

## Dal rifugio Baranci verso Val Campo di Dentro

Sfruttiamo gli impianti che ci portano a 1500 m al rifugio Baranci. Ci avviamo ai piedi del maestoso massivo della Rocca dei Baranci verso il rifugio Tre Scarperi in Val Campo di Dentro. Al ritorno prendiamo l'autobus di linea che ci riporta a San Candido.



**Dislivello in salita:** ca. 500 m  
**Tempo previsto solo camminata:** ca. 4 - 5 ore  
**Attrezzatura:** scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione  
**Difficoltà:** 

## **Il giro delle Tre Cime di Lavaredo** **“Nella memoria dei grandi alpinisti”**

Le Tre Cime di Lavaredo meritano sempre un'escursione. Il contrasto tra il versante sud, più dolce, e le pareti Nord con il loro carattere severo, sono sinonimo di queste montagne, come anche la storia dei grandi alpinisti e della prima guerra mondiale.

Il classico giro delle Tre Cime di Lavaredo. Partendo dal rifugio Auronzo, già ad una quota di 2320m, si prosegue per il rifugio Lavaredo e di seguito al rifugio Locatelli fino ad arrivare alla malga Lange. È una bellissima escursione non troppo faticosa, considerando che si parte già in quota.



**Dislivello in salita:** ca. 400 m

**Tempo previsto solo camminata:** ca. 3 -4 ore

**Attrezzatura:** scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

**Difficoltà:**



## Malga Silvesteralm „Burro fatto in casa“

La malga Silvesteralm è ancora una tipica malga d'alta montagna. Per tutto l'estate ci sono i maiali, le pecore e i conigli e naturalmente ci sono le mucche che pascolano.

Dalla Schöneegger Säge sopra il paese di Valle San Silvestro camminiamo fino alla malga Silvesteralm. Lì la "malgara" ci farà vedere come produce il burro. A lavoro terminato possiamo assaggiare formaggio e burro della malga.



**Dislivello in salita:** ca. 300 m

**Tempo previsto solo camminata:** ca. 3 ore

**Attrezzatura:** scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

**Difficoltà:**  *escursione per famiglie*

## **Brunstriedel – Vista panoramica sulle Dolomiti e la cresta di confine**

Di fronte a noi si innalzano le cime delle Dolomiti con il loro carattere inconfondibile. La roccia calcarea, i suoi pascoli alpini circondati da cime scoscese sono sinonimo di queste montagne.

In seguito alziamo il nostro sguardo verso Nord, verso la cresta di confine riconoscendo forme montuose più dolci.

Dal Brunstriedel possiamo osservare le caratteristiche diverse delle Dolomiti e della cresta di confine.

Partendo dalla Val di Braies saliamo su sentieri ben percorribili verso questo splendido punto panoramico.

Al ritorno abbiamo la possibilità di passare alla malga Brunst.



**Dislivello in salita:** ca. 600 m

**Tempo previsto solo camminata:** ca. 4 -5 ore

**Attrezzatura:** scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

**Difficoltà:** 

## Dal lago di Braies a Ponticello

Il lago di Braies circondato da queste bellissime montagne è veramente un posto magico. Merita sempre un'escursione! Il lago con il suo colore particolare è un fantastico fenomeno naturale!

Partendo dal lago di Braies saliamo per il "Buco del Giavo" alla malga Cavalli, dove ci fermiamo per una pausa pranzo. In seguito scendiamo a Ponticello.

Dato che punto di partenza e punto d'arrivo sono diversi, usiamo i mezzi pubblici per ritornare.



**Dislivello in salita:** ca. 800 m

**Tempo previsto solo camminata:** ca. 5 ore

**Attrezzatura:** scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

**Difficoltà:** 

## Sentiero delle malghe „Malga Nemes“

Dal passo Montecroce Comelico saliamo alla malga Nemes, da dove si potrà ammirare un panorama stupendo sulle Dolomiti di Sesto.

Alla malga Nemes possiamo goderci il bellissimo panorama o proseguire per una variante più lunga fino alla malga Coltrondo e da lì ritornare al passo Montecroce.



**Dislivello in salita:** ca. 300 - 500m

**Tempo previsto solo camminata:** ca. 3 - 4 ore

**Attrezzatura:** scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

**Difficoltà:**



## „In cima“ al Golfen

Guardando da Dobbiaco verso Nord ci si accorge subito della cima del Golfen.

La sù mi piacerebbe salire.. come sarà il panorama da sopra!

Ne valeva la pena: il panorama sulle Dolomiti, la val Pusteria e verso Nord è bellissimo!

Il punto di partenza è Franadega sopra Dobbiaco.



**Dislivello in salita:**

ca. 800 m

**Tempo previsto solo camminata:**

ca. 4 -5 ore

**Attrezzatura:**

scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

**Difficoltà:**



## La cresta carnica – dal Monte Elmo al rifugio Sillianerhütte

Punto di partenza per questa escursione è il versante ovest della cresta carnica. Da Sesto prendiamo la funivia che ci porta a 2000m. Facciamo la prima parte dell' Altavia Carnica che dalla funivia ci porta su sentieri facili in leggera salita fino al rifugio Sillianer Hütte.

Al ritorno c'è la possibilità di salire ancora in cima al Monte Elmo che offre una splendida vista sulle Dolomiti di Sesto.



