

SOMMARIO

- 10 Introduzione
- 16 Bibliografia
- 17 Itinerari
- 19 **LA VALLE DEI FORMAGGI**
Valle del Bitto di Gerola
e ascensione al Pizzo dei Tre Signori
- 23 **RITORNO ALLE ORIGINI**
Valle di Tartano
- 28 **LA VALLE DEI TRALICCI**
Val Madre
- 33 **LE OROBIE DIMENTICATE**
Il bacino di Scais
- 36 **ALPINISMO DEI PIONIERI**
Punta di Scais e Pizzo Redorta
- 39 **NEL CUPO CUORE DELLE OROBIE**
Valle di Arigna
- 46 **TREKKING TRA LE VECCHIE BAITE**
Valle di Rezzalo
- 50 **I GRANDI GHIACCIAI
DELLE ALPI CENTRALI**
Rifugio Pizzini e rifugio Casati
- 55 **I COLOSSI DI GHIACCIO**
Monte Cevedale e Gran Zebrù
- 59 **A TU PER TU CON FIORI E ANIMALI**
La Val Zebrù
- 65 **IL PICCOLO TIBET DELLE ALPI**
Le sorgenti dell'Adda
- 70 **UN ANGOLO DI SVIZZERA**
Val Viola e Val Cantone di Dosdè
- 75 **LA RICCHEZZA DELLA SOLITUDINE**
Val Grosina e Val d'Avedo
- 80 **LA VALLE SENZA TEMPO**
Val Fontana
- 85 **GLI ORIZZONTI DELLA FATICA**
Val di Tognò
- 90 **UNA PIRAMIDE
AL VERTICE DI TRE VALLI**
Pizzo Scalino
- 96 **L'INSTABILE VITA SULLE FRANE**
Spriana e Bedoglio
- 101 **NEL FUOCO DELLA 'SALAMANDRA'**
Le cave abbandonate di Franscia
- 106 **AI PIEDI DEL BERNINA**
Rifugio Marinelli e rifugio Bignami
- 113 **I LUOGHI ALTI**
Rifugi Marco e Rosa
- 118 **IL 4000 CHE NASCE A ORIENTE**
Ascensione al Pizzo Bernina
- 123 **ALLA SCOPERTA DEI CREPACCI**
Ghiacciaio del Ventina
- 129 **LE GEMME DELLA ROCCIA**
Val Sissone
- 135 **SULLE TRACCE DELLA PIETRA
OLLARE**
Da Primolo al rifugio Bosio
- 141 **LA MONTAGNA DEGLI INGLESI**
Ascensione al Monte Disgrazia
- 149 **IL REGNO DEI FIORELLI**
Rifugio Gianetti
- 154 **ALLA RICERCA DEL MITICO GIGIAT**
Ascensione al Pizzo Badile
- 158 **DAL RIFUGIO OMIO AL RIFUGIO PONTI**
Un famoso 'sentiero alto'
- 170 **AL SOLE DELLA VALTELLINA**
La costa dei Cech
- 177 **DOVE NON ARRIVA L'AUTO**
Val Codera
- 183 **FASCINO DELL'INVISIBILE**
La Valle dei Ratti
- 189 **BELVEDERE SUL PIZZO BADILE**
Savogno e Dasile
- 194 **IL MILLENARIO LAVORO DELL'ACQUA**
Le marmite dei giganti
- 198 **I DOLCI LAGHI AZZURRI**
Passo di Angeloga e Pizzo Groppera
- 203 **LA CONQUISTA DI UN CACCIATORE
DI CAMOSCI**
Ascensione al Pizzo Stella
- 206 **I GRANDI SPAZI DELLO SPLUGA**
Rifugio Bertacchi e bivacco Suretta
- 211 **TRA RETICHE E LEPONTINE**
Ascensione al Pizzo Tambò
- 218 **UNA MULATTIERA
COSTRUITA A MOSAICO**
Valle del Drogo
- 221 **UNA NOTA DI MALINCONIA**
Val Bodengo