



## **1. GIORNO: Marmolada, ai piedi della Regina delle Dolomiti – Dalla conca di Fuciade alla Val Contrin**

**Durata:** 5/6 ore    **Difficoltà:** rossa

Dal Rifugio Fuciade, un ripido e faticoso sentiero (segnavia n. 607), che in questo tratto identifica l'Alta Via n 2 delle Dolomiti / Sentiero Italia, si arrampica nel cuore delle Cirelle, fino a raggiungere, con un dislivello di 700 metri, il Passo delle Cirelle (2680 m).

L'ambiente, da questo balcone, è straordinario, caratterizzato da una corona di cime che superano i 3000 metri: a sud, oltre i prati color smeraldo di Fuciade, il profilo unico delle Pale di San Martino, a ovest la catena di Cima Uomo e il Col Ombert, a est le sagome calcaree di Cima Ombrettola e Sasso Vernale, mentre verso nord-est si staglia nel cielo la parte sommitale del gigantesco e compatto muro verticale della Regina delle Dolomiti, la Marmolada. Siamo nel cuore delle montagne ladine e dietro ad ogni sasso possono essere nascosti i protagonisti delle leggende che caratterizzano questo territorio. Meno ripido che nella salita, il sentiero n. 607 attraversa in discesa ampi ghiaioni e sotto il Sasso Vernale devia decisamente verso sinistra, scendendo senza fretta e con pendenza costante verso il Rifugio Contrin (2016 m).

Partenza: Rifugio Fuciade (Passo San Pellegrino) +39 0462 574281

Arrivo: Rifugio Contrin +39 0462 601101

### **Variante 1° Tappa: Marmolada, ai piedi della Regina delle Dolomiti - Da Pozza di Fassa alla Val Contrin**

**Durata:** 4/5 ore    **Difficoltà:** rossa

Raggiunto il Buffaure (2060 m) con la telecabina, si scende il pendio fino alla sella per andare poi a sinistra sull'ampia pista da sci (qui in basso sulla destra si può ancora prendere la seggiovia che porta fino al Col de Valvacin) e raggiungere Buffaure di sopra, presso il rifugio Baita Cuz. Si riprende a salire e con comodo zigzag si esce sulla cresta. Si va verso la stazione a monte della seggiovia vincendo poi la ripida rampa che conduce al Sas de Adam (grandioso panorama circolare su tutte le Dolomiti di Fassa) oltre il quale si inizia a scendere. Allorché la cresta si innalza di nuovo, se ne attraversano le pendici nord fino a Sela Brunéché (2420 m). A monte della seggiovia (qui il sentiero diviene n. 613 bis) si riguadagna la cresta sottile che chiude a sud la conca di Ciampac e la si percorre per intero fino agli aspri contrafforti del Sas de Roces che costringono a spostarsi sul versante della Val San Nicolò (Val de Sèn Nicolò). Si scendono alcuni tornanti per attraversare poi lungamente in quota, aiutati in alcuni punti scoscesi da fune metallica, sino a raggiungere l'ampia sella erbosa a monte del Sas Bianch. Si risale (il sentiero riassume il n. 613) con ripida diagonale il versante ovest del Varos in presenza di fortificazioni risalenti alla prima guerra mondiale. Se ne scende il declivio est in vista del rifugio Passo San Nicolò (2346 m) che si raggiunge in pochi minuti. Si scende lungo il sentiero n. 608 in Val de Contrin fino a raggiungere il rifugio omonimo.

Partenza: Pozza di Fassa

Arrivo: Rifugio Contrin +39 0462 601101

Lungo il percorso: Rifugio Baita Cuz +39 0462 760354, Rifugio Passo San Nicolò +39 0462 601466, Rifugio Al Zedron +39 348 9301215

## **2. GIORNO: Nel regno di Conturina – Dalla Val Contrin a Fedaia**

**Durata:** 5/6 ore    **Difficoltà:** rossa

Dal Rifugio Contrin si risale per il sentiero n. 608, che in circa un'ora porta al Passo San Nicolò, dove sorge l'omonimo rifugio. Da qui si prosegue verso destra per il sentiero n. 613, che conduce alla Forcia Neigra prima (presenza di un punto esposto con fune metallica – in alternativa si può seguire il sentiero n. 613 bis che dal Passo San Nicolò porta a Sela Brunéché, aiutati in alcuni punti scoscesi da fune metallica) per poi discendere nella conca del Ciampac, da dove si può raggiungere l'Alba di Canazei in funivia. Dalla stazione a valle della funivia si imbecca il sentiero n. 602, che si congiunge poi con il n. 605, il quale conduce fino a Fedaia. Come ulteriore alternativa, dal rifugio Contrin è possibile scendere direttamente in Val Contrin lungo il sentiero n. 602 per poi svoltare a destra ed immettersi sul sentiero n. 605 fino a Fedaia.

