

## 1 LE MALGHE DI RABBI



1 6 ore A/R - 8,8Km  
**MEDIO**

2 4 ore A/R - 6,8Km  
**FACILE**

Piazzola, Loc. parcheggio Cavallar

1 Percorso solitario e panoramico nel Parco Nazionale dello Stelvio, con possibilità di avvistamento di fauna selvatica.

2 Dal parcheggio di Cavallar posto sopra l'omonima frazioncina, il percorso segue il tracciato della strada statale che, con pendenza moderata, sale a tornanti nello splendido lariceto sino agli ampi spazi prativi delle malghe. In prossimità della Malga Artisé il percorso risale lungo i pascoli sottostanti fino a raggiungere la malga (1890 m). Da qui si scende di un ampio panorama sulla Val di Rabbi e sulle montagne che la circondano. Di qui percorrendo il sentiero si arriva alla Malga Cespedè (1892 m) e, seguendo le pieghe delle dorsali che discendono dalla Cima del Sas For, dopo l'ampio vallone del Lago Convo, si giunge alla Malga Paludé Alta (2054 m), luogo da cui si gode di un'ampia veduta sulla Val di Rabbi e sulle lontane Dolomiti. Proseguendo in discesa lungo la traccia di una vecchia mulattiera si giunge prima alla Malga Caldesa Bassa (1835 m) e poi lungo la strada forestale si rientra al Parcheggio di Cavallar.

3 L'itinerario può essere abbreviato percorrendo il sentiero che da Malga Cespedè conduce in breve a Malga Paludé bassa.

4 Percorso: **Loc. Cavallar (1.480 m) - Malga Artisé (Terzolasia 1.890 m) - Malga Cespedè (Samocleva 1.892 m) - Malga Paludé Alta (Caldesa Alta 2.054 m) - Malga Paludé Bassa (Caldesa Bassa 1.835 m) - Loc. Cavallar (1.480 m)**



## 2 VALORZ: TRA MASI E CASCATE



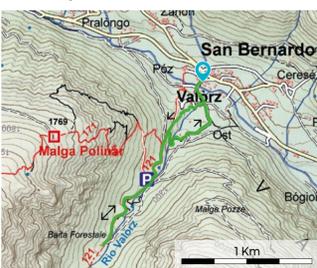
1 3 ore 30' A/R - 3,3Km  
**MEDIO FACILE**

San Bernardo, ufficio turistico

1 Percorso tra caratteristici masi e cascate ghiacciate.

2 Dal parcheggio posto in prossimità dell'Ufficio Turistico a San Bernardo, tenendo in mano le racchette da neve, si scende lungo la strada portandosi al di là del torrente Rabbies. Superate due scialle ed un vecchio maso si giunge ad un ponticello sul Rio Valorz in prossimità del quale si possono comodamente indossare le ciaspole. Salendo lungo la traccia tra i caratteristici masi e superato un ponticello in legno, ci si inoltra tra le incorniciate pareti della valle di Valorz fino al Baito Forestale (1364 m) posto al cospetto delle imponenti cascate ghiacciate. Raggiunto questo punto panoramico si percorre l'itinerario in senso contrario fino al parcheggio a quota 1246 m. Si attraversa il ponte sul Rio Valorz e si prosegue sul lato destro orografico rientrando al punto di partenza.

3 Percorso: **San Bernardo (1.093 m) - passaggio tra i Masi di Valorz - Baito Forestale (1.364 m) - rientro lungo la destra orografica del rio Valorz**



## 3 PONTE SOSPESO - MALGA FRATTE



1 3 ore A/R - 2,9Km  
**FACILE**

Rabbi Fonti, parcheggio antistante le terme

1 Percorso nel Parco Nazionale dello Stelvio con un emozionante ponte sospeso.

2 Dal parcheggio in località Rabbi Fonti, nei pressi delle famose Terme, si segue un'isolata strada boschiva sul lato sinistro della strada principale recante le indicazioni per Ponte Sospeso e Malga Ceren. La si percorre in graduale salita per circa 1 km fin quando, in maniera molto evidente, si notano sul lato destro le indicazioni per Ponte Sospeso/Malga Fratte Bassa. Si segue il sentiero nel suggestivo bosco di abeti sino ad arrivare in prossimità del profondo avallamento del Rio Ragaio, attraversato dal Ponte Sospeso. Il ponte attraversa la forra per una lunghezza di oltre 100 metri, ad un'altezza di ben 57 metri. Molto suggestiva la sottostante cascata Ragaio. Al di là della valle il sentiero, molto evidente, raggiunge in leggera discesa una vecchia mulattiera che sale dal basso (prestare attenzione alla possibile presenza di ghiaccio). La si percorre in salita sino ad incontrare l'evidente strada sterrata che in breve conduce alla Malga Fratte Bassa, zona estremamente panoramica nel Parco Nazionale dello Stelvio. Il ritorno avviene per il primo tratto sulla stessa strada che prosegue in basso, attraversando il sottostante ponte Ragaio, da dove si può osservare in alto il Ponte Sospeso, percorso in precedenza. Di qui si giunge in breve al punto di partenza, fiancheggiando la pista da sci di fondo e l'impegnoso torrente Rabbies. Il tratto di itinerario che porta al ponte sospeso potrebbe essere chiuso per presenza di ghiaccio. In tal caso è possibile affrontare il percorso indicato come ritorno da Malga Fratte sia per l'anelito che per il ritorno.

