

LOCALITÀ MALÉ | GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

1 **CIMON DI BOLENTINA PIZ DE MONTES** 2.280 M
2.399 M

1 5 ore 40' A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 1.050 M

1 Con l'auto si prosegue oltre il paese di Boletina percorrendo la strada a tornanti e seguendo le indicazioni per Plaza Marendaia (1350 m). La strada diventa sterrata e dopo circa 300 metri si trova un ampio slargo erboso chiamato Plaza Longa dove è possibile parcheggiare. Si prosegue lungo la strada sterrata che attraversa i pascoli di Plaza Marendaia e Malga de la Cros (1601 m). Lasciata la malga sulla destra si abbandona la strada e si imbecca il sentiero SAT 119 che risale il crinale fino alla Malga di Boletina Alta. La strada ora svolta a sinistra, si segue sempre il sentiero SAT 119 che prosegue lungo il pascolo erboso fino al bivacco Dino Marinelli a 2075 m. Da qui il sentiero risale il pascolo erboso girando a destra per prendere il crinale fino al Cimon de Boletina (2281 m). Si segue sempre il sentiero 119 in lungo nella linea di cresta concludendo al Piz de Montes (2399 m). Da qui è possibile ritornare dal sentiero di andata.

LOCALITÀ RABBI | GRUPPO MADDALENE

2 **CIMA LAC** 2.431 M

1 6 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 1.030 M

2 3 ore 30' A/R
MEDIO
↑ 520 M

1 Dall'abitato di Pracorno si prende la strada asfaltata per Ingenga e la si segue fino ad arrivare alla località Masi de Zora (1404 m) dove si parcheggia l'auto. Si prosegue quindi lungo la strada sterrata dopo le due cascate sulla destra per la Malga Cortinga Bassa, quindi per Malga Cortinga Alta (2057 m). Si prosegue lungo il sentiero SAT 117 che porta al Pass de l'Om (2331 m) per procedere poi col sentiero 133B per Cima Lac (2431 m). Rientro dal medesimo percorso.

2 Dall'abitato di Pracorno si prende la strada asfaltata per Ingenga e la si segue fino ad arrivare alla Malga Mondet Alta (1913 m) (NB: con auto adeguata); si continua a piedi seguendo l'indicazione per Malga Cortinga Alta e da qui si procede con lo stesso itinerario di cui sopra.

Ristori: Malga Mondet Alta Tel. 345 1002503

LOCALITÀ RABBI | GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

3 **RAF. "AL LAGO CORVO" E LAGHI CORVO** 2.426 M
2.476 M

1 5 ore 30' A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 958 M

2 6 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 1.088 M

1 Dal parcheggio Cavalari, posto sopra l'abitato di Piazola ci si incammina seguendo inizialmente la strada forestale, quindi per segnavia SAT 106 che porta alla Malga Paludè Caldesa Bassa (1835 m). Dalla malga si continua su comoda mulattiera e dopo aver superato un ponticello, si svolta decisamente verso destra per risalire il ripido pascolo posto sopra la Malga Paludè Caldesa Alta. Seguendo il sentiero SAT 108, si raggiunge il rinovato rifugio Stela Alpina "Al Lago Corvo" (2426 m).

2 Dal rifugio è possibile proseguire lungo un evidente sentiero che porta al primo dei Laghi Corvo. Si continua quindi salendo in modo più deciso fino a raggiungere il secondo laghetto. Più sopra si può raggiungere con una breve digressione sulla sinistra l'ultimo dei Laghi Corvo (2544 m). Il ritorno si effettua per lo stesso percorso di salita.

NB: durante i mesi estivi, possibilità di raggiungere Malga Caldesa Bassa con servizio Steviobus, previa prenotazione.

Ristori: Rif. Stela Alpina "Al Lago Corvo" Tel. 0463 985175 - 393 6436629

NB: durante i mesi estivi, possibilità di raggiungere Malga Caldesa Bassa con servizio Steviobus, previa prenotazione.

LOCALITÀ RABBI-ORTISÉ | GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

4 **LAGHI DI SOPRASSASSO LAGO ROTONDO E ALTO** 2.179 M
2.575 M

1 8 ore 30' A/R
DIFFICILE
↑ 1.448 M

2 6 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 850 M

1 L'itinerario parte dall'abitato di San Bernardo di Rabbi e superato il paese, imbecca una strada che, dalla località Pralongo porta alle cascate di Valor. Superato un ponticello sul torrente Rabbies, si lascia l'auto al parcheggio posto a quota 1245 m. Qui si prende l'impegnativo sentiero SAT 121 che conduce ai ruderi della malga Casera (1961 m) e quindi prosegue dappinna nel rado lariceo, poi per balze rocciose fino a raggiungere il suggestivo Lago di Soprassasso (2179 m). Si costeggia il lago sul lato nord ovest e si percorre il sentiero seguendo gli ometti in pietra arrivando così al grandioso anfiteatro dove è posto il Lago Rotondo (2424 m). Lo si supera risalendo a destra fino a portarsi in prossimità del Lago Quarto (2496 m). Raggiunto il lago si discende per una forcella erbosa e si raggiunge così il punto più alto dei laghi della Valle di Vico, il Lago Alto. Qui si costeggia il lago sulla sinistra orografica e in pochi minuti si raggiunge il Passo Valletta (2694 m) da dove si può godere di un panorama mozzafiato. Ritorno per lo stesso percorso di andata.

2 Passato il paese di Ortisé si imbecca la strada asfaltata che sale stretta sino al parcheggio posto a pochi passi da Malga Stabli (1814 m). Da qui ci si incammina imboccando la strada sterrata che, passando per ampi e verdi pascoli, sale dolcemente sino a Malga Bronzolo (2083 m). Lasciando la malga alle spalle si continua sul sentiero SAT 121A in direzione Passo Valletta, congiungendosi con il sentiero SAT 121. Arrivati a Passo Valletta (2694 m) si possono già intravedere gli splendidi laghi sul versante della Val di Rabbi. Da qui si continua in costante discesa fino a raggiungere dappinna il Lago Alto e successivamente il Lago Rotondo (2424 m). Ritorno per lo stesso percorso di andata.

LOCALITÀ RABBI | GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

5 **RIF. SAËNT "S. DORIGONI" E LAGHI DI STERNAI** 2.436 M
2.862 M

1 5 ore 30' A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 1.050 M

2 7 ore 30' A/R
DIFFICILE
↑ 1.325 M

1 Dal parcheggio in loc. Còler, si sale fino a raggiungere Malga Stablaslo (1524 m). Dalla malga si segue il sentiero SAT 106 e, lasciando sulla sinistra le spettacolari cascate Basse di Saënt, si raggiunge il Dosso della Croce (1799 m). Attraversato il Pra di Saënt con l'omonima malga (1778 m) si prosegue per sentiero 106 e si raggiunge il Rifugio Saënt "S. Dorigoni" (2436 m). Poco sotto il rifugio non può mancare la visita al piccolo laghetto a quota 2410 m.