Partenza: Rifugio Contrin +39 0462 601101

Arrivo: Passo Fedaia, Rifugio Marmolada E. Castiglioni +39 0462 601117, Rifugio Cima Undici +39 0462 602290

Lungo il percorso: Rifugio Passo San Nicolò +39 0462 601466, Rifugio Ciampac +39 0462 600060, Rifugio Tobia del Giagher +39 0462 602385, Rifugio Mèlga Cianci +39 335 1736893,

### **3. GIORNO: Il Viel dal Pan – Da Fedaia al Col Rodella, con passaggio al Sass Pordoi**

**Durata:** 5/6 ore    **Difficoltà:** rossa

Di fronte al Rifugio Marmolada E. Castiglioni si prende il sentiero n. 601, che con un lungo traverso in un ambiente spettacolare, mantenendosi intorno a quota 2400, porta al Passo Pordoi (2239 m). Questo tratto di itinerario è chiamato "Il Viel del Pan", perché pare fosse l'itinerario preferito dai commercianti ambulanti che si spostavano tra la Val di Fassa e la conca di Livinalongo. Al Passo Pordoi merita salire in funivia al Sass Pordoi, la terrazza delle Dolomiti, per poter godere di un panorama a 360° su tutte le principali vette dolomitiche. Tornati al Passo Pordoi in funivia, seguendo il sentiero n. 627 si arriva a Pecol, da dove, per lo stesso sentiero o prendendo la cabinovia, si scende a Canazei. Da qui, per la passeggiata lungo il torrente, si raggiunge la località Ischia a Campitello, dove c'è la stazione di partenza della funivia che in pochi minuti porta al Col Rodella. Il pernottamento è previsto in uno dei rifugi presenti al Col Rodella.

Partenza: Passo Fedaia, Rifugio Marmolada E. Castiglioni +39 0462 601117 , Rifugio Cima Undici +39 0462 602290

Arrivo: Col Rodella, Rif. Friedrich August +39 0462 764919, Rifugio Des Alpes +39 0462 601184, Rifugio Col Rodella +39 338 3293620

Lungo il percorso: Rifugio Fredarola +39 0462 602072, Rifugio Ciampolin +39 0462 602200, Rifugio Salei +39 0462 602300, Rifugio Carlo Valentini +39 0462 601183

### **4. GIORNO: Ai piedi del Sassolungo – Dal Col Rodella all'Antermoia/Passo Principe**

**Durata:** 6/7 ore    **Difficoltà:** rossa

Dal Col Rodella si imbecca il sentiero n. 557-4, conosciuto anche con il nome di "Friedrich August Weg", in onore del Re di Sassonia, appassionato botanico. Su comodo sentiero con dislivelli minimi, si cammina ai piedi della punta Grohmann, della punta Innerkofler, del Dente del Sassolungo e del Sasso Piatto, per uscire poi sull'ampia sella erbosa del Giogo di Fassa, dove sorge il Rifugio Sasso Piatto. Qui si prosegue sulla cresta pianeggiante di Siusi (sentiero n. 4-594), che scende poi sul versante della Val Duron fino al passo omonimo. Alcune selle lungo il percorso permettono di godere di superbi panorami anche dal versante opposto, verso l'Alpe di Siusi e le Odle. Dal Passo Duron si scende nella valle omonima lungo il sentiero n. 632, per poi prendere sulla destra il sentiero n. 555, che porta al Passo Ciaregole (2282 m). Dopo aver superato il passo, il sentiero si congiunge con il segnavia n. 580, che si imbecca verso destra per salire con ripide curve verso il Passo di Dona (2516 m) e, costeggiando il versante meridionale della Cima di Dona, si raggiunge il Rifugio Antermoia (2497 m). Siamo nel cuore delle Dolomiti fassane, che offrono un suggestivo scorcio sulla parete orientale del Catinaccio d'Antermoia. (Alternativa: dal Rifugio Antermoia si prosegue sul sentiero n. 584 che valica il passo omonimo (2770 m), per costeggiare poi il versante occidentale del Catinaccio d'Antermoia fino al Passo e al Rifugio Principe (2597 m)).

