

Programma escursioni guidate

Programm der geführten Wanderunge

Guided tours programme

LUNEDÌ – MONTAG – MONDAY

Spèscia - Sot Sas (B15) - Ranch Hütte - La Val

IL FASCINO DELLA NATURA



Ai piedi dell'incantevole monte Santa Croce esiste una grotta naturale che ogni anno magicamente rinasce. Stagione dopo stagione, la grotta è scavata dall'incedere delle nevi e dal successivo sciogliersi dei ghiacci che scendono dalle pareti della Piza dales Diesc e del Sas dla Crusc. Durante questa escursione una guida vi farà conoscere il fascino della natura.

Media/impegnativa 09.00 - 16.00

Possibilità di pranzo presso il Ranch da Andrè

NATURWUNDER



Direkt zu Füßen des Heiligkreuzkofels versteckt sich eine faszinierende Naturgrotte, die jedes Jahr auf geheimnisvoller Art neu geboren wird. Alljährlich füllt sich diese Grotte mit Schnee und mit dem Schmelzwasser vom Eis der Wände des Piza dales Diesc und des Sas dla Crusc. Während des Ausflugs zur Schneegrotte können Sie neue faszinierende Entdeckungen machen.

Mittel/anspruchsvoll 09.00 - 16.00

Mittagessen beim Ranch da Andrè

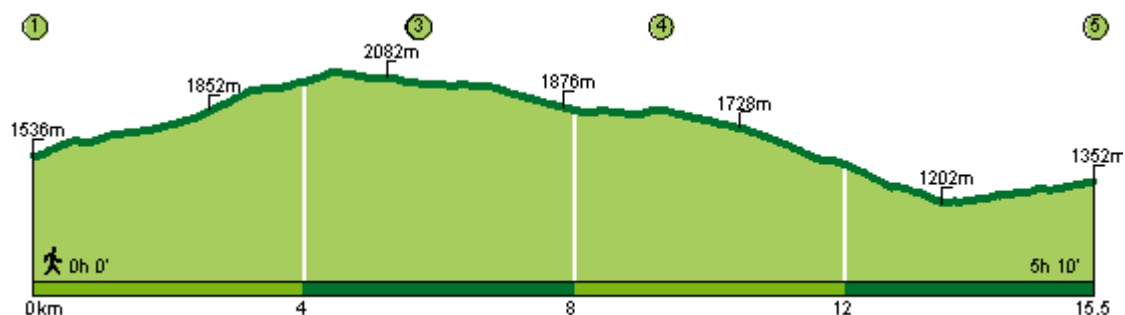
THE WONDER OF NATURE



At the foot of the enchanting Santa Croce mountain there is a natural cave that is magically reborn each year. Season after season, the cave is dug out by the snow and by the subsequent melting of the glaciers that come down from the walls of the Piza dales Diesc and the Sas dla Crusc. During this excursion you will discover new areas at the same time.

Medium/difficult 09.00 - 16.00

Possibility to have lunch at the Ranch da Andrè



Tourenlänge: 15535 m

Höhenleistung Aufstieg: 854 m

Höhenleistung Abstieg: 1038 m

Gehzeit: 5 h 10 m

Wegnummer: 16, 13A, 15B, 18, 15B, 7, Via Crucis La Val, 15A, Roda de Armentara, 15A, 2A, 2

Wegart: schwieriger Bergweg

Tourenpunkte:

- 1  **Startpunkt** (1536 m),
Ost (UTM 32): 726.120, Nord (UTM 32): 5.170.167
- 2  **La Crusc Heiligkreuz Santa Croce** (2043 m),
Ost (UTM 32): 724.976, Nord (UTM 32): 5.166.500
- 3  **Heiligkreuz S. Croce** (2047 m),
Ost (UTM 32): 724.996, Nord (UTM 32): 5.166.523
- 4  **Ranch-Hütte** (1863 m),
Ost (UTM 32): 723.655, Nord (UTM 32): 5.168.672
- 5  **La Val Wengen La Valle** (1354 m),
Ost (UTM 32): 723.722, Nord (UTM 32): 5.171.279