2 Dal rifugio, seguendo l'evidente segnaletica e con ripidi tornanti, si raggiunge il Lago Sternaln Inferiore (2595 m). Si rimonta quindi verso nord sino a raggiungere il laghetto Sternaln Terzo (2862 m). Si ritorna per il percorso di salita sino al Lago Sternaln Superiore (2777 m) e si percorre il sentiero, sino a raggiungere il Lago Sternal Medio posto a 2742 m. Da qui si continua e si percorre il sentiero in discesa fino alla congiunzione con il sentiero SAT 101 e si torna al rifugio. Si entra quindi al parcheggio in loc. Còler imboccando, poco sotto il rifugio, il sentiero SAT fino a Baito Campisòl basso, si seguono quindi le indicazioni per le Cascate di Saënt e poco prima delle stesse si prende il sentiero SAT 106 che porta a Malga Stablaslo, quindi al parcheggio.

NB: durante i mesi estivi dopo le ore 9:45 si dovrà parcheggiare l'auto al parcheggio "Piazze dei Forni" e proseguire con servizio Steviobus fino al Parcheggio Còler.

Ristori: Malga Stablaslo Tel. 388 8639582
Rifugio Saënt "S. Dorigoni" Tel. 0463 985107 - 335 5924166

NB: durante i mesi estivi, possibilità di raggiungere Malga Caldesa Bassa con servizio Steviobus, previa prenotazione.

LOCALITÀ RABBI | GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

6 **VAL MALEDA BAIT FORBORIDA** 2.060 M
2.131 M

1 4 ore 30' A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 788 M

2 5 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 788 M

1 Si parcheggia l'auto al parcheggio Còler (1388 m), si segue per pochi metri la strada che conduce fino all'inizio del sentiero (sulla sinistra che riporta le indicazioni per la Val Maleda). Imboccato il sentiero, si arriva alla Malga Stabaz Maleda Bassa (1726 m), dove si trova l'omonima cascata. Da lì si hanno due alternative: la prima è seguire il sentiero della "Via delle Malghe" che collega il sentiero per il Bait Forborida, la seconda alternativa invece è salire lungo la strada forestale per raggiungere la Malga Stabaz Maleda Alta (2060 m).

2 Seguendo la prima alternativa, il sentiero per il Bait Forborida si trova pochi metri sotto la malga. Raggiunto il Bait Forborida (2131 m), si prosegue sul sentiero per raggiungere Malga Stablaslo e tornare al parcheggio Còler.

NB: durante i mesi estivi dopo le ore 9:45 si dovrà parcheggiare l'auto al parcheggio "Piazze dei Forni" e proseguire con servizio Steviobus fino al Parcheggio Còler o alla Malga Maleda Bassa (fino alla malga previa prenotazione).

Ristori: Malga Stabaz Maleda Alta Tel. 346 6810762
Malga Stablaslo Tel. 389 839582
Albergo Al Fontaini Tel. 0463 984017

LOCALITÀ MADONNA DI CAMPIGLIO | GRUPPO ADAMELLO-PRESANELLA

7 **GIRO DEI 5 LAGHI** 2.373 M

1 6 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 661 M

2 4 ore A/R
MEDIO
↑ 360 M

1 Si parcheggia l'auto in loc. Patascos e da lì a piedi si seguono le indicazioni per Malga Ritoro nei pressi della quale si prende il sentiero SAT 077 che sale fino al primo lago. Il Lago Ritoro. Seguendo poi il segnavia SAT 232 si raggiungono, a seguire, i laghi Lamin, Serodoli e Gelato lungo saliscendi caratterizzati da terreno vuoto (terra battuta, sassi). Per scendere a valle si imbecca dal lago Serodoli il sentiero SAT 217 in direzione Lago Nambino. Da quest'ultimo lago, si scende verso la loc. Patascos, seguendo il segnavia SAT 806.

2 Risalita con cabinovia 5 Laghi per poi imboccare il sentiero SAT 232 fino al Lago Ritoro. Il percorso prosegue come da descrizione precedente. Raggiunto il Lago Nambino il rientro a Madonna di Camiglio è possibile percorrendo il sentiero SAT 806.

Ristori: Rifugio Patascos Tel. 0465 441022
Malga Ritoro Tel. 0465 442008
Rifugio Pancugliò 5 Laghi Tel. 0465 443270
Rifugio Lago Nambino Tel. 0465 441621

LOCALITÀ MEZZANA-MARILLEVA 1400 | GRUPPO ADAMELLO-PRESANELLA

10 **LAGHI DEL MALGHET E CROCE DELLA PACE** 2.023 M
2.520 M

1 6 ore 30' A/R
DIFFICILE
↑ 1.100 M

2 5 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 830 M

1 Lasciata l'auto a Marilleva 1400, si raggiunge il Residence Artuik ed alla sua sinistra parte il sentiero SAT 202. Il sentiero, inizialmente strada forestale, diventa poi mulattiera e passa per il Malghetto Copai (1886 m). Poco sopra si arriva al primo dei due laghetti, mentre per raggiungere il lago superiore si prosegue in leggera salita lungo il sentiero. Per la Croce della Pace (2520 m) è necessario imboccare il sentiero posto a monte del primo lago. Da qui si attraversano i boschi di pino cembro e larici fino a incontrare una rigida costa erbosa e poi rocciosa, successivamente si attraversa una cresta rocciosa in parte attrezzata che porta alla cima Monte Gardene (2520 m), quindi alla Croce della Pace.

Partendo da Marilleva 1400 con l'impianto di risalita, aperto nei mesi estivi, si raggiunge la Malga Panchica (1896 m), da qui si imbecca sulla destra il sentiero SAT 201 che porta al ristorante Ortì (1900 m) da dove si prosegue in Val Lores fino a raggiungere il sentiero SAT 202 che conduce ai laghetti. Da qui, per la Croce della Pace, si prosegue con l'itinerario di cui sopra.

NB: sentiero impegnativo nell'ultimo tratto, parte sommitale attrezzata ed esposta.

