



Guida trekking & mountain bike

Hiking & MTB trails

600 km di sentieri nel Parco dello Stelvio | 600 km of trails in the Stelvio National Park


the wellness mountain

Wellness is hidden paths



Il territorio | The territory **05**

Decalogo | Mountain safety **06**

Mappe di riferimento | Maps **08**

Bormio, Valdidentro, Valdisotto **10**

Passo dello Stelvio, Valfurva, Sondalo **70**

Uffici turistici | Tourist offices **116**

Numeri utili | Useful numbers **117**

Legenda | Legend **119**

BORMIO 360 ADVENTURE TRAIL



10 tappe, 140 km
10 stages, 140 km



The new bike & trekking experience

bormio360.eu

Benvenuti a Bormio

Oltre 600 km di tracciati di diversa difficoltà per tutti i gusti, dalle famiglie agli alpinisti più esperti: da soli, muniti di cartine, o in gruppo, accompagnati dalle guide alpine, venite a scoprire gli angoli più suggestivi ed incontaminati dell'Alta Valtellina!

Protagonista assoluto, il Parco Nazionale dello Stelvio, uno dei più grandi parchi storici d'Italia, habitat ideale di parecchie specie animali e vegetali. Tra boschi, pascoli, laghetti alpini e torrenti, fino ai grandi ghiacciai, potrete vivere la natura a 360° percorrendo sentieri e mulattiere che si diramano in un paesaggio incantato in cui l'ambiente si fonde magistralmente con l'antica cultura contadina e la storia.

Le grandi vette del Gruppo Ortler-Cevedale e della Cima Piazzesi fanno da cornice a questo ambiente incontaminato e i profumi e i sapori dei prodotti tipici renderanno gustosa ogni vostra escursione. D'obbligo una visita alle malghe, simbolo della tradizione contadina, con la possibilità di degustare prodotti freschi e genuini.

E poi rifugi, ristoranti e belle aree picnic per una breve sosta in mezzo alla natura. Vivete l'essenza della natura, assaporate l'ospitalità di montagna, schietta e sincera, lasciatevi tentare dai sapori genuini di alta qualità: questa è Bormio, the wellness mountain.

Welcome to Bormio

Over 600 km of trails of varying levels of difficulty satisfy all tastes—from families to expert mountaineers—alone with map in hand, or in a group led by an Alpine Guide, come and discover the most suggestive and unspoiled corners of the Alta Valtellina!

The absolute protagonist is the Stelvio National Park, one of the largest historical parks in Italy; it is the ideal habitat for several species of plants and animals. Among woods, pastures, alpine lakes and streams, up to the great glaciers, you can experience 360° of nature. Follow trails and mule tracks that interlace an enchanted landscape where the environment is a masterful melding of ancient farming culture and history.

The great heights of Ortler-Cevedale group and Cima Piazzesi frame this uncontaminated environment, and the fragrances and flavors of local products will enhance every outing. A must-do visit is to a Malga—a mountain dairy—symbolizing the agricultural tradition, where you can taste the fresh and genuine products. And then the mountain refuges, with small restaurants and beautiful picnic areas for a brief break, surrounded by nature. Experience the essence of nature, enjoy the mountain hospitality, frank and sincere, and tempt yourself with the genuine, high quality flavors: this is Bormio, the wellness mountain.

In montagna sicuri

La montagna è un paradiso per chi ama la natura. Una buona programmazione dell'itinerario e l'adozione di alcune semplici regole comportamentali vi permetteranno di goderne la bellezza. Ecco alcuni semplici suggerimenti:

- 1 Prima di intraprendere un'escursione è indispensabile una valutazione realistica delle proprie capacità e forze e una preparazione atletica di fondo.
- 2 Programmare le proprie uscite attraverso cartine escursionistiche, guide e consultando persone esperte, come le guide alpine. Visto che le condizioni atmosferiche in montagna possono variare velocemente, si consiglia di prestare la massima attenzione al bollettino meteorologico.
- 3 Preparare lo zaino con il giusto equipaggiamento: provviste, protezione anti-pioggia, un copricapo, indumenti caldi, protezione solare, kit di pronto-soccorso e telefono cellulare. Una cartina, una guida o un apparecchio GPS facilitano l'orientamento.
- 4 Indossare abbigliamento e calzature idonee che proteggano il piede e garantiscano una buona aderenza sul terreno.
- 5 Mantenere sempre il proprio passo e prestare attenzione a dove si poggia il piede per evitare di compromettere la sicurezza.

