





ESCURSIONI E ARRAMPICATE NELLA VAL DI FASSA

Tutti gli itinerari indicati sono soggetti a percorsi alternativi, si raccomanda di consultare la cartina dei sentieri disponibile presso gli uffici turistici per verificare i percorsi prima di iniziare le escursioni. Si consiglia di adeguare l'andatura alle proprie capacità, alle condizioni del terreno, meteo, visibilità, allo stato dei sentieri, dei percorsi e della segnaletica, nonché di scegliere l'itinerario tenendo conto dell'orario di esercizio degli impianti. I percorsi segnati sulla cartina panoramica non fanno fede alle distanze reali.



WALKS AND CLIMBS TO DO IN VAL DI FASSA

All itineraries shown are subject to alternate routes. We recommend that you view the map of possible trails at the tourist offices and check the routes prior to departing for excursions. We also recommend that you adapt your speed to your ability and the ground, weather and visibility conditions, the condition of trails and signage, and that you choose your itinerary in consideration of your abilities and lift operation times. The itineraries shown on the panoramic map are not representative of actual distances.



WANDERUNGEN UND KLETTERSTEIGE IM FASSATAL

Alle angeführten Routen können auch Varianten aufweisen. Es ist ratsam, die in den Tourismusbüros erhältliche Wegekarte anzusehen, bevor man sich auf den Weg macht. Es wird empfohlen, die Route entsprechend den eigenen Fähigkeiten, den Gegebenheiten von Boden, Wetter, Sicht, dem Zustand der Pfade und der Beschädigung anzupassen bzw. die Betriebszeiten der Aufstiegsanlagen mit einzuplanen. Die auf der Panoramakarte eingezeichneten Wege entsprechen nicht den tatsächlichen Distanzen.

FASSA BEST TOURS

Legenda Legend Legende

112

Emergenze
Emergency
Notruf

Punti di interesse
Points of interest
Sehenswertes

Cabinovia
Gondola lift
Gondelbahn

Punto panoramico
Scenic View
Aussichtspunkt

Seggiovia a 2/4/6 posti
Chairlift for 2/4/6 people
Sessellift für 2/4/6 Personen

Rifugio
Mountain hut
Hütte

Funivia
Cableway
Seilbahn

Facile tour panoramico
Easy panoramic tour
Leichte Panoramatour

Tempo di percorrenza a piedi
Walking time
Wanderzeit zu Fuß

Escursione media
Moderately difficult hike
Mittelschwere Wanderung

Lunghezza e tipo di percorso
Length and type of trail
Länge und Art der Wanderung

Escursione per esperti
Hike for experts
Weg für erfahrene Wanderer

2

SASS PORDOI - LA TERRAZZA DELLE DOLOMITI

CANAZEI 1450 m - PECOL / COL DEI ROSSI 2382 m - PASSO PORDOI 2239 m - SASS PORDOI 2950 m

Arrivati a Col dei Rossi con gli impianti, si raggiunge a piedi il Passo Pordoi dove con la funivia si sale al Sass Pordoi - Terrazza delle Dolomiti, a 2950 m; ad attendervi il bar-ristorante Rifugio Maria e il lunar tour, giro ad anello circondati da un panorama mozzafiato. Rientro lungo il sentiero verso Pecol.

Once you have reached Col dei Rossi with the lifts, you can walk to Passo Pordoi where you can take the cable car up to Sass Pordoi - Terrace of the Dolomites, at 2950 m, waiting for you is the Rifugio Maria bar-restaurant and the lunar tour, a circular tour surrounded by a breathtaking panorama. Return along the path towards Pecol.

Ankunft am Col dei Rossi mit gli Impianti, si raggiunge a piedi il Passo Pordoi dove con la funivia si sale al Sass Pordoi - Terrazza delle Dolomiti, a 2950 m; und besuchen Sie das Bar-Restaurant Rifugio Maria und die Mondtour, den Giro und die Zirkonia von einem Panorama-Mozzafiato. Rientro lungo il sentiero verso Pecol.

101 / 102 / 103 / 130 / 103

6 km / ca. 4/5 h

Sass Pordoi Terrazza delle Dolomiti / Passo Pordoi Museo della Grande Guerra / Rifugio Maria bar restaurant

5

ALBA - CIAMPAC - CONTRIN

ALBA 1500 m - CIAMPAC 2160 m - SELLA BRUNECH 2428 m - CONTRIN 2016 m - ALBA 1500 m

Dalla conca del Ciampac, zona perfetta per le famiglie, si sale in seggiovia fino a Sella Bruneh per poi seguire un sentiero panoramico in cresta, con vista unica sulla Marmolada e sul Gruppo del Sella. Si raggiunge così il Passo San Nicolò, per poi scendere fino ad Alba lungo la Val Contrin.