LOCALITÀ COMMEZZADURA | GRUPPO ADAMELLO-PRESANELLA

9 **GIRO DEI TRE LAGHI** 2.285 M

1 4 ore 30' A/R
MEDIO
↑ 600 M

2 5 ore 30' A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 700 M

1 Si parte da Alpe di Daolasa (2045 m). Dalla stazione a monte della telecabina di Daolasa (aperta da inizio giugno fino a metà settembre circa) si risale verso il Rifugio Orso Bruno (2178 m), percorrendo la pista da sci. Da qui si scende dalla strada lungo la pendenza ad ovest fino ad imboccare il sentiero SAT 202A verso il Lago Alto. Il sentiero sale il ripido fino al limite del bosco, arrivando al Lago Alto (2166 m). Da qui si risale lungo il sentiero SAT 267 fino al primo dei Tre Laghi. Qui Superatolo, si prosegue per comodi sentieri verso Malga Valenaua (2112 m) da dove poi si continua su strada sterrata fino ad incrociare la strada per Malga Pozze, e di qui fino all'omonimo baito scendendo su strada sterrata in direzione Ortisé fino al parcheggio.

2 Dal parcheggio del centro fondo di Campo Carlo Magno (1702 m) si imbecca la strada sterrata in direzione Lago delle Malghette fino alla Baita Ciocombi - Malga Vigo. Da qui percorrendo il sentiero SAT 201 si raggiunge il lago (1880 m). Si costeggia il lato sud del lago, poi si percorre in salita un facile sentiero tra vecchie torbide, boschi di larice e pino cembro. In breve si supera un salto roccioso giungendo ad una piccola baita in legno, per arrivare poco sopra al bellissimo Lago Scuro. Oltrepassato il lago sulla destra, dal sentiero in ripida pendenza, si raggiunge il primo dei tre laghi, quello inferiore. Costeggiato il primo, si incontrano subito dopo gli altri due laghi, il medio e il superiore (2285 m). Dopo aver seguito il sentiero SAT 267 che risale una dorsale, si arriva al Lago Alto. Da qui si scende per un ripido sentiero fino a raggiungere nuovamente il Lago delle Malghette. Sulla sinistra del rifugio si seguono le indicazioni per Malga Vigo, percorrendo il sentiero SAT 201. Da qui rientriamo alla partenza ripercorrendo la strada sterrata dell'andata.

Ristori: Rifugio Solander Tel. 339 7937529
Ristorante Alpe Daolasa Tel. 0463 401020
Rifugio Orso Bruno Tel. 0463 796160
Malga Vigo (Baita Ciocombi) Tel. 320 1169737
Rifugio Lago delle Malghette Tel. 393 8826695

LOCALITÀ MEZZANA-MARILLEVA 1400 | GRUPPO ADAMELLO-PRESANELLA

10 **LAGHI DEL MALGHET E CROCE DELLA PACE** 2.023 M
2.520 M

1 6 ore 30' A/R
DIFFICILE
↑ 1.100 M

2 5 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 830 M

Partendo da Marilleva 1400 con l'impianto di risalita, aperto nei mesi estivi, si raggiunge la Malga Panchica (1896 m), da qui si imbecca sulla destra il sentiero SAT 201 che porta al ristorante Ortì (1900 m) da dove si prosegue in Val Lores fino a raggiungere il sentiero SAT 202 che conduce ai laghetti. Da qui, per la Croce della Pace, si prosegue con l'itinerario di cui sopra.

NB: sentiero impegnativo nell'ultimo tratto, parte sommitale attrezzata ed esposta.

LOCALITÀ ORTISÉ-MENAS-PEIO | GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

11 **GIRO DELLE MALGHE ALTA VIA DEGLI ALPEGGI**

1 5 ore 30' A/R
MEDIO
↑ 400 M

2 7 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 600 M

Lasciata la macchina nel parcheggio posto al bivvo tra la strada per Malga Pozze e la strada per Malga Stabli (1814 m), ci si incammina in direzione di quest'ultima e, una volta superata, si prosegue su comoda strada sterrata verso Malga Bronzolo (2085 m). Arrivati all'ultimo tornante prima della malga, si prende la strada sterrata sulla sinistra fino ad arrivare al Baito Laghetti detto anche degli alpini. Superatolo, si prosegue per comodi sentieri verso Malga Valenaua (2112 m) da dove poi si continua su strada sterrata fino ad incrociare la strada per Malga Pozze, e di qui fino all'omonimo baito scendendo su strada sterrata in direzione Ortisé fino al parcheggio.

2 Da Baito Pozze si prosegue lungo il sentiero SAT 152 passando da Malga Monte (2160 m), ora museo dell'epigrafia popolare alpina, e si continua fino al Lago di Celentino (2068 m). Rientro in direzione fino a Baito Pozze per poi scendere lungo la strada ad anello.

Ristori: Malga Stabli Tel. 346 6933370

LOCALITÀ PELLIZZANO | GRUPPO ADAMELLO-PRESANELLA

12 **BIV. MALGA BASELGA** 2.006 M

1 5 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 775 M

2 4 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 830 M

3 2 ore 30' A/R
MEDIO
↑ 410 M

1 Lasciata l'auto al parcheggio posto in prossimità della Malga Bassa di Fazzon (1251 m), si percorre la strada asfaltata in direzione del Lago dei Caprioli. Poco prima di giungere al lago sulla destra si scorge un piccolo ponticello. Superatolo, si prosegue inizialmente su comoda strada sterrata e successivamente su sentiero SAT 243 a tratti impegnativo per circa 2 ore fino ad arrivare alla Val Baselga ed al suo omonimo bivacco (2006 m), immerso in una natura selvaggia e primivna. Rientro a ritroso.

LOCALITÀ MEZZANA-MARILLEVA 1400 | GRUPPO ADAMELLO-PRESANELLA

10 **LAGHI DEL MALGHET E CROCE DELLA PACE** 2.023 M
2.520 M

1 6 ore 30' A/R
DIFFICILE
↑ 1.100 M

2 5 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 830 M

Muoversi

Passeggiate,
Natura, Libertà

I migliori itinerari per scoprire gli angoli più suggestivi della nostra valle con gli Accompagnatori di Media Montagna e le Guide Alpine alla ricerca delle Bellezze della Val di Sole.

LOCALITÀ OSSANA | GRUPPO ADAMELLO-PRESANELLA

13 **BAIT DE BON LOC. LAGO VENEZIA** 1.849 M
2.045 M

1 4 ore 30' A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 824 M

Dall'abitato di Ossana in 2 km si raggiunge la località di Valpiana fino al parcheggio. Da lì si segue la strada forestale per alcuni minuti in direzione Malga Valpiana per poi imboccare sulla sinistra il sentiero SAT 216. La prima parte del sentiero attraversa un fitto bosco per poi giungere in una prateria dove sono presenti le indicazioni per Bon - Lago Venezia. Si prosegue quindi su sentiero SAT 246 lungo la Val di Bon fino a raggiungere l'omonimo bivacco. Lasciato il bivacco sulla sinistra, si prosegue lungo il sentiero per circa 1 ora fino ad arrivare alla selvaggia zona denominata Lago Venezia. Sulla sinistra potrete ammirare il Cono di Valpiana, in centro Cima di Bon e a destra Cima Pradazzo. Ritorno lungo lo stesso itinerario.