Mountain safety

The mountains are a paradise for those who love nature. Good planning of your itinerary and the adoption of some simple rules of conduct will allow you to enjoy the beauty. Here are some simple tips:

- 1 Before embarking on an excursion is essential to make a realistic assessment of your own ability and strength, and of your athletic background.
- 2 Design your own itinerary using hiking maps, guidebooks, and by consulting with local experts, such as Alpine Guides. Given that the weather conditions in the mountains may change quickly, it is recommended that you pay the close attention to the weather forecast.
- 3 Prepare your backpack with the right equipment including: rain protection, headgear, warm clothing, sunscreen, first aid kit, and cellular phone. Bring a map, guidebook, or a GPS device to facilitate orientation.
- 4 Wear protective clothing and select footwear that protects your feet and ensures a good grip on the terrain.
- 5 Always maintain your own pace and pay attention to where you place your feet to avoid compromising your security.

- 6 Si raccomanda di restare sempre su sentieri tracciati per evitare il rischio di disorientamento, cadute o scivolamenti di massi o detriti.
- 7 Pause regolari sono molto importanti per ritemperare le energie. Fondamentale è mangiare e bere regolarmente per evitare cali di prestazione e di concentrazione.
- 8 Se ci sono dei bambini, si consiglia di pianificare l'itinerario in base alle loro esigenze: per loro non è importante la lunghezza del sentiero, ma scoprire la montagna e la natura, divertendosi.
- 9 E' sempre meglio camminare in gruppo; nel caso si fosse da soli, è buona regola informare le persone che restano a casa del proprio itinerario oltre che avere con sé l'equipaggiamento necessario.
- 10 In caso di incidente, presta soccorso e chiama immediatamente il 112. Usa la app "Where ARE U" per essere localizzato in modo più preciso e veloce dai soccorritori. Scaricala adesso; segui le istruzioni ed impara ad usarla per tempo. La chiamata è gratuita, insieme alla tua richiesta di emergenza farà arrivare all'operatore automaticamente anche la tua posizione.
- 11 Rispettare sempre la natura: non abbandonare rifiuti, evitare rumori molesti, non disturbare né gli animali selvatici né quelli al pascolo, non raccogliere piante e rispettare le aree protette.

- 6 It is recommended that you always remain on marked paths in order to avoid the risk of disorientation, falls, and slides of boulders or debris.
- 7 Regular breaks are very important to restore your energy. It is fundamental to eat and drink regularly to avoid degrading your physical performance and mental concentration.
- 8 If children will participate, it is advisable to plan your route based on their capabilities: for them the length of the trail is not important, they just want to have fun and discover the mountain and nature.
- 9 It is always better to hike in a group, but if you must hike alone, it is a good rule to inform friends or family of your itinerary, in addition to having all the necessary equipment with you.
- 10 In the event of an accident, provide first aid immediately call 112. Use the "Where ARE U" app, to be located more precisely and quickly by rescuers. Download it now, follow the instructions, and learn to use it beforehand. The call is free, and together with your emergency request, it will automatically provide your position to the operator.
- 11 Always respect nature: do not abandon waste, avoid making loud noises, do not disturb either wild animals or those in a pasture, do not collect plants, and respect the protected areas.



Dove andiamo oggi?
Today's destination?

