

NATURALMENTE...



TREKKING

Tra i rifugi del Parco Nazionale dello Stelvio e del Parco Adamello Brenta

Val di Sole

www.valdisole.net



Sommario



PASSI PREZIOSI PAG. 3-4



IL PARCO NAZIONALE DELLO STELVIO PAG. 5-6-7



IL PARCO NATURALE ADAMELLO-BRENTA PAG. 8-9



IN MONTAGNA CON UN AMICO GUIDA PAG. 10



CONSIGLI PAG. 11



- PAG.**
- RIFUGIO LARCHER AL CEVEDALE 12
 - RIFUGIO MANTOVA AL VIOZ 13
 - RIFUGIO SILVIO DORIGONI 14
 - RIFUGIO LAGO CORVO 15
 - RIFUGIO FRANCESCO DENZA 16
 - RIFUGIO CAPANNA PRESENA 17
 - RIFUGIO ORSO BRUNO 18
 - RIFUGIO PELLER 19

IL "SENTIERO ITALIA" IN TRENTINO ALTO ADIGE PAG. 20-21

TRAVERSATA GRUPPO DI BRENTA SETTENTRIONALE PAG. 22-23

LA VAL DI SOLE IN PLASTIGRAFIA PAG. 24-25

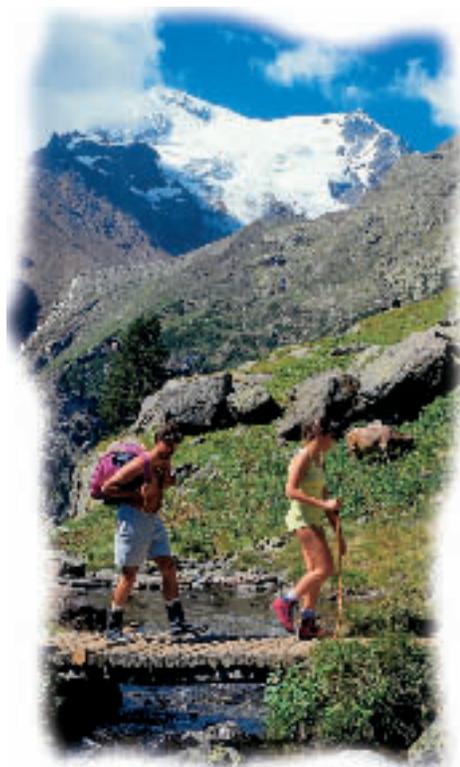
i INDIRIZZI UTILI PAG. 27

Passi preziosi

La Val di Sole è per superficie un decimo del Trentino e ne riassume gli aspetti migliori. Incuneata fra elevate catene montuose (a Nord il Gruppo Ortles-Cevedale, ad Ovest il Gruppo Presanella-Adamello, a Sud il Gruppo di Brenta), presenta un solco vallivo dolce e selvoso, punteggiato di piccoli centri abitati, situati fra i 700 ed i 1800 m. s.l.m.. Abitata fin dalla preistoria, in quanto è una comoda via di collegamento fra le valli atesine e quelle lombarde, la valle conserva nella sua fisionomia e nella popolazione caratteri antichi, sui quali si è innestato il nuovo: strade, impianti di risalita, piste, ferrovia, complessi di accoglienza turistica, centri di sport e di svago. L'onnipresente bosco di conifere è interrotto dallo specchio di numerosi laghetti alpini e tagliato dai corsi d'acqua che confluiscono nel Noce, palestra ambita della canoa e del rafting.

L'ambiente è difficilmente catalogabile, in quanto presenta una piacevole varietà di paesaggi: dai frutteti del fondovalle ai prati e campi; dai pascoli e dagli alpeggi alle vette lambite dalle lingue dei ghiacciai perenni: il tutto in un quadro che – se cambia ad ogni superamento del costone – è accomunato dalla magnifica suggestione delle cime innevate.

Per tale ambiente la chiave di lettura non può essere la fretta, il solito "mordi e fuggi". Ci **permettiamo di suggerire**, come metodo di conoscenza, **l'attività del trekking, che è poi la conquista pacifica, ma piacevole ed appagante, del territorio**. Si tratta di "camminare in Val di Sole": con criterio, dosando le forze ma espandendo le facoltà di analisi e di godimento dei molteplici volti della natura. Di respirare a



Monte Cevedale - salita al rifugio Larcher.

pieni polmoni un'aria sempre inebriante, carica di essenze liberatorie. Di gustare la visione di paesaggi non manipolati, di lasciarsi incantare dalla coloratissima flora e dall'imprevedibile presenza della fauna selvatica, lasciandosi portare col passo ritmato del montanaro, che sale o scende senz'ansia, elevando contemporaneamente fisico e morale, sensi e cuore. Il procedere del cammino non ha per misura che il desiderio, la conoscenza delle proprie forze, lo spirito d'avventura è la curiosità. L'avventura del camminare sui monti è liberatoria dei sentimenti migliori, in chiunque: ragazzo, anziano, giovane, esperto o principiante. Per dirla con parole antiche, basta obbedire ad un invito: "Alzati, e cammina!".

È possibile immergersi nell'attività del trekking per uno o anche per più giorni, pernottando in baita, all'aperto sotto le stelle, fra gli abeti in simbiosi con gli animali del bosco o, più comodamente, in rifugio. **Rifugio**, luogo di pausa che già si presenta perfettamente col suo nome: spazi ed ospitalità senza pretese, ma anche senza privazioni; **dove la fatica dell'arrivarci è compensata dal calore dell'ambiente e dalla cordialità dei gestori.** Nei rifugi si trova l'essenziale: ma il rispetto della natura, della fauna e l'altitudine impediscono di portare il superfluo. Quindi le comodità sono ridotte al necessario, i rumori

vengono attutiti, il comfort è spesso spartano e richiede spirito di adattamento. In cambio, **nel rifugio si crea la compagnia, si assaggia il sapore dell'amicizia, si vive con altruismo** (evitando quindi il chiasso nelle ore notturne, quando qualcuno si prepara ad escursioni impegnative e la montagna stessa tace sotto le stelle).

I rifugi sono generalmente aperti da giugno a settembre (dalla seconda domenica di giugno all'ultima di settembre sono solitamente già operativi); la dislocazione elevata li rende però dipendenti dalle condizioni del tempo, che può incidere sul periodo di apertura (il periodo minimo di apertura, fissato per legge, è dal venti giugno al venti settembre). Va poi tenuto presente il fatto che al principio ed al termine della stagione i locali domandano lavori particolari di manutenzione; **risulta quindi opportuno informarsi preventivamente sull'effettiva data di apertura e chiusura.**

Gli itinerari di seguito descritti, con relativi pernottamenti nei rifugi dei gruppi Ortles-Cevedale, Presanella, Gruppo di Brenta, nel Parco Nazionale dello Stelvio e nel Parco Naturale Adamello-Brenta si svolgono principalmente su sentieri con segnaletica S.A.T. (Società degli Alpinisti Tridentini) con colorazione bicolore (bianco e rosso).

Pur non presentando difficoltà alpinistiche, richiedono un buon allenamento fisico in considerazione della lunghezza e del dislivello di alcune tappe.

Si raccomanda di partire per l'escursione scelta con certezza del bel

tempo, comunicando ad amici od in albergo l'esatto percorso che si intende effettuare.

Per ogni trekking proposto sono indicati il punto di partenza e di arrivo, il tempo di percorrenza, il dislivello di salita e/o discesa, lasciando alla premura di ciascuno la prenotazione, per tempo, dell'alloggio in rifugio.



I rifugi sono aperti, come minimo, dal 20 giugno al 20 settembre. Sono solitamente però già operativi dalla seconda domenica di giugno all'ultima di settembre.

Si consiglia di informarsi sull'effettiva data di apertura e chiusura prima di intraprendere un'escursione.

Il Parco Nazionale dello Stelvio

Il Parco Nazionale dello Stelvio, **istituito nel 1935** e successivamente **regolamentato nel 1951**, è attualmente amministrato da un **Consorzio fra Stato, Regione Lombardia e Province Autonome di Trento e Bolzano**; nel Consiglio Direttivo vengono riportate le voci anche delle popolazioni locali, tramite i Presidenti dei Comitati di Gestione, uno per ogni settore del Parco.

Con l'ampliamento del 1977, che ha permesso anche il collegamento con il Parco Svizzero dell'Engadina, l'estensione attuale del Parco Nazionale dello Stelvio è di **134.620 ettari**, distribuiti su 24 Comuni di

4 Province: Bolzano (41%), Brescia e Sondrio (44 %) e Trento (15 %). I confini del Parco corrono lungo le Valli Monastero e Venosta a nord, la Val d'Ultimo a est, parallelamente alla Val di Sole, lungo la Val Camonica a sud, la Valtellina e la Val di Livigno a ovest; l'intero territorio fa capo al **gruppo montuoso dell'Ortles - Cevedale**.



Stella Alpina.

Dal punto di vista **geologico** il Parco Nazionale dello Stelvio comprende un territorio abbastanza vario: vi si riscontrano infatti rocce eruttive e sedimentarie, prevalgono comunque le rocce metamorfiche quali gneiss e graniti che morfologicamente creano una serie innumerevole di cime montuose e di caratteristiche valli alpine, dove l'acqua abbonda nei numerosi torrenti, ruscelli e laghetti alpini.

