

LE MALGHE DI RABBI

accesso	Piazzola - loc. Cavallar
quota di partenza e arrivo	1.480 m
quota massima raggiunta	2.054 m
lunghezza percorso	9 km
difficoltà	media
<ul style="list-style-type: none"> • solitario e panoramico • inserito nel Parco Nazionale dello Stelvio • facile avvistamento fauna selvatica 	

6 ore
 Loc. Cavallar (1.480 m) - Malga Artise (Terzinassa 1.890 m) - Malga Cespede (Sarnoceda 1.892 m) - Malga Paludè Alta (Caldesa Alta 2.054 m) - Malga Paludè Bassa (Caldesa Bassa 1.835 m) - loc. Cavallar (1.480 m)



Dal parcheggio di Cavallar posto sopra l'omonima frazioncina il percorso sale sul tracciato della strada estiva che con pendenza moderata sale a tornanti nello splendido lariceto sino agli ampi spazi prativi delle malghe. In prossimità della Malga Artise il percorso risale lungo i pascoli sottostanti fino a raggiungere la malga (1.890 m) (2,30 h). Da quassù si gode di un ampio panorama sulla Val di Rabbi e sulle montagne che la circondano. Di qui percorrendo il sentiero si arriva alla Malga Cespede (1.892 m) (3 h) e, seguendo le pieghe delle dorsali che discendono dalla Cima del Sas Forà, dopo l'ampio vallone del Lago Corvo, si giunge alla Malga Paludè Alta (2.054 m) (4 h). Luogo da cui si gode di un'ampia veduta sulla Val di Rabbi e sulle lontane Dolomiti. In discesa lungo la traccia di una vecchia mulattiera si giunge fino alla Malga Paludè Bassa (1.835 m) (5 h) e da qui lungo boschi e spazi aperti fino al parcheggio di Cavallar (6 h).

L'itinerario può essere abbreviato percorrendo il sentiero che da Malga Cespede conduce in breve a Malga Paludè bassa.



SENTIERO DEI MASI DI VALORZ

accesso	Uff. Turistico S. Bernardo
quota di partenza e arrivo	1.260 m
quota massima raggiunta	1.364 m
lunghezza percorso	4 km
difficoltà	facile
<ul style="list-style-type: none"> • ambiente selvaggio • costruzioni caratteristiche • neve garantita 	

3 ore 30'
 San Bernardo (1.093 m) - passaggio tra i Masi di Valorz - Baio Forestale (1.364 m) - rientro lungo la destra orografica del rio Valorz



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 stalle ed un vecchio maso si giunge ad un ponticello sul Rio Valorz in prossimità del quale si possono comodamente indossare le ciapsole. Salendo lungo la traccia tra i caratteristici masi e superato un ponticello in legno, ci si inoltra tra le incombeni pareti della valle di Valorz fino al Baio Forestale (1.364 m) posto al cospetto delle imponenti cascate ghiacciate (2 h). Il rientro si effettua per un breve tratto lungo il percorso già effettuato ed in prossimità di una suggestiva baita ci si sposta sul versante opposto ridiscendendo tra il rado lariceto sino alla conca di Valorz (3,30 h).

PONTE SOSPEO - MALGA FRATTE

accesso	Rabbi Fonti
quota di partenza e arrivo	1.260 m
quota massima raggiunta	1.482 m
lunghezza percorso	3 km
difficoltà	facile
<ul style="list-style-type: none"> • suggestivo ambiente naturale • inserito nel Parco Nazionale dello Stelvio • emozionante ponte sospeso 	

3 ore
 Rabbi Fonti (1.260) - Ponte Sospeso (1.366) - Malga Fratte Bassa (1.482)



Dal parcheggio in località Rabbi Fonti, nei pressi delle famose Terme, si segue un'evidente strada boschiva sul lato sinistro della strada principale recante le indicazioni per Ponte Sospeso e Malga Fratte. 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 avvallamento del Rio Ragaio, attraversato dal nuovo 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 lì si giunge in breve al punto di partenza, fiancheggiando la pista di sci da fondo e l'impegnoso torrente Rabbies. La malga Fratte Bassa è aperta d'inverno tutti i giorni nel periodo Natale - Epifania e a seguire tutti i fine settimana, con possibilità di ristorazione (gradita la prenotazione) e di rientro in slittino (noleggiabile in malga). Previa prenotazione telefonica possibilità di trasporto in motosilitta cell. 339.2868811.