3 Per info su apertura e orari di Malga Fratte Bassa: 339 286881 - 331 4633633

Percorso: **Rabbi Fonti (1.260 m) - Ponte Sospeso (1.366 m) - Malga Fratte Bassa (1.482 m)**



## 4 MALGA MONTE SOLE



1 5 ore A/R - 14,6Km  
**MEDIO**

Rabbi Fonti, parcheggio antistante le terme

1 Percorso solitario e panoramico, su strada battuta da gatto delle nevi, nel Parco Nazionale dello Stelvio.

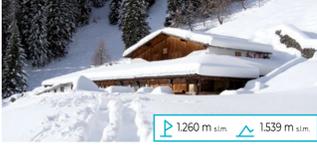
2 Si raggiunge la località Rabbi Fonti posta in fondo alla Val di Rabbi e si parcheggia nei pressi dello stabilimento termale. Il percorso sale su evidente strada sterrata battuta fino alla località Fontanon in prossimità della Malga Stabelli (chiusa in inverno). Lasciata la malga sulla sinistra si prosegue a destra effettuando il tornante per giungere quindi, dopo un altro tornante, a Malga Monte Sole Bassa. Da qui, si giunge a Malga Monte Sole Alta. Rientro dallo stesso percorso.

Percorso: **Rabbi Fonti (1.260 m) - Malga Monte Sole Bassa (1.259 m) - Malga Monte Sole Alta (2.053 m)**

3 Percorso: **Dimaro (800 m) - Masi Ronzola (1.289 m) Folgarida/Belvedere (1.400 m)**



## 5 MALGA STABLASOLO



1 3 ore 30' A/R - 7,8Km  
**MEDIO**

Rabbi Fonti, parcheggio loc. Plan

1 Percorso solitario e panoramico, su strada battuta da gatto delle nevi, nel Parco Nazionale dello Stelvio tra costruzioni caratteristiche.

2 Si raggiunge la località Rabbi Fonti posta in fondo alla Val di Rabbi e si parcheggia in località Plan, nei pressi della pista di sci fondo, circa 800 m oltre lo stabilimento termale. Si prosegue dritto nel bosco su strada battuta sulla sinistra orografica del torrente Rabbies fino a località Coler. Si attraversa il ponte sul torrente Rabbies e si sale sulla destra orografica dello stesso fino a raggiungere nei pressi del Rifugio Al Fontanon (porre particolare attenzione in questo tratto del percorso poiché può essere soggetto a fenomeni valanghivi). Da qui si prosegue su strada forestale fino a Malga Stablasolo. È possibile proseguire fino al ponte sul Rabbies al cospetto delle cascate di Saent. Si rientra dallo stesso percorso.

3 Per info su apertura e orari di Malga Stablasolo: 388 9639582

Percorso: **Coler (1.380 m) - Parcheggio Coler (1.380 m) - Malga Stablasolo (1.539 m)**



## 6 TRA LE MALGHE DI BOLENTINA



1 3 ore A/R - 7,2Km  
**MEDIO DIFFICILE**

Fraz. Bolentina

1 Percorso solitario e panoramico con vista sulle Valli di Rabbi, Sole e Non.

2 Da Malé si raggiunge la frazione di Bolentina e oltrepassando il centro abitato, in direzione Mas de Mez, al primo tornante, si parcheggia in uno spiazzo. Da qui si prende la stradina sulla destra con indicazioni Malga Bassa, da dove poi, con bivio sulla sinistra si raggiunge in breve il Mas de la Cros. Discesa per la località "Piaza Marendaia" e poi sempre per stradina alla località Mas de Mez, da dove su strada asfaltata si raggiunge in breve il luogo di partenza. Itinerario ad anello.

Percorso: **Bolentina (1.161 m) - Mas de Mez (1.317 m) - Piazza Marendaia (1.510 m) Mas de la Cros (1.601 m) - Malga Bolentina Bassa (1.510 m)**



## 7 VAL MELEDRIO



1 5 ore A/R - 12,6Km  
**MEDIO**

Dimaro, bivio per la Val Meledrio S.S. 239

1 Percorso di valore ambientale e storico nel Parco Naturale Adamello Brenta.

2 Si lascia l'auto nei pressi del primo tornante della strada S.S. 239 che sale in direzione Madonna di Campiglio e s'imbocca la strada sterrata. Qui si possono visitare i ruderi di un piccolo distretto industriale e un antico maglio idraulico ristrutturato. Proseguendo lungo la strada forestale, si incrocia poi la vecchia calcaria, fino a giungere nei pressi della centrale idroelettrica. Si prosegue il percorso attraversando un bosco di larici fino a raggiungere una stretta forra rocciosa dove il torrente Meledrio crea, grazie ad alcuni salti nella roccia, delle graziose cascate. L'itinerario prosegue in direzione Masi di Ronzola per poi raggiungere la frazione di Folgarida in località Belvedere. Il rientro è previsto per lo stesso itinerario seguendo le indicazioni del percorso N°1 dell'Ecomuseo Val Meledrio.