Partenza Col Rodella

Arrivo: Rifugio Antermoia +39 333 6656311; Rifugio Passo Principe +39 339 4327101

Lungo il percorso: Rif. Sandro Pertini + 39 328 8651993, Rifugio Sasso Piatto +39 0462 601721

### **5. GIORNO: Catinaccio, l'anima dei Monti Pallidi – Dall'Antermoia/Passo Principe a Gardeccia**

**Durata:** 4/5 ore    **Difficoltà:** rossa

Dal Rifugio Antermoia si prosegue sul sentiero n. 584 che valica il passo omonimo (2770 m), per costeggiare poi il versante occidentale del Catinaccio d'Antermoia fino al Passo e al Rifugio Principe (2597 m), dal Rifugio Passo Principe (2597 m) si imbecca il sentiero n. 584 in direzione sud, che dopo un primo ripido tratto, digrada lungo la Val del Vajolet fino ai rifugi Vajolet e Preuss (2245 m), da cui si ammirano le mitiche Torri del Vajolet e la parete est del Catinaccio. Siamo al centro di una delle zone più celebrate dall'alpinismo di tutti i tempi, dove i pionieri dell'arrampicata, da Paul Preuss a Tita Piazz, hanno realizzato imprese divenute leggende. Da qui, in un'ora circa di cammino, si raggiunge il Rifugio Re Alberto I (segnavia n. 542), dal quale si può ammirare il versante meridionale delle Torri del Vajolet. Tornati ai rifugi Vajolet e Preuss, seguendo il sentiero n. 546 si scende fino a Gardeccia.

Partenza: Rifugio Antermoia +39 333 6656311; Rifugio Passo Principe +39 339 4327101

Arrivo: Gardeccia, Rifugio Stella Alpina Spitz Piazz +39 0462 760349, Rifugio Gardeccia +39 0462 763152

Lungo il percorso: Rifugio Re Alberto I +39 0462 763428, Rifugio Vajolet +39 0462 763292

## **6. GIORNO: Verso la Roda de Vael – Da Gardeccia al Passo di Costalunga**

**Durata:** 4/5 ore    **Difficoltà:** rossa

Dalla conca di Gardeccia si raggiunge il Ciampedie (segnavia n. 540), da dove si ha una visione panoramica su tutta la Valle del Vajolet. Si prosegue per Prà Martin e poi per il "Vial da le Feide" ai piedi delle Cigolade (Sentiero delle Pecore: panoramico e con certi tratti leggermente esposti), in alternativa si può seguire il sentiero n. 545 chiamato anche "Alta Via dei Fassani". Raggiunta la Buja de Vael, si scende al Rifugio Roda de Vael. Da qui, per il sentiero n. 548, si scende fino al Passo Costalunga. In alternativa, si può proseguire per il sentiero n. 549 fino al monumento a Theodor Christomannos, ideatore della "Strada delle Dolomiti: Bolzano, Cortina, Dobbiaco", e poi per il sentiero n. 539, fino al Rifugio Paolina. Da qui si scende al Passo Costalunga, raggiungibile con la seggiovia o percorrendo il sentiero 552. Si può tornare poi in Val di Fassa con il pullman di linea SAD. Partenza: Gardeccia, Rifugio Stella Alpina Spitz Piazz +39 0462 760349, Rifugio Gardeccia +39 0462 763152 Arrivo: Passo Costalunga  
Lungo il percorso: Rifugio Ciampedie +39 0462 764432, Rifugio Roda de Vael +39 0462 764450



## **1. DAY: Marmolada, at the feet of the Queen of the Dolomites - From Fuciade to Contrin**

**Length:** 5/6 hours **Difficulty:** red

From the Fuciade Refuge, a steep, strenuous path, trail no. 607 (Alta Via delle Dolomiti No. 2 / Sentiero Italia in this section), climbs into the heart of the Cirelle, to reach the Cirelle Pass (2680 m), after an ascent of 700 metres. The vista from this vantage point is magnificent, dominated by a crown of 3000 metre-plus peaks: to the south, beyond the emerald pastures of the Fuciade, the unique profile of the Pale di San Martino; to the west, the Cima Uomo chain and Col Ombert; to the east, the limestone outlines of Cima Ombrettola and Sasso Vernale; to the northeast, the sky is cleaved by the top of the huge, solid, sheer wall of the Queen of the Dolomites, the Marmolada. We are in the heart of the Ladin mountains, and the characters from the legends of this area could be hiding behind each stone. Trail no. 607 descends less steeply than the ascent across large scree slopes then, under the Sasso Vernale, it turns markedly to the left and descends unhurriedly and unvaryingly to the Contrin Refuge (2016 m).