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'andata che per il ritorno.



MALGA MONTE SOLE

accesso	Rabbi Fonti
quota di partenza e arrivo	1.260 m
quota massima raggiunta	2.053 m
lunghezza percorso	7 km
difficoltà	media
<ul style="list-style-type: none"> • solitario e panoramico • inserito nel Parco Nazionale dello Stelvio • percorso su strada battuta da gatto dalle nevi 	

3 ore
 Rabbi Fonti (1.260 m) - Malga Monte Sole Bassa (1.759 m) - Malga Monte Sole Alta (2.053 m)



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 Stabetti. Lasciando la malga sulla sinistra si prosegue a destra effettuando il tornante per giungere quindi, dopo altro tornante, a Malga Monte Sole Bassa. Da qui, sempre su strada battuta con gatto delle nevi, si giunge a Malga Monte Sole Alta. L'itinerario, costantemente battuto con mezzi battipista, è ideale anche per escursionisti a piedi e con slittino. Rientro dallo stesso percorso. La malga Monte Sole Alta è aperta tutto l'inverno con servizio di ristorazione e pernottamento su prenotazione (tel. 0463.636095, cell. 339.1310314)

MALGA STABLASOLO

accesso	Rabbi Fonti
quota di partenza e arrivo	1.260 m
quota massima raggiunta	1.539 m
lunghezza percorso	3,5 km
difficoltà	media
<ul style="list-style-type: none"> • ambiente selvaggio • costruzioni caratteristiche • inserito nel Parco Nazionale dello Stelvio • percorso su strada battuta da gatto dalle nevi 	

1 ora 30'
 Rabbi Fonti (1.260 m) - Coler (1.386 m) - Malga Stablasolo (1.539 m)



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 diritto 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 giungere nei pressi del Rifugio Al Fontanin; 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. La Malga Stablasolo è aperta d'inverno tutti i giorni dal 22.12 al 08.01 e a seguire tutti i fine settimana con possibilità di ristorazione e di rientro in slittino (noleggiabile in malga). Previa prenotazione telefonica possibilità di trasporto in motosilitta - cell. 388.8639582. Di qui si può procedere fino al ponte sul Rabbies al cospetto delle cascate di Sant. Si rientra dallo stesso percorso.

TRA LE MALGHE DI BOLENTINA

accesso	Fraz. Boletina
quota di partenza e arrivo	1.248 m
quota massima raggiunta	1.600 m
lunghezza percorso	7,7 km
difficoltà	medio/difficile
<ul style="list-style-type: none"> • solitario e panoramico con vista sulla Val di Rabbi, la Val di Sole e la Val di Non 	

3 ore
 Boletina (1.161 m) - Mas de Mez (1.317 m) - Piazza Merentia (1.510 m) - Mas de la Cros (1.601 m) - Malga Boletina Bassa (1.510 m)



Da Malè raggiungere la fraz. di Boletina, oltrepassare il centro abitato della frazione seguendo la strada asfaltata fino al primo tornante. Parcheggiare la macchina e seguire la strada che sale, compiendo tre tornanti, fino alla loc. Mas de Mez. Procedere fino alla loc. Pzza Merentia (quota 1510 m) e continuare, ammirando sullo sfondo il Cimone di Boletina, fino al Mas de la Cros (1601 m) punto soleggiato e panoramico circondato da distese innevate ideali per qualche slittata. Il tempo di percorrenza stimato fino al Mas de la Cros è di circa 1h e 30'. Dal Malghetto il percorso prosegue nel bosco scendendo di quota per giungere dopo circa 20' alla Malga di Boletina Bassa (1510 m) da dove si può ammirare uno scorcio della Val di Rabbi. Proseguendo in direzione sud e sud-est dopo circa 40' si arriva in località "seghe" con vista sulla bassa Val di Sole. Ancora 30' circa per giungere al parcheggio. Questo percorso è da effettuarsi preferibilmente nell'arco di una giornata.

