

1. Viel dal Pan

Canazei-Belvedere-Rif. Fredarola-Rif. Viel dal Pan-Passo Fedaia

Il sentiero che corre lungo tutta la montagna, collegando il Passo Fedaia con il Passo Pordoi, veniva usato dai commercianti di farina del bellunese al fine di attraversare le valli più rapidamente, senza dover percorrere strade di fondo valle. La farina, usata per fare il pane, rappresentava un ottimo prodotto di scambio e veniva barattata nelle valli ladine con, ad esempio, oggetti di artigianato. È proprio dalla funzione che aveva originariamente questo vialetto che il percorso e l'omonimo rifugio prendono il nome di "Viel dal Pan".

2. Sass Pordoi - Piz Boè - Val Lasties

Canazei-Passo Pordoi-Sass Pordoi-Piz Boè-Val Lasties-Pian Schiavaneis-Canazei

Passo Pordoi (2.240 m) si trova sopra Canazei in Val di Fassa, da qui parte la funivia che ci porta a quota 2.947 m, sul Sass Pordoi, una delle cime più esposte del Gruppo del Sella. Da qui, il percorso scende fino alla forcella del Pordoi, dove parte il percorso n. 627 in direzione Rifugio Boé (coincide in parte con l'altavia delle Dolomiti AV 2). Attraversando un paesaggio lunare ci avviciniamo al Rifugio Boé, che si trova in cima alla famosa Val di Mesdi. Poco prima del rifugio, un bivio indica il Piz Boé a destra, seguiamo il sentiero n. 638. Da qui in poi, il percorso è tutto in salita. C'è anche un passaggio difficile lungo una piccola parete rocciosa, ma fattibile per quasi chiunque se attrezzato. Dopo quasi due ore di cammino, raggiungiamo finalmente la vetta. Sul Piz Boé troviamo, oltre ad un'antenna di trasmissione ed alla croce della cima, la piccola Capanna di Fassa, un rifugio in legno installato sui pochi pochi m² disponibili. Ma la vera attrazione del Boé è la fantastica vista sul gruppo del Sella e sulle Dolomiti circostanti. Fanes, Marmolata, Sassolungo, Odle... per nominare solo quelle più vicine. Per la nostra escursione abbiamo scelto la strada più facile. Esiste però anche una più breve e diretta (ma più ripida ed esposta), seguendo da Forcella Pordoi il segnavia "Capanna Fassa / Piz Boé". Da qui si ritorna in valle scendendo la Val Lasties

3. Passeggiata in Val Duron

Campitello di Fassa-Val Duron-Campitello di Fassa

La Val Duron è probabilmente la più bella delle valli laterali della Val di Fassa e uno dei meravigliosi spettacoli delle Dolomiti Trentine. Si trova interamente nel comune di Campitello di Fassa. Una valle di altitudine medio alta, che spiana e si apre al cospetto di due delle creste più belle che il vostro sguardo possa sperare di incontrare mai: quella del Sassopiatto, una splendida cima che attira appassionati di trekking più allenati, e il gruppo del Catinaccio, (in tedesco Rosengarten, ovvero Giardino delle Rose).

4. Giro del Sassolungo e Sasso Piatto

Canazei-Passo Sella-Giro di Sassolungo e Sassopiatto-Passo Sella-Canazei

L'escursione può essere affrontata in senso orario o antiorario. Due i punti di partenza: Col Rodella ed il Rifugio Passo Sella.

Da Campitello si sale in funivia al Col Rodella (parcheggio nei pressi della stazione a valle dell'impianto di risalita). Da qui si può scendere verso il Rifugio Salei/Rifugio Passo Sella oppure verso il Rifugio Friedrich August, dove inizia il famoso sentiero panoramico Friedrich August Weg.

Dal Rifugio Passo Sella (nei mesi estivi parcheggi a pagamento) si può proseguire verso la Città dei Sassi/Rifugio Comici oppure salire in direzione del Rifugio Salei e del Col Rodella.

Si rientra a Campitello (in funivia dal Col Rodella) oppure al Rifugio Passo Sella.