L'altitudine del Parco è compresa tra i 650 m. e i 3899 (Monte Ortles); la **vegetazione** si articola perciò in diverse fasce che si susseguono mutando fisionomia e composizione secondo la quota ed altri parametri ambientali. Alle quote minori si riscontrano varie associazioni di latifoglie, ma molto più diffuse sono le conifere, rappresentate



Pino Cembro.

A destra: Cascade Saènt in Val di Rabbi.



da boschi di abete rosso e, a quote più elevate, da larice spesso associato al pino cembro. Nella zona arbustiva prevalgono i popolamenti di pino mugo, rododendro, ginepro, mirtillo, ontano verde, mentre a quote superiori si trovano i pascoli con varie specie erbacee.

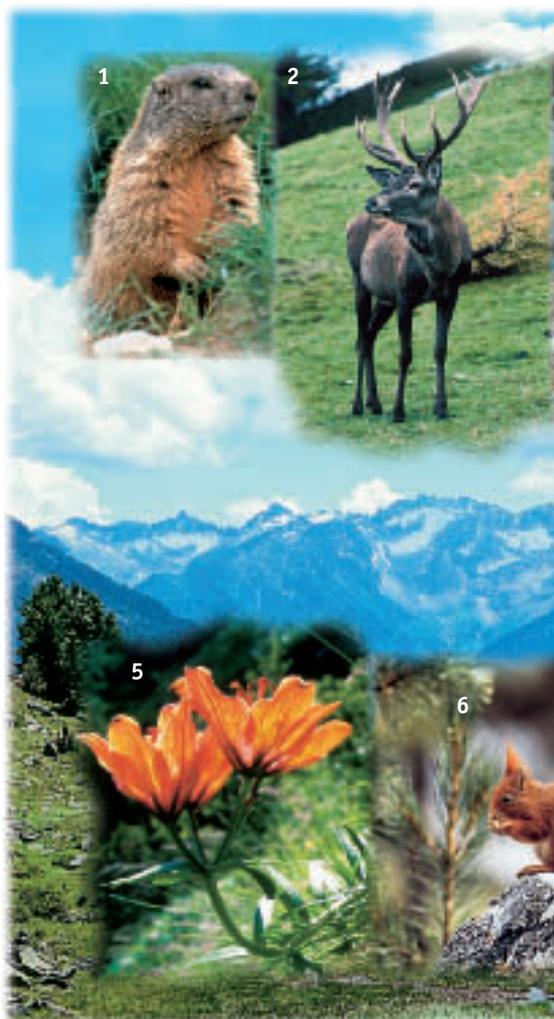
Dal punto di vista faunistico sono presenti una trentina di specie di mammiferi, 131 specie di uccelli, diversi rettili ed anfibi, alcuni pesci e moltissimi invertebrati. Le presenze più significative sono quelle del cervo e del capriolo ed, a quote maggiori, quella del camoscio, distribuito sull'intero areale del Parco; lo stambecco è presente in Val Zebrù. Inoltre marmotte, scoiattoli, lepri alpine, ermellini, martore, faine, tassi e volpi. Tra i tetraonidi sono presenti galli cedroni, galli forcelli e francolini di monte ed a quote superiori, altri galliformi, come pernice bianca e coturnice. Altra presenza importante è quella dell'aquila reale, simbolo del Parco e, recentemente ricomparso, il gipeto.

Per un'immersione totale nell'ambiente si ha la possibilità di scegliere tra una serie di **itinerari**, opportunamente segnalati, dai più semplici per bambini e anziani ai più impegnativi per l'alpinista provetto.

LE VISITE GUIDATE

Nei settori trentino e lombardo c'è la possibilità di visitare il Parco accompagnati dalle "guide parco". Le **visite guidate** si effettuano durante tutto l'arco dell'anno, anche nella stagione invernale con le caratteristiche racchette da neve; specifiche offerte sono riservate alle scuole, con possibilità di pernottamento nelle strutture del Parco. Oltre ai percorsi naturalistici, numerose sono le possibilità di visitare il Parco apprezzandone gli aspetti storici - culturali - ambientali, che comprendono antichi edifici testimoni dei lavori del passato, castelli, tipici "masi", musei e chiese, nonché orti, sentieri botanici ed aree faunistiche.

6



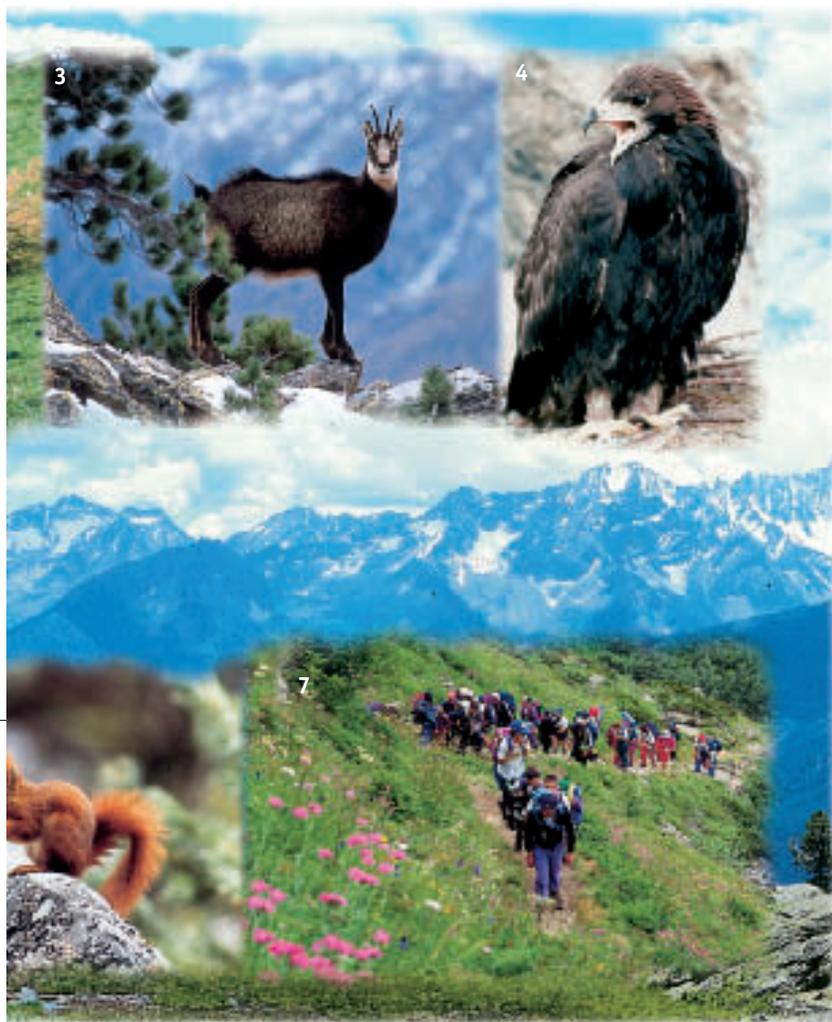
1. Marmotta - 2. Cervo - 3. Camoscio - 4. Aquila reale - 5. Giglio martagone - 6. Scoiattolo

INFORMAZIONI:



Consorzio Parco Nazionale dello Stelvio - Settore Trentino

Via Roma, 65
38024 COGOLO di PEIO (TN)
Tel. 0463.746.121
Fax 0463.746.090
info.tn@stelviopark.it
www.stelviopark.it



ne - 6. Scoiattolo - 7. Escursione con le Guide Parco.

Centro Visitatori di Rabbi

Località Rabbi Fonti - 38020 RABBI (TN)
Tel. e fax 0463.985.190

Centro Visitatori di Peio

Via Roma, 28 - 38024 COGOLO DI PEIO (TN)
Tel. e fax 0463.754.186

Area Faunistica di Peio "Runcal"

Località Peio Fonti - 38020 PEIO (TN)
Tel. 0463.743305

Stazione Forestale di Rabbi

Località Rabbi Fonti - 38020 RABBI (TN)
Tel. e fax 0463.985.492

Stazione Forestale di Peio

c/o Area Faunistica
Località Peio Fonti - 38020 PEIO (TN)
Tel. e fax 0463.753.074

RISPETTIAMO LA NATURA



NON DISTURBARE GLI
ANIMALI SELVATICI



RISPETTA LA
TRANQUILLITÀ
DEL PARCO



NON ABBANDONARE
I SENTIERI
NON CALPESTARE I PRATI



VIETATO CAMPEGGIARE
ED ACCENDERE
FUOCHI LIBERI



RIPORTA CON TE
I RIFIUTI



CANI
AL GUINZAGLIO



VIETATO RACCOLGERE
FIORI E MINERALI



NON SOTTOVALUTARE I
PERICOLI DELLA MONTAGNA
USA UN CORRETTO
EQUIPAGGIAMENTO

Il Parco Naturale Adamello-



Il Parco Naturale Adamello-Brenta, istituito nel 1967, si estende su una superficie di circa **618 kmq** comprendente ad occidente i gruppi dell'Adamello-Presanella e ad oriente l'intero gruppo montuoso del Brenta.

Il gruppo granitico dell'Adamello, con le cime Presanella m. 3558 e Carè Alto m. 3453, è ricchissimo di ghiacciai, laghi alpini e torrenti che formano delle bellissime cascate.

