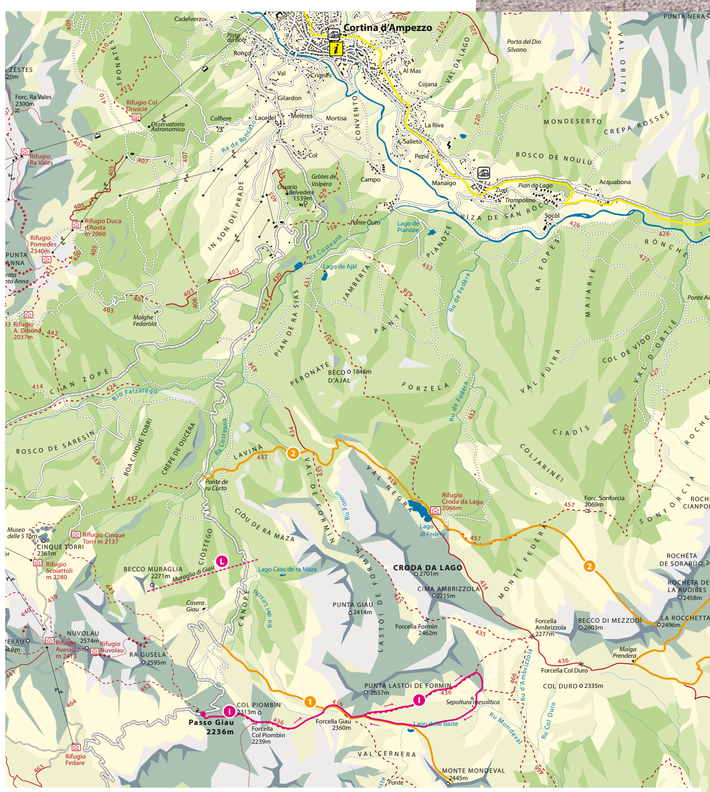
mappa
map

La Lunga Via Delle Dolomiti
La Lunga Via Delle Dolomiti Cycle Trail

Definita a pieno titolo uno degli itinerari ciclabili più spettacolari d'Italia, la ciclabile delle Dolomiti ripercorre in larga parte il tracciato della vecchia ferrovia delle Dolomiti, dismessa nel 1964. Interamente asfaltata nel tratto cadorino e supportata da segnaletica, è servita da punti di ristoro e assistenza. In provincia di Belluno, il tracciato è lungo 37 km e unisce Cortina d'Ampezzo a Calalzo di Cadore, attraversando i paesi di San Vito, Borca, Vodo, Valle e Pieve di Cadore. Essa fa parte del più lungo tracciato transfrontaliero "La Lunga Via delle Dolomiti", che parte da Asiago fino a giungere a Lienz, in Austria. Il tratto è caratterizzato da pendenze costanti e larghi curvoni, ed è intervallato dai caratteristici edifici delle ex-stazioni in stile liberty alpino. Inoltre sono presenti numerose gallerie, tutte ben illuminate, che lo rendono ancora più suggestivo.

Aptly named one of the most spectacular cycle trails in Italy, this Dolomite cycle trail runs along much of what was once the Dolomite railway which was decommissioned in 1964. The Cadore stretch is fully tarmacked and well signposted and, along the way, there are plenty of places to eat and drink and, if needed, to seek assistance. The 37km stretch in the Province of Belluno links Cortina d'Ampezzo with Calalzo di Cadore, passing through the villages of San Vito, Borca, Vodo, Valle and Pieve di Cadore. It is part of the longer cross-border trail "La Lunga Via delle Dolomiti", that starts in Asiago and finishes in Lienz, in Austria. This stretch, featuring regular slopes and wide bends, is punctuated by the old railway station buildings in the Alpine version of Art Nouveau. The trail runs through numerous well-lit tunnels that have a magical atmosphere all of their own.


Cortina d'Ampezzo
Passo Giau 2236m
Rifugio Fedare
Rifugio Croda da Lago 2066m
Rifugio Cinque Torri m 2137
Rifugio Scoiattoli m 2230
Rifugio Averau m 2413
Rifugio Nuvolau m 2574
Rifugio Duca d'Aosta m 2060
Rifugio Col Rucuro
Rifugio Palmieri Sennes m 2040
Rifugio Pomedes 2340m
Rifugio Ra Valles 2037m
Forc. Ra Valles 2300m
Forc. Ra Vales 2400m
Lago di Ajal
Lago di Federa
Lago Ghedina
Lago Lagazuoi Grande
Lago Lagazuoi Piccolo
Lago Cobu de la Mata
Lago Baste
Lago di Limo
Lago di Pianozes
Lago di Sorapis
Lago di Misurina
Lago di Landro
Lago di Dobbiaco
Lago di Braies
Lago di Carezza
Lago di Fedaia
Lago di Alleghe
Lago di Prags
Lago di Dobbiaco
Lago di Braies
Lago di Carezza
Lago di Fedaia
Lago di Alleghe
Lago di Prags
Lago di Misurina
Lago di Landro
Lago di Sorapis
Lago di Ajal
Lago di Federa
Lago Ghedina
Lago Lagazuoi Grande
Lago Lagazuoi Piccolo
Lago Cobu de la Mata
Lago Baste
Lago di Limo
Lago di Pianozes
Lago di Alleghe
Lago di Prags
Lago di Dobbiaco
Lago di Braies
Lago di Carezza
Lago di Fedaia