LOCALITÀ OSSANA-VERMIGLIO | GRUPPO ADAMELLO-PRESANELLA

14 **LAGO BARCO LAGO PICCOLO** 1.903 M
2.315 M

1 5 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 940 M

2 4 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 830 M

3 2 ore 30' A/R
MEDIO
↑ 410 M

1 Dall'abitato di Ossana in 2 km si raggiunge la località di Valpiana fino al parcheggio. Ritornando a piedi lungo la strada verso il paese per circa 300 metri, in prossimità della cappella votiva dedicata a Sant'Antonio, si seguono le indicazioni per la Malga del Dosso poste sulla destra. Dopo un brevissimo tratto su strada forestale si imbecca il sentiero SAT 204 e si raggiunge il pascolo della Malga del Dosso (1682 m). Si continua a sinistra fino alla deviazione con le indicazioni per il Lago di Barco. Ora il percorso si snoda sul crinale della montagna con un sentiero dappinna pianeggiante e poi in leggera discesa, fino a giungere in una conca paludosa. La si attraversa, entrando nuovamente nel bosco di larici e ontani e, con sentiero sempre in costante salita, si raggiunge un piccolo baito in legno posto sulla sponda dell'incantevole Lago di Barco (1907 m). Si rientra per lo stesso itinerario.

LOCALITÀ PEIO | GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

15 **LAGHETTI E LAGOSTIÈL LAGHETTI VALLUMBRINA** 2.455 M
2.237 M

1 6 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 775 M

2 9 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 567 M

Da Peio Fonti si raggiunge la località Fontanino (1670 m) dove si parcheggia l'auto. Si sale dal sentiero SAT 110 che raggiunge il bordo del Lago Pian Palù e lo si percorre in tutta la lunghezza. Raggiunta Malga Palù (1800 m), si mantiene la destra orografica, evitando quindi il ponticello in legno sul torrente Noce. Da questo punto il sentiero si fa più tortuoso ed in un'oretta ci si affaccia sul laghetto a 2237 m, chiamato "Laghetti". È possibile fare un percorso ad anello per il ritorno proseguendo lungo il sentiero per giungere fino alla passerella posizionata sul Torrente Noce. È da qui si ha la possibilità di salire a laghetti di Vallumbrina, vedi percorso alternativo) quindi, seguendo il sentiero SAT 141A si arriva in prossimità dei ruderi del Baito di Vilacorno, alla passerella sul rio di Valpiana. Dopo breve tratto ci si imbatte nelle indicazioni per proseguire verso Lago di (2455 m) ed il Sentiero della Fauna (sentiero SAT 141), oppure in discesa verso Malga Paludè posizionata a 2107 m (deviazione che si suggerisce qualora ci si sentisse stanchi). Entrambi gli itinerari si sviluppano fino a Malga Giumella da dove si rientra al Fontanino tramite strada sterrata.

2 Per gli escursionisti più esperti, giunti alla passerella sul torrente Noce, si prosegue sulla sinistra orografica dei torrenti inoltrandosi in Vallumbrina. Terminato il piano il sentiero sulla destra porta al laghetto glaciale di Vallumbrina. Rientro come l'andata fino alla passerella poi si può proseguire seguendo le indicazioni per Malga Paludè, quindi Malga Giumella ed infine Fontanino.

NB: durante i mesi estivi dopo le ore 9:45 si dovrà parcheggiare l'auto a Peio Fonti e proseguire con servizio Steviobus fino al Parcheggio Fontanino.

LOCALITÀ PEIO | GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

16 **VAL PUDRIA E VAL COMICIOL**

1 5/6 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 800 M

Dal località Fontanino si percorre il sentiero che in meno di mezz'ora porta fino al Lago di Pian Palù. Dalla malga di Celentino si imbecca il sentiero SAT 144, che si presenta stretto ed in salita con svariate serpentine. Nel tratto finale il sentiero si allarga e diventa più morbido per poi aprirsi nella splendida e selvaggia Val Pudria. È zona d'alpeggio pertanto non è raro incontrare mucche al pascolo. Dal Baito Val Pudria (2147 m) si prosegue in direzione Valle Alta (2278m), il sentiero è breve ma piuttosto ripido e si percorre in circa 30 - 40 minuti. Giunti in Valle Alta si segue il sentiero indicato con paletti di legno sulla destra verso Val Comiciolo, giungendo ad una splendida terrazza panoramica che domina su tutta la Val del Monte ed il Lago di Pian Palù. A questo punto dal crinale si taglia a mezzacosta il ripido ed impegnativo pendio erboso sul versante laterale della Val Comiciolo attraverso pietrase si arriva in breve al baito di Val Comiciolo. Il tragitto scende tortuoso fino ad incrociarsi col sentiero sat 137 che seguito in discesa riporta alla Malga di Celentino.

NB: durante i mesi estivi dopo le ore 9:45 si dovrà parcheggiare l'auto a Peio Fonti e proseguire con servizio Steviobus fino al Parcheggio Fontanino.

Acquista online
o negli uffici info

Zaino in spalla e si parte!

Prima di affrontare un'escursione in montagna, ti ricordiamo che:

- preparare la tua escursione controllando le previsioni meteo, il percorso che seguirai e gli orari degli impianti di risalita, se il tuo itinerario ne prevede l'uso. In caso di dubbi contatta i nostri uffici informazioni;
- seguire le indicazioni che troverai lungo il percorso, evitando di uscire dal sentiero, solitamente segnalato da cartelli del Parco dello Stelvio o Adamello Brenta, dai cartelli SAT bianchi e rossi e da pennellate di color rosso e bianco su pietre o alberi;
- indossare abbigliamento e calzature adeguate;
- mettere sempre nello zaino: giacca impermeabile, copricapa, berretto e guanti in caso di escursioni in quota, crema solare, occhiali da sole, acqua e frutta secca o cioccolato da sgranocchiare quando sentirai il bisogno;
- prendere come indicativi i tempi di percorrenza: possono variare da persona a persona. Fanno comunque tutti riferimento al nostro tempo di andata e ritorno;
- non avere fretta, guardarti intorno per assorbire il benessere che la natura sa infonderci.

Piccoli gesti che fanno la differenza!

