

Sommario

Prefazione	5
Indicazioni turistiche	8
Presentazione del territorio	11
Abbreviazioni e principali termini in tedesco	12
Cenni interessanti dalla A alla Z	15
Enti turistici	26

VAL BADIA ESTERNA

Zona di San Lorenzo – Brunico

1 Da San Lorenzo di Sebato a Casteldarne	30
--	----

Zona di Marebbe – Val di Tamoses

2 Col da Lé, 2175 m, e lago di Rina, 2151 m	32
3 Plan de Corones, 2273 m.	34
4 Piz da Peres, 2507 m e lago dei Colli Alti, 2254 m.	36
5 Corn, 1893 m	38
6 Sentiero Bancdalsè	40
7 Monte Sella di Fanes, 2655 m	42
8 Monte Cavallo, 2907 m	44
9 Col Becchei di Sopra, 2794 m	46
10 Monte Casale, 2894 m e Monte Cavallo, 2912 m	48
11 Sasso della Para, 2462 m	50
12 Piccolo giro di Fosses	52
13 Grande giro di Fosses	54
14 Croda del Becco, 2810 m	56
15 Monte Sella di Sennes, 2787 m	58
16 Dalla Malga di Sennes al lago di Creta	60
17 Sul Paraccia	62

Zona di San Martino in Badia

18 Sass de Pútia, 2875 m	64
19 Giro del Sass de Pútia	66

Zona della val di Longiar

20 Rifugio Genova, 2301 m	68
21 Punta delle Dodici, 2384m	70
22 Cengles, 1963 m	72

Zona di La Valle

23	Monte Pares, 2396 m	74
24	Kreuzspitze, 2021 m	76
25	Giro dell'Armentara	78

VAL BADIA INTERNA (ALTA BADIA)

Zona di Pedraces – San Leonardo

26	Ospizio di Santa Croce, 2045 m (discesa diretta a San Leonardo)	80
27	Ospizio di Santa Croce, 2045 m (discesa a San Leonardo per La Villa)	82
28	Giro del lago di Lalung	84

Zona di La Villa

29	Lago di Sompunt, 1460 m	86
30	Rifugio Gardenaccia, 2050 m	88
31	Dal Piz La Villa al Pralongià	90

Zona di San Cassiano

32	Dal Piz di Sorega al Pralongià	92
33	Malghe Valparola, 1749 m	94
34	Lago Lagazuoi, 2182 m	96
35	Monte Sief, 2424 m e Col di Lana, 2452 m	98
36	Giro del Settsass	100
37	Sasso di Stria, 2477 m	102
38	Piccolo Lagazuoi, 2778 m	104

Zona di Corvara

39	Da Col Alto al Pralongià	106
40	Monte Cherz, 2106 m, e Alta Via Marentas	108
41	Giro del fondovalle di Corvara	110
42	Rifugio Franz Kostner, 2536 m	112
43	Piz Boè, 3152 m	114
44	Piz da Lec, 2911 m	116

Zona di Colfosco

45	Cascata del Pisciadù	118
46	Pisciadù, 2985 m	120
47	Alta Via di Colfosco	122
48	Sul Sass da Ciampac	124
49	Rifugio Puez, 2475 m	126
50	Sassongher, 2665 m	128

Indice	130
---------------------	-----