From the Ciampac basin, a perfect area for families, take the chairlift up to Sella Bruneh and then follow a panoramic trail along the ridge, offering unique views of the Marmolada and the Sella Group. This path leads to the San Nicolò Pass, before descending to Alba along the Val Contrin.

Vom Ciampac, einem idealen Gebiet für Familien, fährt man mit dem Sessellift hinauf zur Sella Bruneh und folgt dann einem Panoramaweg entlang des Bergrückens, der einzigartige Ausblicke auf die Marmolada und die Sella Gruppe bietet. Dieser Weg führt zum San-Nicolò-Pass, bevor es durch das Val Contrin hinab nach Alba geht.

131 / 136

14,5 km / ca. 4/5 h

Sella Bruneh Passo San Nicolò / Ciampac Val Contrin

7a

CIAMPEDIE - RODA DI VAEI

VIGO - CIAMPEDIE 2000 m / PERA - PRA' MARTIN 2095 m - RODA DI VAEI 2803 m

Sentiero mozzafiato tra le rocce lungo il Vial de le Feide che porta in quota alla Roda di Vael. Rientro lungo lo stesso sentiero oppure alternative diverse.

Breathtaking path among the rocks of the Vial de le Feide (the Way of the Sheep) up to the Roda di Vael. Return along the same path or various alternatives.

Atemberaubender Wanderweg im Fels entlang des Vial delle Feide hinauf zur Rotwand (Roda di Vael). Rückweg auf demselben Weg oder über verschiedene alternative Abstiege.

211 / 217 / 218 / 215 / 223

9 km / ca. 3 h

Vial de le Feide Roda di Vael Pra' Martin / Torre Finestra / Roda del Diavolo Loc. Mandra / Stallon de Vael

10

PASSO SAN PELLEGRINO - CIMA COSTABELLA

PASSO SAN PELLEGRINO 1918 m - CIMA COSTABELLA 2737 m

Percorso storico con resti e testimonianze della Prima Guerra Mondiale, fronte Italo-Austriaco attraverso la via ferrata Bepi Zac. Alternativa: proseguire per la via ferrata fino a Cima Uomo.

Historical trail featuring relics and remains from the Italian - Austrian front during the First World War along the Bepi Zac via ferrata. Alternative: take the via ferrata to the Cima Uomo peak.

Historische Tour zu Überresten und Zeugnissen des Ersten Weltkrieges an der italienisch-österreichischen Front über den Bepi-Zac-Klettersteig. Alternativ dazu: Weiter über den Klettersteig bis Cima Uomo.

303 / 7 km / ca. 3,5 h

Alta Via Bepi Zac con testimonianze 1° Guerra Mondiale with testimonies of the 1° World War / Passo delle Selle (facile easy) Cima Costabella / consigliata guida alpina mountain guide recommended Bergführer empfehlenswert

13

ROSENGARTEN - LAGO DI CAREZZA

PARKING PAOLINA 1630 m - LAGO DI CAREZZA 1519 m - MOSERALM 1580 m - TSCHSCHEN (1580 - 1977 m) - KÖNIG LAURIN (1977 - 2339 m) - RIF. FRONZA ALLE CORONELLE - HIRZEL - RIF. PAOLINA 2125 m - PAOLINA - PARKING PAOLINA 1630 m

Escursione anulare panoramica ai piedi del Rosengarten da Carezza al Lago di Carezza, al Rifugio Fronza alle Coronelle e attraverso il sentiero Hirzel si ritorna al Paolina e giù a Carezza.

Panoramic circular track from Carezza to Lake Carezza, to Rif. Fronza and across the Hirzel path to Paolina and Carezza.

Panorama-Highlight-Rundtour am Fuße des Rosengartens von Carezza zum Karer See, zur Kölner Hütte über den Hirzelsteig zur Paolina Hütte und mit dem Panoramasesselfert Retour.

