA (SPIELER)**

Si raggiunge partendo da Falzeben (mt. 1585). Di qui si prende il sentiero. 51 che conduce dapprima alla Moschwalder Alm (mt. 1760) e quindi alla Malga Maia - Maiser Alm (mt. 1783). Dalla malga si prosegue per la forestale 15 - 51 fino al Passo della Croce - Kreuzjochl (mt. 1984). Qui si svolta a destra prendendo il Sentiero Europeo 5 e si prosegue fino a quota mt. 2020. Ci si mantiene sulla sinistra lasciando il sentiero e si sale verso la croce della Cima dello Spieler (tempo di percorrenza 2 ore con buon allenamento). Per il ritorno si può scendere per il sentiero. 4 fino alla Meraner Huetten (mt. 1930) e quindi si prosegue per il n.14 fino a Falzeben (passando a fianco della zona sciistica di Merano 2000). Tempo di percorrenza in discesa 2 ore.

#### **BZ – 048 CIMA RASCIESA (RASCHOETZ )**

Da Ortisei si sale con la seggiovia fino a quota mt. 2103. Di qui si prende il sentiero per Seceda. Superate la malga Saltner/Saltner Schwaige si giunge in una sella dove è situata una grande croce lignea. Da qui si risale la cresta in direzione N-O. Superato un'imponente torre di pietre accatastate, si raggiunge in poco più di mezz'ora la cima del Rasciesa (mt. 2278). Dalla sommità è visibile la Raschoetzer Kreuz (Croce di Rasciesa – mt. 2170), che si raggiunge in mezz'ora. Di qui si prosegue fino alla Cappella della Santa Croce/Heiliges Kreuz e si prende il sentiero. 31 che ci riporta alla stazione superiore della seggiovia. Tempo di percorrenza: 3 – 3,5 ore (dipende dalla neve!!!)

#### **BZ – 049 MONTE BULLACIA ( FILLNER KREUZ)**

L'escursione inizia da Campaccio/Compatsch (mt. 1850) e si sale a fianco della pista di slittino. Quindi si prosegue sino al Rifugio AVS (mt. 1950) e poi al Rifugio Arnika (mt. 2061). Di qui si sale verso la Goller Kreuz (mt. 2104) e quindi si arriva sino alla Fillner Kreuz (mt. 2130): in questo punto (dove verrà fatta l'attivazione) si è a metà della piatta cima della Bullaccia. Il sentiero punta ora verso sud e ci conduce al Rifugio Bullaccia (mt. 2119) e quindi si ritorna al Rifugio AVS e di lì poco si ritorna a Campaccio.

#### **BZ – 050 LA MANDRUTTA**

Questa piccola cima a picco sulla Val d'Adige, si raggiunge facilmente e ha un bel panorama sulla zona di Salorno. Da questo centro abitato della bassa Atesina, si prosegue in macchina fino a raggiungere l'abitato di Cauria (mt. 1328), lasciata qui la macchina, si sale a piedi fino al Maso Benefizi - Wiesenhof (mt. 1303). Di qui si svolta e si prende una comoda strada forestale che sale dolcemente. Si passa il Feigenputz (mt. 1304) e si prosegue fino ad una piccola baita a mt. 1451. Di qui la strada comincia a salire più marcatamente fino alla cima della Mandrutta a mt. 1507. Il percorso è facile con tempo di percorrenza a passo lento 1,5 ore.

*S.O.T.A Trentino Alto Adige by IN3KLQ Ultima revisione 26/07/2009*