Seggiovia/*Chairlift*
San Marco

	intero *full price*	ridotto *reduced price*
andata ***one way***	**€ 6,00**	**€ 5,00**
andata e ritorno ***round trip***	**€ 8,00**	**€ 7,00**
ritorno ***return trip***	**€ 3,00**	**€ 3,00**

RIDOTTO / *REDUCED PRICE*

Junior max 15 anni, senior min 65 anni, gruppi min 10 persone, possessori Cadore Card

Junior max 15 years, senior min 65 years, groups min 10 people, Cadore Card holders

ANDATA ***ONE WAY***	listino *price list*	offerta *special offer*
3 pers.	**€ 17,00**	**€ 13,50**
4 pers.	**€ 22,00**	**€ 17,50**
5 pers.	**€ 27,00**	**€ 21,50**
per ogni pers. in più / for each added person		**€ 4,00**

ANDATA e RITORNO ***ROUND TRIP***	listino *price list*	offerta *special offer*
3 pers.	**€ 23,00**	**€ 18,50**
4 pers.	**€ 30,00**	**€ 24,00**
5 pers.	**€ 37,00**	**€ 29,50**
per ogni pers. in più / for each added person		**€ 5,50**

SCONTI FAMIGLIE / *FAMILY DISCOUTS*

Sconti per famiglie composte da min. 3 pers. Nucleo familiare con uno o entrambi i genitori con figli di età inferiore ai 18 anni.

Discounts are available for families of at least 3 people. For this discount, a family must consist of one or both parents with children under 18 years old.

DAL 3 LUGLIO AL 6 SETTEMBRE
12 E 13 SETTEMBRE
ORARIO
DALLE 8.00 ALLE13.30
DALLE 14.30 ALLE 18.00

PARCO NEVESOLE estate

JUNIOR OUTDOOR CENTER

18 e 19 Luglio - 25 e 26 Luglio
dal 1 al 30 agosto
ORARIO
10.00 - 13.00 / 14.30 - 19.00

IMPIANTI SCOTTER www.skiareasanvito.com
BIGLIETTERIA tel. 0436 9465

percorsi *trekking*

LA PANORAMICA "SENTIERO DELLE ORCHIDEE" A

da Serdes o Chiapuzza
Tempo: 50min Difficoltà: turistica */Time Required: 50 min Difficulty: Easy*

La "panoramica" è una strada forestale che unisce i 2 ponti sul Boite, quello di Chiappuzza e quello di Serdes. Chi sale dalla strada asfaltata che dal Ponte di Serdes porta all'altipiano di Senes incrocia sulla destra un bivio e una sbarra blocca auto: è la "panoramica".
Chi sale dal Ponte di Chiappuzza, deve seguire per circa 100 mt la strada asfaltata verso Senes poi girare a sinistra, oltrepassando una sbarra blocca auto. Una piacevole passeggiata con numerose finestre panoramiche sulle Dolomiti e sui vari villaggi di San Vito. Sul sentiero inoltre incontrerete svariate specie di orchidee spontanee più o meno rare, la cui fioritura è particolarmente ricca a fine giugno/inizio luglio, e altre specie di fiori.

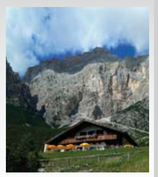
"Panoramica" is the name of the forest road which connects the two bridges across the Boite river, the first in Chiapuzza and the other at Serdes. From Serdes walk along the hillside of Alpe di Senes on the paved road, turn right and go beyond the bar where starts the path. From Chiapuzza walk along the paved road for 100 mt then turn left and go beyond the bar. The trail offers hikers many scenic "windows" over Mosigo Lake, San Vito's Villages, the skiarea and all around the spectacular range of mountains, besides, offers the possibility to admire numerous species of flowers and spontaneous orchids, some of which rare, which bloom around the end of june/begin of july.