404 / 403 / 411 / 7,5 km / ca. 2,15 h

Lago di Carezza Catinaccio / Nuova stazione a monte "invisible" New "invisible" mountain station Neue "unsichtbare" Bergstation



WATER & FUN SPORTS & FITNESS EAT & DRINK



Agevolazioni per i possessori di PanoramaPass Vergünstigungen für Inhaber des PanoramaPasses Benefit für PanoramaPass owners

SEGUI LE ONDE NELLE DOLOMITI Dòlaondes - Streda del Piz n.7 - 38032 Canazei (TN) Info: +39 0462 608891, www.dolaondes.it - info@dolaondes.it

1

LAGO PIAN DA MUR: IL GIOIELLO TRA LE DOLOMITI

CANAZEI 1450 m - COL DEI ROSSI 2382 m - LAGO PIAN DA MUR 2064 m

Da Canazei o da Alba con gli impianti si raggiunge Col dei Rossi. Da qui, una facile camminata conduce al suggestivo Lago Pian da Mur, un bacino idrico trasformato in una meraviglia naturale, circondato da panorami mozzafiato. Per il rientro è possibile proseguire in discesa fino a Canazei (ca. 1 h 30' a piedi) oppure tornare indietro seguendo le indicazioni per Pecol.

From Canazei or Alba, you can reach Col dei Rossi by lift. From here, an easy walk leads to the enchanting Lake Pian da Mur - a water reservoir transformed into a natural wonder, surrounded by breathtaking views. For the return journey, you can either walk downhill back to Canazei (about 1 h 30' on foot) or follow the signs back to Pecol.

Von Canazei oder von Alba erreicht man den Col dei Rossi mit den Aufstiegsanlagen. Von dort führt ein leichter Spaziergang zum malerischen Lago Pian da Mur - ein Wasserreservoir, das sich in ein Naturwunder verwandelt hat, umgeben von atemberaubenden Ausblicken. Für den Rückweg kann man entweder den Abstieg nach Canazei wählen (etwa 1 h 30' zu Fuß) oder dem Wegweiser zurück nach Pecol folgen.

101 / 102 / 130 / ca. 3,5 km / ca. 3 h

Lago Pian da Mur Lake See

3

PASSO SELLA IN MOBILITÀ ALTERNATIVA

CAMPITELLO 1148 m - COL RODELLA 2485 m - PASSO SELLA 2244 m

Vista mozzafiato sulla Val di Fassa. Gruppo del Catinaccio, Gruppo della Marmolada, Passo Pordoi, Val Lasties e Piz Ciavazes. Sensazionale la vicinanza al maestoso Gruppo del Sassolungo. Possibilità di risalita con impianto 56 Forcella Sassolungo. Rientro lungo lo stesso sentiero.

Breathtaking views of the Val di Fassa, the Catinaccio Group, the Marmolada Group, the Pordoi Pass, the Lasties Valley and the Piz Ciavazes. The proximity to the majestic Sassolungo Group is sensational. Possibility of ascent with system 56 Sassolungo Fork. Return along the same path.

Atemberaubende Aussicht auf das Fassatal, die Rosengarten-Gruppe, die Marmolada-Gruppe, den Pordoi-Pass, das Lasties-Tal und den Piz Ciavazes. Die Nähe zur majestätischen Langkofel-Gruppe ist atemberaubend. Aufstiegsmöglichkeit mit dem Lift 56 auf die Langkofel Scharte. Rückkehr auf demselben Weg.

141 / 152 / 4 km / ca. 3 h

Col Rodella Passo Sella / PASSO DURON escursione alternativa alternative excursion alternativer Wanderung

6

VIGO / PERA - GARDECCIA - VAJOLET

VIGO / PERA 1390 m - GARDECCIA 1949 m - VAJOLET 2245 m

Piacevole attraversata nel bosco con arrivo alla conca di Gardeccia, portale di accesso per numerose opportunità escursionistiche. Possibile giro ad anello Ciampedie / Pra Martin - Gardeccia - Pian Pecei.

Small crossing along the forest with arrival at the Gardeccia basin, access portal for numerous excursion opportunities. Alternative option: the Ciampedie / Pra Martin - Gardeccia - Pian Pecei loop-route.

Angenehme Wanderung durch den Wald bis zur Mulde von Gardeccia, von wo aus es zahlreiche Wandermöglichkeiten gibt. Etwa eine Rundwanderung entlang der Route Ciampedie - Pra Martin - Gardeccia - Pian Pecei.

