

INDICE

Introduzione	7
Le Alpi Giulie	9
A prima vista	16
Quel che si dovrebbe sapere prima di partire	17
PREALPI GIULIE	21
1 E Monte Cuarnan	23
2 E Monte Chiampon	25
3 S L'Alta Via CAI Gemona	27
4 EF Monte Musi	29
5 EF Monte Plauris	31
Venezzone	33
VAL RÉSIA	34
6 E Valle del Resartico	35
7 EF Monte Plauris	37
8 E Monte Cuzzer	39
9 E Monte Nische	41
10 E Monte Guarda	43
11 E Baba Grande	45
12 S Alta Via Resiana	47
CATENA DOGNA-MIEZEGNOT	51
<i>Val Canale</i>	51
13 E Clap Forât	53
14 E Monte Schenone	55
15 EF I Due Pizzi	57
<i>Serpenti</i>	60
16 E Jôf de Miezegnot	61
17 EF Traversata del Monte Piper	63
GRUPPO DEL CIMONE	65
18 E Monte Jama	66
19 E Cuel de la Baretta	68
20 E La Via Alta	71
21 E Val Dogna	73
22 F La Ferrata Norina sul Cimone del Montasio	75
23 EF Cimone del Montasio	78

GRUPPO DEL MONTASIO	81
<i>Pionieri</i>	82
24 E Jôf di Somdogna	83
25 F La Via Amalia	85
26 S Jôf di Montasio: sulle tracce dei suoi primi scalatori	89
27 E Jôf di Montasio: la via normale alla cima	91
28 F Sulle cenge dello Jôf di Montasio	93
29 F Sentiero Ceria-Merlone	95
 GRUPPO DELLO JÔF FUART	 98
30 EF Cima del Cacciatore	100
31 E Sella Carnizza	103
32 E Nabois Grande	105
33 E Escursione al Rifugio Corsi	109
34 EF Jôf Fuart	111
35 F Il Sentiero Goitan	113
<i>Solo per chi non soffre di vertigini!</i>	116
36 EF Sentiero del Re di Sassonia	117
37 F Sentiero del Centenario	119
38 E Sul Monte Re	121
 GRUPPO DEL CANIN	 123
39 E Bila Pec	125
40 E Troi dai Sachs	126
41 F Attraverso il Monte Canin	129
42 F Monte Canin: parete nord	133
43 E Monte Forato	135
44 E Alla Sella Robón	137
45 E Cima del Lago	139
<i>La volubilità del tempo</i>	141
 GRUPPO DEL MANGART	 143
46 E Laghi di Fusine	145
47 E Picco di Mezzodì	146
<i>Tarvisio</i>	148
48 E Dall'Alpe Vecchia al Monte Svabezza	149
49 F Ponza Grande	151
50 F La Via della Vita	154
51 F Dalla Via della Vita al Mangart	157
52 F La Via Italiana al Mangart	159
53 F Sul Mangart	162

GRUPPO DELLO JALOVEC	165
54 F Mala Mojstrovka	166
55 F Jalovec: salita della Planica	169
<i>La Planica</i>	173
56 EF Jalovec: salita della Trenta	174
57 F Bavški Grintavec	176
GRUPPO DEL PRISOJNIK-RAZOR	179
<i>Il Parco Nazionale del Triglav</i>	180
58 EF Prisojnik	181
59 F La Salita Hanza	184
60 F La Via del Giubileo	186
61 EF Razor	189
GRUPPO DELLA ŠKRLATICA-MARTULJEK	191
62 EF Špik	193
63 EF La Škrlatica	194
64 EF Za Akom	198
<i>Per la Valle della Sava</i>	201
65 F Bovški Gamsovec	203
GRUPPO DEL TRIGLAV	207
66 EF Triglav	209
67 F La via più bella per il Triglav	213
68 F La Rjavina	215
<i>Cronaca del Triglav</i>	218
69 F La parete nord-ovest del Kanjavec	219
<i>Bled</i>	222
70 E Nella Valle dei Sette Laghi	223
71 E Fosse ed alpeggi a sud del Triglav	226
GRUPPO DEL KRN	229
72 E Il Krn	230
<i>Isonzo o Soča?</i>	234
Indice analitico	236