LOCALITÀ **MALÉ** | GRUPPO **ORTLES-CEVEDALE**

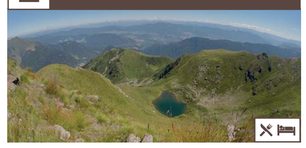
1 CIMON DI BOLENTINA PIZ DE MONTES
2.280 M
2.399 M

1 5 ore 10' A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 1.295 M

1 Superato il paese di Bolentina si seguono con l'auto le indicazioni, fino a raggiungere località Plaza Longa dove si parcheggia. Si prosegue a piedi lungo la strada forestale che attraversa i pascoli di Plaza Merendaia e della Malga de la Cros. (1601 m) Raggiunta e superata la malga, si imbocca il sentiero SAT 119, che porta nei pascoli della malga di Bolentina Alta. Si supera la Malga e si prosegue, sul sentiero SAT 119 che conduce al piccolo bivacco Dino Marinelli (2075m). Si prosegue quindi sul sentiero che percorre il crinale della montagna fino a raggiungere la peculiare Croce sulla cima del Cimon di Bolentina (2287m). Da qui si prosegue sempre sul sentiero SAT 119 che, seguendo la cresta delle montagne, conduce al Piz de Montes (2399 m). Rientro dal medesimo percorso.

LOCALITÀ **RABBI** | GRUPPO **MADDALENE**

2 CIMA LAC
2.431 M



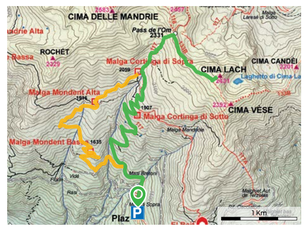
1 6 ore 30' A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 1.172 M

2 3 ore 30' A/R
MEDIO
↑ 522 M

1 Dalla frazione di Pracorno, si seguono in auto le indicazioni per Ingenga e successivamente per loc. Masi de Zora. La strada qui diventa sterrata e la si percorre per 200 m fino a raggiungere il parcheggio, dove si lascia l'auto. Si prosegue lungo la strada sterrata, e superate le due cascatelle, si continua fino a raggiungere la Malga Cortinga Bassa, quindi la Malga Cortinga Alta (2057 m). Si prosegue lungo il sentiero SAT 117 che porta al Pass de l'Om (2331 m) e si prosegue lungo il sentiero 133A fino a raggiungere la Cima Lac (2413 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 Mondent Alta (1913 m) (NB: con auto adeguate). Si continua a piedi seguendo l'indicazione per Malga Cortinga Alta e da qui si procede con lo stesso itinerario di cui sopra.

Ristoro: Malga Mondent Alta Tel. 345 1002503



LOCALITÀ **RABBI-ORTISÉ** | GRUPPO **ORTLES-CEVEDALE**

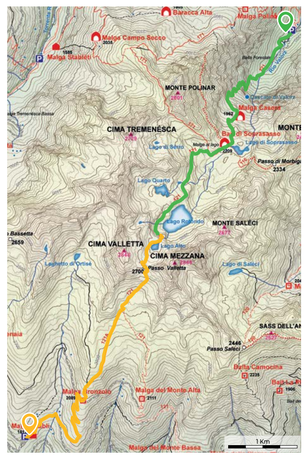
4 LAGO DI SOPRASASSO LAGO ROTONDO E ALTO
2.179 M
2.575 M

1 8 ore 30' A/R
DIFFICILE
↑ 1.449 M

2 6 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 884 M

1 L'itinerario parte dall'abitato di San Bernardo di Rabbi dove, superato il paese, si imbocca una strada che porta alle casate di Valorz. Superato un ponticello sul torrente Rabbies, si lascia l'auto al parcheggio. Qui si prende l'impegnativo sentiero SAT 121 che conduce ai ruderi della malga Casera (1961 m) e quindi prosegue fino a raggiungere il suggestivo Lago di Soprasasso (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 il punto più alto dei laghi della Valle di Valorz, il Lago Alto. Si costeggia il lago sulla sinistra orografica e in pochi minuti si raggiunge il Passo Valletta (2694 m). Rientro dal medesimo percorso.

2 Passato il paese di Ortisé si imbocca la strada asfaltata che sale stretta sino al parcheggio posto a pochi metri da Malga Stabli (1814 m). Da qui ci si incammina imboccando la strada sterrata sino a Malga Bronzolo (2083 m). Superata la malga si continua sul sentiero SAT 121A in direzione Passo Valletta. Arrivati a Passo Valletta (2694 m) si possono già intravedere gli splendidi laghi sul versante della Val di Rabbi. Si continua quindi in costante discesa fino a raggiungere il Lago Alto e quindi il Lago Rotondo (2424 m). Rientro dal medesimo percorso.



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

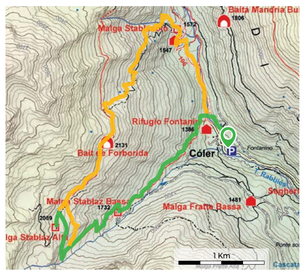
2 5 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
788 M

1 Si parcheggia l'auto al parcheggio Cóler (1388 m), si segue per pochi metri la strada che conduce all'inizio del sentiero per la Val Maleda. Imboccato il sentiero, si arriva alla Malga Stablaz 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 Stablaz 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 (2131 m), si prosegue sul sentiero per raggiungere Malga Stablasolo e tornare al parcheggio Cóler.

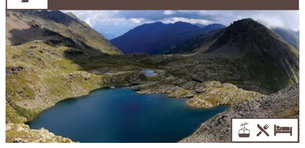
NB: durante i mesi estivi dopo le ore 9:45 si dovrà parcheggiare l'auto al parcheggio "Plazze dei Forni" e proseguire con servizio Stelvíobus fino al Parcheggio Cóler o alla Malga Maleda Bassa (fino alla malga previa prenotazione).