MARTEDI – DIENSTAG – TUESDAY

Capanna Alpina - Col de Locia - Seescharte - Scotoni - Capanna Alpina



Si parcheggia e si parte dalla Capanna Alpina, pochi chilometri dopo San Cassiano. Si prende il sentiero nr. 11 che prima pianeggiante entra nella conca Plan dal'Ega e poi sale sempre più ripido in direzione del Col de Locia. Si prosegue attraverso grandi distese di pino mugo fino al Gran Plan. Si prende il sentiero a destra in direzione sud-est verso la Forcela dl Lech. Siamo arrivati al punto più alto della camminata e si inizia a scendere lungo il canale che conduce al Lech de Lagaciò. Presto si vede dall'alto il bellissimo lago adagiato in una conca e circondato da una folta vegetazione di pino mugo. Dal lago si prosegue la discesa sul sentiero nr. 20 che in circa 30 minuti vi porterà al rifugio Scotoni. Lungo una strada più larga e con una serie di tornanti si scende per l'ultimo tratto per poi giungere alla Capanna Alpina e concludere la nostra escursione.

Media 09.00 - 16.00

Lunchpaket



Gestartet wird von der Capanna Alpina, einige Kilometer von St. Kassian entfernt. Man nehme den Weg N. 11, der am Anfang eben in der Talmulde Plan dal'Ega führt und dann immer steiler wird in Richtung Col de Locia. Weiter geht es durch weitreichende Latschenkieferflächen bis zum Gran Plan. Man nehme dann den Weg rechts, in Richtung Südosten zur Forcela dl Lech. Sie sind nun auf dem höchsten Punkt der Wanderung angekommen und der Abstieg erfolgt entlang der Rinne, die nach Lech de Lagaciò führt. Bald erblicken Sie den wunderschönen See, in einer Talmulde gelegen und von einem dichten Latschenkieferwuchs umgeben. Vom See verläuft die Rückkehr entlang des Weges N. 20, der Sie in ungefähr 30 Minuten zur Scotonihütte führt. Eine breitere Straße mit zahlreichen Kehren wird Sie nach kurzer Zeit wieder zur Capanna Alpina führen und beendet somit unsere Wanderung.

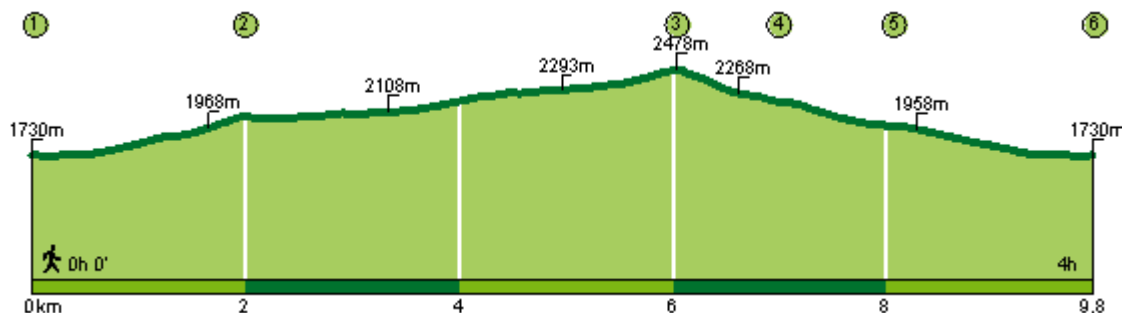
Mittel 09.00 - 16.00

Lunchpaket

Starting from the Capanna Alpina, only a few kilometres away from San Cassiano, you take the path n. 11 that conducts to the basin Plan dal'Ega and then steeply proceeds towards the Col de Locia. You will walk through wide pine expanses to the Gran Plan and then take the path on the right, in direction southeast to the Forcela dl Lech. Suddenly you will reach the highest spot of the excursion after which you start to go down along a gully that leads to the Lech de Lagaciò. Soon you will get a glimpse of the beautiful lake surrounded by a thick vegetation of pines. From the lake you continue to climb down on the path n. 20 which brings you to the mountain hut Scotoni in about 30 minutes. Along a broader road with several hairpin turns you go down the last stretch towards the Capanna Alpina.