Vivere l'ambiente montano in maniera sostenibile, mantenendo il delicato equilibrio degli ecosistemi ed interagendo positivamente per la conservazione del paesaggio e delle bellezze naturali si può, come?

EVITA LA PLASTICA: dove puoi, evita di utilizzare la bottiglietta di plastica o porta con te una borraccia riempiendola nelle numerose fonti presenti sul territorio; prepara i cibi riempiendoli in contenitori riciclabili e sacchetti di carta;

SCEGLI MEZZI DI TRASPORTO ALTERNATIVI: se possibile, raggiungi il luogo dell'escursione muovendoti con i trasporti pubblici; se hai la Guest Card puoi utilizzare gratuitamente i mezzi di Turismo Trasporti; consulta gli orari sull'opuscolo "Find your Way" o il sito www.ttesercizio.it;

ACQUISTA PRODOTTI LOCALI: per i tuoi picnic acquista i prodotti del territorio, sani, gustosi e genuini come la gente di montagna;

RISPETTA L'AMBIENTE CHE TI OSPITA: rispetta il bosco ed i suoi abitanti; fiori e piante spesso sono protetti, non raccogliarli; porta a casa i tuoi rifiuti e gettali negli appositi contenitori per la raccolta differenziata; gridi e schiamazzi disturbano l'ambiente ed infastidiscono chi ti sta vicino; Fumi? Porta i mozziconi a casa e gettali nell'indifferenziato (in condizioni normali, per distruggere il filtro di una sigaretta sono necessari dai 5 ai 12 anni), ricordati che la sigaretta fa male anche alla natura!

FIDATI DEGLI ESPERTI: se vuoi conoscere qualcosa di più sul territorio che hai deciso di visitare, affidati alle nostre guide, sapranno darti quel consiglio in più che renderà unica la tua vacanza. Per il programma rivolgiti agli uffici informazioni presenti.

Val di Sole

Val di Sole

TRAIL & TREK

ESCURSIONI

LOCALITÀ PEIO | GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

17 SENTIERO DEI TEDESCHI



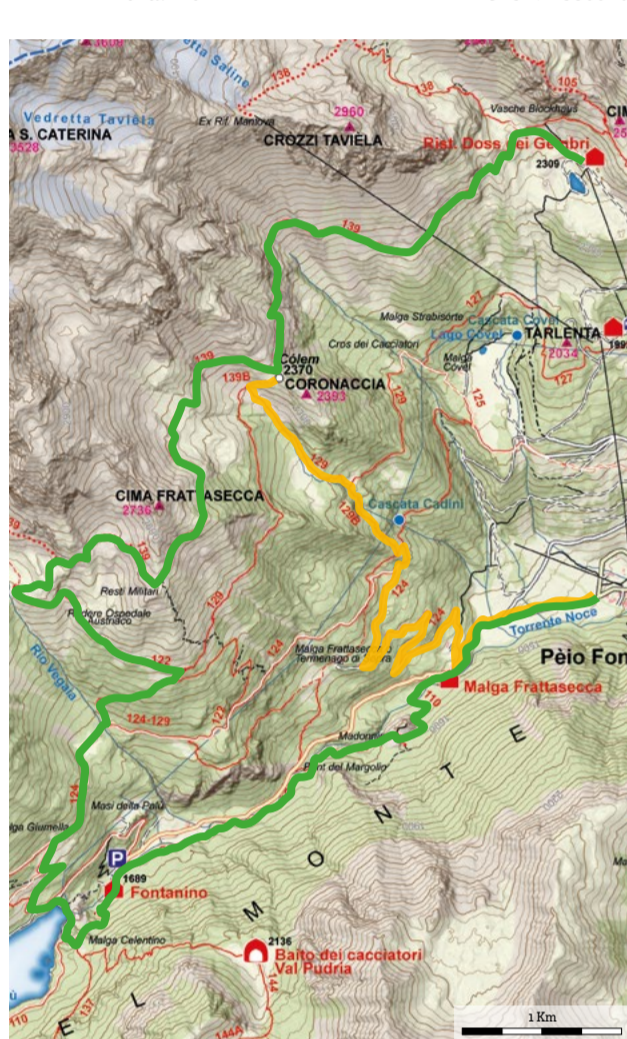
1 6 ore A/R MEDIO FACILE
250 M

2 4 ore A/R MEDIO FACILE
250 M

1 Da Peio Fonti si raggiunge il Rifugio Doss dei Cembri (2316 m), utilizzando gli impianti di risalita. Dal rifugio ci si incammina lungo il sentiero SAT 136 verso la Val de la Mite, per poi imboccare sulla sinistra dopo un breve tratto il sentiero SAT 139 denominato "Dei Tedeschi", che prende il nome dall'esercito austro-ungarico che lo costruì durante il primo grande conflitto mondiale. Il cammino si sviluppa ad alta quota restando intorno ai 2300 metri di altitudine, caratterizzato per lo più da saliscendi. Si cammina al cospetto delle cime Tavella (superiore) e passerella sull'omonimo torrente, si arriva a quota 2369 della Colem ed infine la Colle Cadini. Si prosegue poi in leggera salita per aggirare Cima Frattasacca stando sempre sul percorso 139 che proseguendo in quota conduce alla valle degli Orsi dove vi raccorda col sentiero 122, che si percorre in discesa fino ad incrociare la strada militare (SAT 124). Si raggiunge con ultimo tratto pianeggiante Malga Guimela e il Lago di Pian Pali. Arrivati in loc. Fontanino è possibile utilizzare nei mesi estivi il servizio di navetta StelvioBus fino a Peio Fonti oppure attraverso il ponticello di legno si segue il sentiero 110, che passando dal Forte Barba di Fior ci conduce sulla strada nei pressi di Malga Frattasacca e si prosegue lungo la strada e dopo poco più di un km si giunge a Peio Fonti.

2 Dal Colem (2369 m), si lascia il sentiero dei Tedeschi per scendere in Val Cadini sentiero SAT 138B, per poi prendere duecento metri più in basso il sentiero SAT 129. Proseguendo, dopo una graziosa cascatella si arriva al bivio per Malga Frattasacca – Cascata Cadini, sentiero SAT 129B. A questo punto ci si addentra nel bosco a destra e al bivio seguente è possibile svoltare a sinistra per Cascata Cadini. Ammirata la cascata, si torna indietro tenendo la sinistra verso Malga Frattasacca e 200 m dopo si imbecca la strada militare SAT 124. Si scende lungo alcuni tornanti fino a giungere sulla strada asfaltata che, seguedola sulla sinistra, porta nuovamente a Peio Fonti.