Starting point: Rifugio Fuciade (San Pellegrino Pass) +39 0462 574281  
Ending point: Rifugio Contrin +39 0462 601101

### **Alternative: Marmolada, at the feet of the Queen of the Dolomites - From Pozza di Fassa to Contrin valley**

**Length:** 4/5 hours **Difficulty:** red

Take the cabin-lift to Buffaure (2060 m). From Buffaure it is possible to climb further still using the chair-lift to Col de Valvacin, or you can walk up the ski run to the crest. You will pass the Baita Cuz refuge. Now walk along the ridge behind the chair-lift terminal to the top of Sas de Adam to enjoy a marvellous panorama of the Fassa Dolomites. Keep on the ridge, now in descent, and then the path goes across to the Sela Brunéché pass at 2428 m. Get back onto the ridge above the chair-lift (path no. 613 bis) and proceed to the Sas de Rocés. Here you will have to go round to the south on the side of the San Nicolò valley, and in certain places there is a metal safety cord. You will reach the grassy saddle above Sas Bianch and then there is a steep diagonal to the west side of the Varos ridge (path no. 613). Here there are fortifications left from WW1. Now the San Nicolò Pass (Pas de Sèn Nicolò) and the refuge (2338 m) are visible and you will be down in a few minutes. Later on you go down to Val de Contrin through path no. 608 in order to reach Rif. Contrin.

Starting point: Pozza di Fassa  
Ending point: Rifugio Contrin +39 0462 601101  
Along the route: Rifugio Baita Cuz +39 0462 760354, Rifugio Passo San Nicolò +39 0462 601466, Rifugio Al Zedron +39 348 9301215

## **2. DAY: The realm of Conturina - From Val Contrin to Fedaia**

**Length:** 5/6 hours **Difficulty:** red

From the Contrin refuge, follow trail no. 608 uphill for about an hour to the San Nicolò pass and the refuge of the same name. From here, turn right into trail no. 613, which leads past Forcia Neigra, where in an exposed stretch there is a metal safety cord, (as alternative you can follow path no. 613-bis from San Nicolò pass to Sela Brunéché, where in certain places there is a metal safety cord) and then descend into the Ciampac depression, where the cableway can be taken to Alba di Canazei. From the lower cableway station, take trail no. 602. This joins with trail no. 605, which leads to the Fedaia pass. As an alternative you can descend the Val Contrin through path no. 602 and just before reaching the village of Alba (1517 m) turn into path no. 605 in order to go to Pian Trevisan (1700 m) and afterwards to Passo Fedaia (2054 m).

Starting point: Rifugio Contrin +39 0462 601101  
Ending point: Passo Fedaia, Rifugio Marmolada E. Castiglioni +39 0462 601681, Rifugio Cima Undici +39 0462 602290  
Along the route: Rifugio Passo San Nicolò +39 0462 601466, Rifugio Ciampac +39 0462 600060, Rifugio Tobià del Giagher +39 0462 602385, Rifugio Mèlga Cianci +39 335 1736893

## **3. DAY: The Viel dal Pan - From Fedaia to Col Rodella**

**Length:** 5/6 hours **Difficulty:** red

From in front of the Marmolada E. Castiglioni refuge, take trail no. 601 which, in a long traverse among breathtaking scenery and at a constant altitude of around 2400 metres, leads to the Pordoi pass (2239 metres ASL). This section of the itinerary is called "Il Viel del Pan", as it once was the preferred route for ambulant traders from the Val di Fassa to the Livinallongo Valley. Once at the Pordoi pass, a trip in the cableway to Sass Pordoi – the terrace of the Dolomites – is well worth your while, as it offers a complete 360° vista of all the main Dolomite peaks. After returning to the Pordoi pass by cableway, follow trail no. 627 to Pecol. From here, either go on to Canazei on the same path or take the cablecar. At Canazei, a walk along the river leads to Ischia a Campitello, with the base station of the cableway that leads to Col Rodella in just a few minutes.