LIVIGNO

Passo d'Eira
m. 2210

Val Alpissella
Val Pila
Val Trela

Lago di Cancano

Passo Stelvio
m. 2758

BORMIO

VALDIDENTRO

VALFURVA

VALDISOTTO

S. Caterina

SONDALO

Passo Gavia
m. 2521

Bormio, Valdidentro, Valdisotto



Bormio

CROCE DELLA REIT

● Durata/Time: 2 h 47 m

p. 12



GIRO DEL VALLECETTA

● Durata/Time: 4 h 15 m

p. 14



PASSEGGIATA DELLE 4 CHIESE

● Durata/Time: 1 h 30 m

p. 16



PEDEMONTANA DELLA REIT

● Durata/Time: 1 h 51 m

p. 18



MONTI DI SOBRETTA

● Durata/Time: 5 h 52 m

p. 20



VAL D'UZZA

● Durata/Time: 2 h 23 m

p. 22



Valdidentro

AL FORTE DI OGA

● Durata/Time: 4 h 25 m

p. 24



ANELLO DEL MONTE SCALE

● Durata/Time: 2 h 49 m

p. 26



BOSCOPIANO

● Durata/Time: 2 h 28 m

p. 28



CAPANNA DOSDÈ

● Durata/Time: 3 h 19 m

p. 30



CHIESA DI PRESEDONT

● Durata/Time: 57 m

p. 32



DECAUVILLE

● Durata/Time: 3 h 9 m

p. 34



GIRO DEI LAGHI DI CANCANO

● Durata/Time: 4 h 27 m

p. 36



LAGO NERO

● Durata/Time: 1 h 21 m

p. 38



PANORAMICA SULLA VAL VIOLA

● Durata/Time: 3 h 32 m

p. 40



VAL FORCOLA

● Durata/Time: 5 h 39 m

p. 42



VALLE ALPISELLA

● Durata/Time: 1 h 38 m

p. 44



VALLE DEL GALLO

● Durata/Time: 1 h 4 m

p. 46



VAL LIA E ALPE BORON

● Durata/Time: 1 h 1 m

p. 48



VAL MORA

● Durata/Time: 2 h 12 m

p. 50



VAL VERVA E VAL GROSINA

● Durata/Time: 7 h 43 m

p. 52



VAL VEZZOLA E VAL TRELA

● Durata/Time: 6 h 10 m

p. 54



Valdisotto

ALPE BORON

● Durata/Time: 2 h 1 m

p. 56



ALPE ZANDILLA

● Durata/Time: 2 h 31 m

p. 58



BAITA LA MANDRIA

● Durata/Time: 4 h 12 m

p. 60



FORTE DI OGA - MALGA SAN COLOMBANO

● Durata/Time: 2 h 2 m

p. 62



LAGHI DI PROFA

● Durata/Time: 4 h 22 m

p. 64



LAGO DI CAMPACCIO

● Durata/Time: 1 h 57 m

p. 66



PANORAMICA VALLECETTA

● Durata/Time: 5 h 11 m

p. 68



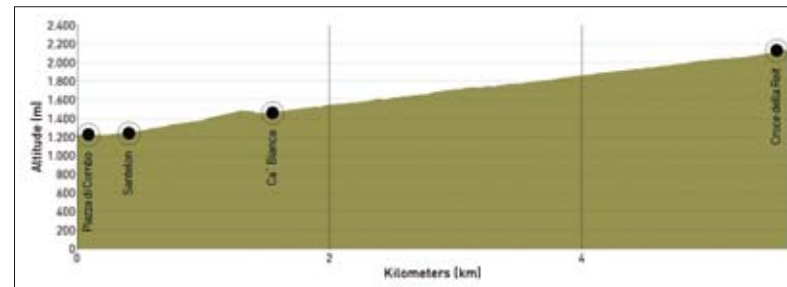
CROCE DELLA REIT

Piazza di Combo - Santelon - Cà Bianca - Croce della Reit

Dalla Piazza di Combo si attraversa il Ponte di Combo, si sale lungo la Ripa Guardia Nazionale, via Castello e si imbecca il sent. S532 sino a raggiungere il sent. S533 della Pedemontana della Reit. Svoltando a sinistra per 200 m si vede il tracciato che raggiunge la Croce della Reit. La passeggiata, sebbene molto ripida in alcuni tratti, si svolge su un sentiero ben tracciato, caratterizzato da numerosi tornanti numerati, all'interno di un bosco di abeti e larici, pino silvestre e mughi in quota. Il panorama che si può godere dalla croce abbraccia tutta la vallata e si estende dalla Valfurva alla Valdidentro, passando per la Valdisotto. Subito sopra, finita la vegetazione, si erge maestosa la parete dolomitica del monte Reit su cui è facile scorgere gruppi di ungulati. La discesa può essere effettuata sullo stesso percorso dell'andata oppure in direzione di Uzza e Pramezzano.



From Piazza di Combo cross the Combo bridge, proceed along the Ripa Guardia Nazionale and via Castello and take path S532 until you reach path S533 for Pedemontana della Reit. Keeping left for 200 metres, you see the track that leads to the Cross of Reit. The walk, although very steep in places, is on a well-trodden path with numerous numbered bends through a forest of fir and larch, Scots pines and mountain pines as you ascend. The view from the Cross encompasses the whole valley and extends from the Valfurva to Valdidentro. Immediately above, past the tree line, is the majestic Dolomite stone wall of Monte Reit, where herds of deer, ibex, etc. can often be seen. Descent is possible via the same path or via Uzza and Pramezzano.