Percorso: **Dimaro (800 m) - Masi Ronzola (1.289 m) Folgarida/Belvedere (1.400 m)**



## 8 SALITA AL MALGHET AUT



1 3 ore A/R - 7,5Km  
**MEDIO FACILE**

Folgarida, parcheggio per Malga Dimaro S.S. 239

1 Percorso in parte nella skiera Folgarida-Marilvea.

2 Dalla località di Folgarida si prosegue sulla statale S.S. 239 in direzione Madonna di Campiglio fino al parcheggio della Malga di Dimaro (lato destro della carreggiata). Lasciata l'auto, si prosegue a piedi seguendo la strada forestale che, con alcuni tornanti, porta alla Malga di Dimaro, una magnifica terrazza naturale con vista sulle Dolomiti di Brenta. Da qui l'itinerario prosegue entrando nel bosco e dopo alcuni tornanti si raggiunge la località Malghet Aut (1850 m), centro del comprensorio sciistico di Folgarida-Marilvea. All'arrivo del percorso prestare particolare attenzione ai numerosi sciatori presenti sulle piste. Possibilità di utilizzare l'impianto di risalita per chi effettua l'itinerario in senso inverso.

Percorso: **S.S. 239 - Malga di Dimaro (1.670 m) - Malghet Aut (1.850 m)**



## 9 BAITA CIOCOMITI - MALGA VIGO



1 3 ore A/R - 8,3Km  
**MEDIO FACILE**

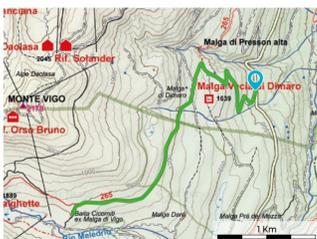
Folgarida, parcheggio per Malga Dimaro S.S. 239

1 Percorso con vista sulle Dolomiti di Brenta.

2 Dalla località di Folgarida si prosegue sulla strada S.S. 239 in direzione Madonna di Campiglio fino al parcheggio della Malga di Dimaro che si trova sul lato destro della carreggiata, dove si lascia l'auto. Dopo circa 45 minuti di passeggiata si raggiunge la Malga di Dimaro, una magnifica terrazza naturale con vista sulle Dolomiti di Brenta. Tenendo la malga alla propria destra si seguono le indicazioni per Malga Vigo. Si imbecca quindi il sentiero SAT n. 265, in leggera salita ed immerso tra le conifere, dove le ombre ed il silenzio del bosco sostituiscono la grande luminosità del pascolo innevato della malga. Seguendo il sentiero per circa l'ora si raggiunge Malga Vigo - Baita Cioccomiti, dove sarà possibile godere di un panorama mozzafiato. La malga, immersa nella Skiera Campiglio Dolomiti di Brenta, offre servizio di ristorazione. Rientro per lo stesso itinerario.

3 Per informazioni su apertura e orari di Malga Vigo - Baita Cioccomiti: 320 2169737

Percorso: **S.S. 239 - Malga di Dimaro (1.670 m) - Baita Cioccomiti (1.800 m)**



## 10 VAL BASSA DI PRESSON - MASI DI RONZOLA



1 1 ore 30' A/R - 2,4Km  
**FACILE**

Folgarida, parcheggio Belvedere

1 Percorso ai piedi del Sasso Rosso con un caratteristico anfiteatro in legno immerso nella natura.

2 Passeggiata l'auto presso il Piazzale Belvedere di Folgarida si attraversa il ponte e si imbecca il sentiero in leggera discesa in direzione Madonna di Campiglio. Si prosegue mantenendo la destra e seguendo le indicazioni per località "Ronzola". Una volta raggiunti dei masi di montagna, si scende in direzione della Malga Bassa di Presson. Da qui si incontra prima un anfiteatro in legno sulla destra, (che simboleggia il connubio tra uomo e natura), poi, risalendo, tenendo la destra si raggiunge la Malga Bassa di Presson e superata quest'ultima si può scegliere di proseguire sul sentiero che riporta verso la strada statale oppure tornare a ritroso verso il punto di partenza.

Percorso: **Folgarida (1.351 m) - Masi di Ronzola (1.335 m) - Malga Bassa di Presson (1.292 m)**



## 11 MALGHETTO DI ALMAZZAGO



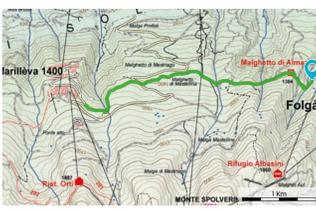
1 4 ore A/R - 8,3Km  
**MEDIO FACILE**

Folgarida, piazzale telecabina

1 Percorso nei boschi innevati ed un punto panoramico sulla Val di Sole.

2 Il percorso parte a monte dell'Hotel Selva, sopra al piazzale Folgarida, dove si imbecca per un breve tratto la strada forestale fino al primo tornante. Superato, si prende sulla destra un evidente sentiero che attraversa la Val Rolian e raggiunge il pascolo del Malghetto di Almazzag. Da qui si gode di una bellissima vista sulla Val di Sole. Ci si addentra quindi in un bosco di conifere per arrivare alla stazione intermedia della cabinovia "Daolasa - Val Mastellina" situata presso il Malghetto di Mastellina a 1364 m (è possibile fare il medesimo percorso a ritroso verso Folgarida raggiungendo questo punto con telecabina da Daolasa: itinerario facile di 2 km percorribile in 1h e 15'). Si oltrepassa quindi la stazione intermedia e dopo circa 100 m si può individuare a sinistra un'indicazione utile per imboccare il sentiero in direzione Marilvea; proseguendo si incontra la strada provinciale che va attraversata, per poi imboccare di nuovo la strada forestale lunga circa 300 m che più avanti si restringe leggermente fino a diventare sentiero. Si attraversa quindi una piccola vallata e dopo pochi metri si raggiunge la stazione turistica di Marilvea 1400. Lo stesso percorso può essere effettuato a ritroso partendo dal secondo tornante che scende verso Marilvea 1400 o salendo con l'impianto di risalita da Daolasa, fino alla fermata intermedia.