Ristori: Malga Frattasacca il Fontanino Tel. 320 1578322 Tel. 347 2386546



LOCALITÀ COGOLO | GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

19 RIF. "G. LARCHER" E LAGHI DEL CEVEDALE 2.607 M



1 5 ore 30' A/R MEDIO DIFFICILE
733 M

2 7 ore A/R DIFFICILE
1.064 M

1 Da Coglio si va in direzione Malga Mare (1968 m), si parcheggia l'auto in Loc. Prabon (durante il periodo estivo visibilità limitata a fasce orarie e con parcheggio a pagamento). Da Malga Prabon si attraversa un ponticello sul rio e si seguono le indicazioni per giungere fino a Malgamare. Si prende quindi il sentiero SAT 102 fino a raggiungere Pian Venezia per proseguire sulla sinistra orografica fino al rifugio posto a 2607 m, al cospetto della Vedretta de la Mare, delle Cime del Cavedale, Zufall, Palon de la Mare e Vioz. Per il rientro ad anello, dal rifugio, si segue il sentiero SAT 104 che risale in direzione est e con una brevissima deviazione, di circa 15 minuti, rispetto al sentiero si arriva all'incantevole Lago delle Marmotte; da qui si prosegue sempre lungo il sentiero 104, per poi percorrere il sentiero SAT 123 che passa sopra il Lago Lungo e raggiunge le sponde del piccolo Lago Nero posto poco prima del bacino artificiale del Careser. Si aperta si supera la discesa, altrimenti si percorre il sentiero prima in discesa, poi in salita fino a raggiungere le costruzioni di servizio. Si prosegue sempre sul sentiero 123 che scende veloce tra macereti e numerosi tornanti; si prosegue dunque in un bel bosco di pini cembri e, con una breve deviazione, si può raggiungere il minuscolo Lago delle Lanze (0,15 mtr). Ritorntati sul sentier e superata la zona rocciosa si raggiunge la località di partenza con sentiero ben segnato.

2 Dal rifugio si può raggiungere la Forcola (3035 m) con il sentiero SAT 103 che prosegue, aggirando a sinistra il dosso roccioso, per un ampio canale finché si arriva alla rocciosa forcella, nota come la via di comunicazione più semplice e frequentata fra la Val Martello a nord (BZ) e la Val di Peio a sud (TN). Rientro dalla via di andata.

Ristori: Rif. Cavedale "G.Larcher" Tel. 0463 751170 - 328 6529615



LOCALITÀ PASSO TONALE - PEIO | GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

20 RIFUGIO "BOZZI" E LAGHI D'ALBIOLO 2.478 M / 2.740 M



1 7 ore A/R DIFFICILE
1.435 M

2 6 ore A/R MEDIO DIFFICILE
1.070 M

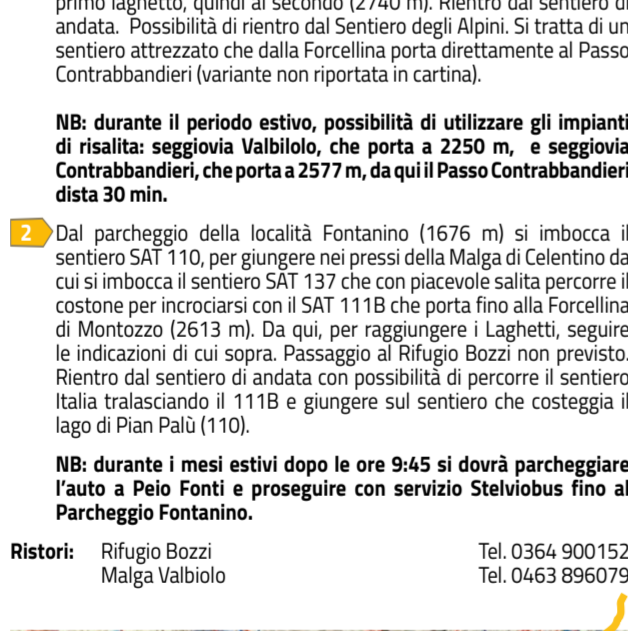
1 Si lascia l'auto nel parcheggio della seggiovia Valbiole e si prende la strada asfaltata che conduce all'Hotel La Mirandola. Da qui si prende il sentiero SAT 111, posto a sinistra dell'Hotel e ci si impegna lungo le ampie praterie del Tonale animate dalla presenza di simpatiche marmotte e vegetazione di alta montagna fino al Passo Contrabbandieri (2679 m). Dal Passo si scende al Rifugio Bozzi (2480 m), prestando attenzione al primo tratto esposto e ad eventuali residui di neve che potrebbero rendere il percorso scivoloso. A Passo Contrabbandieri e al Rifugio Bozzi si possono ammirare i resti della Grande Guerra, appartenenti sia all'esercito austro-ungarico che a quello italiano. Dal Rifugio Bozzi si sale alla Forcella di Montozzo (2613 m) e da qui si prende un piccolo sentierino non segnalato, sulla destra (da non confondersi col Sentiero degli Alpini), percorrendo il quale si può godere di una incantevole vista sulla Val di Peio. Proseguendo nella pietraia, in mezz'ora si arriva al primo laghetto, quindi al secondo (2740 m). Rientro dal sentiero di andata. Possibilità di rientro dal Sentiero degli Alpini. Si tratta di un sentiero attrezzato che dalla Forcella porta direttamente al Passo Contrabbandieri (variante non riportata in cartina).

NB. durante il periodo estivo, possibilità di utilizzare gli impianti di risalita seggiovia Valbiole, che porta a 2250 m, e seggiovia Contrabbandieri, che porta a 2577 m, da qui il Passo Contrabbandieri dista 30 min.

2 Dal parcheggio della località Fontanino (1676 m) si imbecca il sentiero SAT 110, per giungere nei pressi della Malga di Celentino da cui si imbecca il sentiero SAT 137 che con pacifica salita percorre il costone per incrociarsi con il SAT 111B che porta fino alla Forcellina di Montozzo (2613 m). Da qui, per raggiungere i Laghetti, seguire le indicazioni di cui sopra. Passaggio al Rifugio Bozzi non previsto. Rientro dal sentiero di andata con possibilità di percorrere il sentiero Italia tralasciando il 111B e giungere sul sentiero che costeggia il lago di Pian Pali (1110).

NB. durante i mesi estivi dopo le ore 9:45 si dovrà parcheggiare l'auto a Peio Fonti e proseguire con servizio StelvioBus fino al Parcheggio Fontanino.