Starting point: Passo Fedaia, Rifugio Marmolada E. Castiglioni +39 0462 601117 , Rifugio Cima Undici +39 0462 602290

Ending point: Col Rodella, Rif. Friedrich August +39 0462 764919, Rifugio Des Alpes +39 0462 601184, Rifugio Col Rodella +39 338 3293620

Along the route: Rifugio Fredarola +39 0462 602072, Rifugio Ciampolin +39 0462 602200, Rifugio Salei +39 0462 602300, Rifugio Carlo Valentini +39 0462 601183

#### **4. DAY: At the feet of Sassolungo Massif – From Col Rodella to Antermoia/Passo Principe** **Length:** 6/7 hours **Difficulty:** red

From Col Rodella, take trail no. 557-4, named "Friedrich August Weg" after the King of Saxony and botanical enthusiast. The trail follows an easy, relatively even path at the feet of the Grohmann and Innerkofler peaks, the Dente del Sassolungo and the Sasso Piatto, to then lead into the wide grassy saddle of the Giogo di Fassa, with the Sasso Piatto refuge. From here, the trail (4-594) continues along the Siusi crest over generally even terrain at the start of the ridge, and then onto the slope of the Val Duron to the pass of the same name. A number of saddles along the way also open spectacular vistas of the Alpe di Siusi and the Odle from the opposite slope. From the Duron pass, the trail no. 532 descends into the Val Duron to then turn right into trail no. 555, which leads to the Ciaregole pass (2282 metres ASL). Shortly after the pass, the path joins trail no. 580, which ascends to the right in steep curves towards the Dona pass (2516 metres ASL) and flanks the southern slope of the Cima di Dona to reach the Antermoia refuge (2497 metres ASL). This is the heart of the Val di Fassa Dolomites, dominated by the magnificent vista of the eastern wall of the Catinaccio d'Antermoia. (Alternative: from the Antermoia Refuge, trail no. 584 crosses the Antermoia Pass (2770 m ASL) to then flank the western slope of the Catinaccio d'Antermoia and reach the Principe pass and refuge (2597 m ASL)).

Starting point: Col Rodella, Rif. Friedrich August +39 0462 764919, Rifugio Des Alpes +39 0462 601184, Rifugio Col Rodella +39 338 3293620

Ending point: Rifugio Antermoia +39 333 6656311; Rifugio Passo Principe +39 339 4327101

Along the route: Rif. Sandro Pertini + 39 328 8651993, Rifugio Sasso Piatto +39 0462 601721,

#### **5. DAY: The Soul of the Monti Pallidi - From Antermoia/Passo Principe to Gardeccia** **Length:** 4/5 hours **Difficulty:** red

From the Antermoia Refuge, trail no. 584 crosses the Antermoia Pass (2770 m ASL) to then flank the western slope of the Catinaccio d'Antermoia and reach the Principe pass and refuge (2597 m ASL). From the Passo Principe refuge (2597 m) the itinerary continues south along trail no. 584 which, after an initial steep stretch, flattens into the Val del Vajolet, to reach the Vajolet and Preuss refuges (2245 m ASL), with a vista of the legendary Torri del Vajolet and the eastern wall of the Catinaccio. This is the heart of one of the best known Alpine climbing areas of all time, where the exploits of mountaineering pioneers such as Paul Preuss and Tita Piaz have become the stuff of legends. From here, the Re Alberto I refuge can be reached in about an hour along trail no. 542, to admire the southern slopes of the Torri del Vajolet. After returning to the Vajolet and Preuss refuges along trail no. 546, the itinerary descends to Gardeccia and the refuge of the same name.

Starting point: Rifugio Antermoia +39 333 6656311; Rifugio Passo Principe +39 339 4327101

Ending point: Gardeccia, Rifugio Gardeccia +39 0462 763152, Rifugio Stella Alpina Spitz Piaz +39 0462 760349

Along the route: Rifugio Re Alberto I +39 0462 763428, Rifugio Vajolet +39 0462 763292

#### **6. DAY: Towards the Roda de Vael – From Gardeccia to Costalunga Pass**

**Length:** 4/5 hours **Difficulty:** red

From the Gardeccia depression, take trail no. 540 to Ciampedie, which offers a magnificent vista of the entire Vajolet valley. Continue past Prà Martin and follow the "Vial da le feide" (the sheep path) at the feet of the Cigolade, to reach the Buja de Vael and then descend to the Roda de Vael refuge (alternatively you can follow path no. 545 "Alta via dei Fassani" which leads from Ciampedie to Roda de Vael). From here, trail no. 548 descends to the Costalunga pass. Alternatively, continue along trail no. 549 to the monument to Theodor Christomannos, who devised the "Dolomite Road: Bolzano, Cortina, Dobbiaco", and then follow trail no. 539 to the Paolina refuge. From here, make your way down to the Costalunga pass either by chairlift or along trail no. 552. You can return to Val di Fassa by the bus service SAD.