Percorso: **Folgarida (1.300 m) - Malghetto di Almazzag (1.389 m) - Marilvea 1400 (1.400 m)**



## 12 MADONNA DELLE CIME



1 1 ora 30' A/R - 3,4Km  
**FACILE**

Marilvea 1400, parcheggio Residence Artuik

1 Percorso nei boschi innevati.

2 Passeggiata semplice adatta a tutti. Il tragitto parte nei pressi del residence Artuik e appena superato il sottopasso della pista da sci, si nota nei pressi di un'isola ecologica, l'evidente cartello di inizio percorso. Si scende a destra per circa 50 metri lungo il sentiero che costeggia il parco giochi, immerso nel bosco, fino ad incrociare sulla sinistra la strada pianeggiante. Seguendo l'indicazione "Madonna delle Cime" in circa 30 minuti si raggiunge un piccolo capello posto alla fine del sentiero. Rientro dallo stesso percorso.

Percorso: **Marilvea 1400 (1.400 m) - Madonna delle Cime (1.400 m)**



## 13 LAGHI DEL MALGHETTO



1 4 ore 30' A/R - 9,4Km  
**MEDIO**

Marilvea 1400, parcheggio Residence Artuik

1 Percorso nei boschi innevati ed in parte su strada battuta da gatto delle nevi.

2 Escursione impegnativa con partenza dal Residence Artuik, da dove si imbecca il sentiero SAT 202, che in salita porta fino a "Ponte Alto". Da qui si prosegue seguendo le indicazioni per i laghetti. Giunti ad un secondo bivio si sale su ripido sentiero fino a raggiungere i Laghi del Malghetto. Ritorno per lo stesso itinerario.

Percorso: **Marilvea 1400 (1.400 m) - Bivio Rifugio Orti (1.820 m) - Malga Copai (1.986 m) - Laghetti del Malghetto (2.001 m)**



## 14 MARILLEVA 1400 - LAGO DEI CAPIROLI



1 5 ore A/R - 11,4Km  
**MEDIO DIFFICILE**

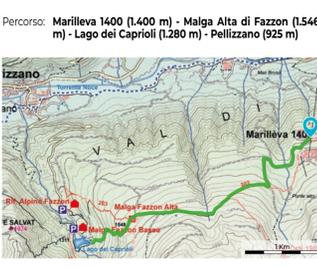
Marilvea 1400, parcheggio Residence Artuik

1 Percorso nei boschi innevati.

2 Nei pressi del Residence Artuik si imbecca il sentiero in salita fino alla località Ponte Alto. Si prosegue fino ad un tornante e lasciata a sinistra la traccia principale (direzione Laghi del Malghetto), si continua dritto in un bosco di abeti rossi a tratti molto fitto fino ad arrivare alla Malga Alta di Fazzon (chiusa in inverno) e da qui in discesa si raggiunge il Lago dei Caprioli. Dal lago è possibile scendere a Pellizzano per il sentiero degli Gnomi (itinerario numero 17). Questo itinerario può essere effettuato anche in senso inverso partendo dal Lago dei Caprioli o da Pellizzano.

3 Per informazioni su apertura e orari di Chalet Lago dei Caprioli: 0463 75157

Percorso: **Marilvea 1400 (1.400 m) - Malga Alta di Fazzon (1.546 m) - Lago dei Caprioli (1.280 m) - Pellizzano (925 m)**



## 15 LE MALGHE DI ORTISÉ



1 5 ore A/R - 7,3Km  
**MEDIO**

Ortisé, parcheggio piazzale chiesa

1 Percorso solitario e panoramico con vista sulle Dolomiti di Brenta.

2 Il percorso ad anello inizia dall'abitato di Ortisé (1477 m). Dal parcheggio adiacente alla chiesetta si imbecca una strada che sale poco più in alto dell'abitato in direzione Alpe Pozze. Superato il paese, il tracciato sale sulla destra a fianco di un caratteristico maso posto alla destra della prima curva. Il percorso entra nel bosco con pendenza decisa fiancheggiando in alto il torrente per poi svoltare a sinistra con strada boschiva incanalata in un fitto bosco di abeti. Poco più in alto il bosco si dirada ed un'ampia veduta si apre sull'alta Val di Sole e sulle vette innevate della Presanella. Di qui, a fianco della strada si superano dei masi recentemente ristrutturati dislocati poco distanti dalla rinnovata Malga Stabli (1814 m). Il tragitto prosegue seguendo la strada forestale che porta alla Malga Bronzolo. Si ritorna attraversando direttamente il pascolo della malga fino a ricollegarsi più in basso alla strada forestale percorsa in salita, si prosegue quindi in discesa fino ad un primo bivio. Da qui lasciato il tracciato appena percorto si va verso sinistra scendendo gradualmente nel fitto bosco di abeti. Raggiunta la Val Molinar, poco prima dell'abitato di Ortisé, ci si ricollega al sentiero percorso in salita ed in breve si arriva al punto di partenza.

