

SNOWSHOEING

ROCCA PIETORE MARMOLADA



GRAN PIAN

Difficoltà: facile

Punto di partenza: Malga Ciapèla

Durata: 0.30 h (sola andata)

Dislivello itinerario: 63 mt.

Frequenziazione: alta

Altitudine max: 1513 s.l.m.

Semplice escursione immersa nell'atmosfera fatata del bosco innevato ai piedi del Gran Pian. L'intero itinerario si svolge su strada ampia ed è ben frequentato. Ideale per muovere i primi passi con le racchette da neve ed acquisire maggiore confidenza con l'attrezzatura.

Itinerario:

Si parte nei pressi del parcheggio sterrato che si trova a Malga Ciapèla prima del camping. Si procede lungo l'ampia strada che attraversa un bosco di abeti a fianco della pista di sci nordico di Malga Ciapèla. In breve tempo si raggiunge la località Gran Pian dove sorge l'omonima malga seguendo i vari tornanti.

Discesa:

Il rientro avviene lungo lo stesso percorso dell'andata.

In alternativa vi è la possibilità di proseguire in direzione della Val Franzedaz, lungo la strada sterrata.

Il percorso è esposto a sud ed è percorribile da dicembre a marzo.

Sentieri:

Strada asfaltata chiusa al traffico da Malga Ciapèla verso Gran Pian



LASTE CIASPAMOON

Difficoltà: medio

Punto di partenza: Laste di Sopra

Durata: 2 h (giro ad anello)

Dislivello itinerario: 250 mt.

Frequenzazione: alta

Altitudine max: 1658 s.l.m.

Questo itinerario facile ed adatto a tutti percorre gli antichi sentieri di Laste, con numerosi punti panoramici. Il tracciato porta a scoprire diversi villaggi rimasti intatti nel corso di secoli e boschi di grande fascino. La frequentazione è buona per il periodo da dicembre ad marzo con possibilità di allungare l'itinerario in direzione Col de le Casiere lungo la comoda strada forestale.

Itinerario:

Si parte nei pressi del parcheggio di Laste di Sopra e si prosegue seguendo la traccia che attraversa i prati innevati in direzione del Col da Gesia. Si continua salendo in direzione del grande pianoro de La Leda nello scenario di un meraviglioso bosco di larici fino alla chiesetta alpina. Si prosegue raggiungendo il Rifugio Migon e scendendo in direzione Ronch di Laste passando ai piedi di alcuni famosi e maestosi monoliti tra cui il Sass de Rocia e il Sass de la Murada. Da Ronch si prosegue nel bosco in direzione Laste di Sotto per concludere il giro ad anello.

Sentieri:

Percorso ben indicato dall'apposita segnaletica per tutto lo sviluppo del tracciato. Si consiglia di verificare preventivamente le condizioni del percorso a causa degli alberi abbattuti in occasione della tempesta Vaia.



VAL FRANZEI

Difficoltà: medio

Punto di partenza: SP 641 - Sottoguda

Durata: 2 h (solo andata)

Dislivello itinerario: 450 mt.

Frequenzazione: alta

Altitudine max: 1743 s.l.m.

Questo percorso è adatto a tutti, si sviluppa in gran parte lungo la strada forestale che porta nell'ampia conca di Franzei, ai piedi del Gruppo montuoso dell' Auta. Gran parte del percorso si svolge in mezzo al bosco dove spesso è la possibile incontrare animali selvatici. Vi è inoltre la possibilità di proseguire, una volta superata la conca di Franzei, anche in direzione dell'omonima forcella.

Itinerario:

Si parte nei pressi dell'area picnic posta a monte dell'abitato di Sottoguda, a fianco della SP 641. La traccia da seguire è ben segnalata e la strada forestale è ampia. Si procede per circa 1,3 ore seguendo l'ampio tracciato per poi proseguire, nel tratto finale, su sentiero. Qui il bosco si fa più fitto e più scenografico e il tracciato si fa via via meno pendente fino a raggiungere la conca di Franzèi dove si scorgono i fienili quasi completamente sommersi di neve. La passeggiata diventa più agevole su terreno pianeggiante. Al limitare della radura vi è inoltre la possibilità di proseguire in direzione della Forcella Franzèi.