AI RIFUGI SCOTTER-PALATINI E SAN MARCO B

da San Vito centro
Tempo: 2.5h Difficoltà: escursionistica */Time Required: 2.5h Difficulty: Easy*

Rifugi Scotter-Palatini e San Marco possono essere raggiunti dal centro del paese, (rispettivamente in 1.5h e 2.5h circa) seguendo il sentiero n.228. L'ascesa ai due rifugi può essere facilitata dall'utilizzo della Seggiovia San Marco, che giunge direttamente al rifugio Scotter-Palatini a quota m.1580 posto in bellissima posizione panoramica. Di qui si sale al Rifugio San Marco (m. 1823) in circa mezz'ora di cammino. Da questo rifugio si può successivamente raggiungere la Forcella Grande, in un'ora di strada in costante salita, o il rifugio Galassi, sotto l'Antelao, di cui costituisce il campo-base per salire in vetta.
Il Rifugio San Marco può essere raggiunto anche da Chiapuzza, seguendo il sentiero n. 225, in costante, anche ardua salita (occorrono due ore di cammino). Dal rifugio, seguendo a ritroso il sentiero n. 225 da Podolada-Chiapuzza, in mezz'ora di strada si arriva alla storica fornace, costruita nel 1895, dove furono cotti i sassi per farne la calce necessaria a costruire il rifugio. Essa è ancora in ottimo stato di conservazione.

Un'altra variante per raggiungere il Rifugio San Marco è il percorso che sale dalla Baita Sun Bar Tenendosi sulla sinistra. Il sentiero panoramico è tutto in salita, riparato però per buona parte in mezzo al bosco.



The Scotter-Palatini and San Marco refuges are respectively about 1½ and 2½ hours along trail 228, with easier access via the San Marco chair lift direct to Scotter- Palatini refuge (1580m) with its stunning views. A half-hour walk brings you to the San Marco refuge (1823m), and a further hour's climb leads to the Forcella Grande pass, or the Galassi refuge, base-camp for scaling the Antelao peak. The steeper route along trail 225 from Chiapuzza to the San Marco refuge takes about 2 hours, then heading back along trail 225 (Podolada-Chiapuzza) for half an hour, you will fi nd the perfectly-preserved kiln, built in 1895 to fi re the local limestone to make the bricks of which the refuge is built.

Another way to go to Rifugio San Marco is the track that climb on the left from the Baita Sun Bar. It offers a panoramic view, but for the most part you are surrounded by the forest.

LA CASCATA DI BORCA C

da Villanova (Borca)
Tempo: 45min Difficoltà: turistica */Time Required: 45 min Difficulty: Easy*

A Borca, giungendo da Villanova e passando davanti alla chiesa parrocchiale, dopo una breve discesa si arriva al ponte sul Boite. Qui inizia il sentiero n. 476.
Dopo il ponte, si gira subito a destra, si attraversa un ruscello e si sale lungo una pista forestale.
Dopo una prima parte relativamente pianeggiante e immersa nel bosco, ci si inerpica lungo un sentiero tra soli abeti e, sulla sinistra, si incrocia un altro sentiero ripido: in breve, guidati anche dal rumore dell'acqua, si giunge sotto una cascata alta alcune decine di metri, molto suggestiva e spumeggiante.
È presente un'area pic-nic attrezzata.

Coming from Villanova, drive past the Parish church and after a short descent you get to the bridge across the Boite river. There starts trail no. 476. Past the bridge, turn left, cross a brook and walk up a forest trail . The fi rst stretch winds through the woods on almost level ground, then the trail starts climbing up though fi r trees and intersects another steep trail on the left: follow the sound of the water and you will soon reach the bottom of spectacular waterfall's.
Picnic area.

AI PIANI DI CIAUTA D

da Villanova (Borca)
Tempo: 1.5h Difficoltà: escursionistica */Time Required: 1.5h Difficulty: Easy*

La panoramica e ampia prateria dei "piani di Ciauta" consente di essere raggiunta attraverso diversi sentieri.
Partendo da Villanova (Borca di Cadore), si può percorrere la via principale seguendo semplicemente le indicazioni per "Malga Ciauta". Sempre da Villanova è possibile raggiungere Ciauta seguendo il segnavia n. 475, fino ad incontrare la via principale.
Ulteriore alternativa è rappresentata dal sentiero 476: oltrepassato il ponte di Cancia (Borca di Cadore) prendere sulla destra e, dopo un tratto di strada asfaltata, proseguire per la mulattiera che, salendo, si stringerà a sentiero.

Different footpaths lead to Piani di Ciauta: starting fromVillanova (Borca di Cadore) walk on the main Track and follow the signs to "Malga Ciauta" or trailmark no.475.
An alternative approach is on trail 476: cross over Cancia bridge (Borca di Cadore) and follow the signs.

IL COL DE LA ROA E

da Resinego (San Vito)
Tempo: 1.45h Difficoltà: escursionistica */Time Required: 1.45h Difficulty: Easy*

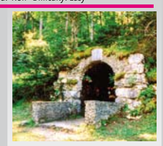
Si parte da Resinego Alto, ultimo villaggio di San Vito, a ridosso di Ciastèl; si segue il sentiero a mezzacosta, individuato dal n. 230, e ben visibile fino alla Paluetta. Quindi si raggiungono le sorgenti di Festinel, da cui muove un ramo di alimentazione d'acqua freschissima che serve parte del paese. Si scende un poco fino alla confluenza col sentiero n. 231 e si piega a destra, sempre scendendo finchè non appare la modesta sommità del Col de la Roa. La Roa copre i due villaggi di Taulen e Marceana, sepolti dalla frana scesa dall'Antelao nel 1814. Questo è un punto panoramico verso il Pelmo, Serdes e San Vito; sede di una stazione meteorologica con rilevamento dati, utilizzati dal centro universitario di ecologia. Dal Col de la Roa si scende rapidamente verso valle, si incrocia la passeggiata asfaltata e si raggiunge il centro del paese.