Ristori:
Malga Stablaz Maleda Alta Tel. 346 6810762
Malga Stablasolo Tel. 388 8633582
Albergo Al Fontanin Tel. 0463 984017



LOCALITÀ **MADONNA DI CAMPIGLIO** | GRUPPO **ADAMELLO-PRESANELLA**

7 GIRO DEI 5 LAGHI
2.388 M



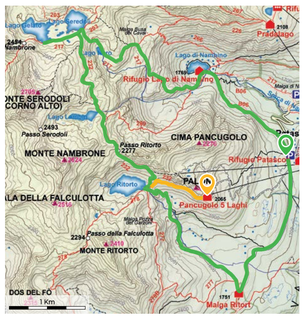
1 5 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 716 M

2 4 ore A/R
MEDIO
↑ 372 M

1 Si parcheggia l'auto in loc. Patascoss e a piedi si seguono le indicazioni per Malga Ritorto nei pressi della quale si prende il sentiero SAT 277 che sale fino al primo lago: il Lago Ritorto. Si segue poi il segnavia SAT 232 che, raggiunge il lago Lambin e a seguire lago Serodoli e lago Gelato. Per scendere a valle si imbocca, dal lago Serodoli, il sentiero SAT 217 in direzione Lago Nambino. Da quest'ultimo lago, si scende verso la Loc. Patascoss, seguendo il segnavia SAT B06.

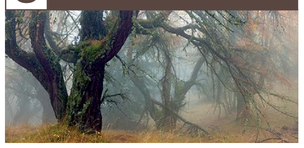
2 Risalita con cabinovia 5 Laghi per poi imboccare il sentiero SAT 232 fino al Lago Ritorto. Il percorso prosegue come da descrizione precedente. Raggiunto il Lago Nambino il rientro a Madonna di Campiglio è possibile percorrendo il sentiero SAT 217.

Ristori:
Rifugio Patascoss Tel. 0465 440122
Malga Ritorto Tel. 0465 442008
Rifugio Natalia ai 5 Laghi Tel. 0465 443270
Rifugio Lago Nambino Tel. 0465 441621



LOCALITÀ **COMMEZZADURA-MEZZANA** | GRUPPO **ORTLES-CEVEDALE**

8 LARESI DE LA TEGIA
1.800 M



1 4 ore 40' A/R
MEDIO
↑ 425 M

1 Si raggiunge il paesino di Menas (frazione di Mezzana), lo si attraversa e dopo una grande stalla si imbocca la strada forestale di destra fino all'inizio del bosco dove si trova un cartello di divieto. Si parcheggia sulla destra e ci si incammina sempre sulla stessa strada pianeggiante (1575 m). Superate due piccole vallette la strada comincia a salire fino ad un incrocio. Si tiene la sinistra seguendo le indicazioni per Malga Monte Alta. Percorsi 3 tornanti in salita e dopo circa 1,5 Km si arriva alla Malga del Monte Bassa (1699 m). Superata la stessa a destra si trovano le indicazioni per il sentiero dei "Laresi de La Tegia". Si percorre una stradina in salita che porta ad una piazzola dell'elicottero. Qui inizia prima con una scalinata e poi con un bellissimo e panoramico sentiero pianeggiante, il vero percorso dei "Laresi de La Tegia", dove si incontreranno più di 25 larici secolari dalle forme bizzarre ed affascinanti. Si continua fino a raggiungere una radura (circa 1800 m) per godere dello splendido panorama sulle Dolomiti di Brenta e sull' Adamello. Per chi volesse proseguire dalla radura seguendo il cartello omonimo, con una breve ma intensa salita, si raggiunge il "Bait del Germano" o "Bait La Plantola" bivacco sempre aperto a disposizione degli escursionisti. Rientro dal medesimo percorso.

LOCALITÀ **COMMEZZADURA** | GRUPPO **ADAMELLO-PRESANELLA**

9 GIRO DEI TRE LAGHI
2.285 M

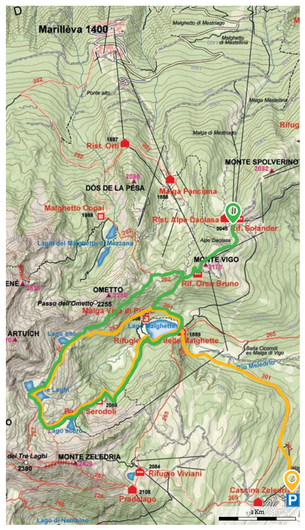
1 4 ore 30' A/R
MEDIO
↑ 558 M

2 5 ore 30' A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 592 M

1 Dalla stazione a monte della telecabina di Daolasa (2045 m, aperta da metà giugno a metà settembre) si risale verso il Rifugio Orso Bruno (2178 m), percorrendo la pista da sci. Da qui si scende dalla strada lungo la pista ad ovest fino ad imboccare il sentiero SAT 202/A verso il Lago Alto. Il sentiero sale ripido fino al Lago Alto (2166 m). Da qui si risale lungo il sentiero SAT 267 fino al primo dei Tre Laghi, quello superiore (2285 m) e poco dopo si raggiungono gli altri due, il medio e l'inferiore. Costeggiato quest'ultimo per un sentiero molto ripido si raggiunge il Lago Scuro prima ed una piccola baita dopo. Si scende fino a raggiungere il lago delle Malghette (1880 m) e l'omonimo rifugio. Da qui a sinistra del rifugio sale una piccola scalinata e svoltando subito a destra. Si trovano le indicazioni per il Sentiero dei Pastori che riporta al punto di partenza.

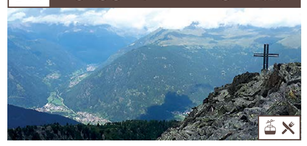
2 Dal parcheggio del centro fondo di Campo Carlo Magno (1702 m) si imbocca la strada sterrata in direzione Lago delle Malghette fino alla Baita Ciocomiti - Malga Vigo. Da qui percorrendo il sentiero SAT 201 si raggiunge il Lago delle Malghette (1880 m). Si costeggia il lato sud del lago, e si sale, per 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). 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. Si rientra 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 Ciocomiti) Tel. 320 2169737
Rifugio Lago delle Malghette Tel. 393 8822695



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
↑ 1.077 M

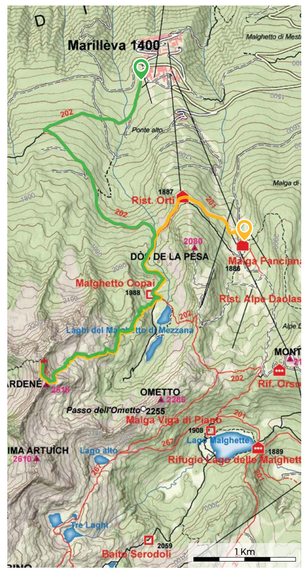
2 5 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 774 M

1 Lasciata l'auto a Marilleva 1400, si raggiunge il Residence Artuik da dove parte il sentiero SAT 202. Il sentiero, inizialmente strada forestale, diventa poi mulattiera e passa per il Malghetto Copai (1986 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. Si attraversa un bosco di pino cembro e larici fino ad attraversare una cresta rocciosa in parte attrezzata che porta alla cima Monte Gardene (2520 m), quindi alla Croce della Pace.