VAL MELEDRIO, L'ANTICA VIA DELL'IMPERATORE

accesso	Dimaro
quota di partenza e arrivo	800 m
quota massima raggiunta	1.400 m
lunghezza percorso	6,4 km
difficoltà	media
<ul style="list-style-type: none"> • ambiente selvaggio • zona di valore ambientale e storico • inserito nel Parco Nazionale Adamello Brenta 	

3 ore
 Dimaro (800 m) - Doss S. Brigida (1.344 m) - Mata Ronzola (1.289 m) - Folgarida/Belvedere (1.400 m)



Dall'abitato di Dimaro si segue la statale n. 239 in direzione Passo Campo Carlo Magno e Madonna di Campiglio fino al primo tornante (parcheggio). Da qui si distacca una stradina che risale la Val Meledrio. Il percorso porta all'Ecomuseo della Val Meledrio (aperto in estate). Dopo una vecchia "calcara" dove si produceva calce viva si sale attraverso il bosco di larici che ricopre le pendici del Doss di Santa Brigida, sede di un antico ospizio fin dal XIV secolo. Raggiunto il bivio che porta al vecchio ospizio, ora denominato Malga del Doss, si prosegue imboccando la stradina sulla destra intragliata nella roccia viva dove il torrente Meledrio emerge da una stretta forra rocciosa, formando alcune belle cascate. Punto più suggestivo dell'itinerario. Continuando a salire verso i Masi di Ronzola si raggiunge la strada statale 239 all'altezza della località Belvedere. Rientro per lo stesso itinerario.

SALITA AL MALGHET AUT

accesso	Loc. Casina
quota di partenza e arrivo	1.460 m
quota massima raggiunta	1.850 m
lunghezza percorso	3,6 km
difficoltà	medio/difficile
<ul style="list-style-type: none"> • inserito nel comprensorio sciistico Folgarida-Marilleva • possibilità di utilizzo impianto di risalita 	

2 ore
 Folgarida Loc. Casina (1.460 m) - Malghet Aut (1.850 m)



Da Folgarida in località Belvedere si percorre la Via Monti Alti raggiungendo il parcheggio in località Casina. Dalla località Casina si parte subito in prossimità di un vecchio maso e si attraversa la pista dando precedenza agli sciatori. Dopo trenta metri si imbecca una stradina che si inoltra nel bosco (tra i masi a lato della pista) continuando fino alla congiunzione con la strada forestale che proviene dalla malga di Dimaro. Girando a destra in salita sempre per un'evidente strada si raggiunge, dopo alcuni tornanti, la località Malghet Aut, centro del comprensorio sciistico di Folgarida-Marilleva. Rientro per lo stesso itinerario.

MONTE SPOLVERINO

accesso	Piazz.le Folgarida o Belvedere
quota di partenza e arrivo	1.850 m
quota massima raggiunta	2.064 m
lunghezza percorso	2 km
difficoltà	facile
<ul style="list-style-type: none"> • percorso per comprensorio sciistico Folgarida-Marilleva • non senza mozzafiato sulle Dolomiti di Brenta • possibilità di utilizzo impianto di risalita 	

50'
 Malghet Aut (1.850 m) - Monte Spolverino (2.064 m)