Discesa:

Il rientro avviene per lo stesso percorso dell'andata, con la possibilità di intraprendere delle scorciatoie tra gli alberi innevati.

Il percorso si trova ai piedi del versante nord delle Cime del Gruppo dell' Auta, con una buona frequentazione.

Il periodo consigliato per l'escursione è dicembre - marzo.

Sentieri:

- C.A.I. 688 fino a Franzèi

- C.A.I. 684 da Franzèi al Lèch di Gai



VAL FRANZEDAZ

Difficoltà: medio

Punto di partenza: Malga Ciapèla

Durata: 2 h (solo andata)

Dislivello itinerario: 530 mt.

Frequenzazione: alta

Altitudine max: 1980 s.l.m.

Questo itinerario porta alla scoperta di una valle incontaminata come quella di Franzedaz, regno della natura e del silenzio. Questo percorso richiede un minimo di allenamento, ma è adatto a tutti. La prima parte si sviluppa lungo una strada sterrata esposta a sud, parte dell'alta via Nr. 2, l'itinerario è comunque di alta frequentazione con percorrenza da dicembre a marzo, anche con sci d'alpinismo.

Itinerario:

Il punto di partenza si trova presso il parcheggio sterrato di Malga Ciapèla, prima del camping. La prima parte del percorso si svolge su comoda strada a tornanti fino ad attraversare un ponticello sul torrente Pettorina. Da qui il percorso continua su strada forestale per poi deviare a sinistra seguendo le indicazioni per la Val Franzedaz. Si prosegue salendo progressivamente fino a scorgere gli edifici della Malga. Da qui la valle si apre e si può godere del panorama tutt'attorno. Per i più allenati vi è anche la possibilità di proseguire fino a Forca Rossa, la forcella che sovrasta tutta la valle e si affaccia sulla Val di Fuchiade.

Discesa:

Il rientro può avvenire per la stessa strada dell'andata, oppure lungo il sentiero nel bosco che funge da scorciatoia.

Sentieri:

- C.A.I. 689 Val Franzedaz



BAMEZZA

Difficoltà: medio

Punto di partenza: S. Maria delle Grazie

Durata: 2 h (solo andata)

Dislivello itinerario: 450 mt.

Frequenzazione: alta

Altitudine max: 1450 s.l.m.

Affascinante villaggio incantato a quota 1450 metri di altitudine, proprio alle pendici del Monte Sasso Bianco ed affacciato sul Lago di Alleghe e sulla maestosa parete nord-ovest del Monte Civetta, Bamezza stupisce il visitatore con il suo fascino d'altri tempi. La caratteristica che non si può non notare è l'architettura delle abitazioni e dei camini, che richiamano vagamente stili orientali.

Itinerario:

Il borgo è raggiungibile con le ciaspe su strada forestale, con un percorso immerso nei boschi, che vi regalerà emozioni pure: la riscoperta della natura, la quiete silenziosa delle Dolomiti, panorami sempre diversi in base alla luce che riverbera sulla neve. E' possibile proseguire l'escursione in direzione di Casera Bur, un bivacco usato dagli escursionisti in estate.

Discesa:

Il rientro avviene lungo lo stesso percorso dell'andata.

Sentieri:

Dallo spiazzo salendo verso Caracoi Cimai su strada secondaria, è ben visibile la strada forestale per Bamezza.



COL DEI PIOGE

Difficoltà: medio

Punto di partenza: Saviner di Laste

Durata: 1.30 h (solo andata)

Dislivello itinerario: 350 mt.

Frequenziazione: media

Altitudine max: 1450 s.l.m.