Partenza / Start **Piazza di Combo**
 Arrivo / Finish **Croce della Reit**

Lunghezza
Length

5,9 km

Durata
Time

2 h 47 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude

2125 m

Quota min.
Min altitude

1220 m

Dislivello
Height difference

905 m

Dislivello salita
Elevation gain

905 m

Dislivello discesa
Elevation drop

0 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent

29%

Pend. max. discesa
Max grad. descent

0%



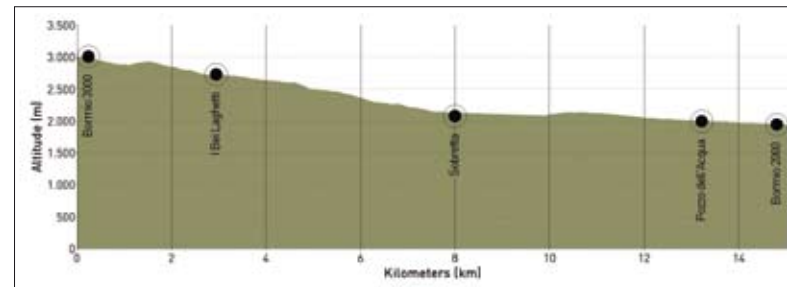
GIRO DEL VALLECETTA

Bormio - Funivia Bormio 3000 - I Bei laghetti - Sobretta - Pozzo dell'Acqua - Bormio 2000 - Bormio

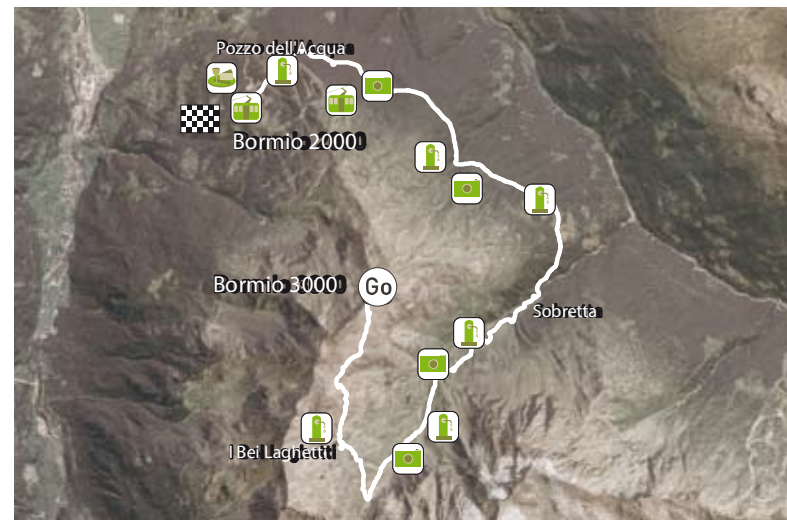
Da Bormio si prende la funivia per Bormio 2000 e poi per Bormio 3000 (informarsi sull'apertura presso gli uffici turistici). Il percorso (molto tecnico per biker) parte in direzione ovest sul sent. S541 e scende in località Bei Laghetti e poi Bocca di Profa. Inizialmente la traccia è ampia ma a tratti si cammina su grossi sassi. Ai Bei Laghetti la traccia diventa più stretta, ma con fondo meno sconnesso. Qui è possibile sostare e osservare le montagne circostanti e l'azzurro splendente dei laghetti (in tutto una decina) dovuto alla sedimentazione. Alla Bocca di Profa si prende il sent. S518 a tratti ripido, a sinistra, sino a raggiungere la strada sterrata ai Monti di Sobretta. Proseguendo sul sent. S543.2 si arriva facilmente alla località Bormio 2000, passando per Pozzo dell'Acqua e Fontanalonga. La strada è sterrata e carrozzabile, caratterizzata da irrilevanti saliscendi.



From Bormio take the cable car up first to Bormio 2000 then to Bormio 3000 (opening times available from Tourist Offices). The path (very technically demanding for bikers) starts in a westerly direction on path S541 then descends to Bei Laghetti and Bocca di Profa. Initially the track is wide but at times crosses large rocks. At Bei Laghetti the track becomes narrower but less bumpy. Here you can observe the surrounding mountains and the bright blue of the small lakes (around a dozen) formed by sedimentation. At Bocca di Profa take path S518 to the left, which has some steep stretches, until you reach the dirt road to Monti di Sobretta. Continuing on path S543.2 you easily reach Bormio 2000 via Pozzo dell'Acqua and Fontanalonga. The road is both unpaved and paved, with slight ups and downs.