3 Per informazioni su apertura e orari di Malga Stabli: 346 6933370

Percorso: **Ortisé (1.477 m) - Malga Stabli (1.814 m) - Malga Bronzolo (2.084 m)**



## 16 SENTIERO DEGLI GNOMI



1 3 ore 30' A/R - 6,4Km  
**MEDIO**

Pellizzano, parcheggio presso il parco giochi

1 Percorso nei boschi innevati, lungo un sentiero didattico, presenta spesso dei tratti ghiacciati.

2 Lasciando l'auto nei pressi del parco giochi di Pellizzano, si superano le ultime case del paese, fino a raggiungere il capello di Sant'Antonio sulla destra. Superato lo si prosegue sempre a destra, per un'evidente stradina che porta fino al secondo tornante sulla strada per Fazzon - Lago dei Caprioli. Si segue poi il sentiero didattico "Sentier della Pala" che porta alla Malga Bassa - Centro Visitatori; quindi si prosegue sulla strada principale che porta al Lago dei Caprioli. Rientro per lo stesso itinerario.

3 Variante: sulla destra del parcheggio in prossimità della Malga Bassa, si imbecca una strada pianeggiante che, dopo circa 3 km, conduce in località Valpiana collegandosi all'itinerario n. 18 oppure si rientra a ritroso.

4 Per informazioni su apertura e orari Chalet Lago dei Caprioli: 0463 75157

Percorso: **Pellizzano (920 m) - Malga Bassa (1.250 m) - Lago dei Caprioli (1.280 m)**



## 17 VALPIANA



1 2 ore A/R - 4,1Km  
**MEDIO FACILE**

Ossana, chiesa di San Vigilio

1 Percorso solitario e panoramico al cospetto del gruppo Ortles-Cevedale

LOCALITÀ COGOLO

**19 GIRO DEI MASI**



**1** 2 ore e 30' A/R - 6,4 km  
**FACILE**

**P** Cogolo, Loc. Biancaneve  
**I** Percorso tra caratteristici masi nel Parco Nazionale dello Stelvio.  
**1** Dall'abitato di Cogolo si prosegue in direzione Malga Mare e si parcheggia presso la chiesetta di Pegala. Da qui si imbocca la stradina sulla destra e la si percorre fino all'Agitur per poi proseguire lungo la stradina forestale sulla destra che alterna zone boschive a prati dove si possono osservare i tipici masi. Passando nel bosco più fitto si può scorgere sulla destra una spettacolare cascata di ghiaccio. Poco dopo si giunge in località Polveriera e quindi si prosegue sulla destra dapprima su strada costeggiando i suggestivi masi delle Lame e poi su breve tratto di sentiero fino a Fratta Piana. Per il ritorno si segue la strada che scende sul versante opposto del torrente fino al ponte in località Polveriera, zona caratterizzata dalla presenza di parecchi masi per poi, attraversato il ponte, riprendere il sentiero percorso all'andata.

Percorso: **Cogolo (1173 m) - Masi Le Lame (1307 m) - Masi Fratta Piana (1375 m)**



LOCALITÀ PEIO

**20 ALLA SCOPERTA DEL PARCO**



**1** 4 ore 30' A/R - 9,9Km  
**2** 2 ore A/R - 5Km  
**MEDIO** **FACILE**

**P** Peio Paese  
**P** Peio, Loc. Tarlenta  
**I** Percorso solitario e panoramico tra caratteristiche costruzioni rurali nel Parco Nazionale dello Stelvio.  
**1** Il percorso ad anello inizia a Peio Paese (1585m) e precisamente dal parcheggio autobus. Di fianco ad un capello si imbocca una stradina in salita, per poi proseguire a destra all'incrocio fino a raggiungere il parco giochi, dove si imbocca una panoramica strada sterrata che sale con pendenza moderata in direzione Bosco degli Urogalli - Malga Talé. Molte volte questa stradina è nella prima parte percorsa da mezzi agricoli ed essendo estremamente solitaria può esserci carenza di neve fino alla Croce dei Bagni. Si entra ora nel bosco di conifere in direzione Malga Talé e si raggiunge, con una breve salita, la Croce dei Bagni. Si lascia sulla destra il balcone panoramico del volo dell'aquila e si imbocca la ripida strada a sinistra in direzione "Masi di Marassina". Attraversati gli ampi pascoli che circondano i masi si raggiunge la Strada del Gaggio che diventa poi sentiero SAT 127 e, attraversando il fitto bosco di abeti, si giunge al ristorante Scoiattolo in loc. Tarlenta (1996 m). Aggirando ora la partenza della funivia Pejo 3000 e seguendo il sentiero SAT 127 si costeggia un ampio crinale sino ad incontrare la "Via dei Monti" (antica mulattiera che discende verso Peio Paese). La si attraversa seguendo le indicazioni per Malga Covèl e si scende lungo l'ampio vallone fino a giungere in prossimità della malga e nella omonima piana, ambiente di grande valore naturale e paesaggistico. Il caratteristico laghetto è completamente ghiacciato e non si vede molto ma sono invece notevoli le colate delle adiacenti cascate. Superati alcuni caratteristici masi, si discende per comoda traccia fino a Peio Paese, prestando attenzione all'attraversamento della pista da sci e dando la precedenza agli sciatori.  
**2** Variante: si può percorrere l'anello di Covèl sopra descritto raggiungendo con telecabina la loc. Tarlenta per poi rientrare lungo comoda ed ampia strada forestale fino a Peio Paese (possibilità di utilizzo servizio di mobilità fino a Peio Fonti, info: 0463 754345) oppure seguendo le indicazioni per area faunistica per rientrare a piedi (in questo tratto, molto spesso, non è necessario l'uso di ciaspole).