Una terrazza sulla valle alla confluenza dei torrenti Pettorina e Cordevole, con vista su Saviner di Rocca Pietore e sul lago di Alleghe: l'escursione con le ciaspe sul Col dei Pioge vi porterà a scoprire il silenzio del bosco e godere di panorami davvero molto suggestivi. Sullo sfondo che svetta imponente ammirerete il Monte Civetta.

Itinerario:

Il sentiero è visibile proprio di fronte al Ristorante La Murada a Saviner di Laste e da subito sale con una discreta pendenza, anche se ben distribuita lungo tutto il percorso. Una volta raggiunto il Col dei Pioge, è obbligatoria una tappa sulla panchina posizionata proprio in cima al colle e con una vista spettacolare su tutta la Val Cordevole fino ad Alleghe.

Proseguendo il percorso si può raggiungere Ronch, altro punto privilegiato con vista sulle cime più belle delle Dolomiti, passando davanti al suggestivo capitello di Sant' Antonio.

Discesa:

Il rientro avviene lungo lo stesso sentiero dell'andata.

Sentieri:

E' possibile partire anche da Rocca Pietore, seguendo il sentiero che passa per la frazione di Tro, per poi intersecare la variante che sale da Saviner di Laste.



GIARDOGN

Difficoltà: difficile

Punto di partenza: Caracoi Cimai

Durata: 2.30 h (solo andata)

Dislivello itinerario: 700 mt.

Frequenzazione: bassa

Altitudine max: 1833 s.l.m.

Una volta giunti a Caracoi Cimai, la vista che si apre davanti agli occhi è assolutamente incantevole: il Civetta proprio davanti ed in lontananza il Nuvolau, l'Averau, il Col di Lana, i Setsass. Itinerario molto affascinante, immerso nella quiete e nel silenzio del bosco, ma adatto ad esperti.

Itinerario:

Il sentiero è il n°682 e si imbecca proprio in corrispondenza della fontana del villaggio di Caracoi Cimai.

Da qui la strada boschiva conduce a Giardogn, un caratteristico pianoro costellato di vecchi fienili, molti dei quali risistemati o in via di ristrutturazione (a quota 1833 metri).

Discesa:

Il rientro avviene lungo lo stesso sentiero dell'andata.

Sentieri:

- C.A.I. 682

- Per raggiungere Giardogn è possibile partire anche da Pezzè o da Saviner di Laste.



ALBE E VALLIER

Difficoltà: medio

Punto di partenza: Loc. Pallue

Durata: 1.30 h (solo andata)

Dislivello itinerario: 300 mt.

Frequenziazione: media

Altitudine max: 1456 s.l.m.

Villaggi ricchi di storia, un tempo pieni di vita ed oggi silenziosi di fronte al Monte Sasso Bianco: ad Albe e Valier il tempo sembra essersi fermato. Un'escursione con le ciaspe in mezzo ai faggi ormai spogli dei loro colori, che vi farà respirare la pace di questi luoghi e vi regalerà un panorama assolutamente indescrivibile su tutta la vallata.

Itinerario:

Dopo una visita all'antico borgo di Palue, che con Sottoguda è nell'élite de I borghi più belli d'Italia dal 2016, fra scorci autentici e antichi fienili, l'escursione con le ciaspe inizia proprio salendo dall'ultima casa del villaggio. Il percorso non presenta tratti ripidi, ma la pendenza è costante e ben distribuita. Spettacolare la vista sul Sasso Bianco, ma anche sulle Cime d'Auta, fino al Mote Pemo. Arrivati a Vallier, è possibile proseguire per Albe e poi scendere verso Col di Rocca.

Discesa:

C'è la possibilità di eseguire un giro ad anello scendendo in direzione Col di Rocca.

Sentieri:

Il sentiero parte dall'ultima casa in alto di Palue.