2 Partendo da Marilleva 1400 con l'impianto di risalita, aperto nei mesi estivi, si raggiunge la Malga Panciana (1886 m), da qui si imbocca sulla destra il sentiero SAT 201 che porta al ristorante Orti (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 esposta ed a tratti attrezzata

Ristori: Ristorante Orti 1900 Tel. 347 8994947



LOCALITÀ **ORTISÉ-MENAS-PEIO** | GRUPPO **ORTLES-CEVEDALE**

11 GIRO DELLE MALGHE ALTA VIA DEGLI ALPEGGI

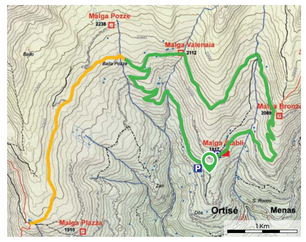
1 4 ore A/R
MEDIO
↑ 460 M

2 7 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 600 M

1 Lasciata la macchina nel parcheggio posto al bivio 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 comodo sentiero verso Malga Valenaia (2112 m) da dove poi si continua su strada sterrata fino ad incrociare la strada per Malga Pozze, da qui si prosegue su strada sterrata in direzione Ortisé fino al parcheggio.

2 Da Baito Pozze si può proseguire 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 per percorso d'andata fino a Baito Pozze per poi scendere lungo la strada sterrata in direzione Ortisé fino al parcheggio.

Ristoro: Malga Stabli Tel. 346 6933370



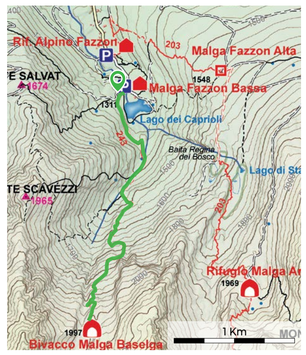
LOCALITÀ **PELLIZZANO** | GRUPPO **ADAMELLO-PRESANELLA**

12 BIV. MALGA BASELGA
1.997 M

1 5 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 775 M

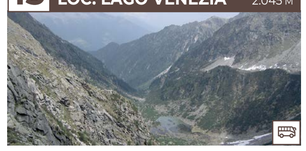
1 Lasciata l'auto al parcheggio posto in prossimità della Malga Bassa di Fazzon (1251 m), si percorre la strada asfaltata in direzione del Lago dei Caprioli. Poco prima di giungere al lago sulla destra si supera un ponticello e si prosegue inizialmente su comoda strada sterrata e successivamente su sentiero SAT 243, fino ad arrivare alla Val Baselga ed al suo omonimo bivacco (2006 m). Rientro dal medesimo percorso.

NB: dal 28 giugno al 20 luglio è attivo il servizio Greenbus verso il Lago dei Caprioli e Valpiana. Per maggiori dettagli visitare il nostro sito visitvaldisole.it/mobilita



LOCALITÀ **OSSANA** | GRUPPO **ADAMELLO-PRESANELLA**

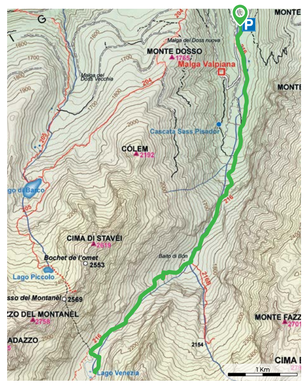
13 BAIT DE BON LOC. LAGO VENEZIA
1.849 M
2.045 M



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

1 Dall'abitato di Ossana in 2 Km si raggiunge la località di Valpiana fino dove si parcheggia. Da lì si segue la strada forestale 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 piana dove sono presenti le indicazioni per Bon - Lago Venezia. Si prosegue quindi su sentiero SAT 216 lungo la Val di Bon fino a raggiungere l'omonimo bivacco. Lasciato il bivacco sulla sinistra, si prosegue lungo il sentiero fino ad arrivare alla selvaggia zona denominata Lago Venezia. Rientro dal medesimo percorso.

NB: I mercoledì di agosto e venerdì 15 agosto è attivo il servizio Greenbus verso Valpiana. Per maggiori dettagli visitare il nostro sito visitvaldisole.it/mobilita



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 5 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 (a pagamento nei mesi estivi). Si seguono quindi le indicazioni per la Malga del Dosso poste sulla destra. Dopo un brevissimo tratto su strada forestale si imbocca 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. Il percorso si sviluppa sul crinale della montagna con un sentiero dapprima pianeggiante e poi in leggera discesa, fino a giungere in una conca paludosa. La si attraversa, si raggiunge un piccolo baito in legno posto sulla sponda dell'incantevole Lago di Barco (1907 m). Rientro dal medesimo percorso.

NB: I mercoledì di agosto e venerdì 15 agosto è attivo il servizio Greenbus verso Valpiana. Per maggiori dettagli visitare il nostro sito visitvaldisole.it/mobilita

2 Dai Laghetti di S. Leonardo di Vermiglio si attraversa il torrente e si imbocca la strada forestale in direzione Ossana fino ad imboccare il sentiero SAT 205 che salendo ripido porta al Lago di Barco (1903 m). Ritorno per lo stesso itinerario di andata.

3 Dal lago di Barco si prosegue sul sentiero SAT 205 che si inerpica sul versante della montagna verso il Bochet dell'Omet finché, si giunge in una minuscola conca dove è posto il caratteristico Lago Piccolo (2315 m). Si rientra per lo stesso itinerario.