Starting point: Gardeccia  
Ending point: Passo Costalunga

Along the route: Rifugio Ciampedie +39 0462 764432, Rifugio Roda de Vael +39 0462 764450



**1. TAG: Marmolada, am Fusse der Königin der Dolomiten - Von Fuciade bis Contrin**  
**Dauer:** 5/6 Stunden **Schwierigkeit:** mittelschwer

Von der Fuciade-Hütte zieht sich der steile, anstrengende Weg 607, der in diesem Abschnitt dem Dolomiten-Höhenweg Nr. 2 entspricht, ins Herz der Cirelle bis zum Cirelle Pass (2.680 m) hinauf, wobei ein Höhen- Unterschied von 700 m zu überwinden ist. Das von den über 3.000 m hohen Gipfeln geprägte Panorama von dieser Aussichtsterrasse ist überwältigend. Im Süden zeichnet sich hinter den saftig grünen Wiesen von Fuciade das einzigartige Profil der Pale di San Martino ab, im Westen bestimmt die Cima Uomo-Kette und der Col Ombert das Bild, im Osten sind es die Kalksteinformationen der Cima Ombrettola und des Sasso Vernale und im Nordosten strebt der Gipfel der enormen, kompakten senkrechten Bergwand der Königin der Dolomiten, der Marmolada, gen Himmel. Wir befinden uns im Herzen der ladinischen Berge: Hinter jedem Stein könnten sich die Helden der lokalen Sagen und Legenden verstecken. Nicht ganz so steil wie der Anstieg ist der Abstieg auf dem Weg 607, der über große Geröllfelder führt und unter dem Sasso Vernale links abbiegt. Bei gleichmäßigem Gefälle geht es geruhsam zu Contrin Hütte.

Start: Rifugio Fuciade (San Pellegrino Pass) +39 0462 574281  
Ziel: Rifugio Contrin 39 0462 601101

**Variante 1. Etappe: Marmolada, am Fusse der Königin der Dolomiten - Von Pozza bis Contrin**  
**Dauer:** 4/5 Stunden **Schwierigkeit:** mittelschwer

Nachdem man mit der Kabinenbahn die "Bufaure-Wiesen" (2.060 m) von Pozza di Fassa erreicht hat, steigt man den Abhang bis zum Sattel hinunter, geht dann links über die breite Skipiste (unterhalb der Piste kann man rechts den Sessellift nehmen, der bis zum "Col de Valvacin" führt) und erreicht den oberen "Bufaure" in der Nähe der "Baita Cuz-Hütte". Weiter geht es bergauf und auf bequemem Zickzackkurs erreicht man den Bergkamm. Man geht in Richtung der Bergstation des Sessellifts, bezwingt dann die steile Rampe, die zum "Sas de Adam" führt, und anschliessend beginnt der Abstieg. Sobald der Bergkamm wieder an Höhe gewinnt, überquert man seine Nordabhänge bis zur "Sela Brunech" in 2.420 m Höhe. Auf der Bergseite des Sessellifts (der Pfad trägt hier die Nr. 613 bis) erreicht man wieder den dünnen Kamm, der im Süden die "Ciampac-Mulde" umschliesst, und man geht sie bis zu den unwegsamen Ausläufern des "Sas de Rocas-Massivs" entlang. Diese Ausläufer zwingen uns, auf die San Nicolò-Talseite überzuwechseln. Nun steigt man einige Kehren ab und geht so lange in der Höhe weiter – an einigen abschüssigen Punkten helfen uns Metallseile –, bis man den weitläufigen Grassattel oberhalb des "Sas Bianch" erreicht. Man ersteigt die steile Diagonale des Westhangs des "Varos" (der Pfad trägt nun wieder die Nr. 613). Man steigt den Osthang mit Blick auf die "San Nicolò-Hütte" ab (2.346 m), den man in wenigen Minuten erreicht. Vom hier läuft man runter auf dem Pfad Nr. 608 bis zum Contrin Tal und der Contrin Schutzhütte.