Il gruppo dolomitico di Brenta offre al visitatore-escursionista un'infinità di stupende escursioni, traversate ed ascensioni. Basta citare le cime più significative per comprendere, in termini prevalentemente alpinistici, l'importanza di questo gruppo montano: le cime Tosa m. 3173 e Brenta m. 3150, il Campanile Basso m. 2877 e Alto m. 2937.

La **popolazione faunistica** del Parco comprende ancora orsi, camosci, caprioli, cervi, marmotte, scoiattoli, volpi, aquile, galli cedroni e forcelli e molti altri rappresentanti tipici della fauna alpina.

Dal 1995 è in corso un progetto di reintroduzione dello stambecco nel massiccio dell'Adamello-Presanella.

Questo ungulato, scomparso ormai da decenni, è ora presente con circa 50 esemplari.



L'ORSO BRUNO (*Ursus arctos*) – simbolo del Parco Naturale Adamello-Brenta.

Nel Parco Naturale Adamello-Brenta sopravvivono gli ultimi orsi autoctoni delle Alpi, simbolo di un ambiente naturale integro e selvaggio. Per salvare questi ultimi esemplari da una futura estinzione è in corso un progetto di rinsanguamento che, tramite l'immissione di esemplari catturati in Slovenia, dovrebbe favorire la ripresa della popolazione.

Anche il comparto della **flora** è ricco di tante specie: dalla stella alpina al giglio martagone, alla profumata negritella e ultima, ma non per importanza, la splendida orchidea, pianella della Madonna, la più grande delle Alpi.

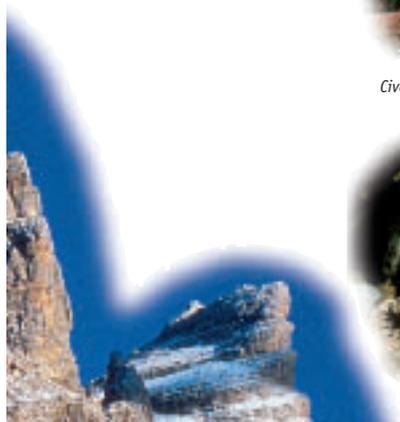
Brenta



Civetta.



Tasso.



LE VISITE GUIDATE

Il Parco Naturale Adamello-Brenta organizza in estate delle escursioni guidate al fine di offrire ai partecipanti la possibilità di approfondire la conoscenza di alcuni aspetti naturalistici e culturali dell'area protetta. Le visite, di durata giornaliera,

sono realizzate in collaborazione con le guide alpine, esperte conoscitrici del territorio e delle sue vicende.

IL CENTRO VISITATORI della Val di Tovel, aperto da giugno a settembre, propone una serie di percorsi didattici dedicati al Parco nel suo insieme.



Rododendro.



Botton d'oro.

Informazioni:



PARCO NATURALE ADAMELLO-BRENTA
Via Nazionale, 24 - 38080 STREMO (TN)
Tel. 0465.806.666 - Fax 0465.806.699
info@pnab.it
www.pnab.it

CENTRI VISITATORI:

- **VAL DI TOVEL** - c/o Lago di Tovel
Val di Non - Tel. 0463.451.033
- **DAONE** - Tel. 0465.674.989
- **SPORMAGGIORE** - Tel. 0461.653.622

In montagna con un amico guida



Tradizione, professionalità e sicurezza in montagna.

Così è stato dagli albori dell'alpinismo fino ai tempi moderni.

Oggi una Guida Alpina è un professionista preparato non solo dal punto di vista tecnico ma anche da quello didattico e culturale. Infatti essere Guida Alpina significa avere imparato a conoscere i segreti della montagna e dell'alpinismo.

Queste sono le motivazioni per cui una Guida Alpina si può presentare come interprete del corretto modo di vivere la montagna in tutti i suoi molteplici aspetti.

A coloro che amano la montagna e sono interessati a conoscerla meglio, le Guide Alpine della Val di Sole offrono la loro disponibilità.

Le Guide Alpine della Scuola di Alpinismo "Val di Sole" propongono un ricco programma di attività:

✓ ESCURSIONI NATURALISTICHE nei Parchi

Nazionale dello Stelvio e Parco Naturale Adamello-Brenta

- ✓ ESCURSIONI IN ALTA QUOTA
- ✓ SENTIERI ATTREZZATI
- ✓ ARRAMPICATE SU ROCCIA
- ✓ CANYONING
- ✓ CORSI ROCCIA, ARRAMPICATA SPORTIVA, CORSI GHIACCIO E ALTA MONTAGNA
- ✓ ESCURSIONI CON RACCHETTE DA NEVE
- ✓ SCI FUORI PISTA - SCI ALPINISMO - ARRAMPICATA SU GHIACCIO



Guida Alpina



Informazioni e prenotazioni:

SCUOLA DI ALPINISMO e SCI ALPINISMO "Val di Sole"

Piazza R. Elena, 17
38027 MALÈ (TN)

Tel. e Fax 0463.901.151

info@guidealpinevaldisole.it

www.guidealpinevaldisole.it

VAL DI SOLE

CARTOGRAFIA CONSIGLIATA

- Carta KOMPASS 095 Val di Sole, Pejo e Rabbi 1:35.000
- Guida escursionistica "Val di Sole, Pejo e Rabbi" ed. Kompass 976
- Carta KOMPASS 072 Parco Nazionale dello Stelvio (Ortles-Cevedale) 1:50.000
- Carta KOMPASS 073 Gruppo di Brenta 1:50.000
- Carta TABACCO Val di Peio - Val di Rabbi - Val di Sole 1:25.000 (nuova edizione)
- Carta TABACCO Dolomiti di Brenta - Adamello Presanella - Val di Sole 1:50.000 (nuova edizione)
- Guida dei sentieri e rifugi con cartografia del Trentino Occidentale (T. Deflorian e A. Valcanover) ed. Panorama
- Guida alle Dolomiti di Brenta Settore Settentrionale (Torchio - Gardumi) ed. Panorama

EQUIPAGGIAMENTO CONSIGLIATO:

- ✓ Abbigliamento impermeabile, leggero e caldo (si consiglia un primo strato, a contatto con la pelle, in polipropilene, un secondo strato isolante in pile o lana ed un terzo strato impermeabile come giacca a vento in nylon o goretex, pantaloni lunghi);
- ✓ Scarponcini da trekking con suola in vibram (evitare le scarpe da ginnastica);
- ✓ Guanti, berretto e abbigliamento minimo di ricambio (calzettoni, biancheria, eventuale leggera tuta da ginnastica).
- ✓ Zaino (si sconsiglia di riempirlo di cose superflue; il peso massimo consigliato dello zaino pieno è di 5-8 kg a seconda della durata del trekking)
- ✓ Borraccia (è il contenitore più pratico ed ecologico per il trasporto dei liquidi)
- ✓ Piccolo pronto soccorso
- ✓ Sacco-lenzuolo (obbligatorio per il pernottamento in rifugio, dove si può anche acquistare)
- ✓ Piccole cose (pila, occhiali da sole, crema protettiva)

LE REGOLE PIÙ IMPORTANTI PER L'ESCURSIONISMO IN MONTAGNA

- ✓ Non intraprendere mai da solo un'escursione in montagna.
- ✓ Informa un parente o un amico o il custode del rifugio sul percorso che intendi seguire.
 - ✓ Procurati un equipaggiamento adeguato al tipo di escursione da intraprendere.
 - ✓ Osserva costantemente lo sviluppo del tempo; nel dubbio, ritorna indietro!
- ✓ Prepara accuratamente l'escursione consultando le previsioni del tempo, studiando l'itinerario sulla carta, ecc.; scegli, eventualmente, l'accompagnamento delle Guide Alpine o delle Guide-Parco.



SCHEDA RIFUGIO

PROPRIETÀ: CAI-SAT (Società Alpinisti Tridentini)

LOCALIZZAZIONE: Val Venezia

COMUNE: Peio

LETTI: 80 (**BIVACCO INVERNALE:** 14 posti)

ACQUA CALDA: SÌ **DOCCE:** SÌ (2)

SERVIZIO BAR: SÌ **SERVIZIO RISTORANTE:** SÌ

APERTURA: estiva - primaverile (per lo scialpinismo) compatibilmente alle condizioni atmosferiche

GESTIONE: Sig. CASANOVA Oreste

38020 PEIO (TN) - Tel. 0463.753.144

☎ RIFUGIO: 0463.751.770

PRIMA TAPPA:

Da **Peio Paese** (1579 m.) si sale al sovrastante **Dosso di San Rocco** dove si imbecca il sentiero n. 105 per il rifugio **Mantova al Vioz**.



DESCRIZIONE ITINERARIO

Itinerario particolarmente interessante per i possibili avvistamenti della fauna del Parco: camosci, marmotte, pernici bianche, caprioli, cervi e l'aquila. Paesaggio suggestivo caratterizzato dalle imponenti cime innevate del Cevedale, del Palon de la Mare, del Rosole e del Vioz e dagli specchi d'acqua dei laghi.

ZONA: Gruppo Cevedale; Parco Nazionale dello Stelvio

PARTENZA e ARRIVO: Peio Paese 1579 m.

DISLIVELLO SALITA: 1029 m.