Medium 09.00 am - 16.00 pm

Lunchpaket



Tourenlänge: 9762 m

Höhenleistung Aufstieg: 796 m

Höhenleistung Abstieg: 796 m

Gehzeit: 4 h 0 m

Wegnummer: 11, Dolomiten Höhenweg Nr. 1, 20

Wegart: schwieriger Bergweg

Tourenpunkte:

- 1  **Capanna Alpina** (1732 m),
Ost (UTM 32): 728.575, Nord (UTM 32): 5.160.593
- 2  **Col de Ločia** (2069 m),
Ost (UTM 32): 729.791, Nord (UTM 32): 5.161.241
- 3  **Forcela dl Lêch Fanesseescharte** (2475 m),
Ost (UTM 32): 730.432, Nord (UTM 32): 5.160.286
- 4  **Lé de Lagació** (2178 m),
Ost (UTM 32): 730.373, Nord (UTM 32): 5.159.741
- 5  **Ütia Scotoni Scotonihütte Rifugio Scotoni** (1993 m),
Ost (UTM 32): 729.838, Nord (UTM 32): 5.159.874
- 6  **Capanna Alpina** (1732 m),
Ost (UTM 32): 728.575, Nord (UTM 32): 5.160.593

MERCOLEDÌ – MITTWOCH – WEDNESDAY

ESCURSIONE NEL PARCO NATURALE FANES- SENES- BRAIES



L'antichissima pratica della transumanza in queste valli è una vera e propria arte. I contadini conducono il bestiame ai pascoli attraverso sentieri montani, camminando al passo con le mandrie e le greggi. Questi sentieri vi mostreranno la vera bellezza della natura montana, grazie a sentieri che non sono soltanto turistici ma che ricordano il duro lavoro dei contadini di montagna.

Media/impegnativa **l'orario varia ogni settimana**

Lunchpaket

WANDERUNG IM NATURPARK FANES- SENES- BRAIES



Die alte Praxis der Transhumanz in diesen Tälern ist eine echte Kunst. Die Bauern führten das Vieh auf die Sommerweide durch zerklüftete Bergpfade, zu Fuß im Schritt mit den Herden. Durch diesen Pfaden werden Sie die Schönheit der Berge entdecken, nicht nur von der touristischen Seite sondern auch durch die Erinnerung an die Arbeit der Bergbauern.

Mittel/anspruchsvoll **Uhrzeit variiert jede Woche**

Lunchpaket

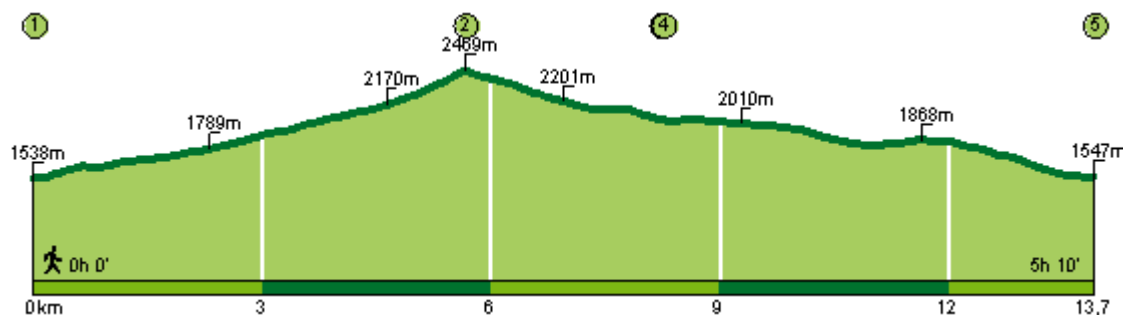
EXCURSION IN THE NATURE PARK FANES- SENES- BRAIES



The ancient practice of transhumance in these valleys is a real art. Farmers lead cattle to pasture though rugged mountain trails, walking in step with the herds. These trails will show you the true beauty of the mountain nature, thanks to paths that are not only touristic, but reminiscent of the hard work of the mountain farmers.

Medium/difficult **time varies every week**

Lunchpaket



Tourenlänge: 13695 m

Höhenleistung Aufstieg: 1006 m

Höhenleistung Abstieg: 997 m

Gehzeit: 5 h 10 m

Wegnummer: 16, 13A, 13, 7, Talweg

Wegart: schwieriger Bergweg

Eigenschaft: Stufen, Absicherung

Tourenpunkte:

- ① **Startpunkt** (1538 m),
Ost (UTM 32): 726.110, Nord (UTM 32): 5.170.199
- ② **Ju de Sant Antone Antoniusjoch** (2468 m),
Ost (UTM 32): 729.604, Nord (UTM 32): 5.168.148
- ③ **Ütia Lavarela Lavarela-Hütte Rifugio Lavarela** (2038 m),
Ost (UTM 32): 730.250, Nord (UTM 32): 5.166.355
- ④ **Ücia de Pices Fanes [Alm] [m.ga]** (2041 m),
Ost (UTM 32): 730.300, Nord (UTM 32): 5.166.280
- ⑤ **Pederü Rifugio Pederü** (1577 m),
Ost (UTM 32): 732.782, Nord (UTM 32): 5.169.463