LOCALITÀ **PEIO** | GRUPPO **ORTLES-CEVEDALE**

15 I LAGHETTI E LAGOSTIÈL LAGHETTO DI VALLUMBRINA
2.455 M
2.784 M

1 6 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 947 M

2 9 ore A/R
DIFFICILE
↑ 1.203 M

1 Da Peio Fonti si raggiunge la località Fontanino (1670 m) dove si parcheggia. Si sale dal sentiero SAT 110 che raggiunge la riva del Lago Pian Palù e lo si percorre in tutta la lunghezza. Raggiunta Malga Palù (1800 m), si mantiene la destra orografica, evitando il ponticello in legno sul torrente Noce. Quindi si prosegue lungo il percorso fino a raggiungere il laghetto a 2237 m, chiamato "Laghetti". È possibile fare un percorso ad anello per il ritorno proseguendo lungo il sentiero fino alla passerella posizionata sul Torrente Noce (da qui si ha la possibilità di salire al laghetto di Vallumbrina) quindi, seguendo il sentiero SAT 141A si arriva in prossimità dei ruderi dei Baiti di Villacorna, alla passerella sul rio di Valpiana. Dopo breve tratto ci si imbatte nelle indicazioni per proseguire verso Lagostièl (2455 m) ed il Sentiero della Fauna (sentiero SAT 141), oppure si consiglia, a chi si sentisse stanco, di rientrare verso Malga Paludei seguendo la segnaletica. 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 del torrente inoltrandosi in Vallumbrina. Terminata la parte pianeggiante, il sentiero sale a ridosso della cascata fino a raggiungere il valico a monte, e, il laghetto di Vallumbrina. Il rientro è previsto tramite lo stesso percorso fino al ponte sul Fiume Noce. Si mantiene la sinistra orografica della Valle e si prosegue seguendo il sentiero SAT 141A fino al bivio con la Valpiana. Si seguono infine le indicazioni per Malga Paludei, Malga Giumella, e rifugio Fontanino.

NB: durante i mesi estivi dopo le ore 9.45 si dovrà parcheggiare l'auto a Peio Fonti e proseguire con servizio Stelvíobus fino al Parcheggio Fontanino.

LOCALITÀ **PEIO** | GRUPPO **ORTLES-CEVEDALE**

16 VAL PUDRIA E VAL COMICIOLO
2.457 M

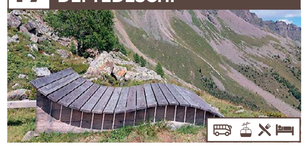
1 5/6 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 800 M

1 Da località Fontanino si percorre il sentiero che porta al Lago di Pian Palù. Dalla malga di Celentino si imbocca il sentiero SAT 144 che conduce in 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). Giunti in Valle Alta si segue il sentiero indicato con paletti di legno sulla destra verso Val Comiciolo, e si giunge sulla splendida terrazza panoramica 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 ed attraverso pietraie si arriva in breve al baito di Val Comiciolo. Il tragitto scende tortuoso fino ad incrociarsi col sentiero SAT 137 e porseguendo in discesa si ritorna 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 Stelvíobus fino al Parcheggio Fontanino.

LOCALITÀ **PEIO** | GRUPPO **ORTLES-CEVEDALE**

17 SENTIERO DEI TEDESCHI
2.369 M



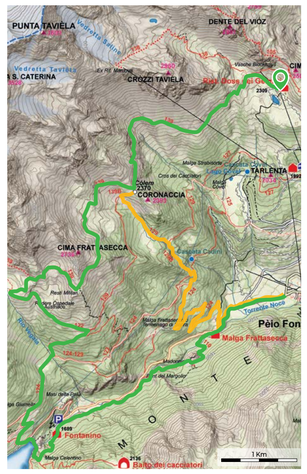
1 6 ore A/R
MEDIO FACILE
↑ 443 M

2 4 ore A/R
MEDIO FACILE
256 M

1 Da Peio Fonti si raggiunge il Ristorante Doss dei Cembri (2316 m), utilizzando gli impianti di risalita. Dal ristorante ci si incammina lungo il sentiero SAT 138 verso la Val de la Mite, per poi imboccare sulla sinistra il sentiero SAT 139 denominato "Dei Todeschi", 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, ed è caratterizzato da frequenti sali e scendi. Superata la passerella su torrente Taviela si prosegue il sentiero che a tratti è servito da una corda fissa di sicurezza, fino a raggiungere La Colem (2369 m.) Si prosegue a destra e si raggiunge Colle Cadini. Si raggiunge, infine l'incontaminata Valle degli Orsi dove si imbocca il sentiero SAT 122 fino ad incrociare la strada militare (SAT 124). Si continua sul sentiero fino alla Malga Ciumela e il Lago di Pian Palù. Arrivati in loc. Fontanino è possibile utilizzare nei mesi estivi il servizio di navetta Stelvíobus fino a Peio Fonti oppure si attraversa il pontiicello di legno e si segue il sentiero 110, che passando dal Forte Barba di Fior ci conduce sulla strada nei pressi di Malga Frattasecca e si prosegue lungo la strada che porta a Peio Fonti.

2 Dalla Colem (2369 m), si lascia il sentiero dei Tedeschi e si imbocca il sentiero SAT 139B che scende in Val Cadini. Poco dopo si troverà un bivio dove si imbocca il sentiero SAT 129. Si prosegue in discesa finché si supera una cascatella e si arriva ad un secondo bivio, si seguono le indicazioni per malga Frattasecca - cascata Cadini, sentiero SAT 129B. (Per chi volesse, in alternativa, rientrare verso Peio Paese, a questo bivio, consigliamo di continuare sul sentiero SAT 129 fino alla Croce dei Cacciatori, quindi Covel e strada forestale fino a San Rocco). Si percorre il sentiero nel bosco fino a congiungersi con la Strada Militare SAT 124. Si percorre tutta la strada militare e superata Malga Frattasecca si imbocca la strada asfaltata sulla sinistra che porta a Peio Fonti.