DISLIVELLO DISCESA: 1040 m.

DURATA: 2 giorni

Si percorre questo sentiero ed al bivio, in località Gaggio, (nelle vicinanze della palazzina ENEL), si imbecca il sentiero n. 127 che percorre lungamente la pendice montana.

Arrivati alla centrale idroelettrica di **Malga Mare**, (che si può raggiungere anche in macchina - 10 km - da Cogolo riducendo pertanto il percorso) si imbecca il sentiero n. 102 e si sale a Pian Venezia per raggiungere infine il rifugio **Larcher al Cevedale** dove ha termine la prima tappa.

TEMPO DI PERCORRENZA: 5 ore circa

DISLIVELLO SALITA: 1029 m

NB: La salita al rifugio è possibile partendo dal parcheggio della Centrale Malga Mare raggiungibile in macchina (10 km) da Cogolo di Peio; tempo di percorrenza: ore 1,45

SECONDA TAPPA:

Dal **rifugio Larcher** con il sentiero n. 123 si sale nelle conche sovrastanti per effettuare il giro dei laghi, che si incontrano nella seguente successione: **Lago Marmotte**, **Lago Lungo**, **Lago Nero**, **Lago del Careser** (bacino idroelettrico). Dal Careser, sempre con il sentiero n. 123, si scende con numerosi tornanti a Malga Mare dove, con il sentiero percorso all'andata, si rientra a **Peio Paese**.

TEMPO DI PERCORRENZA: 5 ore circa

DISLIVELLO DI DISCESA: 1040 m.





SCHEDA RIFUGIO

PROPRIETÀ: CAI-SAT (Società Alpinisti Tridentini)
LOCALIZZAZIONE: Monte Vioz
COMUNE: Peio
LETTI: 60 (BIVACCO INVERNALE: 6 posti)
ACQUA CALDA: SÌ **DOCCE:** SÌ (1)
SERVIZIO BAR: SÌ **SERVIZIO RISTORANTE:** SÌ
ALTRO: locale asciugabiancheria
APERTURA: estiva

GESTIONE: Sig. Casanova Mario
 38020 PEIO - Tel. 0463.753.172

☎ RIFUGIO: 0463.751.386

PRIMA TAPPA:

Da **Peio Fonti** con la telecabina fino al **Rif. Scoiattolo** e da qui in seggiovia (si consiglia di verificare l'apertura degli impianti c/o le FUNIVIE DI PEIO Tel. 0463.753.238) 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** dove si pernotta.

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 4

DISLIVELLO DI SALITA: 2143 m. di cui 908 superati con gli impianti

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.



DESCRIZIONE ITINERARIO

Itinerario che permette di raggiungere il rifugio più alto delle Alpi centrali e orientali, ai piedi del Monte Vioz (3645 m.) dal quale si gode un eccezionale panorama sul ghiacciaio dei Forni.

ZONA: Gruppo Cevedale; Parco Nazionale dello Stelvio

PARTENZA: Peio Fonti 1392 m.

ARRIVO: Peio Paese 1579 m.

DISLIVELLO SALITA: 2253 m.

DISLIVELLO DISCESA: 2066 m.

DURATA 2 giorni



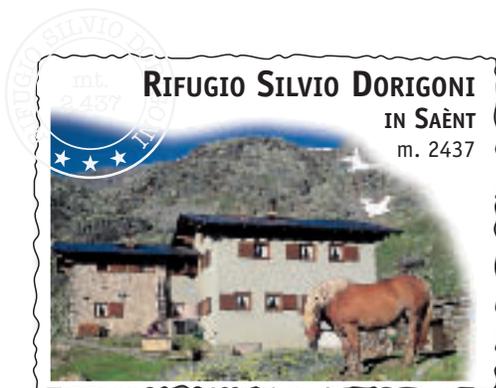
SECONDA TAPPA:

Si percorrono sul nevaio i pochi metri che separano dalla **cima del Monte Vioz** (15 minuti) da dove 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. Si scende quindi nuovamente al **rifugio Mantova al Vioz**, al **rifugio Doss dei Gembri** e da qui, lungo il sentiero n. 105, fino a **Peio Paese**.

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 4

DISLIVELLO DI DISCESA: 2066 m. fino a Peio Paese.

A sinistra: Tramonto sul Cevedale.



SCHEDA RIFUGIO

PROPRIETÀ: CAI-SAT (Società Alpinisti Tridentini)
LOCALIZZAZIONE: Alta Val Saënt
COMUNE: Rabbi
LETTI: 80 (in camere da 4 a 20 posti)
BIVACCO INVERNALE: 4 posti
ACQUA CALDA: SÌ **DOCCE:** SÌ
SERVIZIO BAR: SÌ **SERVIZIO RISTORANTE:** SÌ
APERTURA: estiva
GESTIONE: Famiglia IACHELINI
 38020 S. BERNARDO DI RABBI (TN) - Tel. 0463.985.240

☎ RIFUGIO: 0463.985.107

ITINERARIO A – PRIMA TAPPA:

Dall'abitato di **Piazzola** in direzione di **Somrabbi** lungo la strada (transitabile) fino al rifugio-albergo Fontanino in Loc. Coler e di qui fino al parcheggio di **Malga Stablasolo** (5 km ca.). Da M.ga Stablasolo (1539 m.) si sale per il sentiero n. 106 al **Dosso della Croce** (1796 m.),

quindi al Prà di Saënt per proseguire fino al **rifugio Dorigoni**.

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 4 da Somrabbi – ore 3 da Malga Stablasolo
DISLIVELLO SALITA: 1088 m. da Somrabbi - 900 m. da Malga Stablasolo

ITINERARIO A – SECONDA TAPPA:

Dal **rifugio Dorigoni** si scende per il sentiero n. 128 fino al **Rif. Campisol** (2123 m.); da qui alla **Malga Stablasolo** (con servizio ristoro)

Val Saënt.

DESCRIZIONE ITINERARI

Tra praterie e cascate nel Cuore del Parco Nazionale dello Stelvio.

ZONA: Parco Nazionale dello Stelvio

A) PARTENZA e ARRIVO:

Piazzola Frazione Somrabbi
DISLIVELLO SALITA e DISCESA: 1088 m.
DURATA: 1 o 2 gg.

B) PARTENZA e ARRIVO: Piazzola (1315 m.)

DISLIVELLO SALITA: 1635 m.
DISLIVELLO DISCESA: 1122 m.
DURATA: 3 gg.



passando per Malga Stablet, seguendo il sentiero n. 106, e rientro a Somrabbi - **Piazzola** per la strada di andata.

TEMPO DI PERCORRENZA: 2,15 ore fino a Malga Stablasolo.
DISLIVELLO DISCESA: 900 m. fino a Malga Stablasolo.

ITINERARIO B – PRIMA TAPPA:

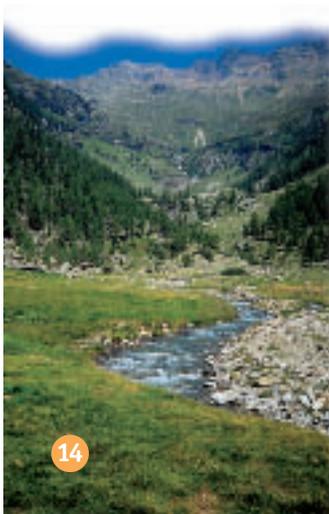
Dall'abitato di **Piazzola** si sale alla frazione di **Cavallar** dove si imbecca il sentiero n. 108 (parte del Sentiero Italia). Passando per **M.ga Paludè/Caldesa bassa** (1832 m) e M.ga Paludè/Caldesa alta o risalendo il ripido solco vallivo del Rio Val Lago Corvo si raggiunge il **rifugio** omonimo dove si pernotta. Si consiglia la visita ai vicini Laghi Corvo nelle cui acque vive il raro salmerino alpino.

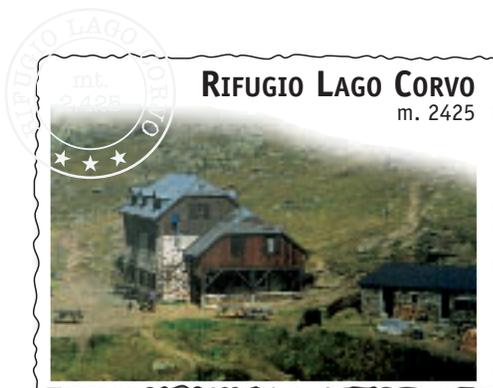
TEMPO DI PERCORRENZA: ore 3,30
DISLIVELLO DI SALITA: 1110 m.

ITINERARIO B – SECONDA TAPPA:

Dal **rifugio Lago Corvo**, con il sentiero n. 145 si risale gradualmente tra conche e ghiaioni fino a sfiorare la cima del Monte Collecchio (2954 m.). Da qui si può osservare l'ampia distesa dell'alta valle di Saënt. Si scende poco dopo al **Passo del Giogo Nero** (2825 m.). Da qui sul sentiero n. 107 si prosegue lungamente a mezza costa sino a raggiungere il **Rifugio S. Dorigoni al Saënt** dove ha termine la seconda tappa.

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 4 circa
DISLIVELLO DI SALITA: 525 m.
DISLIVELLO DI DISCESA: 515 m.





