

10 cime escursionistiche

L'Alta Pusteria offre diverse cime accessibili anche per sentieri, adatte a escursionisti oppure a escursionisti esperti. Solo in qualche caso c'è qualche facile passo d'arrampicata, mentre le cime raggiungibili per ferrate o sentieri attrezzati sono descritte nel capitolo precedente. Le descrizioni sono state curate da Stefano Ardito, Antonella Fornari, Franco Micheli e Roberto Scala.

11

Croda del Becco / Seekofel 2810 m

DISLIVELLO: 1350 m.

TEMPO: 7 ore a/r.

DIFFICOLTÀ: EE.

La Croda del Becco è un magnifico e solitario belvedere, e offre a chi la raggiunge da nord un lungo e faticoso percorso che segue la prima tappa dell'Alta Via 1. L'itinerario è elementare, ma include un tratto aereo.

SALITA Dal Lago di Braies (1495 m) si segue la sterrata che aggira a destra (ovest) il bacino. Dove questa inizia a salire verso la Val Foresta / Grünwaldtal, la si lascia per seguire il sentiero che prosegue salendo in un severo vallone dominato dalla Croda del Becco. Alcuni tornanti su un ripido pendio ghiaioso portano a un bivio (1950 m, 1.30 ore) dove si lascia a sinistra il sentiero per Malga Cavallo. Si va a destra, ci si affaccia sul piccolo Lago del Giavo, si sbucca su un tracciato più comodo e lo si segue a destra fino all'ampia Porta Sora / Forn / Ofenkarscharte (2388 m, 1.15 ore), da cui appaiono le Tre Cime, la Croda Rossa, il Sella e le Odle. Senza raggiungere il vicino rifugio Biella (2327 m), dal valico si piega a destra, si raggiunge la base delle rocce, e si sale per tornanti inta-

gliati su un ripidissimo pendio. Dove il sentiero finisce si prosegue per elementari roccette, e si supera un crinale monolitico attrezzato con un paio di vecchi mancorrente. Una cresta via via più larga e più comoda conduce al pianoro e alla grande croce della cima (2810 m, 1.30 ore).

DISCESA Si svolge sullo stesso percorso di salita (2.45 ore). **S.A.**

12

Picco di Vallandro / Dürrenstein 2839 m

DISLIVELLO: 900 m.

TEMPO: 4.30 ore a/r.

DIFFICOLTÀ: EE.

Una delle più facili tra le grandi vette delle Dolomiti, offre uno straordinario panorama in direzione dei Monti Pallidi e della cresta di confine tra Italia e Austria

SALITA Da Pratopiazza (1979 m) nella Valle di Braies Vecchia, si prosegue sulla strada che si addentra nell'altopiano, in vista della Croda Rossa. Raggiunto il rifugio Pratopiazza (1991 m), prima dell'hotel Croda Rossa / Hohe Gaisl, si piega a sinistra sul sentiero 40 per il Picco di Vallandro, che inizia accanto a una chiesetta. Si sale tra i prati, si scavalca un crinale, si lascia a destra un sentiero per il rifugio Vallandro e si sale a un secondo bivio (2090 m, 0.30 ore) dove si incrocia l'Alta Via 3. Qui si piega a sinistra sul 40 e si sale con magnifici panorami su Croda Rossa e Pratopiazza. Traversati dei lastroni e un crinale si sale a svolte a una sorgente (2420 m, 1 ora). Il sentiero piega a destra, continua con un'altra diagonale, sale a tornanti, poi torna a sinistra con gradini e passerelle di legno. Delle ghiaie portano alla cre-

sta, dove ci si affaccia su un canalone che precipita verso la Valle di Landro. Raggiunta l'anticima (2800 m) si scende un breve salto attrezzato (3 m, corda fissa, roccia levigata), si supera una cresta, poi si ritrova il sentiero che sale per ghiaie alla cima (2839 m, 1.15 ore), belvedere su Dolomiti, Val Pusteria e catena di confine.

DISCESA Si svolge sullo stesso percorso di salita (1.45 ore). **S.A.**

13

Monte Specie / Strudelkopf 2307 m

DISLIVELLO: 900 m.

TEMPO: 4.45 ore a/r.

DIFFICOLTÀ: E.

Gita tra numerosi resti di postazioni austriache, prima nel bosco, poi con uno spettacolare tratto che accede alla Val Chiara / Helltal. Offre un panorama esteso sui principali gruppi dolomitici, con l'imponente Croda Rossa che incombe a occidente.