Start from Resinego di Sopra - San Vito's farthest village which lies very close to mountain Ciastel - and follow trail no. 230 all along the hillside as far as Pauletta and the sources of the Festinel, with its cool waters. Walk downhill and turn right until the summit of Col de la Roa appears ahead of you. From the top, panoramic views of Mount Pelmo, Serdes and San Vito. From Col de la Roa the way down to the valley is very short and after crossing the paved promenade you reach the centre.

AI PIANI DI TIERA LA GROTTA DELLA MADONNA F

da Villanova (Borca)
Tempo: 1.5h Difficoltà: turistica */Time Required: 1.5h Difficulty: Easy*

Per raggiungere la grotta in tufo che accoglie una statua della Madonna, basta seguire la strada da Villanova di Borca verso i piani di Tiera.
Un paio di chilometri pressoché pianeggianti e una indicazione ben visibile consentono di scoprire una testimonianza di fede conosciuta da pochi. Singolare la storia di questa grotta in parte naturale e in parte artificiale: fu un'idea del parroco di Borca di allora, don Luigi De Vido, che nel 1940, allo scoppio della guerra, interpretando i sentimenti dei parrocchiani, si fece promotore dell'iniziativa per impetrare la protezione della Vergine. La grotta, realizzata col concorso degli artigiani e dei volontari di Borca, è costituita da un vano, con cancello in ferro battuto. Nella parte interna, caratteristica per le stalagmiti che scendono dall'alto, è collocato un altare sormontato da una statua della Madonna di Fatima, in pietra di Vicenza. La solenne benedizione fu impartita dal Vescovo Diocesano Mons. Giosuè Cattarossi alla presenza di una folla di fedeli giunti da tutta la valle.



To reach the tuff cave which houses a statue of the Virgin, follow the road from the Villanova village in Borca towards Tiera tablelands.
Walk on level ground for a couple of km and a well visible sign will lead you to discover a token of faith which few people know. The cave was built by Borca's volunteers in 1940 seeking the Virgin's protection for the village and the soldiers who were fi ghting in WW2. A wrought iron gate leads to the only room of the cave with its characteristic stalagmites hanging from the vault; on the altar, a statue of our Lady of Fatima made in Vicenza stone.

IL MONTE SENTINELLA G

da Alpe di Senes (San Vito)
Tempo: 2h Difficoltà: escursionistica */Time Required: 2h Difficulty: Moderate*

Dall'Alpe di Senes, superate le sbarre in fondo al pianoro, si prende il sentiero di destra contraddistinto dal n. 436.
Si incontra subito un fienile diroccato e subito dopo uno chalet in buone condizioni. Da qui, si piega a sinistra e si sale tra il bosco in ripidi tornanti. Giunti al dosso della Sentinella, il sentiero si fa a saliscendi fino al Taulà de la Frates, ricovero di pastori, di contadini e di cacciatori. Scendendo per il ripido versante di sinistra, si può raggiungere il Taulà de la Regoietes e quindi arrivare a Senes percorrendo una comoda strada. Dal Monte Sentinella si ha una visione panoramica sia di San Vito e della valle del Boite, sia della conca di Cortina. Imponente la visione dell'Antelao. Sul crinale della Sentinella, sono ancora presenti tracce delle antiche trincee scavate dove veniva avvistato e segnalato il transito di truppe nemiche sulla strada di Alemagna.

From Alpe di Senes walk beyond the bars until the far end of the grassland and take trail no. 436 on your right. Walk past a hayloft and a nice chalet, turn left and continue walking through the woods up a steep hairpin trail. On reaching the Sentinella hilltop, the path becomes all ups and downs as far as Taulà de la Frates, a well kept hayloft. From there go down on the steep left hillside to Tabià dei Ciampe to reach Tabià de la Regueites and, further on, Senes. From Mount Sentinella, striking views of the landscape all around and of towering Antelao above. Time required: about 2 hours from Senes.

RIFUGIO VENEZIA H

da Serdes (San Vito)
Tempo: 3.5h Difficoltà: escursionistica */Time Required: 3.5h Difficulty: Moderate*

Per raggiungere il Rifugio Venezia – Albamaria De Luca, sotto il Pelmo, si può partire da Vodo (Ciauta), da Borca (Villanova) o da San Vito (Serdes); per gli escursionisti che partono da San Vito o Borca si percorre una carreggiata bianca (n. 470) sino ai piani di Tiera. All' incrocio 470 si gira a sinistra salendo, comodamente ma senza aperture paesaggistiche verso il Pelmo. Dopo circa un'ora il bosco di abeti lascia posto ad un largo spazio: è il Pian de Madier, un tempo dotato di una malga. Il bosco si fa via via più rado ed il larice prende il sopravvento fino a diradarsi a favore di pini mughi e rododendri che costeggiano il sentiero che porta al rifugio, considerato il punto di partenza per la salita sul Pelmo.