**Dislivello in salita:**

ca. 400 - 500 m

**Tempo previsto solo camminata:**

ca. 4 ore

**Attrezzatura:** scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

**Difficoltà:**



## Giornata d'avventura al lago di Braies

Metteremo insieme una zattera seguendo le istruzioni della guida alpina ed in seguito attraverseremo con essa il Lago di Braies. Naturalmente ogni partecipante durante la traversata del lago porta un giubbotto di salvataggio. Alla palestra di roccia del Lago di Braies ci sono diversi percorsi, ben allestiti e sicuri, per scalate appositamente creati per principianti. Lì possiamo arrampicare assicurati in corda dall'alto. Su una breve ferrata si raggiungerà il punto di partenza della "funivia". Chi lo desidera, può scendere, assicurato con una seconda corda da roccia, attraverso il dirupo fino al lago.



**Dislivello in salita:** ca. 100 m

**Tempo previsto solo camminata:** ca. 1 ora

**Attrezzatura:** scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

**Difficoltà:**  *escursione per famiglie*

## **Picco di Vallandro 2839m**

Il picco di Vallandro è sicuramente una delle cime piú panoramiche delle Dolomiti di Braies. Partendo da Prato Piazza a 2000m il sentiero sale con una pendenza di media difficoltà sul versante Sud della montagna fino ad arrivare ad una quota di 2800m. Poco prima della vetta si dovrà affrontare un breve tratto esposto con una corda fissa.

Vale veramente la pena arrivare in vetta: Ci godiamo il panorama mozzafiato sui ghiacciai della cresta confinante, sulle Tre Cime di Lavaredo, le Tofane e il massiccio del Cristallo.

Ritorniamo sullo stesso sentiero d'andata.



**Dislivello in salita:** ca. 850 m

**Tempo previsto solo camminata:** ca. 4- 5 ore

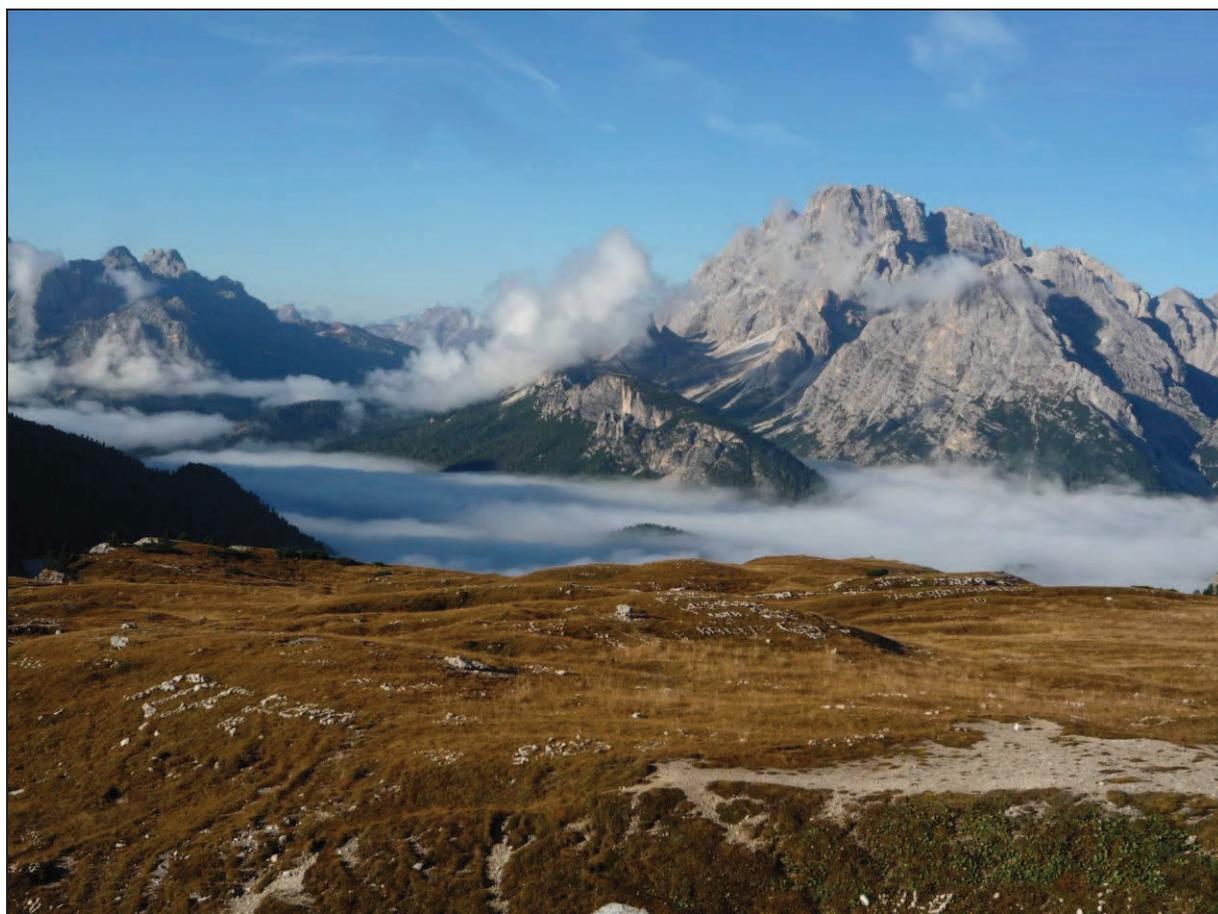
**Attrezzatura:** scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

**Difficoltà:** 

## Il rifugio Fonda Savio nel gruppo dei Cadini

Il gruppo dei Cadini di Misurina ha il suo fascino: moltissime cime, forcelle, ghiaioni e in mezzo, il piccolo rifugio Fonda Savio: Le Dolomiti in miniatura!

Partiamo da Misurina facendo una gita nel variegato paesaggio del gruppo dei Cadini di Misurina.



**Dislivello in salita:** ca. 550 m

**Tempo previsto solo camminata:** ca. 4 ore

**Attrezzatura:** scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

**Difficoltà:** 