Percorso: **Peio Paese (1585 m) - Masi Marassina (1830 m) - Ristorante Scoiattolo (1996 m) - Piana Covèl (1810 m)**



LOCALITÀ PEIO

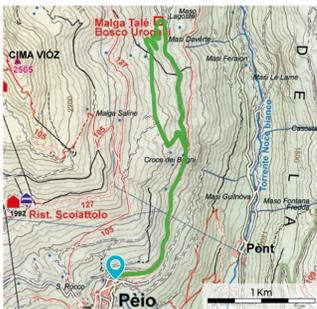
**21 IL BOSCO DEGLI UROGALLI**



**1** 4 ore A/R - 5,4Km  
**MEDIO**

**P** Peio Paese  
**I** Percorso tra caratteristiche costruzioni rurali nel Parco Nazionale dello Stelvio.  
**1** Partendo da Peio Paese si imbocca la forestale che conduce verso Malga Talé. Giunti alla Croce dei Bagni (generalmente senza l'utilizzo di ciaspole) si prosegue in salita fino ai Masi di Marassina, da cui parte il sentiero nel bosco che porta fino a Malga Talé. Il rientro si effettua lungo comoda strada forestale generalmente innevata fino alla Croce dei Bagni per poi rientrare fino all'abitato per il primo tratto di andata.

Percorso: **Ritinerario tematico Il Bosco degli Urogalli - Masi di Marassina (1.834 m)**



LOCALITÀ VERMIGLIO

**22 VERNIANA - SAVIANA**



**1** 6 ore A/R - 10,2Km  
**2** 6 ore 30' A/R - 10,5Km  
**MEDIO DIFFICILE** **MEDIO DIFFICILE**

**P** Vermiglio, su S.S. 42, 2 km ca. dopo l'abitato in direzione Passo Tonale  
**I** Percorso solitario e panoramico tra caratteristici masi.  
**1** Una volta lasciata l'auto nei pressi della strada forestale che porta in Val Verniana, si prosegue interamente su questa strada passando dalla "Piazzola" (ampio curvone con vista panoramica sull'alta Val di Sole) fino ad arrivare in Val Verniana (1716 m). Qui si possono ammirare caratteristici masi alpini, le vicine cime con il Monte Redivai e, sul versante opposto, l'inconfondibile profilo con la Cima Presanella (la cima più alta interamente in Trentino). Terminato il "break" di riposo si prosegue lungo la forestale innevata verso Val Saviana fino a raggiungere un'ampia piazzola a quota 1860 m, poco sotto l'omonima malga posta a quota 1917 m.  
**2** Variante: parcheggiata l'auto nei pressi del cimitero di Vermiglio, ci si incammina verso la suggestiva Chiesetta di Santa Caterina fino al "Dazi". Da qui si percorre il primo tratto della "vecchia strada del Tonale" fino a congiungersi con il percorso precedentemente descritto nei pressi del bivio che da un lato porta verso Passo del Tonale e dall'altro verso Verniana. Il rientro è previsto dallo stesso percorso di andata.

Percorso: **Vermiglio (1.300 m) - Masi di Verniana (1.716 m) - Malga Saviana (1.917 m)**



LOCALITÀ VERMIGLIO - VELON

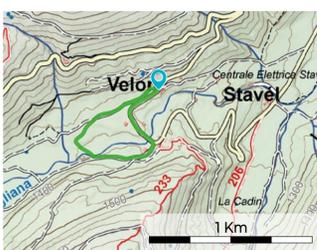
**23 VELON**



**1** 1 ore A/R - 1,6Km  
**FACILE**

**P** Vermiglio, Loc. Velon  
**I** Percorso tra caratteristiche costruzioni rurali.  
**1** Prestare attenzione a non rovinare il tracciato per lo sci di fondo.  
**1** Lasciata l'auto nell'ampio parcheggio nei pressi dell'Hotel Baita Velon, si imbocca il percorso che si sviluppa lungo i dolci pendii di località Velon. La tranquillità del bosco di abeti, il dolce fruscio dell'acqua che scorre, insieme allo scintillio della neve fanno di questa passeggiata una semplice ma piacevole escursione nella natura. Il rientro ad anello avviene lungo un breve tratto di strada provinciale che riporta al parcheggio auto. Attenzione: nei pressi del percorso si trovano dei tracciati per sci di fondo, si raccomanda di non rovinarli camminandoci sopra.

Percorso: **Baita Velon (1.300 m) - torrente Vermigliana**



LOCALITÀ PASSO TONALE

**24 GIRO DELL'ALTIPORTO**



**1** 2 ore A/R - 4,4Km  
**FACILE**

**P** Passo Tonale, parcheggio Valbiolo  
**I** Percorso solitario e panoramico.  
**1** Questo percorso parte poco oltre il parcheggio Valbiolo, appena all'inizio della strada asfaltata che sale verso l'antico Ospizio, cartello indicatore sulla destra. Si tratta di un percorso ad anello che aggira la zona dell'Altiporto del Tonale molto spazioso e tranquillo, soleggiato e con ampie vedute fino alle zone Dolomitiche. Alternando brevi sali scendi si cammina facilmente nel bosco di larici, mughi e abeti sempre al cospetto delle cime più alte del Trentino: Presanella, Ceren e Busazza.