Si sale in quota da Folgarida fino al Malghet Aut con la telecabina Folgarida o Belvedere. Camminando a bordo pista si raggiunge la stazione a monte della seggiovia Bamby, che può essere utilizzata anche dai turisti senza sci sia in salita che in discesa, da dove parte il sentiero. Percorso un breve tratto si incrocia la pista da sci "Brenzi", attraversandola con molta attenzione e dando la precedenza agli sciatori che scendono dall'alto, si percorre tutto il versante Sud - Est del Monte Spolverino per arrivare in prossimità dell'arrivo della stazione a monte della telecabina "Daolasa - Val Mastellina", dopo aver attraversato con la stessa attenzione la pista da sci "Panoramica". L'itinerario può proseguire fino al Monte Spolverino salendo, a monte della stazione della telecabina, lungo un'evidente traccia battuta dai gatti delle nevi che si congiunge alla pista Panoramica. Rientro per lo stesso itinerario a ritroso. Questo itinerario può essere effettuato anche in senso inverso, partendo da Daolasa e salendo con la telecabina fino alla stazione a monte.

AL MALGHETTO DI ALMAZZAGO

accesso	Piazzale Folgarida
quota di partenza e arrivo	1.300 m
quota massima raggiunta	1.400 m
lunghezza percorso	5,2 km
difficoltà	media
<ul style="list-style-type: none"> • percorso nel bosco • punto panoramico sulla Val di Sole • possibilità di utilizzo impianto di risalita 	

2 ore
 Folgarida (1.300 m) - Malghetto di Almazago (1.389 m) - Marilleva 1400



Nella parte più alta del Ple Folgarida si percorre per un breve tratto la strada forestale fino al primo tornante, dove si imbecca a destra della strada un evidente sentiero che attraversa la Val Rotian e raggiunge il pascolo del Malghetto di Almazago, dove 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 - Valmastellina" situata presso il Malghetto di Mastellina a m 1364 (è possibile fare il medesimo percorso a ritroso verso Folgarida partendo da questo punto, raggiungibile con telecabina da Daolasa: itinerario facile di 2 km percorribile in 1h15). Si oltrepassa quindi la Cabinovia e dopo circa 100 mt si può individuare a sinistra un'indicazione utile per imboccare il sentiero in direzione Marilleva; proseguendo si incontra la strada provinciale che va attraversata, per poi imboccare di nuovo la strada forestale lunga circa 300 mt 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 Marilleva 1400. Lo stesso percorso può essere effettuato a ritroso partendo dalla località turistica di Marilleva 1.400 (raggiungibile anche con telecabina "Copai-Malga Panciana").

MADONNA DELLE CIME - LAGHI DEL MALGHET

accesso	Parch. Residenza Artuik
quota di partenza e arrivo	1.400 m
quota massima raggiunta	2001 m
lunghezza percorso	2 km/3 km
difficoltà	facile/impegnativa
<ul style="list-style-type: none"> • percorso breve e panoramico alla Madonna delle Cime • scelta impegnativa ai Laghi del Malghetto • possibilità di utilizzo impianto di risalita 	

1 ora/2 ore
 Marilleva (1.400 m) - Madonna delle Cime (1.400 m) - Bivio Rifugio Orti (1.820 m) - Malga Copai (1.986 m) - Laghetti del Malghetto (2.001 m)



Passeggiata semplice ed adatta a tutti che parte da Marilleva 1400, nei pressi del Residence Artuik dove si imbecca il sentiero in salita fino alla località "Ponte Alto" per poi scendere per circa 400 m seguendo l'indicazione "Madonna delle Cime" attraverso un sentiero pianeggiante. Svoltando a destra, lungo una strada pianeggiante, si giunge in circa 20 minuti alla "Madonna delle Cime" un piccolo capello posto alla fine del sentiero. Rientro dallo stesso percorso (1 ora solo andata). Un itinerario alternativo si snoda dal "Ponte Alto" continuando in salita e seguendo le indicazioni per i laghetti; si arriva ad un secondo bivio: proseguendo su ripido sentiero si raggiungono i Laghi del Malghet (sentiero SAT 202); mentre svoltando a sinistra ci si dirige verso Marilleva 1400, percorrendo il sentiero in leggera discesa fino al Residence Artuik (2 ore solo andata). La salita a Marilleva 1400 può essere effettuata con la telecabina Contrè-Malga Copai.