Start: Pozza di Fassa  
Ziel: Rifugio Contrin +39 0462 601101  
Andere Hütten:  
Rifugio Baita Cuz +39 0462 760354; Rifugio Passo San Nicolò +39 0462 601466; Rifugio Al Zedron +39 348 9301215



## **2. TAG: Im Reich der mythischen Conturina - Von Contrin bis Passo Fedaia**

**Dauer:** 5/6 Stunden

**Schwierigkeit:** mittelschwer

Von der Contrin Hütte führt uns der Weg 608 in etwa einer Stunde zum San Nicolò Pass mit der gleichnamigen Hütte hoch. Hier geht es auf dem Weg 613 weiter nach rechts, der zunächst zur Forcia Neigra, dann zum Brunech-Sattel (alternativ vom San Nicolò Pass folgt man den Weg 613 bis, auch „Lino Pederiva“ Weg genannt, wo an einigen abschüssigen Punkten helfen uns Metallseile, um Brunech-Sattel zu erreichen) und anschließend hinunter in die Mulde des Ciampac führt, von wo aus man mit der Seilbahn nach Alba di Canazei hinabfahren kann.

Ab der Talstation nehmen wir den Weg 602, der sich dann mit dem Weg 605 vereint und uns zum Fedaia Pass bringt.

As weitere Alternative von der Contrin Hütte folgt man den Weg n. 602 runter bis der Kreuzung mit dem Weg 605.

Start: Rifugio Contrin +39 0462 601101

Ziel: Fedaia Pass, Rifugio Marmolada E. Castiglioni +39 0462 601117; Rifugio Capanna Cima Undici +39 602290

Andere Hütten: Rifugio Passo San Nicolò +39 0462 601466; Rifugio Ciampac +39 0462 600060; Rifugio Tobia del Giagher +39 0462 602385

## **3. TAG: Viel dal Pan – Von Passo Fedaia bis Col Rodella**

**Dauer:** 5/6 Stunden

**Schwierigkeit:** mittelschwer

Von der Castiglioni-Hütte aus nimmt man den Weg 601, der nach einer langen Traverse in spektakulärer Umgebung immer auf etwa 2.400 m Höhe zum Pordojoch (2.239 m) führt. Dieses Wegstück wird "Viel del Pan" genannt, weil es scheinbar besonders beliebt bei den fliegenden Händlern war, die sich zwischen dem Fassa-Tal und der Livinallongo-Mulde aufhielten. Vom Pordojoch lohnt es sich mit der Seilbahn zum Sass Pordoi hochzufahren, einer der schönsten Aussichtsterrassen der Dolomiten mit 360° Rundblick auf alle Gipfel. Zurück am Pordojoch mit der Seilbahn geht es auf dem Weg 627 weiter nach Pecol und von dort entweder nach Canazei auf demselben Weg weiter oder mit der Kabinenbahn. Von Canazei aus kann man am Bach entlang nach Ischia in Campitello wandern, wo sich die Talstation der Seilbahn befindet, die uns in nur wenigen Minuten zum Col Rodella bringt.

Start: Fedaia Pass, Rifugio Marmolada E. Castiglioni +39 0462 601117; Rifugio Capanna Cima Undici +39 602290

Ziel: Col Rodella, Rifugio Friedrich August +39 0462 764919; Rifugio Des Alpes +39 0462 601184; Rifugio Salei +39 0462 602300; Rifugio Carlo Valentini +39 0462 601183

Andere Hütten: Rifugio Fredarola +39 0462 602072

## **4. TAG: Am Fusse der Langkofelgruppe- Von Col Rodella bis Antermoia/Passo Principe**

**Dauer:** 6/7 Stunden

**Schwierigkeit:** mittelschwer

Von Col Rodella schlägt man den Weg 557-4 ein, der nach dem Sachsenkönig Friedrich August, der ein begeisterter Botaniker war, auch "Friedrich-August-Weg" genannt wird. Gemütlich führt uns der Weg mit wenig Auf und Ab am Fuße der Grohmannspitze, der Innerkoflerspitze, des imposanten Langkofel und des Plattkofel entlang bis zu dem breiten grünen Sattel des Fassa-Jochs, wo sich die Plattkofel Hütte befindet. Von dort geht es weiter auf dem Seiser Kamm, zunächst relativ eben und dann am Hang des Duron-Tals entlang zum Duron Pass. Von einigen Sätteln auf dem Weg hat man atemberaubende Ausblicke, u.a. auch auf die gegenüberliegende Seiseralm und die Geislerspitze. Vom Duron Pass geht es hinunter in das Duron-Tal durch Weg 532 und dann nach rechts auf dem Weg 555, der zum Ciaregole Pass (2.282 m) führt; kurz nach dessen Überquerung vereint sich der Weg mit dem ausgeschilderten Weg 580, der nach rechts über steile Kurven zum Dona Pass (2.516 m) führt. Entlang dem Südhang der Cima di Dona geht es zur Antermoia Hütte (2.497 m). Wir befinden uns hier im Herzen der Dolomiten von Fassa, mit seinem atemberaubenden Panorama des Osthangs des Kesselkogels. (Alternative: von der Antermoia-Hütte verläuft der Weg 584 über den Antermoia Pass (2.770 m) und dann dem Westhang des Kesselkogels entlang bis zum Grasleitenpass (2.597 m) mit der gleichnamigen Hütte).