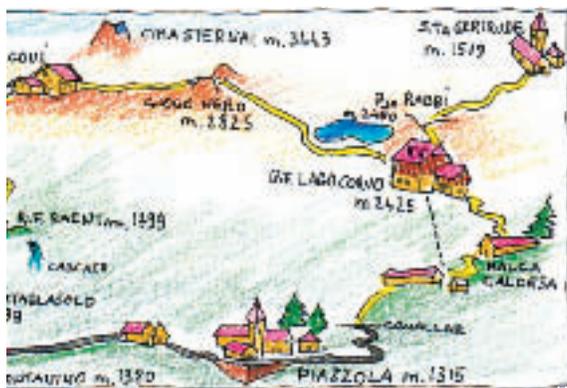
SCHEDA RIFUGIO

PROPRIETÀ: privata Famiglia Cavallari
COMUNE: Rabbi
LETTI: 40 (BIVACCO INVERNALE: 4 posti)
ACQUA CALDA: SÌ **DOCCE:** SÌ (2)
SERVIZIO BAR: SÌ **SERVIZIO RISTORANTE:** SÌ
APERTURA: estiva
GESTIONE: Famiglia Cavallari
 S. Bernardo 47/A - 38020 RABBI (TN)
 Tel. 0463.985.162

☎ RIFUGIO: 0463.985.175

ITINERARIO B – TERZA TAPPA:

Dal rifugio Dorigoni si imbecca il sentiero n. 106 con il quale si scende attraverso delle praterie alpine, derivate da antiche lingue glaciali, dapprima al **Prà di Saènt**, poi, risaliti al Dosso della Croce, alla sottostante **Malga di Stablasolo** (con servizio di ristoro). Lungo la strada in circa 5 km si rientra a Piazzola dove ha termine il trekking proposto.
TEMPO DI PERCORRENZA: ore 3,30
DISLIVELLO DISCESA: 1122 m.



DESCRIZIONE ITINERARIO

Comoda salita al Passo di Rabbi, antico collegamento tra Valli trentine e altoatesine, punto di partenza per la traversata al rifugio Dorigoni.

ZONA: Parco Nazionale dello Stelvio; Val di Rabbi-Val d'Ultimo

PARTENZA: Piazzola 1315 m.

ARRIVO: S. Gertrude Val d'Ultimo (BZ) 1519 m.

DISLIVELLO SALITA: 1135 m.

DISLIVELLO DISCESA: 930 m.

DURATA: 2 giorni

PRIMA TAPPA:

Dall'abitato di **Piazzola** si sale alla frazione di **Cavallar** dove si imbecca il sentiero n. 108. Passando per **M.ga Paludè/Caldesa bassa** (1832 m) e **M.ga Paludè/Caldesa alta** o risalendo il ripido solco vallivo del Rio Val Lago Corvo si raggiunge il **rifugio** omonimo dove si pernotta. Si consiglia la visita ai vicini Laghi Corvo nelle cui acque vive il raro salmerino alpino.

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 3,30
DISLIVELLO: 1110 m.



SECONDA TAPPA:

Dal **rifugio Lago Corvo**, proseguendo sempre sul sentiero n. 108, si raggiunge il vicino Passo di Rabbi a 2450 m. Da questo punto si scende lungo la **Valle del rio Montechiesa**, seguendo il sentiero n. 108, sino ad arrivare all'abitato di **S. Gertrude in Val d'Ultimo** (BZ) a 1519 m.

Il rientro può essere effettuato lungo il percorso di andata (aggiungendo in tal caso un altro giorno con circa 5-6 ore di cammino) o con mezzi pubblici o privati (in circa 2 ore si raggiunge il punto di partenza) via S. Valburga, Proves, Livo, Mostizzolo e quindi in Val di Sole oppure via S. Gertrude, Merano, Passo Palade, Fondo, Mostizzolo - Val di Sole (per informazioni su possibilità di pernottamento in Val d'Ultimo o orari mezzi di trasporto di rientro contattare la Pro Loco di S. Gertrude al n. 0473.795.387).

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 2,30

DISLIVELLO DISCESA: 930 m.



SCHEDA RIFUGIO

PROPRIETÀ: CAI-SAT (Società Alpinisti Tridentini)

COMUNE: Vermiglio

LETTI: 76 (BIVACCO INVERNALE: 20 posti)

ACQUA CALDA: SÌ **DOCCIA:** SÌ

SERVIZIO BAR: SÌ **SERVIZIO RISTORANTE:** SÌ

APERTURA: estiva; primaverile (per lo sci alpinismo) compatibilmente alle condizioni atmosferiche

GESTIONE: DE ZULIAN Mirco

Via Di Dossi, 52 – 38029 VERMIGLIO

Tel. 0463.758.585

☎ RIFUGIO: 0463.758.187

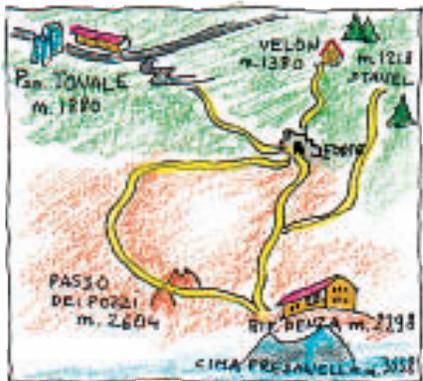
ITINERARIO A – PRIMA TAPPA:

Prima del **Passo Tonale**, venendo da Vermiglio, all'altezza della Casa Cantoniera, si devia a sinistra per 3 km su strada sterrata. Dalla strada per l'alveo Presena dopo pochi metri si devia a sinistra per il sentiero n. 268 attraversando il Rio Presena; proseguendo si raggiunge il Forte Pozzi (ore 2). Dal **Forte Pozzi** si imbecca il sentiero n. 233 e si raggiunge il **Rifugio Denza** (ore 1,30 – pernottamento).

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 3,30

DISLIVELLO DI SALITA: 580 m. ca

DISLIVELLO DI DISCESA: 100 m.



DESCRIZIONE ITINERARI

Trekking a cospetto della cima più alta del Trentino (Presanella 3558 m.) a contatto con il mondo dell'alpinismo.

ZONA: Gruppo della Presanella

- A)** PARTENZA e ARRIVO: Passo Tonale (1880 m.)
DISLIVELLO SALITA: 986 m.
DISLIVELLO DISCESA: 990 m.
DURATA: 2 giorni
- B)** PARTENZA: Vermiglio (Stavel 1218 m.)
ARRIVO: Vermiglio (Velon 1390 m.)
DISLIVELLO SALITA: 1370
DISLIVELLO DISCESA: 1244 m.
DURATA: 2 giorni

ITINERARIO A – SECONDA TAPPA:

Dal **Rifugio Denza** per il sentiero n. 234 si raggiunge il **Passo dei Pozzi** in un'ora. Scendendo per il ripido canale con tratti di terriccio alternati a detriti morenici e macchie d'erba si arriva al pascolo dei Pozzi. Poi con un comodo sentiero si raggiunge il pascolo dei Pozzi Bassi, da qui, nuovamente, sul sentiero n. 268 che porta al **Passo del Tonale**. (ore 3).

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 4

DISLIVELLO DI SALITA: 406 m.

DISLIVELLO DI DISCESA: 890 m.

ITINERARIO B – PRIMA TAPPA:

Da **Vermiglio**, zona **Stavel**, per il sentiero n. 206 si raggiunge il **Rifugio Denza** dove si pernotta.

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 3,30

DISLIVELLO DI SALITA: 1064 m.

ITINERARIO B – SECONDA TAPPA:

Dal **rifugio Denza** per il sentiero n. 234 si raggiunge il **Passo dei Pozzi** (ore 1). Con lo stesso itinerario precedente si raggiunge il pascolo dei Pozzi Bassi in località "Carbonere", si prende il raccordo per il sentiero n. 268 e si prosegue per la strada forestale fino alla **Baita Velon**.

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 4,30

DISLIVELLO DI SALITA: 306 m.

DISLIVELLO DI DISCESA: 1244 m.





SCHEDA RIFUGIO

PROPRIETÀ: Società Tonale-Presena Gestioni S.r.l.
LOCALIZZAZIONE: Ghiacciaio Presena
COMUNE: Vermiglio
LETTI: 25
ACQUA CALDA: SÌ **DOCCE:** SÌ
SERVIZIO BAR: SÌ **SERVIZIO RISTORANTE:** SÌ
ALTRO: sala giochi, sala tv, piccola palestra, ampio solarium, riscaldamento, comfort alberghiero
APERTURA: estiva - invernale (solo come bar)
GESTIONE: Società Tonale-Presena Gestioni S.r.l.
 Tel. 347.9562902

☎ RIFUGIO: 0463.758.299

PRIMA TAPPA:

Prima del **Passo del Tonale**, venendo da Vermiglio, si devia a sinistra e si prosegue per la strada sterrata che porta all'Alveo del Presena (3 km circa). Poco prima della zona del Vecchio Cantiere si trova la stazione della vecchia seggiovia dismessa, dietro la quale si imbecca la mulattiera (segnaletica con indicazione del



DESCRIZIONE ITINERARIO

Salita al rifugio Capanna Presena, posto ai piedi del Ghiacciaio Presena, dove si pratica lo sci estivo. Base di partenza per escursioni sui ghiacciai dell'Adamello.

