



Indice

- 7 Premessa
- 9 **Introduzione**
- 9 Dolomiti orientali e Dolomiti d'Ampezzo: storia naturale e struttura geologica
- 15 Idrografia e orografia dell'area dolomitica di Cortina
- 18 Caratteri dell'ambiente e dell'ecosistema dolomitico
- 22 Vegetazione e flora dell'ambiente dolomitico d'Ampezzo
- 29 Comunità faunistiche della montagna dolomitica di Cortina
- 35 Cortina: vicende storiche ed economia di una Comunità ladina
- 38 Tutela ed uso compatibile della montagna: il Parco Naturale Regionale delle Dolomiti d'Ampezzo
- 43 Fantasia, mistero e realtà: le altre leggende delle Dolomiti d'Ampezzo
- 45 Limiti geografici delle proposte escursionistiche e premessa alle escursioni
- 48 **Tavola riassuntiva degli itinerari**
- 51 1. Altopiano di Sènes, Alpe di Fodara Vedla
55 *Il mughero*
- 58 2. Alpe di Fòses e rifugio Biella
59 *Lo stambecco*
- 64 3. Da Ra Stua all'Alpe di Lerósa
67 *Il peccio*
- 70 4. Pian de Lóa, Antrùiles e Ra Stua
74 *L'ammonitico rosso*
- 77 5. Alpe di Pratopiazza
79 *I toponimi dell'alpeggio*
- 83 6. Val Padeón
86 *La Grande Guerra sul Cristallo*
- 89 7. Forra del Felizón e rupe di Podestagno
91 *Il castello di Podestagno (Peutelstein)*
- 94 8. Val Granda e forcella Pomagagnón
98 *Il ghiaione*
- 100 9. Lariéto e Miétres
102 *Il larice*
- 106 10. Rudavói e val Popéna Àuta
111 *Il gallo cedrone*
- 113 11. Valbona e Somadida
115 *La Foresta dei Dogi*
- 119 12. Circo e lago del Sorapiš
123 *I ghiacciai delle Dolomiti d'Ampezzo*
- 125 13. Alpe di Falòria e Tardéiba
127 *Le morfologie glaciali e il carsismo*
- 132 14. Fraina e Màndres
135 *La frana del Begontina*
- 138 15. Lago de Aiàl e Ciou del Conte
142 *Il merlo acquaiolo*
- 143 16. Croda da Lago
146 *I laghi delle Dolomiti d'Ampezzo*
- 150 17. Mondevàl
154 *L'uomo di Mondevàl*
- 156 18. Nuvolau e Alpe Cinque Torri
159 *La marmotta*
- 162 19. Alpe di Giau e del Pore
167 *La brughiera alpina*
- 169 20. Alpe di Potór e Cinque Torri
171 *L'adattamento nella flora rupestre*
- 175 21. Forcela de Salàres e rifugio Scotoni
178 *Il cembro*
- 181 22. Forcella Travenànzes e forcella Col dei Bòs
183 *La mina del Castelletto*
- 187 23. Alpe di Ròzes e Sotecòrdes
190 *La geologia della Tofana di Ròzes*

Indice

- | | | | |
|-----|--|-----|--|
| 193 | 24. Cascate di Fànes, Alpe di Fànes Grande e lago di Limo | 220 | Glossario |
| 195 | <i>I Ladini</i> | 222 | Elenco faunistico escursionistico delle Dolomiti d'Ampezzo |
| 200 | 25. Valle e Forra del Travenànzes | 225 | Elenco floristico escursionistico delle Dolomiti d'Ampezzo |
| 203 | <i>Le morfologie fluviali</i> | 233 | Bibliografia |
| 207 | 26. Passeggiata di fondovalle | 236 | Indirizzi utili |
| 211 | <i>Cortina d'Ampezzo</i> | | |
| 214 | 27. Alpe di Fedaròla, Romèrlo e Col Drušié | | |
| 218 | <i>La vipera comune e le altre vipere delle Dolomiti d'Ampezzo</i> | | |