ALPE POZZE

accesso	parcheggio piazzale Chiesa
quota di partenza e arrivo	1.477 m
quota massima raggiunta	2.084 m
lunghezza percorso	8 km
difficoltà	media
<ul style="list-style-type: none"> • percorso solitario e panoramico con vista sulle Dolomiti di Brenta, sulla Val di Sole e sulla Presanella • caratteristico pascolo di montagna • tranquillità e contatto con la natura 	

4 ore
 Ortisè (1.477 m) - Malga Stabli (1.614 m) - Malga Bronzolo (2.084 m) - Menas (1.517 m)



Il percorso ad anello inizia dall'abitato di Ortisè (1.477 m). Dal parcheggio adiacente alla chiesetta si imbecca una strada che sale poco più in alto dell'abitato in direzione Alpe Pozze. Superato il maso, 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 voltare 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 bei masi recentemente ristrutturati dislocati poco distante dalla rinnovata Malga Stabli (1.911 m) - chiusa nell'inverno 2017-18. I tragitto prosegue in direzione della Malga Bronzolo: dopo aver superato la Val del Molinac, si entra nel bosco misto di abeti e larici ed in breve, lungo un tratto sinuoso e panoramico, si giunge nell'ampio spazio adiacente alla malga. Il panorama merita una sosta ristoratrice alla Malga Bronzolo (2.084 m). Di qui, seguendo la strada boschiva e superati gli ampi pascoli, si rientra nel bosco e si imbecca una stradina sulla sinistra che discende gradualmente nel fitto bosco di abeti. Raggiunta la Val Molinac, poco prima dell'abitato di Ortisè, ci si ricollega al sentiero percorso in salita. In breve nuovamente al punto di partenza.



ANIMALI FUORI PISTA... chi rispetta protegge!!

Alcune informazioni su come praticare sport nella neve rispettando la fauna selvatica. L'inverno è una stagione molto difficile per gli animali e il disturbo creato dall'uomo può pregiudicarne 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 che le diverse specie animali hanno sviluppato, ma la più importante, comune a tutti, è la scelta di un luogo in cui sia possibile trovare alimento idoneo col minor consumo di energia, in cui vi sia protezione dal disturbo, da pericoli e predatori.

- 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.

- Gallo cedrone, forcello, francolino e pernice bianca** sono caratterizzati invece da:
- un piumaggio particolarmente isolante, a doppio strato, e con piume fino ai tars;
 - capacità di scavare delle cavità nella neve polverosa, dove passano più di 20 ore al giorno a temperature vicine a 0°C;
 - non possono accumulare riserve di grasso e la capacità del loro gozzo, in inverno, arriva a malapena a fornire l'energia sufficiente ad arrivare al successivo momento di alimentazione.

- CHE SUCCEDA QUANDO UN ANIMALE VIENE DISTURBATO IN INVERNO?
- La fuga fa consumare energia;
 - lo stress brucia altre risorse e impedisce all'animale di alimentarsi regolarmente;
 - la fuga costringe a spostarsi in luoghi non idonei per l'alimentazione;
 - l'energia persa non può essere compensata perchè non possono digerire nutrimento maggiore del fabbisogno normale.
 - Le conseguenze di tutto ciò sono difficoltà nella capacità riproduttiva, debilitazione, morte per sfinimento o per predazione.

Con qualche semplice regola è possibile praticare sport invernali rispettando anche 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 inseguite mai gli animali selvatici, tantomeno in presenza di neve alta;
- tenete il vostro cane al guinzaglio;
- date voi per primi il buon esempio.

dot. Fabio Angeli
 Direttore Ufficio distrettuale forestale Malè

DIMARO FOLGARIDA	Tel. +39 0463 986113 dimaro.folgarida@valdisole.net
MEZZANA MARILLEVA	Tel. +39 0463 757134 marilleva@valdisole.net
PASSO TONALE	Tel. +39 0364 908388 tonale@valdisole.net
VERMIGLIO	Tel. +39 0463 758200 info@vermiglio@valdisole.net
PIEO	Tel. +39 0463 753100 pieo@valdisole.net
COGOLIO	Tel. +39 0463 754345 info@visita@valdisole.net