ZONA: Gruppo della Presanella
PARTENZA: Passo Tonale (1884 m.)
ARRIVO: Rifugio Bedole (1641 m.)
DISLIVELLO SALITA: 1150 m. ca
DISLIVELLO DISCESA: 1393 m. ca
DURATA: 2 giorni

sentiero n. 281) realizzata durante la 1ª Guerra Mondiale.

Dopo un primo tratto paludoso la mulattiera si inerpica lungo il pendio brullo e roccioso fino a raggiungere i **laghetti del Passo Paradiso**, in prossimità dei quali si possono trovare vecchie postazioni ed il monumento di recente costruzione ad opera dell'ultimo recuperante di Vermiglio. Si prosegue poi, costeggiando ad est i due laghetti, per il sentiero n. 209 sino a raggiungere il **Rifugio Capanna Presena**.

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 3,30
DISLIVELLO DI SALITA: 980 m.

SECONDA TAPPA:

Dal **Rifugio Capanna Presena** si sale al **Passo Marroccaro** costeggiando il lato destro del ghiacciaio in circa un'ora. Si scende sul versante della Val di Genova per il sentiero n. 21, alla **Pozza delle Marocche**, ove si prosegue sul sentiero n. 209 per il **Rifugio Mandrone** (2 ore). Dal Rifugio Mandrone si prosegue verso la Val di Genova per il sentiero n. 212 fino al **Rifugio Bedole** (tempo di percorrenza 2 ore - dislivello di discesa 808 m.) dal quale parte la strada percorribile con automezzi per Carisolo.

NB: Dal Rifugio Capanna Presena si può accedere al bivacco "Amici della Montagna" scegliendo tre vie di diversa difficoltà alpinistica. La più interessante e impegnativa è il sentiero dei Fiori (indispensabile un'adeguata preparazione ed attrezzatura alpinistica per ferrata e ghiacciaio).





SCHEDA RIFUGIO

PROPRIETÀ: privata Fam. GIACOMONI
LOCALIZZAZIONE: Monte Vigo
COMUNE: COMMEZZADURA
LETTI: 50 **CAMERE CON SERVIZI:** 19
ACQUA CALDA: SÌ **DOCCE:** SÌ (19)
SERVIZIO BAR: SÌ **SERVIZIO RISTORANTE:** SÌ

ALTRO: solarium, taverna, sala ritrovo, stube, comfort alberghiero.

APERTURA: estiva ed invernale

GESTIONE: Fam. GIACOMONI - Via Alla Croce
 38027 MALÈ (TN) - Tel. 0463.902.939

☎ RIFUGIO: 0463.796.160

PRIMA TAPPA:

Si parte dal **km 8** sulla strada per **Marilleva 1400** seguendo il sentiero n. 237 fino all'imbocco del sentiero n. 201 sul quale si prosegue fino alla **Malga Panciana** (ristorante -1886 m.). Da Malga Panciana - raggiungibile anche con la telecabina da Marilleva 1400 (verificare l'apertura dell'impianto c/o le Funivie Folgarida-Marilleva Tel. 0463.988.400) riducendo pertanto il tempo di percorrenza - per il sentiero n. 201, seguendo il tracciato della pista di discesa, fino al **Rifugio Orso Bruno** dove si pernotta.

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 2,30 (Il tempo di percorrenza può essere ridotto salendo a Malga Panciana con la telecabina).

DISLIVELLO SALITA: 780 m.

SECONDA TAPPA:

Si scende sul versante di Madonna di Campiglio attraverso la **Bassetta della Viga** sul sentiero n. 201 in diagonale fino al bivio presso la vecchia Malga in prossimità del **Lago Malghette** 1900 m. (30').



18

DESCRIZIONE ITINERARIO

Trekking estivo nell'area sci invernale Skirama Dolomiti Adamello-Brenta.

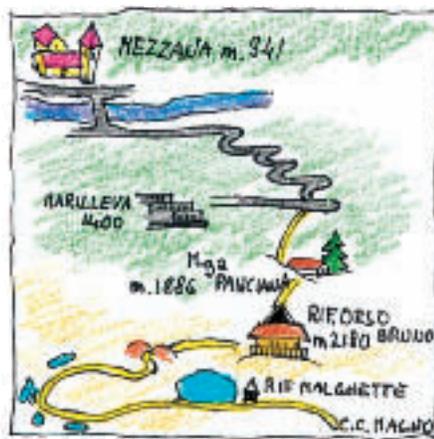
ZONA: Parco Naturale Adamello-Brenta

PARTENZA e ARRIVO: Marilleva 1400 (in alternativa arrivo a Passo Campo Carlo Magno)

DISLIVELLO SALITA: 857 m

DISLIVELLO DISCESA: 576 m. (fino a Passo Campo Carlo Magno)

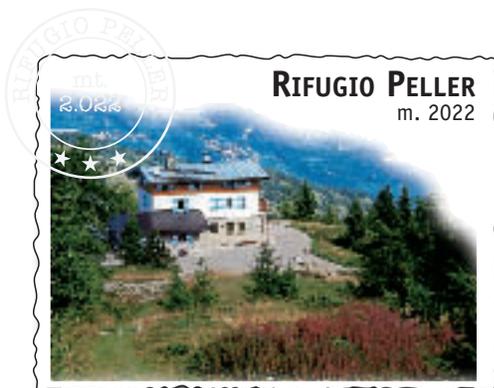
DURATA: 2 giorni



Si segue verso destra salendo nel bosco fino alla conca del **Lago Alto** (ore 1,10), da qui per il sentiero n. 267 si prosegue nella valletta e si raggiunge il pianoro dei **Tre Laghi** (30' - 2257m.). Raggiunto il lago più basso il sentiero si inerpica ad ovest per un centinaio di metri fino ad una forcella rocciosa dalla quale si scende lungo un avvallamento fino alla conca del **Lago Scuro** (30'). Qui il sentiero si divide in due: a destra verso l'alto per chi desidera raggiungere il **rifugio Agostini** oppure proseguendo in discesa fino al "Bait dei Cacciatori" (15') e da qui fino al **Lago Malghette** (30') e all'omonimo bar-rifugio (ore 4 circa)

Per il rientro ci sono due possibilità:

1. la prima è salire la **Bassetta della Viga** sotto il Rifugio Orso Bruno (45'), da qui a **Marilleva 1400** (ore 1).
2. La seconda scendendo per il sentiero sulla destra del lago, verso la strada di fondovalle, proseguendo per il sentiero sovrastante fino a **Passo Campo Carlo Magno** (ore 1,30). Rientro alla base di partenza con mezzi propri o a Mezzana con pullman di linea.



SCHEDA RIFUGIO

PROPRIETÀ: CAI-SAT
(Società Alpinisti Tridentini)
LOCALIZZAZIONE: Monte Pèller
COMUNE: Cles
LETTI: 36
BIVACCO INVERNALE: 7 posti
ACQUA CALDA: SÌ **DOCCE:** SÌ
SERVIZIO BAR: SÌ
SERVIZIO RISTORANTE: SÌ (60 posti)
APERTURA: estiva
GESTIONE: Sig. BORGHESI Andrea - Via Diaz 70/a
38023 CLES (TN) - Tel. 0463.421.619

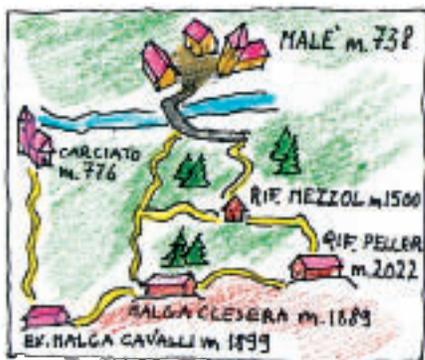
☎ RIFUGIO: 0463.536.221



PRIMA TAPPA:

Da Malè **Località Regazzini** si diramano i sentieri n. 308 e 374. Si imbecca a sinistra il sentiero n. 374; attraversato il rio-torrentello "La Val" si prosegue fino al **rifugio Mezol** (1485 m - 2 ore), sulla bella mulattiera segnalata, che si incrocia spesso con la strada carrozzabile proveniente dai Molini di Terzolas e che porta al rifugio stesso.

Dal rifugio Mezol, attrezzato anche come bivacco, partono due sentieri. Uno sale verso destra, sul sentiero n. 308 bis, che in prossimità del "Baite de le



DESCRIZIONE ITINERARIO

Itinerario, tra fitte selve e pascoli, interessante per la varietà paesaggistica e ambientale, nonché botanico-floristica. Base di partenza per escursioni nel Gruppo di Brenta Settentrionale.

ZONA: Gruppo di Brenta settentrionale
PARTENZA: Malè (Loc. Regazzini) 764 m.
ARRIVO: Carciato di Dimaro 776 m. (in alternativa arrivo a Malè Loc. Regazzini)
DISLIVELLO SALITA: 1556 m.
DISLIVELLO DISCESA: 1544 m.
DURATA: 2 giorni

NB: Il rifugio Peller è raggiungibile anche in macchina, su strada sterrata, da Cles (658 m. - km 16) o da Tuenno (645 m. - km 10).