Partenza / Start **Cabinovia Bormio - Bormio 2000**
 Arrivo / Finish **Bormio**



Lunghezza
Length
15,4 km

Durata
Time
4 h 15 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude
3000 m

Quota min.
Min altitude
1940 m

Dislivello
Height difference
1060 m

Dislivello salita
Elevation gain
188 m

Dislivello discesa
Elevation drop
1249 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
7 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
17 %



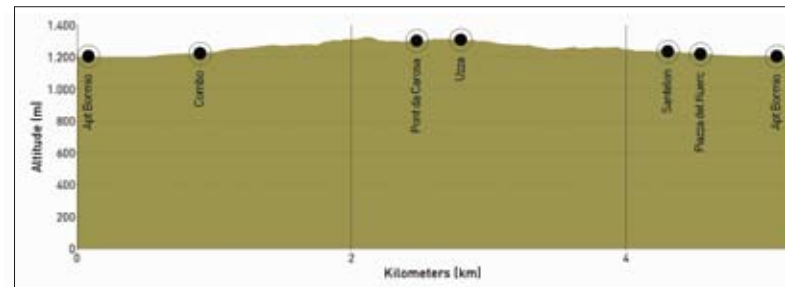
PASSEGGIATA DELLE 4 CHIESE

Ufficio turistico Bormio - Combo - Pont da Carosa -
Uzza - Santelon - Piazza del Kuerc - Ufficio turistico Bormio

È una passeggiata facile, ricca di contrasti e di storia, alle porte della fresca e verdeggiante Valfurva. Partendo dall'Ufficio turistico di Bormio, si raggiunge il ponte dell'Eden e si imbecca la pista ciclabile che costeggia il fiume Frodolfo. In Piazza di Combo è possibile ammirare la Chiesa del Santo Crocifisso e, a seguire, la Chiesa Beata Vergine del Sassello. Si imbecca il sent. S540.2 che porta all'abitato di Uzza in Valfurva dove è possibile visitare la Chiesa di San Rocco. Il tracciato prosegue sulla strada provinciale passando di fronte alla Chiesa della Madonnina della Misericordia e continua sul sent. S540.1 fino a raggiungere la Chiesa parrocchiale di Bormio intitolata ai SS. Gervasio e Protasio.

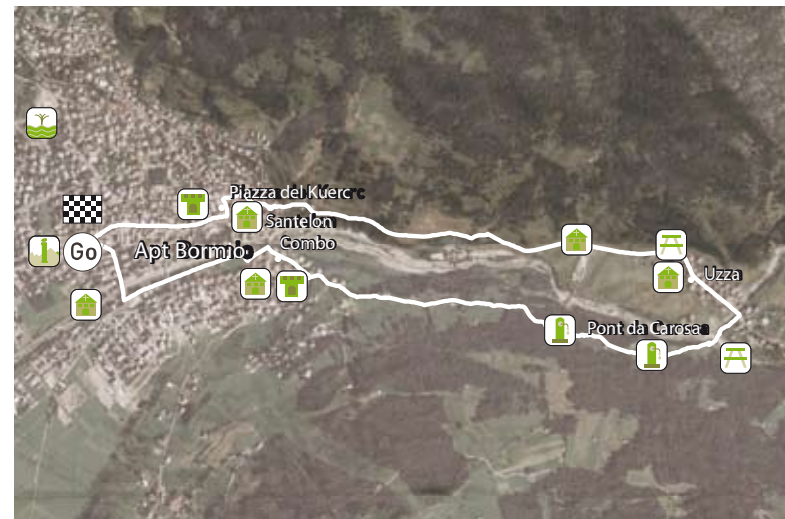


This is an easy walk, full of contrasts and history, to the mouth of the fresh, green Valfurva. Starting from Bormio Tourist Office, you reach the Eden bridge and take the bike trail that runs along the Frodolfo River. In Piazza di Combo you can admire the Church of the Holy Crucifix and the Church of the Blessed Virgin of Sassello. Take path S540.2 to the village of Uzza in Valfurva where you can visit the Church of San Rocco. The trail continues on the road past the Church of the Little Virgin of Mercy and then on path S540.1 until you reach the parish church of Bormio dedicated to the saints Gervasio and Protasio.



Partenza / Start Ufficio turistico Bormio

Arrivo / Finish Ufficio turistico Bormio



Lunghezza
Length
5,2 km

Durata
Time
1 h 30 min.