UFFICIO INFORMAZIONI ED ACCOGLIENZA TURISTICA

INFO@VALDISOLE.NET
 TEL. 0463.901280
 I - 38027 MALÈ (TN)
 VIALE MARCONI, 7

Val di Sole
 AZIENDA PER IL TURISMO VAL DI SOLE
 www.valdisole.net



WALK
 A PIEDI D'INVERNO

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 neviccate 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 e Accoglienza Turistica, pag. 51). In presenza di eventi meteorologici particolarmente intensi e/o persistenti la percorribilità degli itinerari sarà assicurata solamente al ripristino delle condizioni oggettive 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 e si riferiscono all'intero percorso qualora ad anello, di sola andata quando il rientro è sulla stessa traccia dell'andata. In caso di scarsità/manca di neve sul tracciato i percorsi sono praticabili, di norma, anche senza ciaspole, 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 Unì Civici- ASUC (vedi sotto)



Percorsi garantiti

Con la collaborazione delle guide alpine della Scuola Italiana di Alpinismo e Scialpinismo Val di Sole e Evolution Ski School Tonale gli itinerari proposti sono stati selezionati e tracciati per offrire agli ospiti i migliori percorsi dal punto di vista paesaggistico ambientale e con diversi gradi di difficoltà. In caso di abbondanti / frequenti neviccate è possibile che non tutti possano essere ripristinati in breve tempo. Nonostante i percorsi siano costantemente tracciati e controllati, 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 rampone anti ghiaccio, bastoncini, capi di abbigliamento invernali comodi e caldi, guanti, berretto, scarponi da trekking, occhiali e crema solare. Zainetto

con piccola dispensa alimentare, termos di bevande calde, piccolo "kit" di primo soccorso e una copertina termica.

E' sempre raccomandato inoltre l'uso di dispositivi di autosoccorso: ARTVA, pala e sonda e di attenersi al percorso segnalato e non effettuare percorsi alternativi non segnalati.

I consigli delle Guide Alpine

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. Occorre perciò affrontare le escursioni dopo averne analizzato attentamente le caratteristiche. Ecco i consigli per prepararsi al meglio ad affrontare questa esperienza:

- 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 lunghesse 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.

- Informarsi presso gli uffici competenti (guide alpine, uffici informazioni) o consultando le pagine dedicate sui siti Internet sulla fattibilità dell'itinerario previsto: "Con le racchette da neve in Val di Sole" (itinerari a 5 stelle delle guide alpine) o "A Piedi d'Inverno" (Apt Val di Sole). Anche l'attendersi a questi consigli non esclude mai totalmente i pericoli potenziali descritti. La valutazione del rischio di valanghe richiede grande esperienza; per questo il miglior suggerimento è quello di affidarsi alle Guide Alpine, conoscitori delle bellezze ma anche dei pericoli della montagna.

Scuola Italiana di Alpinismo e Scialpinismo "Val di Sole"
Piazza Regina Elena, 17 c/o Palazzo Municipale - 38027 Malè (TN) - Tel. e Fax 0463.90.1151
Cell. 347.7457328 - info@guidealpinevaldisole.it - www.guidealpinevaldisole.it

Evolution Ski School Tonale
Via Circonvallazione, 5 - 38029 Vermiglio Passo del Tonale (TN)
Cell. 348.9129723 - tonalefreeride@gmail.com

13 LOCALITÀ: PELLIZZANO

SENTIERO DEGLI GNOMI

accesso **Strada Lago dei Caprioli**
quota di partenza e arrivo **980 m**
quota massima raggiunta **1.267 m**
lunghezza percorso **2,5 km**
difficoltà **medio/difficile**

- ambiente selvaggio
- sentiero didattico

2 ore



Partendo dal secondo tornante sulla strada che porta a Fazzon - Lago dei Caprioli, si segue il sentiero didattico "Senter dela Palù" che porta alla Malga Bassa - Centro Visitatori; quindi si prosegue sulla strada principale che porta al Lago dei Caprioli. Rientro per lo stesso itinerario. Variante: sulla destra del parcheggio si imbocca una strada pianeggiante che, dopo circa 3 km, conduce in località Valpiana collegandosi all'itinerario n. 14 oppure si rientra a ritroso.