GIOVEDÌ – DONNERSTAG – THURSDAY

Monte Muro - Maurerberg

I COLORI DEL RISVEGLIO DEL SOLE



I colori del sorgere del sole, la sensazione di vedere i primi raggi che raggiungono la valle. Se volete un inizio giornata pieno di emozioni questa passeggiata fa per voi, con tappa al rifugio per gustare la colazione davanti ad un panorama mozzafiato.

Media l'orario varia ogni settimana

Colazione presso il rifugio Monte Muro

DIE FARBEN DES SONNENAUFGANGS



Wenn die aufstehende Sonne die Felswände leuchtet. Auf dieser Morgenwanderung unterwegs auf den aussichtsreichen Wegen erlebt man diese unvergessliche Stimmung und krönt den Ausflug mit einem Frühstück vor dem atemberaubenden Dolomitenpanorama.

Mittel **Uhrzeit variiert jede Woche**

Frühstück bei der Maurerberg-Hütte

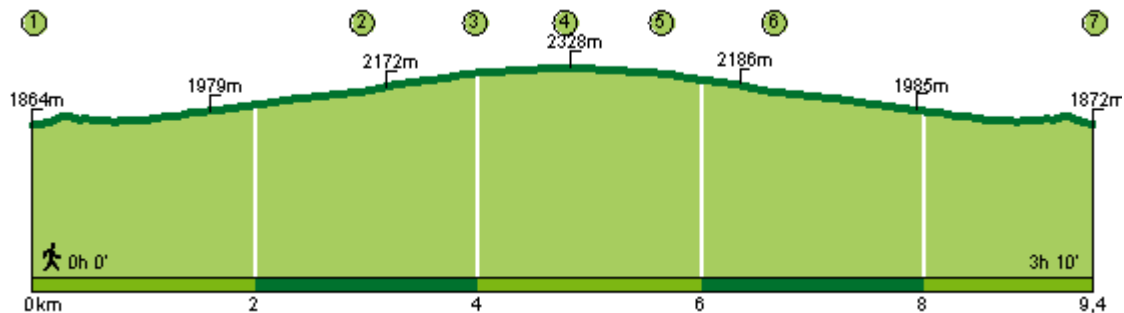
SUNRISE'S COLORS



When the first sun's rays come into the valley, transforming the mountains into a romantic stage-setting. If you are looking for a morning that is full of emotion, this walk is for you, with a stop at the mountain hut to have breakfast in front of a breathtaking panorama.

Medium **time varies every week**

Breakfast at the mountain hut Monte Muro



Tourenlänge: 9424 m

Höhenleistung Aufstieg: 591 m

Höhenleistung Abstieg: 583 m



Gehzeit: 3 h 10 m



Wegnummer: 2, 2A, 1, 1A, 1, 2A, 2



Wegart: leichter Bergweg

Tourenpunkte:

- ① **Pé de Börz** (1870 m),
Ost (UTM 32): 715.878, Nord (UTM 32): 5.173.667
- ② **Maurerberghütte** (2132 m),
Ost (UTM 32): 716.130, Nord (UTM 32): 5.174.876
- ③ **Alfreider Joch** (2279 m),
Ost (UTM 32): 715.411, Nord (UTM 32): 5.175.479
- ④ **Chi Jus Maurerberg** (2330 m),
Ost (UTM 32): 715.657, Nord (UTM 32): 5.176.182

  **Alfreider Joch** (2279 m),
Ost (UTM 32): 715.411, Nord (UTM 32): 5.175.479

  **Maurerberghütte** (2132 m),
Ost (UTM 32): 716.130, Nord (UTM 32): 5.174.876

  **Pé de Börz** (1870 m),
Ost (UTM 32): 715.878, Nord (UTM 32): 5.173.667

VENERDÌ – FREITAG – FRIDAY

LA POESIA DEI MASI DI LA VAL



La Val è il paese più caratteristico dell'Alta Badia, grazie ai suoi abitanti tutti d'un pezzo che incarnano l'antica tradizione di chi lavora la terra in alta montagna. Scopriamo insieme le architetture ladine in questa passeggiata attraverso i masi, gli edifici tipici e i mezzi antichi e moderni per lo svolgimento del lavoro agricolo. Per pranzo ci aspetta la tipica cucina ladina in un maso caratteristico.