Percorso: **Parcheggio Seggiovia Valbiolo (1.885 m) - Giro dell'Altiporto**



LOCALITÀ PASSO TONALE

**25 FARINEL**



**1** 4 ore A/R - 7,2Km  
**MEDIO**

**P** Passo Tonale, parcheggio Valbiolo  
**I** Percorso solitario e panoramico in zona di particolare valore storico.  
**1** L'inizio di questo percorso è situato a 1900 m di quota, poco dopo il parcheggio di Valbiolo, lungo la strada asfaltata che sale verso l'antico Ospizio, cartello indicatore a sinistra della strada. La camminata raggiunge per prati innevati il bacino artificiale di Valbiolo per poi proseguire in salita seguendo il torrente che separa dalla pista da sci. Sormontando poi l'antica morena glaciale ed attraversando il boschetto che conduce fino alla partenza della seggiovia dei Contrabbandieri a quota 2240 m, è possibile raggiungere la malga Valbiolo (punto ristoro) e la seggiovia omonima. Rientro dal percorso di andata oppure utilizzando la seggiovia. Il panorama bellissimo permetterà di spaziare lo sguardo dal ghiacciaio Presena alle maestose cime del Gruppo Adamello-Presanella.

Percorso: **Parcheggio Seggiovia Valbiolo (1.885 m) - Laghetto Valbiolo (2.100 m) - Malga Valbiolo (2.244 m)**



LOCALITÀ PASSO TONALE

**26 LA CONCA DEL PRESENA**



**1** 3 ore A/R - 3,4Km  
**MEDIO**

**P** Passo Tonale, telecabina Paradiso  
**I** Percorso panoramico in zona di particolare valore storico.  
**1** Parcheggiata l'auto nel parcheggio della telecabina Paradiso, si sale con la telecabina stessa fino a Passo Paradiso, punto di partenza dell'itinerario. Il percorso si sviluppa lungo la Conca Presena, ai piedi del ghiacciaio omonimo, ambiente d'alta quota con possibilità di usare gli impianti di risalita e raggiungere quota 3.000 m con vista impagabile sul ghiacciaio dell'Adamello, il più vasto ghiacciaio delle Alpi Italiane. Una parte del percorso si svolge su traccia battuta dal gatto delle nevi. Prima di affrontare il percorso si consiglia di informarsi adeguatamente sulla situazione ambientale in quota.

Percorso: **arrivo Telecabina Paradiso (2.585 m) - Rifugio Capanna Presena (2.738 m)**



Animali fuori pista... chi rispetta protegge!

INFORMAZIONI UTILI PER PRATICARE SPORT NELLA NEVE RISPETTANDO LA FAUNA

L'inverno è una stagione molto difficile per gli animali e il disturbo creato dall'uomo può pregiudicare la sopravvivenza. Il cibo è scarso in inverno ed a basso contenuto energetico. Le giornate corte offrono scarse possibilità di alimentazione ed il movimento è ostacolato dalla neve alta che indebolisce le forze. Le temperature (-10° C a una media di 2000 m slm) impongono di risparmiare le energie in modo efficace. Varie sono le strategie, ma la più importante, comune a tutti, è la scelta di un luogo sicuro e riparato in cui sia possibile trovare cibo col minor consumo di energia.

Cervo, capriolo, stambecco e camoscio hanno sviluppato:

- una pelliccia invernale isolante di colore scuro;
- riserve di grasso che, per camoscio e stambecco, raggiungono fino ad 1/5 del peso;
- riduzione del fabbisogno energetico, della capacità del rumine e quindi anche della quantità di cibo che possono ingerire.
- non seguite le tracce sulla neve;
- non inquisite mai gli animali selvatici, tantomeno in presenza di neve alta;
- tenete il vostro cane al guinzaglio;
- siate voi per primi d' esempio.

CHE SUCCEDA QUANDO UN ANIMALE VIENE DISTURBATO IN INVERNO?

- la fuga fa consumare energia spostandosi in luoghi non idonei per il cibo;
- lo stress brucia altre risorse e impedisce all'animale di alimentarsi regolarmente;
- l'energia persa non può essere compensata perché non possono digerire nutrimento maggiore del fabbisogno normale;
- le conseguenze di tutto ciò sono difficoltà nella capacità riproduttiva, debilitazione, morte per inedia o per predazione.

SEMPLICI REGOLE PER PRATICARE SPORT RISPETTANDO LA FAUNA

- utilizzate unicamente i tracciati segnati, ai quali gli animali si abituano;
- non addentratevi in zone di rifugio invernale per la fauna e rispettate i divieti;
- non seguite le tracce sulla neve;
- non inquisite mai gli animali selvatici, tantomeno in presenza di neve alta;
- tenete il vostro cane al guinzaglio;
- siate voi per primi d' esempio.

direttore Ufficio distrettuale forestale Malé



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

L'Azienda per il Turismo della Val di Sole promotore del progetto ed editore della pubblicazione WALK A PIEDI D'INVERNO Inverno 2024-2025, la Scuola Alpinismo e Sci Alpinismo Val di Sole ed Evolution Ski School Tonale declinano ogni responsabilità in relazione ad eventuali infortuni a persone e a cose che si dovessero manifestare nella percorrenza degli itinerari riportati nella pubblicazione stessa. Un'escursione con le ciaspole o racchette da neve è un'esperienza unica, che riporta chi la vive ad un passato lontano, quando le racchette da neve rappresentavano per la gente di montagna l'unico modo per spostarsi in inverno, quando le nevicate erano abbondanti.