14 LOCALITÀ: OSSANA

IN VALPIANA

accesso **Chiesa S. Vigilio**
quota di partenza e arrivo **1.011 m**
quota massima raggiunta **1.260 m**
lunghezza percorso **2,5 km**
difficoltà **media**

- solitario e panoramico il tragitto dalla casa del gruppo Orles-Cevedale e della Presanella

2 ore



Si raggiunge l'abitato di Ossana e si parcheggia nei pressi della chiesa di S. Vigilio, antica pieve medioevale. Dal parcheggio della chiesa si segue un'evidente e ripida strada. Dopo il primo tornante la pendenza diminuisce e dopo un paio di km conduce all'ingresso della pianeggiante conca di Valpiana, solcata dal torrente Foce. La vista è suggestiva, perché alle spalle giganteggiano le vette del gruppo Orles-Cevedale (con il Vidz 3645 m), mentre di fronte si apre lo scenario di Corno di Valpiana, Cima di Bon e Monte Giner (2955 m), che continua il gruppo della Presanella. Si rientra dallo stesso percorso. Variante: si prosegue per breve tratto pianeggiante quindi si gira a sinistra e per strada forestale si raggiunge il parcheggio in località Malga Bassa di Fazzon lago dei Caprioli; da qui rientro a ritroso.

15 LOCALITÀ: COGOLO

S. LUCIA

accesso **loc. Le Plaze**
quota di partenza e arrivo **1.160 m**
quota massima raggiunta **1.278 m**
lunghezza percorso **5,3 km**
difficoltà **facile**

- caratteristico paesino di montagna
- zona di particolare valore ambientale e storico

3 ore



Si parte dalla zona Le Plaze di Cogolo, sulla destra orografica del fiume Noce, inoltrandosi poi nel fitto del bosco, in direzione della misteriosa chiesa di S. Lucia, isolato edificio medioevale posto su un colle che sovrasta il piccolo abitato di Comasine. Dalla chiesa di S. Lucia si imbocca il visibile sentiero in discesa fino al capello per poi proseguire sulla sinistra attraverso i prati e di qui nuovamente sulla sinistra si prosegue su stradina di campagna che riporta in Loc. Le Plaze. Prestare attenzione nel breve tratto di sentiero in prossimità del ponticello per possibilità di ghiaccio e strettoia.



16 LOCALITÀ: COGOLO

GIRO DEI MASI

accesso **Cogolo - loc. Biancaneve**
quota di partenza e arrivo **1.194 m**
quota massima raggiunta **1.375 m**
lunghezza percorso **4,6 km**
difficoltà **facile**

- inserito nel Parco Nazionale dello Stelvio
- zona di valore ambientale e storico
- paese e costruzioni rurali originali e antiche

2 ore



Dall'abitato di Cogolo si prosegue in direzione Malga Mare e si parcheggia presso la chiesetta di Pegia. Da qui si imbocca la stradina sulla destra e la si percorre fino all'Agritur. Qui si imbocca la stradina forestale sulla destra e si procede lungo un percorso 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 dall'altra parte del torrente fino al ponte in località Polveriera in una zona caratterizzata dalla presenza di parecchi masi per poi, attraversato il ponticello, riprendere il sentiero percorso all'andata.