SALITA Da Landro (1406 m) si prende sul retro dell'albergo Tre Cime il sentiero 34-AV 3 che si alza dolcemente con un lungo traverso in direzione nord sulla sinistra orografica della Val di Landro, incontrando subito resti di fortificazioni. Da quota 1600 il sentiero diviene più ripido con numerosi tornanti, poi un altro traverso porta al bordo della Val Chiara / Helltal. Una breve galleria, quindi una lunga cengia tagliata nella roccia, assicurata da un cavo di acciaio, infine con una breve discesa si arriva al ruscello sul fondo della Val Chiara / Helltal che si risale su lato sinistro idrografico toccando i resti della teleferica austriaca. Arrivati alla sella di Monte Specie / Strudelkopfsattel (2200 m) dove giunge

la vecchia strada sterrata austriaca, si piega a sinistra e per mulattiera si arriva sull'ampia vetta (2307 m, 3 ore).

DISCESA Per l'itinerario di salita (1.45 ore). **R.S.**

14

Monte Piano 2305 m

DISLIVELLO: 950 m.

TEMPO: 5.30 ore a/r.

DIFFICOLTÀ: EE per il Sentiero dei Pionieri, EEA per la Ferrata Bilgheri.

L'itinerario attraversa quasi completamente il Monte Piano toccandone i punti storicamente più interessanti. Sull'altipiano sommitale sentieri ben segnati consentono con un percorso ad anello di visitare le postazioni, riportate alle condizioni originali grazie al lavoro del Gruppo Amici delle Dolomiti, che hanno creato il Museo all'Aperto del Monte Piano.

SALITA A Landro (1406 m), di fronte al ristorante Flora Alpina, fra la Val Rinbon e il Lago di Landro, inizia il Sentiero dei Pionieri / Pionierweg (segnavia 6). Con comodi tornanti risale il crestone ovest arrivando al piccolo cimitero austriaco (1800 m), nei pressi del quale sorgevano la Teehaus e la stazione intermedia della teleferica. Si prosegue per un breve tratto arrivando a una tabella gialla che indica l'inizio della via attrezzata. Qui si può scegliere fra il Sentiero dei Pionieri e la Ferrata Bilgheri. Per la ferrata si seguono le funi metalliche, traversando dapprima sotto le rocce, per poi affrontare una parete verticale. Si prosegue su terreno che richiede cautela fino a una cengia. Si sale un camino, quindi un tratto di roccia friabile seguito da una paretina di

roccia solida. Si arriva così al secondo punto di sosta e quindi si procede fra abbondanti resti fino alla croce di vetta del Monte Piano (2305 m, 3 ore).

DISCESA Dalla croce si prosegue con il sentiero 6 lungo il pianoro sommitale fino alla Forcella dei Castrati. Dalla forcella si segue il sentiero 6 verso ovest e poi sud ovest. Dopo un tratto di ripida discesa con stretti tornanti, si attraversa un canalone, con tratti parzialmente assicurati con funi di acciaio e facilitati da passerelle. La discesa prosegue lungo il costone occidentale su buon sentiero fino all'ampio Piano di Landro. Lungo l'AV 3 che si tiene lontana dalla statale si rientra al punto di partenza (2.30 ore). **R.S.**

15

Teston di Monte Rudo / Rautkopf 2607 m

DISLIVELLO: 1200 m.

TEMPO: 6.30 ore a/r.

DIFFICOLTÀ: EE.

La prima parte dell'itinerario è su ottimo sentiero, mentre la seconda, più impegnativa, è per tracce su terreni ghiaiosi e richiede una discreta esperienza. Dalla vetta panoramica grandioso su Tre Cime, Tofane, Sorapiss e Croda Rossa. Da questo monte partirono i primi colpi di cannone il 24 maggio 1915. Sulla carta Tabacco Dolomiti di Sesto l'itinerario è riportato solo fino a quota 2195.

SALITA Dal parcheggio sotto l'ex forte austriaco di Landro (1405 m), si segue la carrareccia che porta ai forti. Superato il primo, si aggira il secondo e si prende il sentiero che parte da una frana alle spalle del forte. Il sentiero si inoltra nel bosco e con pendenza

INFO

// DA VISITARE

Bellum Aquilarum onlus www.bellumaquilarum.it, info@bellumaquilarum.it, tel. 0474 712244, Sesto. Museo della guerra all'aperto e mostra permanente. Aperto mart., giov. e sab. ore 16-18. Rudolf Holzer, tel. 0474 710521.

Museo Rudolf Stolz tel. 0474 710521, Sesto. Aperto merc. e ven. ore 16-18. Luglio e agosto anche dom. ore 10-12.