211 / 217 / 218 / 215 / 223 / 6 - 9 km

Conca di Gardeccia / Sentiero tematico "della foresta" n. 540 Themed itinerary "of the wood" nr. 540

8

FRONZA - PASSO DELLE CORONELLE - PASSO DEL VAIOLON - FRONZA

RIFUGIO FRONZA 2339 m - PASSO DELLE CORONELLE 2635 m - PASSO CIGOLADE 2553 m - PASSO DEL VAIOLON 2529 m - RIFUGIO FRONZA 2339 m

Bella escursione tra le rocce del Catinaccio, percorso paesaggisticamente affascinante che presenta un breve tratto di sentiero attrezzato.

Beautiful excursion through the rocks of the Catinaccio, a route boasting a charming landscape that offers a short section of equipped track.

Schöne Wanderung im Rosengarten, landschaftlich reizvolle Tour, mit einem kurzen gesicherten Abschnitt.

402 / 403 / 8,3 km

Catinaccio Passo delle Coronelle Passo del Cigolade Passo del Vaiolon / Via ferrata Passo Santner Santnerpass Klettersteig

11

PASSO SAN PELLEGRINO - COL MARGHERITA - TROI DE LA MARIOTA

PASSO SAN PELLEGRINO 1918 m - COL MARGHERITA 2514 m

Anello panoramico tra Col Margherita e Cima Juribritto sulle tracce della Grande Guerra. Dalla funivia si raggiunge il Geo Walk e si prosegue lungo creste selvagge fino a Forcella Vallazza, con possibilità di salire a Cima Juribritto o seguire la variante bassa per rientrare al Passo San Pellegrino.

Panoramic loop between Col Margherita and Cima Juribritto along the traces of the Great War. From the cable car, reach the Geo Walk and continue along wild ridgelines to Forcella Vallazza, with the option to climb Cima Juribritto or follow the lower variant back to Passo San Pellegrino.

Panoramarundweg zwischen Col Margherita und Cima Juribritto entlang der Spuren des Ersten Weltkriegs. Von der Seilbahn erreicht man den Geo Walk und folgt anschließend den wilden Graten bis zur Forcella Vallazza, mit Möglichkeit zum Aufstieg auf die Cima Juribritto oder über die untere Variante zurück zum Passo San Pellegrino.

309 / 10 km / ca. 5 h

Geo Walk Ristorante InAlto / Col Margherita Cima Juribritto

12

GIRO DEI MASI - HANIGER SCHWAIGE - TIRES

MALGA FROMMER 1743 m - HANIGER SCHWAIGE 1937 m - TIRES 1100 m

Giro dei masi ai piedi delle Torri del Vajolet dalla Malga Frommer a Carezza con la funivia König Laurin 1 fino alla Malga Messnerjoch, proseguendo per la Haniger Schwaige e attraverso il sentiero n. 7 fino alla Malga Pfafötsch e ritorno alla stazione a valle della funivia Cabrio Tires.

Panorama alpine pasture tour at the foot of the Vajolet Towers from the Malga Frommer at Carezza with the König Laurin 1 cable car to the Messnerjoch, continue to the Haniger Schwaige and via trail no. 7 to the Pfafötsch Alm and back to the valley station of the Cabrio cable car Tires.

Panorama Almen Tour am Fuße der Vajolet Türme von der Frommer Alm Carezza mit der König Laurin 1 Kabinenbahn zur Messnerjochhütte, weiter zur Haniger Schwaige und über Weg Nr. 7 zur Pfafötsch Alm und retour zur Talstation der Cabrio-Seilbahn Tires

402 / 400 / 10 km / ca. 3.30 h

Le Torri del Vajolet / unica funivia cabrio in Italia

4

POZZA - VAL JUMELA

POZZA 1320 m - BUFFAURE 2020 m - MALGA JUMELA (1978 m)

Una volta raggiunta la piana del Buffaure con la cabinovia da Pozza di Fassa, si scende lungo il sentiero 643 in direzione Val Jumela, fino a raggiungere l'omonima malga a quota 1978 metri. Qui c'è la possibilità di partecipare ad interessanti attività settimanali legati alla vita in malga, agli animali e ai prodotti caseari di produzione propria. Rientro al Buffaure o discesa lungo la Val Jumela fino a Pera di Fassa (sentiero 644).

Once you reach Buffaure by cable car from Pozza di Fassa, descend along trail 643 towards Val Jumela, until you reach the Jumela mountain hut at an altitude of 1978 meters. Here, you can participate in interesting weekly activities related to the mountain life, the animals, and the home-made dairy products. Return to Buffaure or descend along Val Jumela to Pera di Fassa (trail 644).