Difficoltà
Difficulty

Quota max.
Max altitude
1313 m

Quota min.
Min altitude
1200 m

Dislivello
Height difference
113 m

Dislivello salita
Elevation gain
113 m

Dislivello discesa
Elevation drop
113 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
5 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
6 %

PEDEMONTANA DELLA REIT

Pravasivo - Cà Bianca - Giardin - Teregua

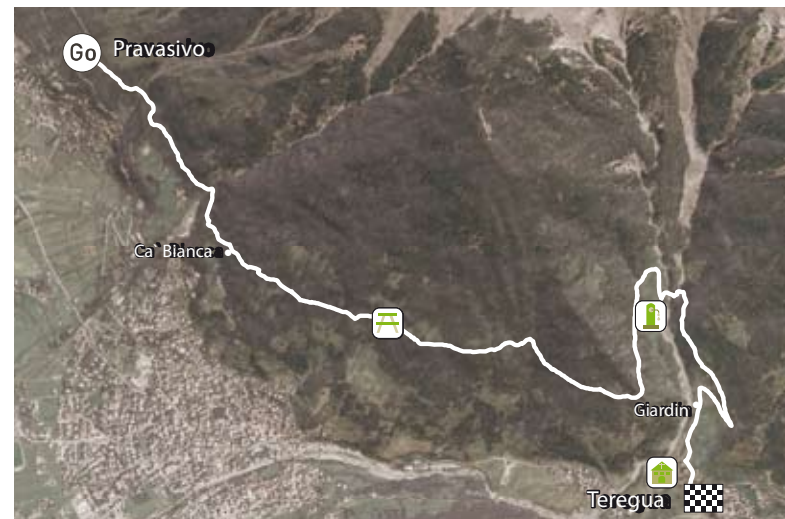
Il percorso si snoda in un bel bosco di larici (da cui l'etimologia del monte Lareit, lariceto). Lasciata l'automobile in località Pravasivo (raggiungibile anche con i mezzi pubblici), lungo la strada statale dello Stelvio, 1 km prima dei Bagni Vecchi di Bormio, si prende il sent. S533. È un percorso caratterizzato da brevi saliscendi e lungo tutto il cammino sono offerte numerose deviazioni che consentono sia di tornare in paese che di proseguire verso diverse mete. Il sentiero attraversa orizzontalmente il monte Reit e conduce sino alla Casina Bassa, luogo di monticazione primaverile di bovini da latte. Da qui si continua sul sent. S511 e poi sul S531 fino ad arrivare in località Teregua a Valfurva. Per il rientro è possibile accedere ai servizi di trasporto pubblico o percorrere il sentiero ciclopedonale Frodolfo.



The path winds through a beautiful forest of larch trees (hence the name of Monte Lareit, larch woods). Leave your car in Pravasivo (also reachable using public transit) along the main Stelvio road, one kilometre before the Bagni Vecchi di Bormio, and take path S533. The path is characterised by short ups and downs and all along the way there are numerous other paths leading off back to the village or continuing towards other destinations. The trail traverses Monte Reit and leads up to Casina Bassa, where dairy cattle are led up in spring to graze. From here continue on paths S511 then S531 until you reach the village of Teregua in Valfurva. You can return using public transit or by following the trail/bike path Frodolfo.



Partenza / Start **Pravasivo**
 Arrivo / Finish **Teregua**



Lunghezza
 Length
6,7 km

Durata
 Time
1 h 51 min.

Difficoltà
 Difficulty



Quota max.
 Max altitude
1565 m

Quota min.
 Min altitude
1352 m

Dislivello
 Height difference
213 m

Dislivello salita
 Elevation gain
226 m

Dislivello discesa
 Elevation drop
268 m

Pend. max. salita
 Max grad. ascent
7 %

Pend. max. discesa
 Max grad. descent
11 %



MONTI DI SOBRETТА

Bormio - Funivia Bormio 2000 - La Rocca - Sobretta - Calvarana - Campolungo - Feleit - Bormio