LASTE - MALGA LASTE

Difficoltà: medio - facile
Punto di partenza: Davare
Durata: 1 h (solo andata)

Dislivello itinerario: 400 mt.
Frequenzazione: media
Altitudine max: 1868 s.l.m.

Un panorama da sogno, favoloso d'estate, ma altrettanto incantevole d'inverno: Laste con la sua caratteristica chiesa e i suoi villaggi e la Mont da Laste con vista sulle più belle cime delle Dolomiti. Un'escursione con le ciaspe che vi resterà certamente nel cuore.

Itinerario:

Il percorso parte dal villaggio di Davare, il gruppetto di case più alto di Laste, per inoltrarsi da subito nel bosco ai piedi del Monte Migogn. L'escursione è davvero piacevole e il dislivello è ben distribuito. Già dopo il primo chilometro scarso, si apre un fantastico scorcio sul Civetta, su Rocca Pietore e sui villaggi di Caracoi e di Pezzè. Proseguendo sono molte le baite che si incontrano ai lati della strada, fino ad arrivare alla malga (chiusa d'inverno) posizionata sul Col de le Casierè. In caso di abbondante neve, è consigliabile salire dal villaggio di Moè, perchè non esposto sul fianco del Migogn.

Discesa:

Il rientro avviene lungo lo stesso sentiero dell'andata.

Sentieri:

Punto di partenza: parcheggio nei pressi del villaggio di Davare (attenzione: in caso di abbondante neve il percorso è interessato da valanghe!) oppure Moè in caso di abbondante neve al suolo (per info tel. 0437 722277).



SICUREZZA IN MONTAGNA

La montagna è un ambiente magnifico ma presenta alcuni pericoli. Vivere la montagna in sicurezza ci dà la possibilità di ridurre i rischi e godere della sua bellezza in tranquillità.

Non importa che si tratti di attività alpinistiche estreme o semplici escursioni su sentiero, ogni attività ha rischi intrinseci che devono essere ridotti al minimo.

Consigli in pillole:

- Scegliere accuratamente la meta a seconda della stagione e dei partecipanti.
- Pianificare l'itinerario con il dovuto anticipo (meteo, terreno, difficoltà, tempi).
- Controllare l'equipaggiamento prima della partenza, e adeguarlo a seconda del tipo di escursione.
- Partire al mattino presto per avere a disposizione più ore di luce (tempo di riserva).
- Prevedere pause e tempi di sosta.
- Procedere a seconda delle condizioni della montagna (mantenere distanze maggiori con pericolo di caduta sassi, distanze minori con scarsa visibilità).
- Prudenza nell'attraversamento di nevai, da affrontare equipaggiati con bastoni da sci o piccozza.
- Assicurare i bambini con corde di lunghezza ridotta.
- Evitare rischiose scivolate sui nevai.
- Riconoscere rapidamente i cambiamenti meteorologici.
- Tornare sui propri passi in caso di maltempo: la nebbia e il cattivo tempo rendono più difficile orientarsi.
- Prima della partenza comunicare al gestore o all'albergatore a valle la propria meta e l'orario di ritorno previsto.



GUIDA ALPINA

Francesco De Cassan

francesco.decassan@gmail.com

+0039 3349151617



Francesco ha cominciato a frequentare la montagna fin da piccolo con i genitori. Ed è proprio dietro casa, nella falesia di Laste, che comincia a dedicarsi all'arrampicata che tutt'ora rappresenta la principale ispirazione della sua attività in montagna. Poi il desiderio di guardare un po' oltre, per conoscere meglio le montagne vicine, lo porta ad appassionarsi allo sci alpinismo in inverno e alle vie alpinistiche nella bella stagione. Lavora come tracciatore di vie di arrampicata indoor ed esercita la professione di Guida Alpina cercando di trasmettere le tecniche e soprattutto il divertimento e la passione che hanno caratterizzato la sua attività fin da bambino.

Francesco è la persona ideale per accompagnarti in alta montagna in totale sicurezza!