Rifugio Venezia-Albamaria De Luca is nestled below Mount Pelmo and may be reached from Vodo (Cauta), Borca (Villanova) or San Vito (Serdes). From San Vito or Borca, walk along the dirt road no. 460 as far as the Tiera tablelands. At the 470 junction, turn left and walk up the easy, yet not scenic path to Mount Pelmo. On reaching the mountain inn, the forest becomes thinner. The inn is the starting point for the climbing routes to the top of Mount Pelmo. The path is not too demanding. Time required: 3 ½ hours.

L' UOMO DI MONDEVAL I

da Passo Giau
Tempo: 2h Difficoltà: escursionistica */Time Required: 2h Difficulty: Moderate*

Collegato, almeno geograficamente, alla storica "muraglia", è l'"uomo di Mondeval", una scoperta archeologica di eccezionale valore. Nel 1985, in un ampio pianoro, situato a 2150 metri di altitudine, tra il massiccio del Pelmo e i "lastòi de Formin", in territorio di San Vito di Cadore, è stata scoperta la sepoltura di un cacciatore mesolitico vissuto circa 7500 anni fa. Accanto allo scheletro, sistemato in posizione supina, fu ritrovato un ricco corredo funerario: oggetti di pietra scheggiata, utensili e ornamenti in osso e denti di cervo. Il cacciatore delle Dolomiti fu sepolto sotto un grande riparo roccioso poco distante dall'attuale malga. L'"uomo di Mondeval" è ora conservato nel museo di Selva di Cadore. Mondeval, magnifico sito di grande suggestione paesaggistica, è raggiungibile dal Passo Giau attraverso Forcella Giau in neanche due ore di cammino. Salvo il raggiungimento della forcella, il percorso vanta pendenze miti, adatto quindi anche ai meno esperti ed allenati.

Not far from the Giau wall is Mondeval, sunny pasturelands at 2150m altitude set between the Pelmo massif and the "lastoi de Formin" Up there the burial site of a Mesolithic hunter was unearthed in 1985. The skeleton of the "Man of Mondeval", who lived about 7,500 years ago, was found under a boulder with all his personal effects. The exceptional fi nding has great archaeological importance and is now housed in the Museum of Selva di Cadore.

LA MURAGLIA DI GIAU L

da Passo Giau
Tempo: 30min Difficoltà: turistica */Time Required: 30 min Difficulty: Easy*

Giau è un "catino d'erba e di boschi" a nord-est di San Vito-Cortina, che da sempre appartiene al territorio di San Vito e dove ogni estate il bestiame sale ancora per l'alpeggio.
Per dirimere le continue contese tra San Vito e Cortina riguardanti il pascolo di questo ambito sito, la Commissione Internazionale Austriaco-Veneta, riunitasi a Rovereto, emise nel 1752 una sentenza che obbligava i sanvitesi a costruire, a proprie spese, una muraglia da roccia a roccia per chiudere il passaggio. Alta almeno sei piedi, larga alla base almeno cinque e due in alto, doveva essere costruita entro novanta giorni dalla pubblicazione della sentenza, pena la perdita del pascolo. I sanvitesi ci riuscirono. Era l'estate del 1753.
Ancora oggi la muraglia, con i cippi e le lapidi confinarie, è ben visibile e costituisce un'ottima meta di visita: salendo il Passo Giau da Cortina si incontrano le indicazioni sulla destra.

Giau, is a "bowl of meadows and woods" which lies to the north-east of San Vito-Cortina and has always belonged to San Vito. To settle the dispute over the Giau border for the ownership of pasturelands in 1752 the Austrian-Venetian International Committee issued a verdict by which the people of San Vito were to build, at their own expenses, a wall across the valley, at least 6 feet high and 5-feet wide at the base and 2 at the top. The wall is still visible with its boundary stones and has become a favourite destination for leisurely hikes.

I LUOGHI DELLA GRANDE GUERRA BECCO DI CUZE M

da Vodo
Tempo: una giornata Difficoltà: per esperti */Time required: daylong Difficulty: Demanding*

L'escursione permette di scoprire un classico itinerario di aggiramento delle difese italiane alla Chiusa di Venas puntando su Zoppè e sulla val di Zoldo, in un suggestivo ambiente ricco di prati e di "taulà", dominato dalla mole maestosa del Pelmo.
Seguita la carrabile (segnavia n. 478) e superato il rifugio G.P.Talamini (segnavia n. 456), dopo circa 1,5 Km, si imbocca a destra la strada che porta a forcella Cucei e quindi su un sentiero per la dorsale del Becco di Cuzze, ricca di postazioni, trincee e riservette.
I singoli manufatti realizzati lungo il costone si trovano ad una cinquantina di metri dal camminamento, spesso nascosti dalla vegetazione.
L'escursione giornaliera è adatta ai più esperti ed allenati.