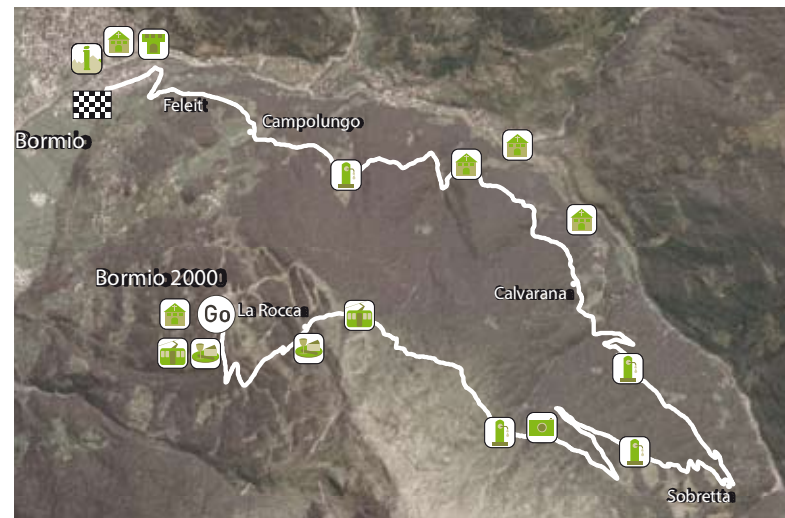
Da Bormio si prende la funivia fino a Bormio 2000 dove è possibile imboccare i sent. S543 e poi S543.1 che attraversano le piste da sci e portano in località La Rocca. In questa zona sono presenti alcuni ristori dove è possibile sostare ammirando l'imponente scenario alpino circostante e degustare i piatti dell'ottima cucina locale. Si prosegue in quota lungo il sent. S542 che porta a Sobrettina e in discesa lungo i sent. S543 - S543.2 - S518 - S522 fino ai monti di Sobretta di Sotto. Da qui il tracciato diventa prevalentemente pianeggiante con dei tratti di discesa e brevi salite. Ci si immerge in un folto bosco di Abete Rosso con incantevoli aperture panoramiche sulla Valfurva. Si oltrepassano le località Calvarana, Le Poce e Campolungo e, a destra, si imbecca un ripido tracciato, sent. S540, che porta prima a Feleit e poi Bormio



From Bormio take the cable car up to Bormio 2000 where you can take path S543 then S543.1 across the ski slopes to La Rocca. There are some refuges where you can stop and admire the impressive mountain scenery and sample the excellent local cuisine. Continue upwards along path S542 to Sobrettina and descend along paths S543 - S543.2 - S518 - S522 to Monti di Sobretta di Sotto. From here, the trail becomes mostly flat with some short climbs and downhill stretches. There is a thick forest of red spruce with beautiful panoramic views of Valfurva. After passing the areas of Calvarana, Le Poce and Campolungo, take a steep track on the right, path S540, which leads first to Feleit and then to Bormio.



Partenza / Start **Cabinovia Bormio - Bormio 2000**
 Arrivo / Finish **Ski Stadium Bormio**



Lunghezza
Length
19,8 km

Durata
Time
5 h 52 min.

Difficoltà
Difficulty

Quota max.
Max altitude
2300 m

Quota min.
Min altitude
1200 m

Dislivello
Height difference
1100 m

Dislivello salita
Elevation gain
508 m

Dislivello discesa
Elevation drop
1236 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
14 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
17 %

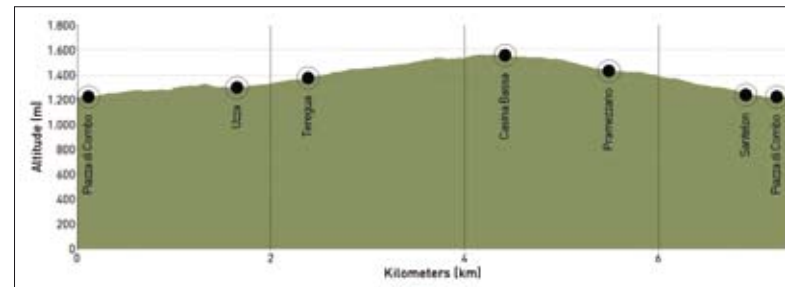
VAL D'UZZA

Piazza di Combo - Uzza - Teregua - Casina Bassa - Pramezzano - Santelon - Bormio

Si parte dalla Chiesa del Santo Crocifisso in piazza di Combo a Bormio, si prosegue verso la Chiesa Beata Vergine del Sassello dove inizia il sent. S540.2 che porta a Uzza, in Valfurva. È possibile raggiungere Uzza anche da via Anglar con la ciclopedonale Frodolfo. Attraversato il Pont da Carosa, c'è una ripida salita che porta sulla strada statale che attraversa la Valfurva. Dopo qualche metro, sulla sinistra, si continua sulla strada asfaltata che collega Teregua all'imbocco della strada militare dell'Ables. Da qui, il percorso continua sul sent. S511 che porta inizialmente in località Casina Bassa, dove è situato un piccolo edificio rurale. In primavera ed estate in questa zona è possibile avvistare qualche bovino da latte al pascolo. Raggiunta la località Pramezzano si prosegue verso Santelon, dove è possibile visitare i ruderi del Castello di Bormio e la "Gesà rota". Da qui si scende verso Bormio e la Piazza di Combo.