Museo dei Presepi hotel Luna, tel. 0474 710322, Sesto. Aperto mart. e ven. ore 16.30-18.30, dom. 10-12. Visite per gruppi su richiesta.

Museo della Collegiata tel. 0474 913278, San Candido. Aperto da giov. a sab. ore 17-19, dom. 10-11. Dal 15/7 al 31/8 da mart. a dom. ore 10-12, il mart. 20-22.

DoloMythos www.dolomythos.com, info@wachtler.com, tel. 0474 913462, San Candido. Aperto ore 10-12 e 15-19, dal 15/7 al 10/9 aperto anche la domenica.

Centro Culturale Grand Hotel Dobbiaco Centro visite dei Parchi naturali, www.provincia.bz.it/parchi-naturali, info.sd@provinz.bz.it, tel. 0474 973017. Aperto da mart. a sab. ore 9.30-12.30 e 16-19. Luglio e agosto aperto anche di dom. ore 9.30-12.30 e 16-19, il giov. fino alle 22.

Museo del Turismo Alta Pusteria www.villabassa.it, info@villabassa.it, tel. 0474 745133, Villabassa.

Residenza estiva Gustav Mahler, Carbonic Vecchia, per informazioni Associazione Turistica Dobbiaco, tel. 0474 972132 oppure 0474 972347.

Centrale termica a biomasse www.fti.bz, info@fti.bz, tel. 0474 973214, Dobbiaco, aperto da metà giugno a metà ottobre da lun. a ven. ore 9-17. Visite guidate il giovedì ore 16.



Uomini e leggende della montagna

Non finiremo mai di scoprire i segreti della montagna. Un universo nel quale realtà ed immaginazione convivono da tempi immemorabili. Come nella figura del Rollate che, avvolto in una folta pelliccia d'orso, appare all'improvviso a fondo valle calzando meravigliosi scarponi. La passione per questo mondo guida ogni pensiero, ogni gesto, ogni prodotto AKU. Come SPIDER LIGHT GTX, figlia dell'esperienza e dei successi di Spider, unica per le sue qualità di leggerezza e stabilità, compattezza e flessibilità. Passo dopo passo, vi sembrerà quasi di sentire gli spiriti della montagna muoversi magicamente al vostro fianco.

Per saperne di più: aku.it/tributetothealps



Spider Light GTX

Fodera BORE-TEX® Footwear
Suola Vibram® Multaz
Peso 740 g



aku.it

costante sale il costone del Monte Rudo. A quota 1900, sulla destra si stacca una trincea che conduce a una postazione, con ottima vista sul Monte Piana. Ritornati al sentiero si sale facilmente fino a quota 2175, dove sono un bunker, la stazione intermedia della teleferica e resti di baracche.

Da qui il sentiero diventa una traccia, e conviene prestare attenzione agli ometti. Si supera il primo saltino di rocce arrivando al ghiaione sovrastante che si risale faticosamente. Si costeggia un parete rossastro quindi per tracce della vecchia mulattiera si punta al panettone erboso a quota 2550, dove si trovano la caverna con osservatori, bunker, baracche e una splendida vista sul versante nord delle Tre Cime. Superato un ultimo faticoso canale di detriti, si arriva ai pendii sommitali del Monte Rudo (2607 m, 4 ore).

DISCESA Per l'itinerario di salita (2.30 ore). **R.S.**

16

Croda dei Baranci / Birkenkofel 2922 m

DISLIVELLO: 1350 m dal rifugio Tre Scarperi.

TEMPO: 8.30 ore a/r.

DIFFICOLTÀ: EE.

Il solitario gruppo dei Baranci permette agli escursionisti esperti di raggiungere una cima aerea e panoramica alla soglia dei 3000 metri. La vetta si può raggiungere anche dall'anello C descritto nelle pagine successive.

SALITA Dal rifugio Tre Scarperi / Dreischuster Hütte (1626 m) si sale verso la testata della Val Campo di Dentro e il rifugio Locatelli (segnavia 10 e 11). Camminando tra il bosco e la piana sommersa dalle ghiaie si arriva al

bivio a quota 1692, dove si lascia a sinistra il sentiero per il rifugio Locatelli e si prosegue a destra salendo fra ghiaie e mughi. A quota 1895 si trova un altro bivio con fontana (1 ora): si tralascia il sentiero di sinistra e si continua a salire a destra nel vallone che conduce alla Forcella del Lago (segnavia 9). Si sale a lungo per versanti con mughi, poi per prati e pietraie; in alto ci si porta a sinistra dell'alveo principale; quindi, con una serie di tornanti su ghiaioni, si raggiunge la Forcella del Lago (2545 m, 2 ore). Dalla forcella, seguendo un sentierino (segni bianco-rossi), si prende a destra un cengione che gira all'interno di un canalone; poco sopra lo si lascia, raggiungendo a sinistra, per un canale con corda fissa, il dorso di una cresta, dove alcuni spuntoni si aggirano sui fianchi, che porta alla Cima Piatta Alta / Hochebenkofel (2905 m, 1.30 ore).