The hiking route follows a classic itinerary outfl anking the Italian emplacements at Chiusa di Venas towards Zoppè and Val di Zoldo. Follow the dirt road no. 478, walk past Rifugio G.P.Talamini (trail no. 456) and after 1.5 km take the path on your right which leads up to Forcella Cucei and continue along the ridge of Becco di Cuzze.
The route is rich in emplacements, trenches and war remains. The day-long hike is recommended only to expert hikers.

IL "MUSEO NELLE NUVOLE" IN VETTA AL MONTE RITE N

da Passo Cibiana
Tempo: 2.5h Difficoltà: escursionistica */Time Required: 2.5h Difficulty: Moderate*

Il Messner Mountain Museum Dolomites sorge in vetta al Monte Rite, stupendo osservatorio da cui si gode un ineguagliabile panorama a 360 gradi. Inaugurato nel 2002, la struttura è aperta durante la stagione estiva ed è raggiungibile da Forcella Cibiana a piedi con una camminata lunga 7 Km oppure con un comodo servizio navetta. Voluto da Reinhold Messner, famoso alpinista altoatesino, il "Museo delle nuvole" è il più alto d'Europa, a quota 2181 metri, ed è sicuramente tra i più prestigiosi per la lunga serie di testimonianze di reperti, foto, studi, opere d'arte che vi si possono ammirare. Il museo è stato realizzato recuperando un forte della Grande Guerra, che sorgeva nel territorio di Cibiana di Cadore.

The hiking route follows a classic itinerary outfl anking the Italian emplacements at Chiusa di Venas towards Zoppè and Val di Zoldo. Follow the dirt road no. 478, walk past Rifugio G.P.Talamini (trail no. 456) and after 1.5 km take the path on your right which leads up to Forcella Cucei and continue along the ridge of Becco di Cuzze.
The route is rich in emplacements, trenches and war remains. The day-long hike is recommended only to expert hikers.

PRACIADELAN – CASCATA DELLE PILE O

da Praciadelan
Tempo: 3h Difficoltà: turistica */Time Required: 3h Difficulty: Easy*

Partendo da Praciadelan, si prende la strada con segnavia n. 255, percorribile anche fuoristrada, che risale lungo il ghiaione della Val d'Oten.
Dopo circa 500 metri, si attraversa il torrente Diassa. Superato un leggero dosso, si comincia a scorgere la Capanna degli Alpini, dalla quale, in circa 15 minuti su un sentiero di sassi, si giunge ai piedi della suggestiva Cascata delle Pile. Il ritorno si percorre per lo stesso tratto dell'andata, con possibili piccole deviazioni sul ghiaione.

Starting from Praciadelan, you take the road signposting trail 255, which can also be followed off road, climbing up along the Val d'Oten scree. After about 500 metres you cross over the Diassa mountain stream. After a gentle rise you glimpse the refuge Capanna degli Alpini, after which, about 15 minutes later along a rocky footpath, you reach the magical waterfall Cascata delle Pile. The return journey follows the same route with some possible small detours on the scree.

FORCELLA DEL GHIACCIAIO P

da Praciadelan
Tempo: 8h Difficoltà: per esperti */Time Required: 8h Difficulty:Demanding*

Questa escursione è un anello in parte attrezzato, che costeggia i ghiacciai del Monte Antelao. Partendo da Praciadelan, ci si inoltra nella Val d'Oten per una mulattiera con la segnavia n. 255, fino a raggiungere la Capanna degli Alpini, a 1400 metri. Si sale per il bosco fino al Rifugio Galassi, dove si devia a sinistra sul sentiero n. 250 fino a giungere sotto la Forcella del Ghiacciaio. L'evidente lastronata di roccia viene superata facendo la ferrata dei Cadorin, arrivando così a 2584 metri. Si scende poi dal lato opposto, per il sentiero n. 250 fino ai piani del Monte Antelao dove, ad un bivio, si devia a sinistra sul sentiero n. 258 e si attraversano i pascoli dei Piani dell'Antelao. Si scende quindi fino a giungere ai laghetti di Biguzzere, si attraversa il ghiaione e si arriva al punto di partenza.

This is a ring-shaped trail, parts of which are equipped as a via ferrata, skirting the glaciers of Monte Antelao. Starting from Praciadelan, you enter Val d'Oten on a mule track, now signposted footpath 255, until you reach the refuge Capanna degli Alpini, at 1400 metres. The trail now heads uphill through woodland to the Galassi refuge where you head left on footpath 250 which takes you just below Forcella del Ghiacciaio pass. The steep rock face can be tackled on the Cadorin via ferrata which brings you to an altitude of 2584 metres. The descent is on the opposite side, along footpath 250 and, when you reach the Monte Antelao plain, you take the left fork along footpath 258 which crosses the verdant pasturelands of Piani dell'Antelao. The trail heads downhill to the Biguzzere lakes and, after crossing the scree, you are back at the departure point.