TUTTI GLI ITINERARI SONO PERCORRIBILI IN ENTRAMBE LE DIREZIONI, SALITA O DISCESA.

Prima di effettuare le escursioni è importante informarsi sulle condizioni meteo (www.meteotrentino.it) e sulla praticabilità del percorso, nonché sulla possibilità di percorrere gli itinerari con o senza ciaspole presso gli Uffici Informazioni. In presenza di eventi meteorologici particolarmente intensi e/o persistenti la percorribilità degli itinerari sarà assicurata solitamente al ripristino delle condizioni ottimali di sicurezza. Ogni persona dovrà scegliere gli itinerari da percorrere in base alle proprie capacità tecniche, fisiche ed attrezzature disponibili. I tempi di percorrenza riportati in opuscolo sono tempi medi ed indicativi. In caso di scarsità/mancanza di neve sul tracciato i percorsi sono praticabili, di norma, anche senza ciaspole, con uso di ramponcini veloce ponendo grande attenzione all'eventuale presenza di ghiaccio.

Tutti i percorsi sono segnalati da frecce direzionali e tabelle con logo ciaspole, da non confondere con la segnaletica di territorio delle varie Amministrazioni Separate Usi Civici - ASUC (vedi sotto)



Percorsi Garantiti

Sebbene gli itinerari proposti siano segnalati e tracciati, è sempre necessario porre la massima attenzione ai pericoli che l'ambiente invernale presenta: terreno ghiacciato, lastre di ghiaccio in prossimità dei corsi d'acqua, giornate con periodo di luce solare ridotta, ambiente più solitario con pochi punti di riferimento aperti (baite, malghe ed altro), temperature basse ed in alcuni casi pericoli di valanghe. In caso di abbondanti/frequenti nevicate è possibile che non tutti possano essere ripristinati in breve tempo. I percorsi sono costantemente tracciati e controllati, però i cambiamenti climatici giornalieri e/o le condizioni meteorologiche possono modificare repentinamente la struttura degli itinerari e la consistenza del terreno, per cui è indispensabile attenersi sempre alle norme di prudenza e attenzione necessarie. Prima di affrontare un'escursione informarsi sempre sullo stato dei percorsi presso gli uffici delle Guide Alpine e gli uffici informazione di Valle. Si declina ogni responsabilità relativamente ad eventuali incidenti che si dovessero verificare sui tracciati proposti.

Equipaggiamento

Racchette da neve con ramponne anti ghiaccio, bastoncini, capi di abbigliamento invernali comodi e caldi, guanti, berretto, scarponi da trekking, occhiali e crema solare. Zainetto con piccola dispensa alimentare, thermos di bevande calde, piccolo "kit" di primo soccorso e una copertina termica, fuso di dispositivi di autocoiscoria: ARTVA, pala e sonda. Seguire il percorso segnalato e non effettuare percorsi alternativi non segnalati.

I consigli delle Guide Alpine

- Scegliere l'itinerario in base alle proprie capacità: per le prime uscite limitarsi a percorrere itinerari seguendo comode strade nei boschi che presentino dislivelli e lunghezze adatti alle proprie capacità con dei riferimenti precisi lungo il percorso. Camminare con le racchette da neve ("ciaspole") comporta un impegno energetico maggiore.
- Informarsi sempre sulle condizioni meteorologiche attuali e future, sulla situazione della neve consultando il bollettino valanghe ed in base a queste fondamentali informazioni individuare l'itinerario più sicuro.
- Consultare le pagine dedicate agli aggiornamenti sullo stato dei percorsi sul sito [www.visitvaldisole.it/it/ciaspole-e-passeggiate-nella-neve](http://www.visitvaldisole.it/it/ciaspole-e-passeggiate-nella-neve) o sulla pagina Facebook "Con le racchette da neve in Val di Sole".



**GUIDE ALPINE VAL DI SOLE**  
 Tel. 0463 903160 - 347 7457328  
 info@guidelalpinedivaldisole.it  
 guidelalpinedivaldisole.it

**EVOLUTION SKI SCHOOL**  
 Tel. 349 9129723 - 342 3987853  
 tonalefreriede@gmail.com  
 tonalefreriede.it

**URSUS ADVENTURES**  
 Tel. 0462 636765 - 34668540  
 info@ursusadventures.it  
 www.ursusadventures.it



Impaginazione e realizzazione grafica: STUG Arte Grafica Fotografia - stug.it  
 Stampa: Esperia - Lavis (TN)  
 Foto: A. Rucolo, T. Prugnola, C. Podetti, C. Pizzini, E. Fedrizzi, N. Cagol, E. Di Lucco, C. Baroni, L. Bertarini, M. Boglietti, T. Carfagna, Pillow Lab, A. Vigarani, V. Veneri, Visual Stories, T. Mochon, Guide Alpine, Accompagnatori di Media Montagna.  
 Finito di stampare: Dicembre 2024

Sentieri rilevati con GPS - Copyrights Cartago S.R.L. 2021  
[www.cartagomaps.com](http://www.cartagomaps.com)  
 Responsabile editoriale: Enrico Casolari PH.D.  
**Cartago**  
 We The Best Maps!