Facile **09.00 - 16.00**

25,00€ compreso il pranzo presso l'agriturismo Ciablun e il dolce presso l'agriturismo Lüch de Survîsc

DER ZAUBER DER LADINISCHEN BAUERNHÖFE



Diese Exkursion führt nach La Val, einem der ältesten und besterhaltenen Dörfer in Alta Badia. Die Menschen in La Val leben heute noch die alten Traditionen ihrer Vorfahren und sie pflegen auch die originale Architektur. Auf dieser Wanderung begegnet man authentischen alten Bauernhöfen und Ställen, erlebt viele Arbeitsgeräte und Werkzeuge wie früher und kann sich so ein eindrucksvolles Bild von der Geschichte der Ladinier machen. Mittags wartet dann ein echtes ladinisches Essen, das in einem der alten Höfe aufgetischt wird.

Leicht **09.00 - 16.00**

25,00€ (Mittagessen im Bauernhof Ciablun und Nachtisch im Bauernhof Lüch de Survîsc inbegriffen)

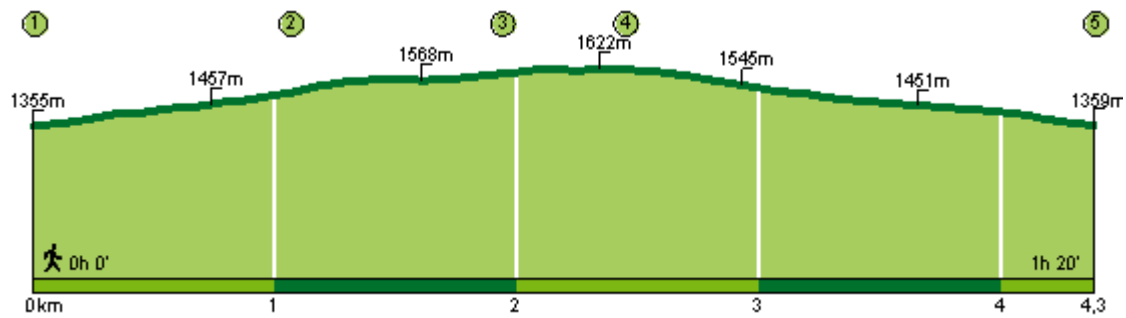
THE POETRY OF THE LADIN FARMS



La Val is the most characteristic village in the whole of Alta Badia, because of its honest, hardworking inhabitants who embody ancient farming traditions, working the land in the high mountains. We'll discover the Ladin architecture together on this walk through the "masi", the typical buildings and the ancient and modern tools for carrying out agricultural work. For lunch there'll be some typical Ladin food waiting for us in a characteristic "maso".

Easy **09.00 am - 16.00 pm**

25,00€ (lunch at Ciablun and dessert at Lüch de Survîsc included)



Tourenlänge: 4338 m

Höhenleistung Aufstieg: 283 m

Höhenleistung Abstieg: 279 m

Gehzeit: 1 h 20 m

Wegnummer: 4, Meditationsweg, 6, Weilerrundgang, 5, 4

Wegart: mittelschwieriger Wanderweg

Tourenpunkte:

- 1
+
La Val Wengen La Valle (1354 m),
 Ost (UTM 32): 723.722, Nord (UTM 32): 5.171.279
- 2
+
Santa Berbora St. Barbara (1509 m),
 Ost (UTM 32): 724.222, Nord (UTM 32): 5.171.489
- 3
Runch
 Ost (UTM 32): 723.979, Nord (UTM 32): 5.172.070
- 4
Biei
 Ost (UTM 32): 723.774, Nord (UTM 32): 5.172.209
- 5
+
La Val Wengen La Valle (1354 m),
 Ost (UTM 32): 723.722, Nord (UTM 32): 5.171.279

Via ferrata (su prenotazione entro le 17.00 del giorno prima). Gita da concordare
 Klettersteig (vormerken bis 17.00 Uhr des vorherigen Tages). Ausflug noch zu vereinbaren
 Mountain climbing (reservation until 17.00 pm of the day preceding it). Excursion to be
 arranged