DA CALALZO A SAN VITO DI CADORE VIA BAION CHIGGIATO – GALASSI Q

da Calalzo e San Vito di Cadore
Tempo: 11h Difficoltà: per esperti */Time Required: 11h Difficulty: Demanding*

Percorso che si sviluppa in due giornate.
Primo Giorno: da Calalzo, in località La Stua, si attraversa a destra il torrente Vedessana e si prende il sentiero n. 248 che inizialmente corre nel letto del torrente. Si sale attraverso il Giau Strento che termina ad un secco tornante a sinistra, dove si abbandona il torrente e si prosegue in un bel bosco di faggi e abeti fino a raggiungere la Forcella Bassa, a circa 1600 metri. Da qui si prende il sentiero n. 264 fino a giungere al Rifugio Baion. Si imbocca poi il sentiero n. 262 che corre ai piedi del versante sud delle Marmarole, dove, dopo aver superato le ultime ghiaie del Vallon del Froppa e la Forcella Sacù, si gira a sinistra e in breve si giunge al Rifugio Chiggiato. **Secondo giorno**: dal Rifugio Chiggiato si scende per il sentiero n. 260 e, giunti al torrente Diassa, si prende a comoda mulattiera che porta nella Val d'Oten. Proseguendo per quella strada, si giunge alla Capanna degli Alpini da dove, per il sentiero n. 255, si prosegue fino al Rifugio Galassi. Si continua poi salendo fino a Forcella Piccola dalla quale, per il sentiero n. 227 e poi a sinistra per il sentiero n. 229, si scende fino al Rifugio Scotter – Palatini. Per una comoda carreggiata si arriva al paese di San Vito di Cadore.

This is a two-day hike. DAY ONE: from La Stua in Calalzo, to the right you cross the Vedessana mountain stream then take footpath 248 that starts off along the riverbed. The trail leads uphill, along the Giau Strento mountain stream, and after a sharp left turn, you leave the stream, heading into the lovely beech and pine woods toward Forcella Bassa pass, at about 1600 metres. Now you take footpath 264 as far as the Baion refuge where you carry on along footpath 262 that runs along the foot of the southern face of the Marmarole peaks. Once past the last gravel beds of Vallon del Froppa and Forcella Sacù pass, you turn left and, after a short stretch, reach the Chiggiato refuge . DAY TWO: from the Chiggiato refuge, you head downhill along footpath 260 and on reaching the Diassa mountain stream, you take an easy stroll down the mule track leading to Val d'Oten. Along the same trail you head for the Capanna degli Alpini refuge, after which you take footpath 255 leading to the Galassi refuge. The trail continues to Forcella Piccola after which you take footpath 227 and then bear left along footpath 229, taking you back down to the Scotter – Palatini refuge. After this an undemanding track takes you to San Vito di Cadore.

SENTIERO CRESTA DI POCRODA R

da Calalzo e San Vito di Cadore
Tempo: 7h Difficoltà: turistica */Time Required: 7h Difficulty: Easy*

Partendo da Grea per il sentiero n. 264 si percorre la mulattiera che passa per Pian del Capo a 1400 metri e Cresta di Pocroda.
Si prosegue aggirando il Monte Brente fino a raggiungere la località Dumelle a 1600 metri, incrociando il sentiero n. 265. Si passa poi per la Forcella Bassa a 1580 metri, tralasciando il sentiero n. 248 e proseguendo nel fitto bosco si raggiunge il Rifugio Baion.
Si rientra poi per lo stesso percorso.

Starting from Grea, on footpath 264, you take the mule track skirting Pian del Capo at 1400 metres and Cresta di Pocroda. This trail flanks Monte Brente, heading for Dumelle, at 1600 metres, intersecting with footpath 265. Now you pass by Forcella Bassa pass, at 1580 metres, leaving footpath 248 and plunge through dense woodland to the Baion refuge. The return journey is along the same trail.

ANELLO DEL COL BUFFON S

da Ponte sul Lago di Domegge
Tempo: 5h Difficoltà: per esperti */Time Required: 5h Difficulty: Demanding*

Si parte poco più in là del ponte sul Lago di Domegge, sul sentiero n. 347, si attraversa il ponte di legno sul Rio Sacceido lungo il suggestivo sentiero della Via Crucis, raggiungendo il Rifugio Eremo dei Romiti di Monte Froppa. Si continua poi sul sentiero n. 347 che sale a Col Buffon, meraviglioso punto panoramico, e si prosegue con un saliscendi lungo la Costa del Col Buffon. Giunti al bivio, si imbocca il sentiero n. 345 scendendo ai Fienili Dalego. Si prosegue poi per un sentiero non numerato fino ad un alpeggio dove è situato il Rifugio Cercenà. Infine, per una strada carrozzabile della Val Talagona, si ritorna al punto di partenza.