Descrizione: per la sua caratteristica forma a "panettone", il Col Rodella è un rilievo montuoso visibile da ogni paese della Val di Fassa. Una volta scalati (in funivia) i circa 1.000 metri di dislivello che lo separano da Campitello di Fassa, la vista lascia senza parole: davanti il Gruppo del Sassolungo, un concentrato di guglie, spalti rocciosi, campanili perfettamente verticali che emergono improvvisamente dai pascoli sottostanti. All'estremità sinistra, in direzione dell'Alpe di Siusi, il Gruppo si chiude con la piramide triangolare del Sassopiatto, la scarpata marginale di questa antica barriera corallina.

5. Contrin e Val San Nicolò

Alba di Canazei-Rif.Locia Contrin-Rif. Contrin-Passo San Nicolò-Val San Nicolò-Pozza di Fassa

Nel primo tratto la Val di Contrin presenta una tipica conformazione glaciale: dalle cosiddette Lastè de Contrin, declivi erbosi che d'estate fungono da pascoli d'alta quota, la pendenza va lentamente a diminuire, fino a rasentare il piano per qualche kilometri, a circa 1700 metri d'altezza. Dopo la località di Locia Contrin le cose cambiano bruscamente: la vicinanza delle due catene montuose, il Colac a sinistra e la Marmolada a destra, fanno sì che i versanti della valle si trasformino velocemente da "U" a "V"; in un kilometro sono percorsi quasi duecento metri di dislivello fino all'immissione del Ruf de Contrin con il Torrente Avisio. La Val di Contrin è solcata da una strada circondariale sterrata che collega Penia al rifugio Contrin. Dalla Val San Nicolò, passando per il passo San Nicolò (2338 m), sentiero 608, si giunge poi a Pozza di Fassa.

6. Gardeccia

Vigo di Fassa o Pera di Fassa-Ciampedie-Gardeccia

Con la funivia da Vigo (o a piedi da Vigo/Pera di Fassa) si raggiunge in pochi minuti il Ciampedie (1.998 m), pianoro in mezzo al bosco con una superba vista sulle Dolomiti di Fassa. Dalla funivia ci si porta al vicino rifugio Ciampedie per scendere una breve rampa e risalire poi verso il rifugio Negritella. Qui parte il sentiero, ampio e pianeggiante che, attraversata la pista da sci, entra nel bosco in prevalenza a pino cembro. Lungo il percorso sulla destra cambiano continuamente aspetto con il dispiegarsi delle mille fratture le frastagliate pareti del Larséçh, mentre da ovest si avvicina l'imponente parete est del Catinaccio. Si esce dal bosco presso alcune baite ed in pochi minuti si giunge ai rifugi della conca di Gardeccia (1.948 m).

7. Val Udai e Val di Dona

Mazzin-Val Udai-Val di Dona-Mazzin

Dal centro di Mazzin si risale Strèda dò Ruf che immette sulla strada forestale Val Udai, segnavia n. 580, che con decisa pendenza si addentra nella valle lungo il corso del rio omonimo. Si passa un ponte portandosi sulla destra orografica. Si affronta un ripido acciottolato cementato che costringe a procedere con lentezza e fatica, si incontra il sentiero n. 579 proveniente da Ronch e poco dopo si esce sul piano per attraversare un greto di un torrente. Poco oltre si attraversa il ruf de Udai, si entra nel bosco con percorso accidentato. Si sale avvicinandosi al poderoso bastione del Zocol dal quale precipitano le spettacolari cascate del Pis e di Spina da Lèch e si sfiora la parete rocciosa. Il sentiero si fa meno impervio. Ben disegnati tornanti aiutano a prendere quota più facilmente. Infine, si va sul piano ad attraversare nuovamente il rio entrando nel Pian de Udai, una bella conca rigogliosa di fiori su cui spiccano macchie blu intenso di aconitum napellus, assieme a varie specie di ombrellifere. Si riprende a salire, stretti fra sbrecciate rocce vulcaniche sulla sinistra e scoscesi canali che a destra scendono dalla cresta del Dò Ciuril, sul sentiero che più volte interseca il corso del ruscello. Ci si alza infine sul suo corso e con lunga diagonale scolpita nel ripido pendio erboso si esce nella parete superiore della Val di Dona. Si rientra discendendo a destra la Val di Dona (sentiero n. 577) fino a Fontanazzo.