17 LOCALITÀ: PEIO

ALLA SCOPERTA DEL PARCO

accesso **Peio Paese/Loc. Tarlenta**
quota di partenza e arrivo **1.585 m**
quota massima raggiunta **1.834 m**
lunghezza percorso **11 km**
difficoltà **medio/facile**

- solitario e panoramico
- inserito nel Parco Nazionale dello Stelvio
- paese e costruzioni rurali originali e antiche
- possibilità di utilizzo impianti di risalita

4 ore



Il percorso ad anello inizia a Peio Paese (1.585 m) e precisamente dal parcheggio bus passando nella parte più orientale del caratteristico abitato dove incontriamo, in prossimità di un tornante, una panoramica strada sterrata che sale con pendenza moderata in direzione di Malga Mare. Molte volte questa stradina è nella prima parte percorsa da mezzi agricoli ed essendo estremamente solatia può esserci carenza di neve fino alla Croce dei Bagni. Si entra ora nel bosco di conifere in direzione Malga Tale fino al bivio dove si imbocca la strada a sinistra proseguendo in salita in direzione "Masi 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 rifugio Sciottolo in loc. Tarlenta (1.996 m). Aggirando ora la partenza della funivia Peio 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 Covel e si scende lungo l'ampio vallone fino a giungere in prossimità della Malga Covel 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 attraversa si discende per comoda traccia fino a Peio Paese, prestando attenzione all'attraversamento della pista da sci dando la precedenza agli sciatori. Come itinerario breve alternativo si può percorrere l'anello di Covel sopra descritto raggiungendo con funivia la loc. Tarlenta per poi rientrare a Peio Paese con servizio mobilità (skibus C ogni 30 minuti dal Caseificio).

18 LOCALITÀ: PASSO TONALE

ALTIPORTO-BIOTOPO

accesso **Parcheggio seggiovia Valbiolo**
quota di partenza e arrivo **1850 m**
quota massima raggiunta **1960 m**
lunghezza percorso **4 km**
difficoltà **facile**

- zona di particolare valore ambientale
- neve garantita

2 ore



Al Passo del Tonale, dal grande parcheggio della seggiovia Valbiolo proseguire a piedi sulla strada che conduce all'Hotel La Mirandola. Poco prima del primo tornante, 30 mt circa dopo il ponte si diparte sulla destra il percorso segnalato da apposito cartello che porta verso l'ampia pianura dell'Altiporto. Mantenendo sempre la destra si percorre in discesa la strada forestale fino a raggiungere la strada statale (da attraversare con le ciaspole in mano); si prosegue quindi a sinistra verso l'ampia piana vallata che in un suggestivo paesaggio conduce fino al ponte nei pressi del depuratore. Imboccare a destra la traccia che ci porta verso il Biotopo del Tonale, area protetta del Trentino appartenente a Rete Natura 2000, nome con il quale l'Unione Europea designa un sistema di aree destinato alla tutela di habitat e specie animali e vegetali ritenute meritevoli di protezione. Proseguendo si giunge nei pressi del parco giochi estivo, poco sotto l'abitato e quindi in pochi minuti al parcheggio di Valbiolo.

19 LOCALITÀ: PASSO TONALE

EL FARINEL

accesso **Parcheggio seggiovia Valbiolo**
quota di partenza e arrivo **1.897 m**
quota massima raggiunta **2.244 m**
lunghezza percorso **3 km**
difficoltà **facile**

- solitario e panoramico
- possibilità di utilizzo impianti di risalita

2 ore



Dal Passo del Tonale si accede a questo bellissimo percorso presso il parcheggio della seggiovia Valbiolo, salendo direttamente sul bordo destro della pista da sci fino a raggiungere, dopo pochi minuti, la strada pianeggiante che porta verso l'antico Ospizio di San Bartolomeo posto a quota 1971 metri. Appena dopo il ponte sul fiume e poco prima dell'Ospizio si sale sulla sinistra per dirigersi verso nord in un rado bosco che racchiama l'ampia zona pianeggiante; passando vicino ad un rudere di sassi si prosegue fino a rimontare sulla sinistra un'antica morena che ci conduce, attraverso uno spettacolare ambiente invernale con alle spalle la maestosità delle vette più alte del Trentino e dei ghiacciai dell'Adamello, verso il ristorante bar Malga Valbiolo. Per rientrare si può percorrere al contrario lo stesso itinerario o scendere tenendo la sinistra della pista oppure usare la seggiovia Valbiolo che ci porterà al parcheggio.