Starting just past the bridge over Lago di Domegge, on footpath 347, you cross the wooden bridge over Rio Sacceido along the atmospheric Via Crucis trail and then reach the Rifugio Eremo dei Romiti di Monte Froppa refuge. The trail continues along footpath 347 heading uphill to Col Buffon with its breath-taking views. This path has plenty of ups and down, running along the slope of Col Buffon. At the crossroads you take footpath 345 heading downhill to Fienili Dalego. An un-numbered footpath takes you to the Cercenà refuge located in some lush pastureland. Finally, you return to the departure point along the Val Talagona road.

AL RIFUGIO ANTELAO T

da Pozzale di Cadore
Tempo: 5h Difficoltà: per esperti */Time Required: 5h Difficulty: Demanding*

Si parte da Pozzale, a 1110 metri, seguendo il sentiero n. 253 fino alla forcella Antracisa, continuando poi per il sentiero numerato che giunge alla chiesetta di San Dionisio, a 1940 metri. Si prosegue scendendo per il sentiero n. 251 fino al Rifugio Antelao, dal quale si può rientrare a Pozzale per la strada del Tranego o percorrendo il sentiero n. 250 de Le Ville.

Staring from Pozzale, at 1110 metres, you follow footpath 253 to Antracisa pass, after which you take the numbered path to the chapel of San Dionisio, at 1940 metres. Now you head downhill along footpath 251 to the Antelao refuge from where you can return to Pozzale along the Tranego road or take footpath 250 known as de Le Ville.

VEDORCIA U

da La Faghera
Tempo: 4h Difficoltà: turistica */Time Required: 4h Difficulty: Easy*

Partendo dalla località La Faghera, poco distante dalla diga che forma il Lago del Centro Cadore, si cammina attraverso una strada che ricalca il percorso forestale che porta a Tamari e sale verso il Rifugio Tita Barba. Si prosegue sul sentiero n. 343 e 350, arrivando al Rifugio Tita Barba, a quota 1821 metri. Per rientrare si prende il sentiero n. 350, lungo le Fontanate, fino a riprendere la strada rotabile che porta a La Faghera.

Starting from La Faghera, near the dam that has created Lago del Centro Cadore, you walk along a road that follows the woodland trail leading to Tamari and then heads uphill towards the Tita Barba refuge, taking footpaths 343 and 350 to the refuge, at an altitude of 1821 metres. For the return journey, you take footpath 350, along le Fontanate, until you come back to the road leading to La Faghera.

DA POZZALE A VENAS V

da Pozzale di Cadore
Tempo: 7h Difficoltà: per esperti */Time Required: 7h Difficulty: Demanding*

Partendo da Pozzale si prende il sentiero n. 253 che sale alla Forcella Antracis, raggiungendo lungo la comoda carreraccia di servizio il Rifugio Antelao a quota 1796 metri. Da lì si prosegue per il sentiero n. 250 fino alla Forcella Piria e poi per il sentiero n. 230 fino alla Forcella Cadin, a quota 2110 metri. Giunti in cima, si prende il sentiero n. 236 e si scende fino a giungere a Venas.

Starting from Pozzale you take footpath 253 that climbs up to Forcella Antracis pass, then along the cart track serving the Antelao refuge, at an altitude of 1796 metres. From the refuge you take footpath 250 to Forcella Piria pass, then footpath 230 to Forcella Cadin pass, at an altitude of 2110 metres. Once at the top, you head back downhill along footpath 236 to Venas.

Nordic Walking

ASD MULTISPORT TEAM ANTELAO

Escursioni Nordic Walking con istruttore personale
info: tel. Francesca 329 204797 - Walter 335 5262716
mail: info@nordicwalkingcadorodolomiti.com
Gite accompagnate in Mountain Bike su richiesta

TESTI E FOTO: CONSORZIO CADORE DOLOMITI, STUDIOBRELCAR.IT, GIACOMOPOMPANIN.COM, GRAFICA SANVITESE, MONICA ALFARÈ, CADORE EVENTI

info

Cadore Dolomiti

CONSORZIO DI PROMOZIONE TURISTICA "CADORE DOLOMITI"
Corso Italia, 92/94
32046 - San Vito di Cadore
Tel. 0436 9238
cadore@dolomiti.org

CONSORZIO DOLOMITI
Via San Lucano, 36
32100 - Belluno
Tel. 0437 941148
consorziodolomiti@belledolomiti.it

PRO LOCO BORCA DI CADORE
Via Roma
32040 - Borca di Cadore
Tel. 0435 482015
infoborca@libero.it

ASS. TURISTICA PRO LOCO VALLE DI CADORE
Via XX Settembre, 79/A
32040 - Valle di Cadore
Tel. 0435 501527
prolocovalledicadore@casadolomiti.it

PRO LOCO TIZIANO
Piazza Municipio, 13
32044 - Pieve di Cadore
Tel. 0435 501303
prolocotiziano@gmail.com

Una montagna di sconti e agevolazioni con la Cadore Card

Make sure you get your Cadore Card to take advantages

www.cadoredolomiti.it