Ristori:
Malga Frattasecca Tel. 320 1578322
Il Fontanino Tel. 347 2386546



LOCALITÀ **CELENTINO** | GRUPPO **ORTLES CEVEDALE**

18 PASSO CADINEL
2.730 M

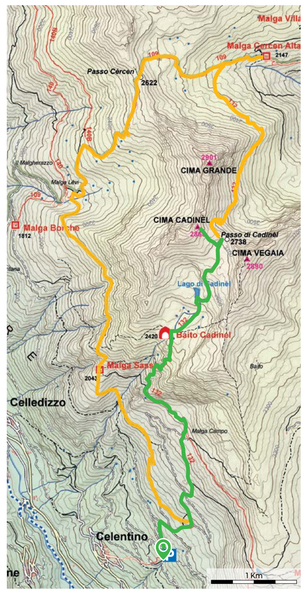
1 4 ore 30' A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 1.029 M

2 8 ore A/R
DIFFICILE
↑ 1.668 M

1 Dalla frazione di Celentino, si prosegue con la macchina fino al parcheggio del capitello di S. Antonio. Da qui si parte a piedi percorrendo la strada forestale oppure seguendo il sentiero SAT 132 che conducono a Nestalp Malga Campo (1979 m.) Si seguono le indicazioni per Malga Sassa e Bait Cadinel per imboccare poco dopo sulla destra il ripido sentiero verso il Bait di Cadinel. Da qui il sentiero, ben visibile, diventa stretto e caratterizzato da numerosi tornanti in salita che portano nei pressi del Baito del Cadinel (2419 m). Il sentiero prosegue semi-pianeggiante fino alla conca che ospita in primavera ed a inizio estate il Lago di Cadinel (2521 m). Si percorre un ultimo tratto in forte salita lungo un pendio detritico fino al Passo di Cadinel (2730 m). Dal passo suggeriamo di seguire le evidenti tracce che conducono in breve tempo alla suggestiva Cima di Cadinel (2866 m.).

2 Dal Passo di Cadinel si può compiere un percorso ad anello. Si scende prima in Val di Rabbi lungo il sentiero SAT 132 e si percorre la Val Cercena collegandosi al sentiero SAT 109 leggermente sopra la Malga Cercen Alta, Poi in Val di Peio tramite il Passo Cercen (2620 m) quindi si scende verso Malga Levi e Malga Borche (1807 m). Si conclude l'itinerario, da Malga Borche e si imbocca il sentiero in quota che riporta al parcheggio di S. Antonio.

Ristoro: Nestalp Malga Campo Tel. 0463 636099

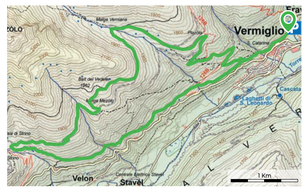


LOCALITÀ **VERMIGLIO** | GRUPPO **ORTLES-CEVEDALE**

22 MASI VERNIANA BAIT DE MEZÓL
1.716 M
1.997 M

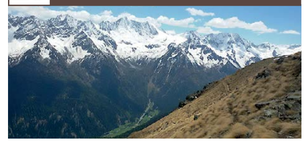
1 5 ore A/R
MEDIO DIFFICILE
↑ 726 M

1 Si parcheggia l'auto nei pressi della Chiesa parrocchiale di Santo Stefano, ci si incammina in Via Sen. Bruno Kessler e si prende sulla destra Via Santa Caterina che conduce prima all'omonima chiesetta, quindi in località Dazi. Da qui, si imbocca sulla destra il ripido sentiero, in direzione Masi di Verniana (1716 m). I masi godono di una vista mozzafiato sulla cima Presanella posta di fronte. Si prosegue lungo la strada sterrata che porta ai ruderi di Malga Verniana (1838 m). Poco prima della malga, si attraversa il Rio S. Leonardo e si costeggia la Val Verniana, inoltrandosi nel fitto bosco fino a raggiungere la strada forestale. Si imbocca, sulla destra, il sentiero che porta al Bait de Mezól o Bait del Vedeler (2000 m), tipico maso alpino utilizzato da pastori e cacciatori come riparo. Dal Bait si scende per imboccare una strada sterrata che continua in leggera discesa fino ai Masi di Strino (1758 m). Poco oltre tali costruzioni si prosegue sino al bivio con la strada carrabile. Si percorre la strada verso valle, in direzione Vermiglio, parallela alla statale si ritorna al parcheggio nei pressi della chiesa.



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 imbocca 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 addentra in Val Saviana fino ad incontrare un bivio che indica cima Boai – Val Comasine. Lo si imbocca e si segue l'evidente traccia (n° 126) fino alla Cima Boai (2685 m). 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 Valletta, si giunge a Malga Mason prima, e poi a Malga Val Comasine.
Tra Malga Comasine e Malga Mason è interessate prendersi del tempo per una visita ai maestosi larici secolari. Da Malga Comasine si devia 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", che, passando per Malga Gaggio di Sopra, e camminando lungo i fianchi del Monte Boai, ci conduce a La Colem. Da qui, il paese di Vermiglio dista circa 40 minuti di cammino. Prima di arrivare in paese si passa in località Dasaré.

LOCALITÀ **RABBI** | GRUPPO **ORTLES-CEVEDALE**

3 RIF. "AL LAGO CORVO" E LAGHI CORVO
2.426 M
2.544 M

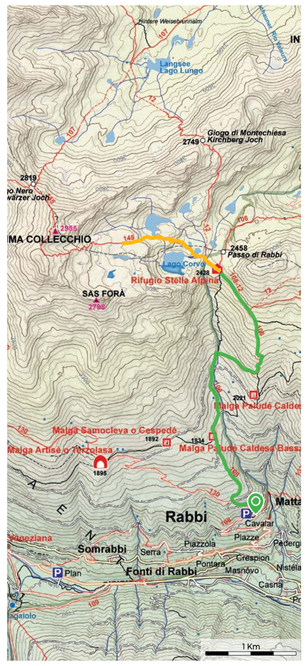
1 5 ore 30' A/R — MEDIO DIFFICILE — ↑ 958 M
2 6 ore A/R — MEDIO DIFFICILE — ↑ 1.088 M

1 Dal parcheggio Cavallar, posto sopra l'abitato di Piazzola ci si incammina seguendo inizialmente la strada forestale, quindi per segnavia SAT 108 che porta alla Malga Paludé Caldesa Bassa (1835 m). Dalla malga si continua su comoda mulattiera e dopo aver superato un ponticello, si svolta verso destra per risalire il ripido pascolo posto sopra la Malga Paludé Caldesa Alta. Seguendo il sentiero SAT 108, si raggiunge il rifugio Stella 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). Rientro dal medesimo percorso.

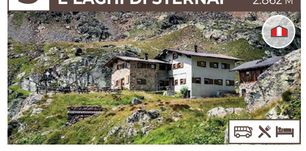
NB: durante i mesi estivi, possibilità di raggiungere Malga Caldesa Bassa con servizio Stelviobus, previa prenotazione.

