

Sommario

7	Premessa
9	Introduzione
9	Geografia e morfologia
10	Geologia e tettonica
16	Vegetazione e clima
19	Storia del paesaggio e della vegetazione
21	Note faunistiche
22	Cenni storici
22	Etnologia e linguistica: il ladino
31	Glossario dei termini dialettali e locali
32	Avvertenza
34	Tavola riassuntiva degli itinerari
36	Carta generale
37	Itinerario 1 - Sfornaio e casera Campestrin
43	Itinerario 2 - Il monte Dubièa
50	Itinerario 3 - Sul monte Rite
55	Itinerario 4 - La val de Cuze
64	Itinerario 5 - Sotto il Pelmo
74	Itinerario 6 - La Sentinella
82	Itinerario 7 - Attraverso le Rocchette
88	Itinerario 8 - Lastoni di Formin e Mondeval
97	Itinerario 9 - Sotto il Sorapis a Forcella Grande
105	Itinerario 10 - Greànes e sentiero "De Lorenzo"
113	Itinerario 11 - Ai Piani di Sadorno
121	Itinerario 12 - San Dionigi
130	Itinerario 13 - Val d'Oten e ghiacciai dell'Antelao
139	Itinerario 14 - Jau de la Tana
147	Itinerario 15 - Il sentiero "Da Pra" sul Ciareido
153	Itinerario 16 - Tra Col Vidal e Pian dei Buoi
160	Itinerario 17 - Casera Razzo
167	Itinerario 18 - Il sentiero "Olivato" sul Miaròn
176	Itinerario 19 - Vedorcìa e gli Spalti di Toro
183	Itinerario 20 - Valmontina
190	Indirizzi utili
191	Bibliografia