Ristori: Rifugio Bozzi Malga Valbiole Tel. 0364 900152 Tel. 0463 896979



Ristori: Nestalp Malga Campo Tel. 0463 636099



LOCALITÀ PEIO | GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

21 RIF. VIOZ "MANTOVA" 3.535 M



1 7 ore A/R DIFFICILE
1.217 M

2 5 ore A/R MEDIO DIFFICILE
750 M

1 Da Peio Fonti si prende la cabinovia Peio Fonti – Tarienta fino al Rifugio Sciotalto e poi la comoda seggiovia Doss dei Cembri, fino a raggiungere l'omonimo rifugio posto a 2315m. Da qui si segue il percorso verso la Val della Mite per circa 70 m, seguendo le indicazioni per l'imbecco del sentiero verso il rifugio Vioz "Mantova". Dopo un paio di tornanti si incontra il sentiero SAT 105 proveniente da Malga Saline, sentiero militare del periodo bellico 1915-1918, che conduce al Rifugio Vioz "Mantova" (3535 m). Alternativa è possibile raggiungere il Rifugio Vioz "Mantova" imboccando il sentiero 105 direttamente da Peio Paese, passando per Loc. San Rocco e Malga Saline (2.088 m - 9:30 ore andata e ritorno).


2 Da Peio Fonti si prende la cabinovia Peio Fonti – Tarienta fino al Rifugio Sciotalto e poi la moderna funivia Peio3000, fino a raggiungere i 3000 metri di quota. Da qui, si scende seguendo il sentiero SAT 136 e, passata la passerella sul Rio Vioz, si prende la deviazione per il sentiero SAT 105A che si intreccia a breve distanza dal "Brick" (breve tratto attrezzato di circa 50 m), col sentiero SAT 105 proveniente da Malga Saline e che conduce fino al rifugio.

Ristori: Ristorante Sciotalto Ristorante Doss dei Cembri Rifugio Vioz "Mantova" Tel. 0463 753220 Tel. 0463 753227 Tel. 0463 751386 - 339 2798826



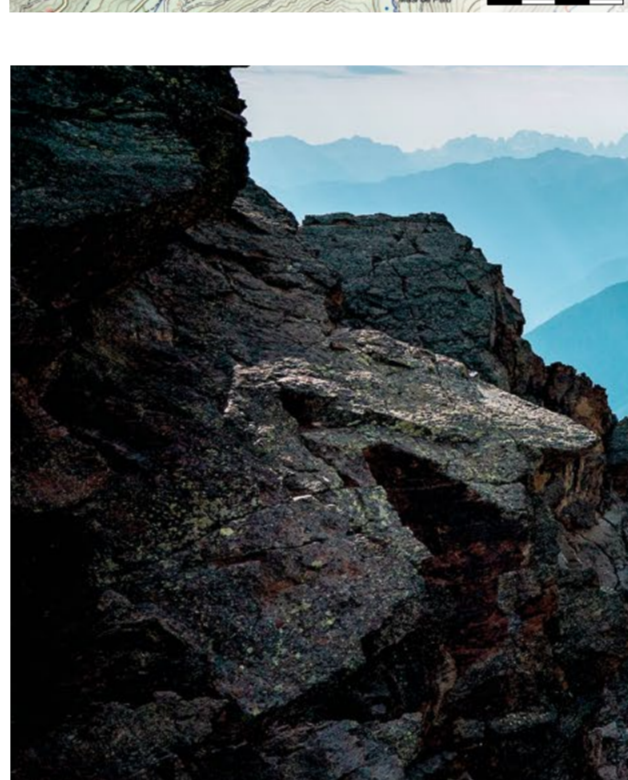
LOCALITÀ VERMIGLIO - COMASINE | GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

23 CIMA BOAI E VAL COMASINE 2.685 M



1 9 ore A/R DIFFICILE
1.488 M

1 Dall'abitato di Vermiglio, nei pressi dell'edificio comunale, si imbecca il sentiero SAT 126 che salendo ripido porta ai masi di Saviana, quindi all'omonima malga. Dal retro della malga, seguendo il sentiero 126, ci si addenta nel cuore della selvaggia Val Saviana, tra prati fioriti e boschi di larici fino ad incontrare un bivio che indica cima Boai – Val Comasine. Lo si imbecca e si segue l'evidente traccia fino al rifugio posto a 2607 m, alla quale la vista spazia su tutta la Val di Sole, sul Tonale, sul Brenta e sulla catena delle Tredici Cime, dal S. Matteo al Cavedale. Dalla Cima, si torna sui propri passi fino all'incrocio con il sentiero 126 e ci si incammina in direzione Val di Peio, quindi, proseguendo lungo la conca morenica de la Vallella, si giunge a Malga Mason prima, e poi a Malga Val Comasine. Tra Malga Comasine e Malga Mason è interessante prendersi del tempo per una visita ai maestosi larici secolari. Da Malga Comasine si deve lungo l'evidente strada sterrata scendendo per alcuni tornanti fino ad incrociare il cartello che indica "Sentiero dei Minatori", in direzione Comasine. Giunti alle Miniere di Val Comasine si rientra imboccando il "Sentiero dei Minatori", recentemente ripristinato, che passando per Malga Gaggio di Sopra, e camminando lungo i fianchi del massiccio di Monte Boai, ci conduce a La Coleman, interessante punto panoramico sull'alta Val di Sole e sulla Val di Peio. Da qui, il paese di Vermiglio dista circa 40 minuti di cammino. Prima di arrivare in paese si passa in località Dasarè.



LOCALITÀ PASSO TONALE | GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

24 CITTÀ MORTA E LAGHETTI DI STRINO 2.500 M / 2.578 M




1 6 ore A/R MEDIO DIFFICILE
990 M

1 Lascia l'auto nel parcheggio della seggiovia Valbiole si prende la strada asfaltata che conduce all'Hotel La Mirandola. Da qui si prende il sentiero SAT 111, posto a sinistra dell'Hotel, e lo si percorre fino ad incontrare il bivio con il sentiero SAT 161 che indica "Città Morta". Ci si impegna quindi su pascoli erbosi e forni lungo la dorsale del monte Tonale Orientale fino a raggiungere la forcella (2600 m). DEVIAZIONI: da qui, i più temerari possono avventurarsi fino al Monte Tonale Orientale (2698 m) eccezionale punto panoramico sul gruppo dell'Adamello e della Presanella. (A/R 50 min). Tornati alla forcella si scende di 100 m fino alla famosa "Città Morta" (2500 m), insediamento militare austro-ungarico della prima guerra mondiale, e si prosegue lungo il sentiero 161 seguendo le indicazioni Laghetti di Strino che, attraversando la Val Castello, dopo 1 ora e mezza di cammino raggiunge il lago inferiore di Strino (2578 m), e poi il lago Superiore posto sotto il Monte Revival. Si riforma per il sentiero SAT 137 sino a raggiungere la deviazione con il sentiero SAT 160 e si percorre il sentiero Bozerlati, vecchio canale di gronda utilizzato per l'alimentazione idrica di Forte Zaccarana. Si raggiunge quindi il Forte Zaccarana (2098 m) e si torna al Passo seguendo il sentiero SAT 160.