8. Antermoia

Pera di Fassa-Gardeccia-Passo Scalette-Antermoia-Mazzin

E' senza dubbio la più bella attraversata, anche se impegnativa del gruppo del Catinaccio per la selvaggia bellezza dei luoghi. Raggiunta la conca di Gardeccia ci si avvia sul sentiero n. 583 presso il ponticello in legno poco prima del Rifugio Gardeccia. Seguendo l'andamento sinuoso delle pendici del Larséch, ricoperte da un'inestricabile vegetazione a pino mugo, ci si porta alla base delle cime i cui nomi richiamano antiche leggende. Si continua salendo senza difficoltà in un rado bosco di abeti e larici per uscirne infine ad attraversare un largo canalone rovinoso. Si passa un nero filone di roccia vulcanica, si entra nel greto del torrente seguendone per un tratto il corso, si supera un pendio detritico oltre il quale iniziano le roccette, che si vincono facilmente con l'ausilio di pioli e fune metallica. Per zolle erbose si esce sulla sommità della gola al Passo delle Scalette, m 2.348 (ore 2.00). Ci si avvia a destra sul muro di contenimento costruito dalla forestale e contornando la costa orientale della vasta piana del Lèch Sech, si entra nella spoglia Valle di Laussa. Si supera con una lunga diagonale un risalto roccioso, si sfiora una piccola conca sabbiosa dalla quale si sale con marcata pendenza verso il Passo di Laussa a m 2.700 (ore 1.30; 3.30) nel cuore del Gruppo del Larséch. Si costeggia dall'alto il Lago di Antermoia per scendere quindi rapidamente verso il rifugio omonimo (ore 0.30; 4.00). Si torna sul fondovalle a Mazzin, Fontanazzo o Campitello.

9. Vajolet

Vigo di Fassa-Ciampediè-Roda di Vaèl-Rif.Preuss e Vajolet-Gardeccia-Pera di Fassa

Dal Ciampediè (ci si arriva in funivia da Vigo di Fassa) - si raggiunge la Sela de Ciampac dove sorgono i rifugi Baita Marino Pederiva e Roda di Vael lungo il sentiero n. 545. Si prosegue sul panoramico sentiero (Hirzel-Weg), segnava n. 549, che con leggera salita porta ad aggirare le propaggini meridionali del Majaré. Qui si trova l'aquila in bronzo realizzata in ricordo di Theodor Christomannos, medico meranese di origine greca fautore dello sviluppo turistico delle Dolomiti. Poco oltre si incontra il sentiero n. 539 proveniente dal Rifugio Paolina, in quota si percorre il versante ovest alla base della Roda de Vael. Ci si avvicina al Rifugio A. Fronza (Kölnerhütte) affrontando l'ultima salita verso il rifugio. Si vince il risalto roccioso alle spalle del rifugio ed al bivio si prosegue a destra verso il ripido canalone che porta al Passo Coronelle da dove si scende per ghiaie nella spoglia conca di Davoi. Ad un quadrivio si va a sinistra (sentiero n. 541) e passando poco a valle della ciclopica parete est del Catinaccio per comodo sentiero pianeggiante si raggiunge la strada che sale ai rifugi Preuss e Vajolet. Si scende a destra nella conca di Gardeccia e da qui al Ciampediè per ampio e facile tracciato.

10. Moena - Fuciade

Moena-Passo San Pellegrino-Fuciade-Moena

Raggiunto da Moena il Passo San Pellegrino, a m 1.919, si discende per circa 200 metri l'altro versante e ad un sovrappasso di pista si entra a sinistra sulla carrozzabile che raggiunge in breve il parcheggio nei pressi dell'albergo Miralago dove occorre lasciare la macchina.

Da qui una comoda strada sterrata perlopiù pianeggiante permette di raggiungere la conca di Fuciade, spettacolare anfiteatro calcareo dominato da maestose cime, particolarmente interessante dal punto di vista botanico per la presenza di piante e fiori in parte esclusivi di questa area. L'itinerario si conclude al ristorante rifugio Fuciade (m 1.972). Si rientra lungo lo stesso percorso.