"Cune" si collega al n. 308 che porta alla Malga Clesera; l'altro, il nostro itinerario, prosegue lungo sentiero n. 374 salendo verso sinistra, in parte su strada forestale ed in parte su sentiero. Attraversato il ripido versante boschivo si raggiunge il pascolo sottostante il **Rifugio Peller**; quindi dopo aver incrociato la stradina proveniente dalla Malga Clesera si arriva rapidamente al Rifugio, dove si pernotta.

Dal Rifugio Peller, tramite un ripido sentiero, in parte attrezzato, si può raggiungere in circa 1 ora, il **Monte omonimo** a m. 2320, dal quale si ammira uno splendido panorama.

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 4 (più 1 ora per la salita al Monte Peller).
DISLIVELLO DI SALITA: 1284 m. (più 298 per la salita al Monte Peller).

SECONDA TAPPA:

Dal **rifugio Peller** si segue la comoda stradina che passa in prossimità della Chiesetta "Madonna della neve", fino alla **Malga Clesera** (m. 1889).* Da qui, verso sinistra, lungo il sentiero n. 308, si entra nella conca del "**Lago delle Salare**" (visibile solo nei primi mesi estivi) e si prosegue fino alla **ex Malga Cavalli** (1899 m.). Si discende quindi, seguendo il sentiero n. 335 in direzione Dimaro lungo la selvaggia **Valle dei Cavalli** fino a **Carciato**. Il rientro a Malè può essere effettuato con mezzi pubblici o con mezzi propri. **TEMPO DI PERCORRENZA:** ore 4
DISLIVELLO DISCESA: 1246 m.

* **NB:** Dalla Malga Clesera è possibile, seguendo il sentiero n. 308, ridiscendere rapidamente a Malè-Loc. Regazzini punto di partenza dell'itinerario, passando per il Prà della Selva.

Il "Sentiero Italia" in Dall'Alta Val di Peio

(Fonte: Commissione Sentieri Escursionismo CAI-SAT)

Gli ideatori di questo percorso si sono preoccupati di individuare un itinerario che, attraversando l'Italia, miri ad una reale valorizzazione dei cosiddetti "centri minori" e alla riscoperta del rapporto con gli abitanti; obiettivi per i quali il "sentiero Italia" è nato.

Il percorso trentino-altoatesino del "Sentiero Italia" parte dal Rifugio Montozzo "A. Bozzi", dove convergono i due tratti lombardi. Le prime due tappe si svolgono nel territorio del Parco Nazionale dello Stelvio attraverso i pascoli e gli alpeggi delle Valli di Pejo e di Rabbi a cospetto delle cime del Gruppo del Cevedale. Da Bagni di Rabbi il sentiero attraversa il Gruppo delle Madalene mantenendosi costantemente nel versante della Val di Non e toccando i piccoli centri abitati di Bresimo, Rumo e Proves, quest'ultimo già in Alto Adige e di lingua tedesca. In questa parte l'itinerario ripercorre facili sentieri realizzati per scopi silvo-pastorali o durante la Prima Guerra Mondiale, nonché diversi tratti di strade forestali.

PRIMA TAPPA:

DISLIVELLO: salita 350 m. – discesa 1200 m.

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 5,30

Dal **Rifugio Bozzi** (2478 m.) si sale in breve alla **Forcellina del Montozzo** (2613 m.), con resti di postazioni della Grande Guerra. Si scende nell'alta Val Montozzo tagliando il costone prativo sotto la Punta di

Ercavallo e, da un promontorio, si cala più rapidamente



fino ad un bivio. Si prosegue a sinistra fino sulle rive del **Lago di Pian Palù** (1815 m.), salendo leggermente alla **Malga di Pian Palù** (1826 m.) e al ponte sul Torrente Noce. Si imbrocca il sentiero che costeggia a nord il lago e con modeste contropendenze si riesce sulla strada forestale che conduce alla diga di Pian Palù (1810 m.). Si segue a sinistra (nord) la strada forestale e si perviene a **Malga Giumela** (1950 m.). Il sentiero ora pianeggia tagliando il fianco nord della Valle del Monte. Dopo il vecchio fortino al bivio con il sentiero per la Valle degli Orsi si avanza su stradina, ignorando la deviazione per Malga Termenago di Sotto. In vista della cascata formata dal Rio Cadini si aggira una dorsale, si lascia a nord il sentiero Tarlenta e si raggiunge il **pendio di Covell** (1800 m.). Si scende a destra sfiorando il Dosso di S. Rocco, così raggiungendo, su ripida strada, l'abitato di **Peio** (1579 m.) dove si può pernottare in albergo.

SECONDA TAPPA:

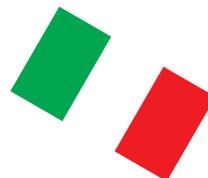
DISLIVELLO: salita 1100 m. – discesa 1450 m.

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 7,30

Da **Peio Paese** (1579 m.) si segue la stradina che a nord porta alla Croce dei Bagni (sulla destra idrografica del Torrente Noce Bianco, in Val de la Mare), toccando alcuni masi. Si raggiunge così la strada asfaltata Cogolo-Malga Mare presso **Malga Ponte Vecchio** (1762 m.) Seguendo il sentiero n. 140 bis fra i larici, si



In Trentino Alto Adige dall'Alta Val di Non



lascia poco dopo a sinistra il ramo che sale a Le Lame, proseguendo a destra fino a **Malga Verdignana** (2076 m.). Con brevi saliscendi si taglia il costone raggiungendo **Malga Levi** (2015 m.), dove si volge a sinistra (nord-est), sul sentiero 109. Con questo si rimontano i ripidi pascoli sopra la Malga. Si perviene a **Passo Cercen** (2623 m.), comodo valico fra le Valli di Peio e di Rabbi. Per pendii erbosi si scende in alta Val Cercen, toccando così **Malga Cercena Alta** (2147 m.) e, su strada forestale, **Malga Cercena Bassa** (1969 m.). Si perde quota entrando nel bosco, più rapidamente, e ignorando le deviazioni per Malga Fassa e Malga Tremenesca si raggiunge il fondo della Val di Rabbi presso **Bagni di Rabbi** (1195 m.) dove si pernotta.



TERZA TAPPA:

DISLIVELLO SALITA: 1200 m.

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 3,30

Da **Bagni di Rabbi** (1240 m.) si segue la strada provinciale della Val di Rabbi fino al bivio con la strada per Piazzola (1315 m.), caratteristico abitato che si attraversa per raggiungere su stradina la località **Cavallàr** (1420 m.). Seguendo il segnavia 108 si risale su strada sterrata e, dopo un'area di sosta, si imbecca il sentiero 108 che supera il bosco di abeti e larici intersecando la strada forestale. Più rapidamente si sbuca su di una stradina, che si segue a destra fino a **Malga Paludè Bassa** (1835 m.). Per la stradetta si va all'imbocco della Val Lago Corvo. Si lascia la stradina e per il sentiero si risale la Valle. Si supera una strada forestale e si ignora il ramo destro del sentiero 108, che porta a Malga Paludè Alta (2021 m.). A sinistra si supera il tratto più faticoso su detriti e una spalla erbosa, così raggiungendo il bivio con i sentieri 135 e 12 e il vicino **Rifugio Lago Corvo** (2425 m.) dove si pernotta.

QUARTA TAPPA:

DISLIVELLO: salita 200 m. – discesa 1570 m.

TEMPO DI PERCORRENZA: ore 6

Dal **Rifugio Lago Corvo** (2425 m.), lungo il sentiero 108, si cala di poco all'incrocio con i sentieri 135 e 12. Seguendo il segnavia 135 si devia a sinistra, in salita, lasciando poco dopo a sinistra il sentiero 12. Si attraversano così i prati ai piedi delle elevazioni della Punta di Quaira (toccate invece dal sentiero 12), con alcune contropendenze. Passando sopra il Laghetto Palù di Caldes si scende ad aggirare la Val Pragambài, per risalire sui prati sotto la Cima Tuatti. Si raggiunge così **Passo Palù** (2412 m.), dove ci si affaccia alla Val di Bresimo. Con il sentiero 135 si scende sui pascoli alla sottostante **Malga Bordolona di Sopra** (2084 m.), dove giunge una strada sterrata. La si segue in discesa, si supera un capitello ed al successivo tornante si segue a destra il sentiero 133 B, con il quale si cala leggermente sui prati di rododendri sotto il Castel Pagano e la Cima Zoccolo; si superano dei costoni erbosi e si raggiunge la conca di **Malga Preghena di Sotto** (1911 m.). Per strada forestale nell'impluvio della **Val Malgazza** (lasciato il sentiero 133 B) si cala a superare il Rio Barnès su di un ponte a 1369 m., in località Amol, da dove dapprima per strada sterrata e poi su strada asfaltata si giunge a **Bagni di Bresimo** (1056 m.).



Traversata Gruppo di dal RIFUGIO PELLER



Magnifica traversata nel versante settentrionale delle Dolomiti di Brenta con tragitto vario e non troppo faticoso, tutto rivolto ad est ed intervallato da pochi e brevi tratti a carattere alpinistico; suggestive panoramiche sul Lago di Tovel e sul Gruppo della Campa. Mancano punti d'appoggio intermedi, ma le discese a valle verso malghe e pascoli sono facili e svelte.