LOCALITÀ PASSO TONALE | GRUPPO ORTLES-CEVEDALE

25 RIF. "F. DENZA" VEDETTA PRESANELLA 2.298 M



1 6 ore A/R MEDIO DIFFICILE
990 M

2 5 ore A/R MEDIO DIFFICILE
720 M

1 Dalla strada provinciale (SP94) Veton-Stavel si prende bivio che indica Rifugio Stavel Francesco Denza. La strada militare sterrata porta al parcheggio nei pressi del Forte Pozzi Alti (1877 m), dove si parcheggia l'auto. Ci si incammina lungo il sentiero SAT 233 che si inoltra immediatamente nel bosco di latifoglie, passando da una galleria scavata nel granito. Arrivati al bivio con il sentiero SAT 206 il percorso continua su una mulattiera, manufatto della Prima Guerra Mondiale, per poi salire fino a 2298 m, del rifugio. Da Denza, vicino all'omonimo laghetto (2313 m), si imbecca il sentiero SAT 206 che si sviluppa tra rocce e massi fino ai piedi del Ghiacciaio della Presanella, la vetta più alta del Trentino. Il giro ad anello denominato "Sentiero dei Tedeschi", si completa rientrando al rifugio da un sentiero che vi farà scoprire una valletta dai favola. Rientro dal percorso di andata

2 Si parcheggia l'auto nei pressi del Forte Pozzi Alti, si passa accanto al Forte stesso e si prende il sentiero SAT 234 che, dopo un breve e pianeggiante tratto il bosco, lascia completamente il posto ad un fondo caratterizzato da roccia. Da qui la ripida salita, con l'ultimo canale attrezzato, porta ai 2600 m di quota del Passo dei Pozzi, il panorama offre una spettacolare vista verso il Bernina e sulle cime del gruppo Ortles - Cevedale. La discesa che porta al magico laghetto glaciale passa in mezzo a un'immensa varietà di fiori d'alta quota. Dal laghetto Denza, in meno di 5 min si arriva all'omonimo Rifugio dedicato a Padre Francesco Denza. Per completare il giro ad anello, il rientro può essere effettuato dal sentiero 206 + 233 che riporta al parcheggio Forte Pozzi Alti.

Ristori: Rifugio Denza Tel. 0463 758187 - 339 6233902



LOCALITÀ PASSO TONALE - CARISOLO | GRUPPO ADAMELLO-PRESANELLA

26 RIFUGIO MANDRONNE "CITTÀ DI TRENTO" 2.449 M



1 3 ore 30' A/R MEDIO
541 M

2 5 ore A/R MEDIO DIFFICILE
868 M

1 Da Passo del Tonale si sale con gli impianti di risalita fino a Passo Presena (2990 m). Da qui si scende lungo il bel sentiero roccioso in direzione Lago Scuro quindi al Rifugio Mandrone da dove possiamo ammirare l'imponente ghiacciaio delle Lobbe nelle immediate vicinanze. Rientro dal sentiero di andata.

2 Da Carisolo, Val Rendena, fino al parcheggio di Malga Bedole (1581 m) con aiuto e con bus Val di Genova Express (Info: www.pnab.it), da qui si prende il sentiero SAT - Rif. Città di Trento fino al rifugio.

Ristori: Rifugio Mandrone Presena Glacier 3000 - Rif. Capanna Presena Tel. 0461 493724 Tel. 0463 908001



I professionisti della montagna

Per avvicinarsi al mondo del trekking alpino per la prima volta o per essere accompagnati in qualche escursione impegnativa, i professionisti della montagna sono sempre un'ottima scelta. Grazie alla loro profonda conoscenza del territorio ed alla loro preparazione, sapranno consigliare l'attrezzatura migliore per affrontare l'ambiente montano, svelandone tutti i segreti a poco a poco.



ACCOMPAGNATORI DI MEDIA MONTAGNA VAL DI SOLE
Tel. 335 445376
info@accompagnatorivaldisole.it
www.accompagnatorivaldisole.it

EVOLUTION SKI SCHOOL
Tel. 348 9129723 - 342 3987853
tonalefreeride@gmail.com
www.tonalefreeride.it

EXPERIENCE VAL DI SOLE
Tel. 327 8512910
info@experiencevaldisole.com
www.experiencevaldisole.com

GUIDE ALPINE VAL DI SOLE
Tel. 0463 903160 - 347 7457328
info@guidealpinevaldisole.it
www.guidealpinevaldisole.it

TREK and BIKE TRENTINO WILD
Tel. 0463 973278 - 340 2175873
info@trentinowild.it
www.trentinowild.it

URSUS ADVENTURES
Tel. 0463 636175 - 334 8468540
info@ursusadventures.it
www.ursusadventures.it

VAL DI SOLE BIKE TREK & TOUR
Tel. 333 8116503
info@valdisolebike.com
www.valdisolebike.com

Scansionando il QR Code si possono scoprire tutti i noleggi di attrezzature alpinistica presenti in Val di Sole.



NEL PREZIOSO SCRIGNO DELLA BIODIVERSITÀ
Cosa sapere e come comportarsi per tutelare un ambiente prezioso



	DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO IN SALITA
ristoro	FACILE	<100 m
pernottamento	MEDIO FACILE	100-300 m
fontana	MEDIO	300-600 m
bus navetta	MEDIO DIFFICILE	600-1100 m
raggiungibile con impianti di risalita (gratuiti con Val di Sole Guest Card)	DIFFICILE	>1100 m

Impaginazione e realizzazione grafica: STUG Arte Grafica Fotografia - stug.it

Stampa: Esperia - Lavis (TN)

Foto: C. Pizzini, G. Piodetti, A. Rusotto, T. Prugnola, C. Bazzoni, G. Guidetti, N. Angeli, Jos Barba, L. Brentari, Visual Stories, M. Boglietti, T. Mocher, M. Ambro, P. Follaro, L. T. Carfara, V. Veneri, B. Cornias, M. Caserotti, R. Zambotti, M. Bertinotti, L. Marotta, C. Bevilacqua, Guide Alpine, Accompagnatori di Media Montagna

Finito di stampare: Luglio 2023

Sentieri rilevati con GPS - Copyrights Cartago S.R.L. 2021

www.cartagomaps.com

Responsabile editoriale: Enrico Casolari PhD.

Cartago We The Best Maps