Start: Col Rodella, Rifugio Friedrich August +39 0462 764919; Rifugio Des Alpes +39 0462 601184; Rifugio Salei +39 0462 602300; Rifugio Carlo Valentini +39 0462 601183

Ziel: Rifugio Antermoia +39 333 6656311; Rifugio Passo Principe +39 339 4327101

Andere Hütten: Rif. Sandro Pertini + 39 328 8651993, Rifugio Sasso Piatto +39 0462 601721

## **5. TAG: Im Herzen der bleichen Berge - Von Antermoia/Passo Principe bis Gardeccia**

**Dauer:** 4/5 Stunden

**Schwierigkeit:** mittelschwer

Von der Antermoia-Hütte verläuft der Weg 584 über den Antermoia Pass (2.770 m) und dann dem Westhang des Kesselkogels entlang bis zum Grasleitenpass (2.597 m) mit der

gleichnamigen Hütte. Von Passo Príncipe Hütte (2597 m) geht es weiter Richtung Süden auf dem Weg 584, der nach einem steilen Stück längs des Vajolet-Tals bis zur Vajolet- und zur Preuss Hütte (2.245 m) abfällt. Von hier aus hat man einen herrlichen Blick auf die mythischen Vajolet Türme und die Ostwand des Rosengartens. Wir befinden uns inmitten eines der wohl bekanntesten Bergsteigergebiete aller Zeiten: Kletterpioniere angefangen von Paul Preuss bis hin zu Tita Piaž haben hier ihre legendären Bergtouren unternommen. Von hier aus gelangt man in etwa einer Stunde zur König Albert I Hütte (Weg 542 mit toller Sicht auf den Südhang der Vajolet Türme). Zurück bei der Vajolet- und der Preuss Hütte führt uns der Weg 546 zur Gardeccia Mulde hinunter.

Start: Rifugio Antermoia +39 333 6656311; Rifugio Passo Principe +39 339 4327101

Ziel: Gardeccia, Rifugio Stella Alpina Spitz Piaž +39 0462 760349; Rifugio Gardeccia +39 0462 763152

Andere Hütten: Rifugio Re Alberto I +39 0462 763428; Rifugio Vajolet +39 0462 763292;

## **6. TAG: Zur Rotwand (Roda De Vael) - Von Gardeccia bis Karerpass und Vigo di Fassa**

**Dauer:** 4/5 Stunden

**Schwierigkeit:** mittelschwer

Von der Gardeccia Mulde aus erreicht man über den Weg 540 Ciampedie mit seinem sagenhaften Rundblick auf das ganze Vajolet-Tal. Weiter geht es über Prà Martin und den "Trois de la Feide" (Schafspfad) am Fuße der Cigolade-Felsen entlang nach Buja de Vael und dann hinunter zur Rotwandhütte (Rifugio Roda de Vael). Alternativ vom Ciampedie kann man den Weg 545 bis Rotwandhütte folgen. Von dort führt der Weg 548 weiter zum Karerpass. Alternativ kann man auch auf dem Weg 549 zum Denkmal für Theodor Christomannos weitergehen, dem Erbauer der Dolomitenstrasse, und dann auf dem Weg 539 bis zur Paolina Hütte. Von dort kann man zum Karerpass hinuntersteigen, mit der Seilbahn fahren oder dem Weg 552 folgen.

Start: Gardeccia, Rifugio Stella Alpina Spitz Piaž +39 0462 760349; Rifugio Gardeccia +39 0462 763152

Ziel: Passo Costalunga

Andere Hütten: Rifugio Ciampedie +39 0462 764432; Rifugio Roda de Vael +39 0462 764450