Questa sommità offre già una panoramica meta. Ma si può procedere ancora, passando la sella successiva e arrampicandosi con l'aiuto di corde fisse sulla vicina Croda dei Baranci, dove è posta una grossa croce (2922 m, 0.15 ore).

DISCESA Per l'itinerario di salita, toccando il rifugio Tre Scarperi e raggiungendo il parcheggio della Val Campo di Dentro (3.45 ore). **F.M.**

17

Monte Mattina / Morgenkopf 2493 m

DISLIVELLO: 1000-1150 m.

TEMPO: 5.30-6 ore a/r.

DIFFICOLTÀ: E.

Un solitario percorso ad anello intorno alla Torre dei Scarperi / Schwabenalpenkopf che conduce a uno splendido belvedere con scorci inusuali. Interessanti le testimonianze della

Grande Guerra, dai resti del campo austriaco all'Alpe Mattina al Caposaldo Kwarz ai piedi della Torre dei Scarperi.

SALITA Dai parcheggi della Val Campo di Dentro / Innerfeld (1334 m e 1509 m) si risale nel vallone toccando il rifugio Tre Scarperi / Dreischuster Hütte (1626 m), e come per l'itinerario precedente si raggiunge il bivio di quota 1895 (1.15-1.45 ore). Qui si gira a sinistra, sul sentiero 105, che supera il ripido balzo portandosi sotto la parete orientale del Monte Mattina. A quota 2300 si può fare una digressione per visitare i resti delle postazioni austriache, con l'arrivo della teleferica. Ripreso il sentiero si arriva al piano superiore e di qui per tracce si punta alla base del versante est della Torre dei Scarperi / Schwabenalpenkopf. Con un traverso ascendente verso nord si arriva ai dossi erbosi del Monte Mattina, quindi si superano facilmente le ultime roccette per toccare la cima (2493 m, 1.45 ore).

DISCESA Tornati sui propri passi, si transita sotto la Torre dei Scarperi fino a incrociare il sentiero 11, che arriva dal Passo dell'Alpe Mattina / Gwentalpenjoch. Si segue il sentiero in direzione ovest, scavalcando il crestone sud est della Torre, si scende al Passo Grande dei Rondo / Grosse Wildgrabenjoch (2289 m), superando un breve canalino assicurato con corda fissa. Dal passo si ritorna facilmente ai parcheggi (2.30 ore). **R.S.**

18

Lastron dei Scarperi / Schusterplatte 2957 m

DISLIVELLO: 1500 m (500 dal rifugio Locatelli-Innerkofler).

TEMPO: 8 ore a/r (4.30 dal rifugio).

DIFFICOLTÀ: EE.

Itinerario vario e interessante, lungo se effettuato in giornata dalla Val Campo di Dentro, molto più breve se si pernotta al rifugio Locatelli-Innerkofler. Si risale il solitario Vallone di S. Candido, per tracce che in alcuni punti richiedono attenzione. Per la discesa c'è anche una scorciatoia non segnalata lungo il Vallone di S. Candido, con un breve passaggio di l.

SALITA Dai parcheggi della Val Campo di Dentro / Innerfeld (1334 m e 1509 m) si sale fino alla sella ai piedi della Torre di Toblin / Toblingerknoten (2457 m, 2.30-3 ore, vedi itinerario 1). Fin qui si arriva in 15 minuti dal rifugio Locatelli-Innerkofler. Dalla sella si prosegue a mezzacosta verso nord est raggiungendo subito il Forcellone di San Candido / Innichenriedl. Abbandonato il sentiero che scende verso est, si sale in direzione nord ovest per scavalcare il costone occidentale della quota 2513 e si scende per un breve tratto su un vecchio sentiero di guerra nel Vallone di S. Candido / Innbacher Graben, fra resti di baraccamenti. Si risale il vallone più o meno nel centro per tracce di sentiero, fin quasi alla Forcella Sassovechio / Altensteinscharte. Poi si piega a sinistra passando sotto la quota 2886. Dapprima per un canale, poi per un'ampia dorsale con dolce pendenza si arriva in vetta (2957 m, 2.30 ore).