Fino al rifugio Peller, punto di partenza della traversata, seguire l'itinerario consigliato nel presente opuscolo, quindi dal rifugio Peller al Passo del Grostè seguire i sentieri n. 301 e 306 (ore 6,30 circa).



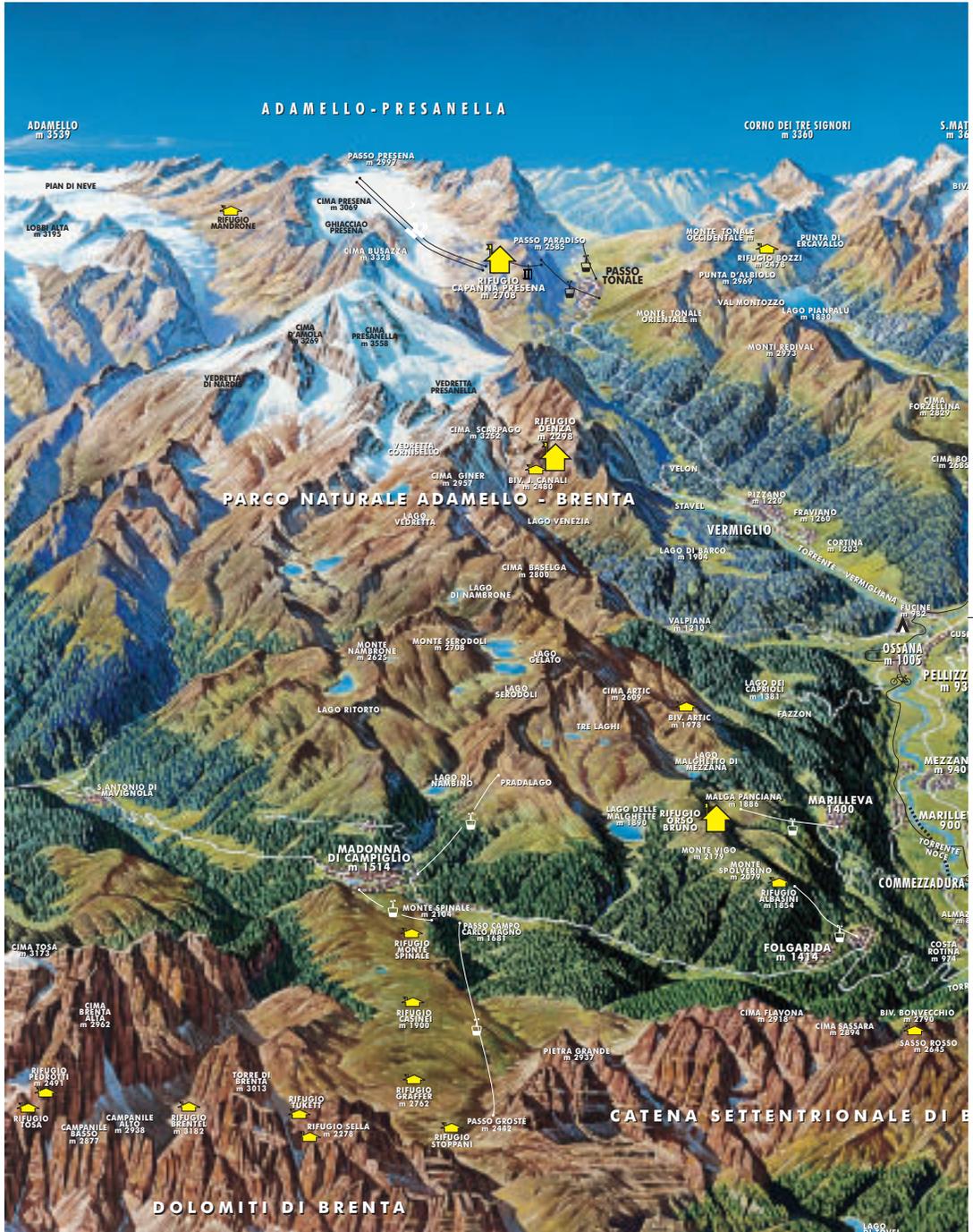
Brenta Settentrionale

al PASSO del GROSTÈ

Si può effettuare la traversata del Gruppo anche attraverso le creste dell'intera catena seguendo il sentiero "Costanzi" (n. 366) imboccato in prossimità del Passo della Nana (passando per il Bivacco Costanzi e Bivacco Bonvecchio). Questo è un itinerario in cresta tra i più entusiasmanti di tutte le Dolomiti di Brenta ed è consigliabile solo ad alpinisti allenati e sicuri anche su percorsi roccia (1° grado) e tratti attrezzati ed esposti (dal rifugio Peller 11 ore).

Si consiglia l'accompagnamento della guida alpina.

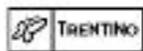








INDIRIZZI E NUMERI TELEFONICI UTILI



AZIENDA PER IL TURISMO VAL DI SOLE

Viale Marconi n. 7 - 38027 MALÈ (TN)

Tel. 0463.901.280 - Fax 0463.901.563

www.valdisole.net - info@valdisole.net

Uffici informazioni ed Accoglienza Turistica I.A.T.:

38027 MALÈ (TN) - P.zza R. Elena
male@valdisole.net

Tel. 0463.901.280 - Fax 0463.902.911

38020 MEZZANA-MARILLEVA (TN)

marilleva@valdisole.net

Tel. 0463.757.134 - Fax 0463.757.095

38025 FOLGARIDA (TN)

folgarida@valdisole.net

Tel. 0463.986.113 - Fax 0463.986.594

38020 PASSO TONALE (TN)

tonale@valdisole.net

Tel. 0364.903.838 - Fax 0364.903.895

38020 PEIO (TN) - peio@valdisole.net

Tel. 0463.753.100 - Fax 0463.753.180

Consorzio PARCO NAZIONALE DELLO STELVIO

Settore Trentino

Via Roma, 65 - 38024 COGOLO di PEJO (TN)

Tel. 0463.746.121 - Fax 0463.746.090

info.tn@stelviopark.it - www.stelviopark.it

Centro Visitatori di Rabbi

Località Rabbi Fonti - 38020 RABBI (TN)

Tel. e fax 0463.985.190

Centro Visitatori di Peio

Via Roma, 28 - 38024 COGOLO DI PEIO (TN)

Tel. e fax 0463.754.186

Area Faunistica di Peio

Località Peio Fonti - 38024 PEIO (TN)

Tel. 0463.743.305

Stazione Forestale di Rabbi

Località Rabbi Fonti - 38020 RABBI (TN)

Tel. e fax 0463.985.492

Stazione Forestale di Peio

c/o Area Faunistica Località Peio Fonti

38020 PEIO (TN)

Tel. e fax 0463.753.074

PARCO NATURALE ADAMELLO-BRENTA

Via Nazionale, 24 - 38080 STREMO (TN)

Tel. 0465.806.666 - Fax 0465.806.699

info@pnab.it

www.pnab.it

CENTRO VISITATORI VAL DI TOVEL

c/o Lago di Tovel - Val di Non

Tel. 0463.451.033

SCUOLA DI ALPINISMO E SCIALPINISMO

"Val di Sole"

Piazza R. Elena, 17 - 38027 MALÈ (TN)

Tel. e Fax 0463.901.151

info@guidealpinevaldisole.it

www.guidealpinevaldisole.it

RIFUGI



RIFUGI	rifugio	abitazione gestore
CAPANNA PRESENA	0463.758.299	347.9562902
F. DENZA in Val Stavèl	0463.758.187	0463.758.585
S. DORIGONI in Saènt	0463.985.107	0463.985.240
LAGO CORVO	0463.985.175	0463.985.162
LARCHER al Cevedale	0463.751.770	0463.753.144
MANTOVA al Vioz	0463.751.386	0463.753.172
ORSO BRUNO	0463.796.160	0463.902.939
PELLER	0463.536.221	0463.421.619

SOCCORSO ALPINO CHIAMATA DI SOCCORSO ALPINO TRENTINO EMERGENZA - Tel. 118

Come chiamare il 118:

comporre il numero telefonico 118 (la composizione non addebita alcun scatto e non comporta l'utilizzo di alcun gettone), attendere il messaggio registrato, esporre con calma la richiesta all'operatore di centrale specificando: cosa è successo, luogo da dove si chiama, condizione e numero degli infortunati.

BOLLETTINO NIVOMETEOROLOGICO

www.meteotrentino.it

Messaggio registrato 0461.238.939

meteotrentino@provincia.tn.it

Self fax 0461.237.089

IDEAZIONE: A.P.T. Valli di Sole, Pejo e Rabbi - Si ringraziano per lo studio e l'elaborazione degli itinerari: Scuola Alpinismo e Sci Alpinismo Val di Sole, Gestori dei rifugi, SAT, Commissione Escursionismo CAI-SAT - Diritti riservati - FOTO DI COPERTINA: T. Mochen
CONTRIBUTI FOTOGRAFICI: R. Fondriest, G. Bernardi, D. Marinolli, T. Mochen, V. Mariotti, A. Dalpez, Guide Alpine Val di Sole, Archivio
A.P.T. Val di Sole, Gestori rifugi - DISEGNI: Dario Andreis - STAMPA: Esperia srl - Prima edizione 1999 - Ristampa 2007.

CAMPIONATI DEL MONDO di mountain bike

Val di Sole



15-22 GIUGNO
2008