Ristoro: Rif. Stella Alpina "Al Lago Corvo" Tel. 0463 985175 - 393 6436629



LOCALITÀ **RABBI** | GRUPPO **ORTLES-CEVEDALE**

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



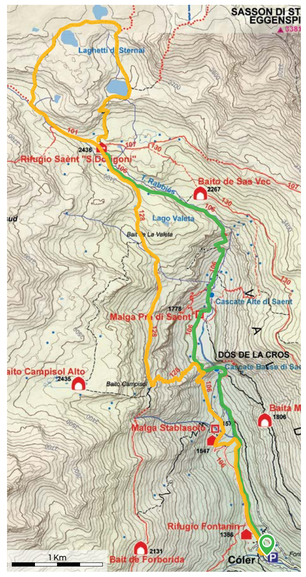
1 5 ore 30' A/R — MEDIO DIFFICILE — ↑ 1.050 M
2 7 ore 30' A/R — DIFFICILE — ↑ 1.325 M

1 Dal parcheggio in loc. Cóler, si sale fino a raggiungere Malga Stablasolo (1543 m). Superata la malga, si seguono le indicazioni per il sentiero SAT 106 lasciando, sulla sinistra, le spettacolari cascate basse di Saént. Si prosegue l'escursione superando il Doss della Croce (1778 m) ed attraversando il Prà di Saent (1178 m). Il sentiero prosegue raggiungendo prima il piccolo laghetto posto poco sotto al rifugio, quindi dopo un'ultima salita il rifugio Saent "S. Dorigoni".

2 Dal rifugio, si segue l'evidente segnaletica e con ripidi tornanti, si raggiunge il Lago Sternai Inferiore (2595 m). Si rimonta quindi verso nord sino a raggiungere il laghetto Sternai Terzo (2862 m). Si ritorna per il percorso di salita sino al Lago Sternai Superiore (2777 m) e si percorre il sentiero, sino a raggiungere il Lago Sternai Medio posto a 2742 m. Da qui si continua e si percorre il sentiero in discesa fino ad imboccare il sentiero SAT 101 e si torna al rifugio. Si rientra quindi al parcheggio in loc. Cóler imboccando, poco sotto il rifugio, il sentiero SAT 128 fino a Baito Campisól basso, seguendo poi le indicazioni per le Cascate di Saént e poco prima delle stesse si prende il sentiero SAT 106 che porta a Malga Stablasolo, quindi al parcheggio.

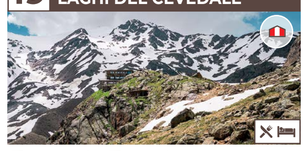
NB: durante i mesi estivi dopo le ore 9:45 si dovrà parcheggiare l'auto al parcheggio "Plazze dei Forni" e proseguire con servizio Stelviobus fino al Parcheggio Cóler.

Ristori: Malga Stablasolo Tel. 388 8639582
Rifugio Saént "S. Dorigoni" Tel. 0463 896375 - 0463 896365



LOCALITÀ **COGOLO** | GRUPPO **ORTLES-CEVEDALE**

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

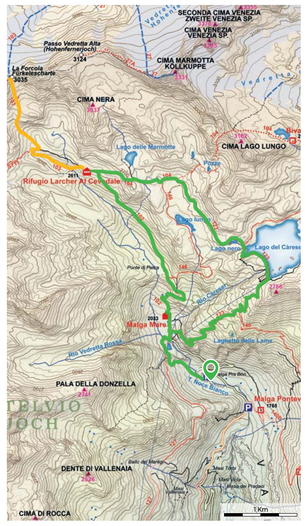


1 5 ore 30' A/R — MEDIO DIFFICILE — ↑ 915 M
2 7 ore A/R — DIFFICILE — ↑ 1.277 M

1 Da Cogolo si sale con l'auto lungo la Val de la Mare fino al parcheggio in loc. Prabon (durante il periodo estivo parcheggio a pagamento). Da Malga Prabon si attraversa il ponticello sul torrente Noce Bianco e si seguono le indicazioni per giungere a Malgamare. Si segue quindi il sentiero SAT 102 che conduce al Pian Venezia per proseguire sulla sinistra orografica della Valle, fino a raggiungere il rifugio G. Larcher (2607 m.). Per il rientro ad anello, dal rifugio, si segue il sentiero SAT 104 che risale in direzione est e si raggiunge il valico della montagna, si suggerisce una brevissima deviazione di 15 minuti per la visita al suggestivo 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. Se il camminamento della diga è aperto si supera il bacino artificiale camminando direttamente sul muraglione della diga, 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 nel bosco. Si ritorna quindi a Malgamare e si imbocca il sentierino percorso in salita per ritornare al punto di partenza.

2 Dal retro del rifugio, si può raggiungere il Passo della Forcola (3035 m). Sotto un grande masso roccioso il sentiero scende per una decina di metri e si lasciano sulla sinistra le indicazioni per ghiaccaio Rosole. Si prosegue quindi mantenendo la destra tra massi e sfasciumi di roccia finché si raggiunge il Passo della Forcola, 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 dal medesimo percorso.

Ristoro: Rif. Cevedale "G.Larcher" Tel. 0463 751770 - 328 6529615
Ristorante Malgamare Tel. 0463 636098 - 346 6737029



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 — ↑ 1.078 M
2 6 ore A/R — MEDIO DIFFICILE — ↑ 1.085 M

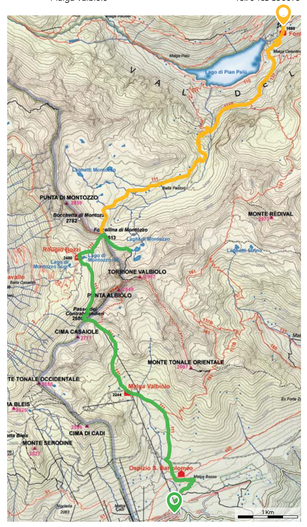
1 Si lascia l'auto nel parcheggio della seggiovia Valbiolo e si prende la strada asfaltata che conduce all'Hotel La Mirandola. Da qui si prende il sentiero SAT 111, posto a sinistra dell'Hotel e ci si incammina, fino al Passo Contrabbandieri (2679 m). Dal Passo si scende al Rifugio Bozzi (2480 m), prestando 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. Dal Rifugio Bozzi si sale alla Forcellina di Montozzo (2613 m) e da qui si prende sulla destra un piccolo sentierino non segnalato (da non confondere col Sentiero degli Alpini), percorrendo il quale si può godere di un'incantevole vista sulla Val di Peio. Proseguendo nella pietraia, si arriva al primo laghetto, quindi al secondo (2740 m). Rientro dal sentiero di andata.