Fahren Sie mit der Gondelbahn von Pozza di Fassa nach Buffaure und folgen Sie dem Wanderweg 643 Richtung Val Jumela bis zur Jumela-Alm auf 1.978 Metern Höhe. Hier können Sie an interessanten wöchentlichen Aktivitäten rund um das Hüttenleben, die Almtiere und die hausgemachten Milchprodukte teilnehmen. Kehren Sie nach Buffaure zurück oder steigen Sie durch das Val Jumela nach Pera di Fassa ab (Wanderweg 644).

201 / 4 km / 40' + 40' / ca. 2 h

Val Jumela

7

RIFUGIO PAOLINA - PASSO DEL VAIOLON - RIFUGIO PAOLINA

RIFUGIO PAOLINA 2125 m - PASSO DEL VAIOLON 2529 m - RIFUGIO PAOLINA 2125 m

Escursione anulare panoramica dal rifugio Paolina al rifugio Roda di Vael e attraverso il Passo Vaialon si ritorna al punto di partenza. Sul percorso la famosa aquila di bronzo, monumento a Theodor Christomannos.

Panoramic circular track from the Paolina hut to the Roda di Vael Hut and across the Vaialon Pass to the Paolina hut. On the route for the famous bronze eagle, a monument to Theodor Christomannos.

Panorama-Rundwanderung von der Paolina Hütte zur Rotwandhütte und über den Vajolonpass zurück zur Paolina Hütte. Vorbei am berühmten Bronzeadler, ein Theodor Christomannos gewidmetes Denkmal.

411 / 6,7 km (ca. 1,8 km dal Rifugio Paolina) / ca. 3/4 h

Roda di Vael Aquila di bronzo / Via ferrata Masarè Klettersteig Via ferrata Roda di Vael Rotwand Klettersteig

9

MOENA / RONCHI - LAGHI DI LUSIA

MOENA / RONCHI 1370 m - CUNE 2200 m - LAGHI DI LUSIA 2233 m - COLVERE 1866 m - VALBONA 1820 m

Soleggiata escursione circolare verso i laghi di Lusìa tra resti di trincee e camminamenti bellissimi ai margini del Parco Naturale di Paneveggio-Pale di San Martino.

Sunny loop excursion to the lakes of Lusìa between the remains of trenches and war walkways on the edge of the Paneveggio-Pale di San Martino Natural Park.

Sonniger Rundausflug zu den Lusìa Seen, zwischen den Überresten von Schützengraben und Kriegswegen am Rande des Naturparks Paneveggio-Pale di San Martino.

201 / 202 / 12 km / ca. 5 h

Le Cune Lastè Forcella Caserin / Laghi di Lusìa Pale di San Martino Trincee di Colvere

IMPIANTI A FUNE LIFTS - LIFTANLAGEN

BELVEDERE - COL RODELLA - SASS PORDOI / CAREZZA www.carezza.it

101 CANAZEI - PECOL / 400 FUNIVIA CABRIO TIRES

102 PECOL - COL DEI ROSSI / 401 NOVA LEVANTE

103 SASS PORDOI / 402 KÖNIG LAURIN 1

105 PIAN FRATACES - GARDECCIA / 403 KÖNIG LAURIN 2

126 FODOM (VAUZ - PORDOI) / 404 TSCHSCHEN

130 ALBA - COL DEI ROSSI / 411 CAREZZA - PAOLINA

141 CAMPITELLO - COL RODELLA / PASSO SAN PELLEGRINO - FALCADE

152 RODELLA - DES ALPES / 303 COSTABELLA

155 PRADEL - SALEI / 309 COL MARGHERITA

131 ALBA - CIAMPAC / 407 LE BUSE - LARESEI

136 ROSEAL - GIUMELA / 408 FALCADE - LE BUSE

201 POZZA - BUFFAURE / 211 VIGO - CATINACCIO

201 RONCHI - VALBONA / 215 PIAN PECEI - CIAMPEDIE

202 VALBONA - LE CUNE / 217 VAJOLET 1

PASSO SELLA / 218 VAJOLET 2

56 FORCELLA SASSO LUNGO / 223 PIAN PECEI - PRA MARTIN

PADON / 13 PADON 2

● Cassa Ticket office Kasse

● Cassa automatica Automatic cash desk Automatische Kasse

○ Ticket box