DISCESA Per l'itinerario di salita. In alternativa c'è un percorso più breve, ma più impegnativo, che scende direttamente nel Vallone di S. Candido seguendo tracce di sentiero, alternativamente a destra e a sinistra del torrente.

Dopo un lungo traverso a mezzacosta verso sinistra e un ultimo tratto ripido si incontra un breve passo in arrampicata (l grado): è l'ultimo ostacolo prima di ritrovare il sentiero 105 che riporta ai parcheggi (3 ore). **R.S.**

19

Monte Popera / Hochbrunnerschneide 3046 m

DISLIVELLO: 850 m dal rifugio Zsigmondy-Comici.

TEMPO: 4.15 ore a/r dal rifugio.

DIFFICOLTÀ: EE con un passaggio di l.

Agli inizi del Primo conflitto mondiale, il Monte Popera era — come le montagne circostanti — "terra di nessuno", ma non vi era certezza che lì non si annidasse il nemico. Nel gennaio 1916, in due soli giorni, gli artiglieri della Batteria Stiz sistemarono quassù cannoni da montagna e costruirono un ricovero. Il trasporto fu eseguito attraverso la vecchia Via Holzmann-Siorpaes, che qui proponiamo.

SALITA A sud del rifugio Zsigmondy-Comici (2224 m, vedi itinerario 4) si imbocca il sentiero 101/103 per Forcella Giralba. Si costeggiano le nere pareti nord della Croda dei Toni / Zwölferkofel e si arriva al Lago Ghiacciato / Eissee (2328 m, 0.30 ore). Si prosegue in mezzacosta fino a raggiungere la Busa di Dentro (2375 m circa). Qui si abbandona il 101 che porta sulla Strada degli Alpini, e si imbocca la Busa di Dentro / Inneresloch, accompagnati da segni rossi sempre più radi. All'ingresso della Busa si segue, tenendosi sulla destra, la stentata traccia del vecchio sentiero di guerra percorrendola tutta. La salita è molto faticosa e porta ai piedi di un salto di roccia alto circa 20 metri, solido, ben gradinato, quasi una cresta nel mare di sfasciumi. Due grossi chiodi, verniciati di rosso, aiutano a progredire in sicurezza. Si giunge a Forcella Alta di Popera / Wächtscharte (2880 m, 1.30 ore), le cui rocce sono spezzate dall'oc-

chio scuro della caverna di guerra. Il monte si leva ora a forma di cupola e, piegando a destra, in breve, per rocce rotte e cenge si arriva all'ampia calotta sommitale (3046 m, 0.30 ore).

DISCESA Per l'itinerario di salita (1.45 ore). **A.F.**

20

Corno di Fana / Toblacher Pfannhorn 2663 m

DISLIVELLO: 1100 m.

TEMPO: 6 ore a/r.

DIFFICOLTÀ: E.

La gita porta sulla cima più elevata del versante settentrionale dell'Alta Pusteria, sul crinale che la divide dall'Austria. La vetta è quindi assai panoramica, e la vista spazia dalle Dolomiti alle Alpi Centrali.

Da Dobbiaco si percorre la strada che risale la Valle di San Silvestro. Dopo 2,5 km si svolta a sinistra sulla strada che porta a Candelle (1595 m) e si parcheggia presso il maso Hofer (1605 m)

SALITA Si prosegue per la carrareccia (chiusa al traffico) che entra a mezzacosta nel vallone del Rio Calvo / Golfenbach, lo attraversa e sale con alcuni tornanti. Facendo attenzione al segnavia 25, si lascia la strada e si prende il sentiero segnato che sale a sinistra, guadagnando quota con molte svolte lungo un costone boscoso. La mulattiera (sempre segnavia 25) continua a salire a serpentine sul panoramico costone, toccando i ruderi del rifugio Bonner (2340 m) e quindi l'Hohe Raste (2458 m). Infine per un crinale meno ripido raggiunge l'ampia e panoramica cima (2663 m, 3.30 ore).

DISCESA Per l'itinerario di salita (2.30 ore).



MyNav 600 Professional

Especially designed for outdoor navigation

Naviga sui sentieri outdoor.
MyNav sposta i confini della navigazione assistita al mondo outdoor. Non è solo un gps cartografico, ma un navigatore per muoversi ovunque: sentieri outdoor, percorsi mountain bike, strade, piste da sci.



YOUR PERSONAL NAVIGATOR ONE STEP AHEAD

my nav

Per scoprire il negozio più vicino clicca su www.mynav.it