NB: durante il periodo estivo, possibilità di utilizzare gli impianti di risalita: seggiovia Valbiolo, 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 imbocca il sentiero SAT 110, per giungere nei pressi della Malga di Celentino; da qui si imbocca il sentiero SAT 137 che sale lungo il fianco della montagna fino ad incrociare il sentiero SAT 111B che porta alla Forcellina di Montozzo (2613 m). Da qui, per raggiungere i Laghetti si seguono le indicazioni di cui sopra. Passaggio al Rifugio Bozzi non previsto. Si rientra dal sentiero di andata con possibilità di percorre il sentiero SAT 111. Si giunge così sul sentiero che costeggia il lago di Pian Palù SAT 110.

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 Tel. 0364 088047 - 339 8611947
Malga Valbiolo Tel. 0463 896079



LOCALITÀ **PEIO** | GRUPPO **ORTLES CEVEDALE**

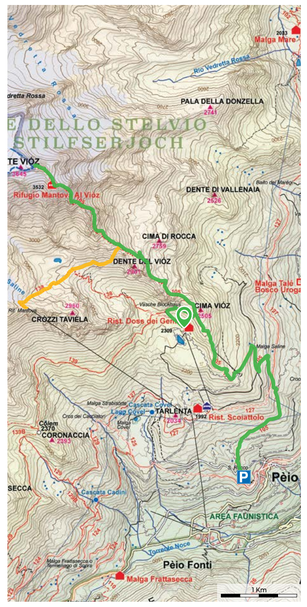
21 RIF. VIOZ "MANTOVA"
3.535 M

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 – Tarlenta fino al Ristorante Scoiattolo e poi la seggiovia Doss dei Cembri, fino a raggiungere l'omonimo ristorante posto a 2315 m. Da qui si segue il percorso verso la Val della Mite per circa 70 m, seguendo le indicazioni per l'imbocco del sentiero verso il Rifugio Vioz "Mantova". Dopo un paio di tornanti si incrocia 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).

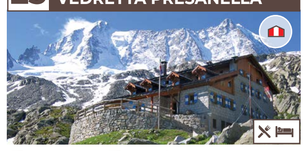
2 Da Peio Fonti si prende la cabinovia Peio Fonti – Tarlenta fino al Ristorante Scoiattolo e poi la moderna funivia Pejo3000, fino a raggiungere i 3000 metri di quota. Da qui, si scende seguendo il sentiero SAT 138 e, passata la passerella sul Rio Vioz, si prende la deviazione per il sentiero SAT 105A 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 Scoiattolo Tel. 0463 753220
Ristorante Doss dei Cembri Tel. 0463 753227
Rifugio Vioz "Mantova" Tel. 0463 751386 - 339 2798826



LOCALITÀ **VERMIGLIO** | GRUPPO **ADAMELLO - PRESANELLA**

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

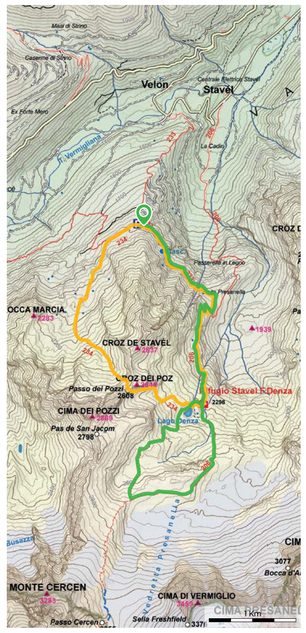


1 6 ore A/R — MEDIO DIFFICILE — ↑ 790 M
2 5 ore A/R — MEDIO DIFFICILE — ↑ 720 M

1 Dalla strada provinciale (SP94) Velon-Stavel si prende il 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, e si passa in una galleria scavata nel granito. Si arriva al bivio con il sentiero SAT 206 il percorso continua su una mulattiera, manufatto della Prima Guerra Mondiale, per poi salire fino ai 2298 m del rifugio. Dal Denza, vicino all'omonimo laghetto (2313 m), si imbocca il sentiero SAT 206 che conduce 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. Rientro dal medesimo percorso.

2 Si parcheggia l'auto nei pressi del Forte Pozzi Alti, si passa accanto al Forte e si prende il sentiero SAT 234. Si prosegue lungo il percorso in salita con l'ultimo canalino attrezzato, porta ai 2600 m del Passo dei Pozzi. Il percorso si sviluppa in discesa fino a raggiungere il laghetto glaciale e quindi il Rifugi dedicato a Padre Francesco Denza. Per completare il giro ad anello, il rientro può essere effettuato dai sentieri SAT 206 ed a seguire SAT 233 che riportano al parcheggio Forte Pozzi Alti.

Ristoro: Rifugio Denza Tel. 0463 758187 – 339 6233902



LOCALITÀ **PASSO TONALE - CARISOLO** | GRUPPO **ADAMELLO-PRESANELLA**

26 RIFUGIO MANDRONE "CITTÀ DI TRENTO"
2.449 M

1 3 ore 30' A/R — MEDIO — ↑ 541 M
2 5 ore A/R — MEDIO DIFFICILE — ↑ 800 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 sentiero roccioso SAT 209 in direzione Lago Scuro quindi al Rifugio Mandrone da dove si può ammirare l'imponente ghiacciaio delle Lobbie nelle immediate vicinanze. Rientro dal medesimo percorso.

2 Da Carisolo, Val Rendena, fino al parcheggio di Malga Bedole (1581 m) con auto o con bus Val di Genova Express (Info: www.pnab.it). Da qui si prende il sentiero SAT 212 fino al rifugio.

Ristori: Rifugio Mandrone Tel. 0465 501193 - 348 3900694
Presena Glacier 3000 - Rif. Capanna Presena Tel. 0463 808001
Rifugio Adamello Collini Al Bedole Tel. 0465 501405

I professionisti della montagna

Scegliere la competenza dei professionisti della montagna è sempre un'ottima opzione per chi decide di avvicinarsi al mondo del trekking alpino per la prima vota, o per chi preferisce la compagnia di un esperto durante le sue escursioni in montagna. Grazie ad una profonda conoscenza del territorio montano e alla loro preparazione tecnica, i professionisti della montagna sapranno svelare tutti i segreti che il territorio nasconde e consigliare l'attrezzatura tecnica adeguata per ogni tipo di escursione.

ACCOMPAGNATORI DI MEDIA MONTAGNA VAL DI SOLE
Tel. 335 4445376
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

MOUNTAIN LEADER INTERNATIONAL Attilio Brusaferri
Tel. 335 4445376
attiliobrusa@gmail.com

MOUNTAIN LEADER INTERNATIONAL Grazia Zilorri
Tel. 339 108 5943
graziazilorri@libero.it

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

TRENTINO WILD
Tel. 0463 973278

Scansionando il **QrCode** si possono scoprire tutti i **noleggi di attrezzatura alpinistica** presenti in Val di Sole.

SEGNALA UN PROBLEMA

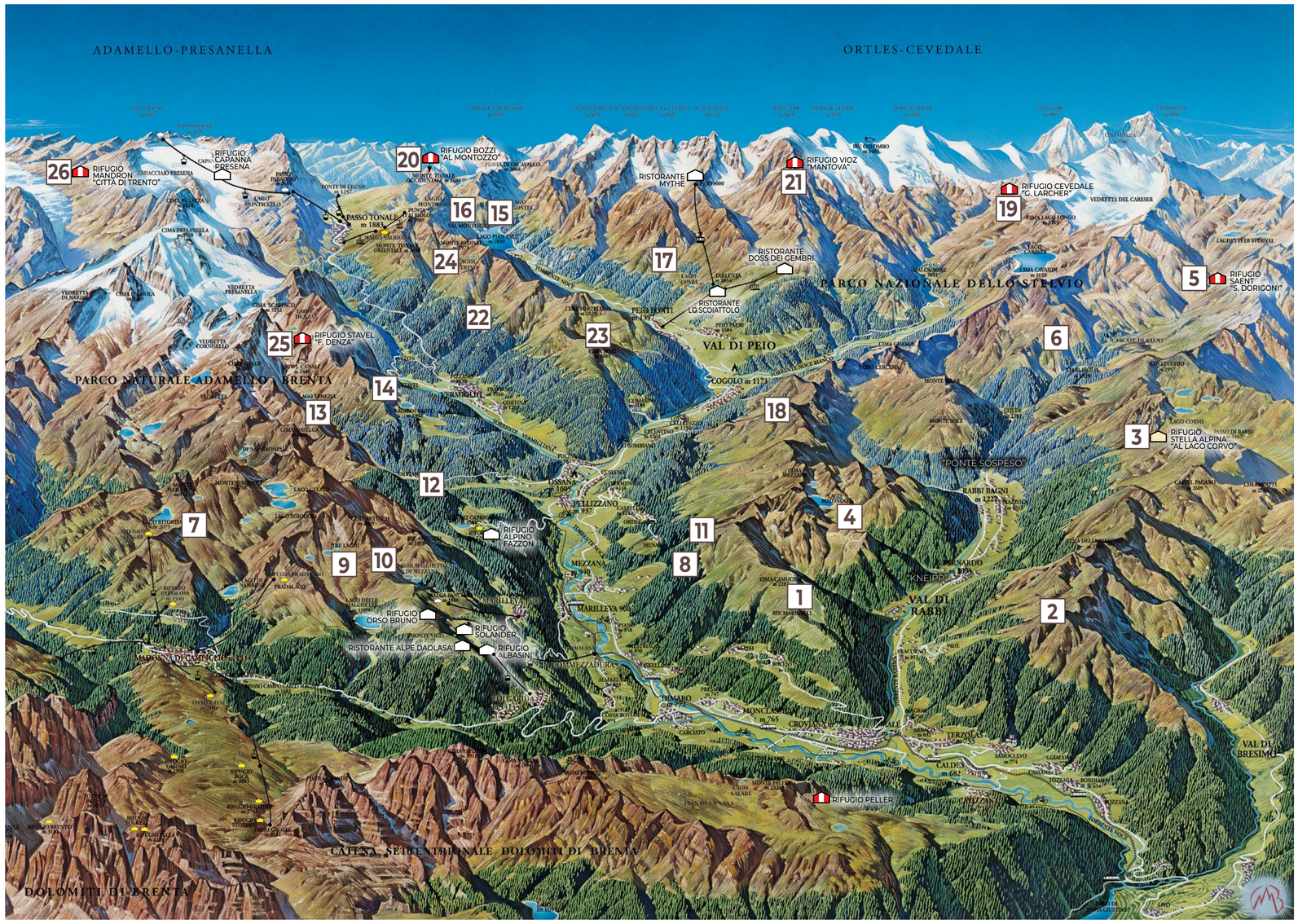
Hai notato segnaletica rotta, ostacoli o un sentiero poco visibile?
Scrivici su WhatsApp al numero 0463 901280 e aiutaci a migliorare i percorsi!

ANDAR PER MONTI
I TREKKING PREFERITI
DAGLI ABITANTI DELLA VAL DI SOLE

Andar per monti è una delle attività che chi abita in Val di Sole fa da quando era bambino. Scopri assieme ai professionisti della montagna i sentieri percorsi da noi "Solandri" partecipando ad uno dei **15 itinerari proposti**

ACQUISTA ONLINE O NEGLI UFFICI INFO

www.visitvaldisole.it/it/andar-per-monti



DIFFICOLTÀ	DISLIVELLO IN SALITA
FACILE	<100 m
MEDIO FACILE	100-300 m
MEDIO	300-600 m
MEDIO DIFFICILE	600-1100 m
DIFFICILE	> 1100 m

ristoro
pernottamento
bus navetta
raggiungibile con impianti di risalita
rifugio SAT
rifugio

1 Km
1 cm = 250 m

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

Stampa:
Esperia - Lavis (TN)

Foto:
C. Pizzini, G. Podetti, A. Russolo, T. Prugnola, C. Baroni, G. Guidelli, N. Angeli, Joe Barba, L. Brentari, Visual Stories, M. Boglioni, T. Mochen, M.Ambrosi, Pillow Lab, T. Caffara, V. Veneri, B. Corrias, M. Caserotti, R. Zambotti, M. Bertinotti, L. Marcolla, C. Bevilacqua, Guide Alpine, Accompagnatori di Media Montagna

Finito di stampare:
Giugno 2025

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

Responsabile editoriale: Enrico Casolari PhD.

Cartago® We The Best Maps!