Start from the Church of the Holy Crucifix in Piazza di Combo in Bormio and continue towards the Church of the Blessed Virgin of Sassello and path S540.2, which leads to Uzza in Valfurva (it is also possible to reach Uzza from Via Anglar using the the trail/bike path Frodolfo). After crossing the Pont da Carosa, there is a steep slope leading over the road that crosses the Valfurva. After a few metres on the left continue along the paved road that connects Teregua to the start of the Ables military road. From here, continue on path S511 that initially leads to Casina Bassa, where there is a small rural building. In spring and summer dairy cattle can be seen grazing here. At Pramezzano, continue to Santelon, where you can visit the ruins of Bormio castle and the "Gesà rota". From here, descend towards Bormio and Piazza di Combo.



Partenza / Start **Piazza di Combo**
 Arrivo / Finish **Piazza di Combo**

Lunghezza
Length
7,5 km

Durata
Time
2 h 23 min.

Difficoltà
Difficulty ●

Quota max.
Max altitude
1564 m

Quota min.
Min altitude
1220 m

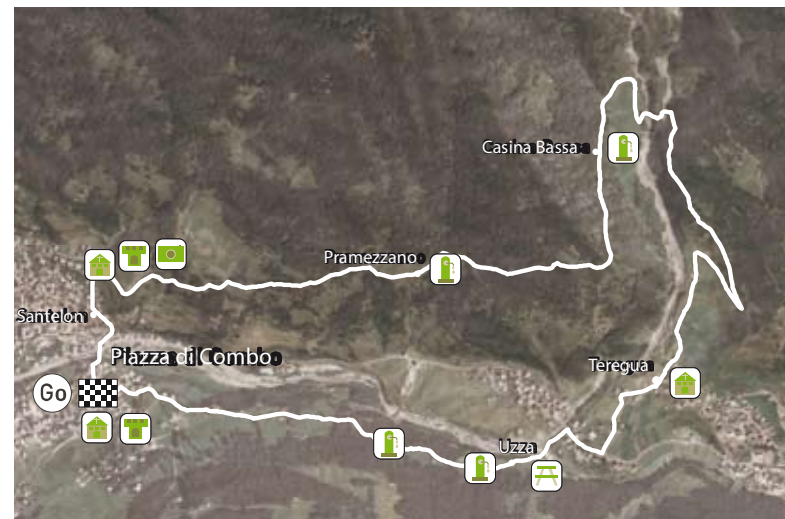
Dislivello
Height difference
344 m

Dislivello salita
Elevation gain
344 m

Dislivello discesa
Elevation drop
344 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
11 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
10 %



AL FORTE DI OGA

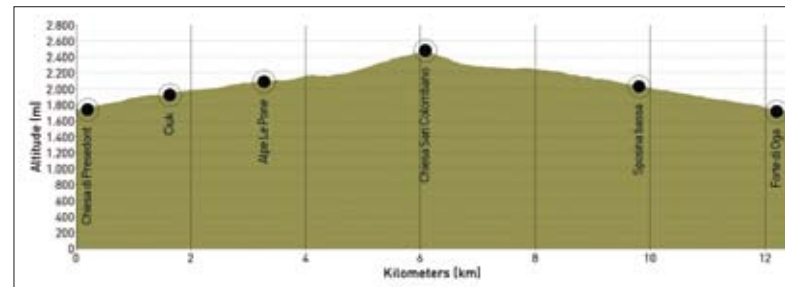
Presedont - Ciuk - Alpe Le Pone - Chiesa e Malga S. Colombano - Sposina Bassa - Forte di Oga

Dalla Chiesetta di Presedont (raggiungibile a piedi da Isolaccia in ca. 1: 30 o dal parcheggio di Plan de li Astela) si sale lungo i sent. N286 e N286.1 fino in località Ciuk. Si prosegue sul sent. N209 fino all'Alpe le Pone e sul sent N285 fino all'Alpe Prei. Il sentiero continua a guadagnare quota, con una spettacolare vista sul versante settentrionale della Cima Piazzì, fino a raggiungere la sella di San Colombano nei pressi dell'omonima chiesetta.

Qui inizia la discesa lungo i sent. N280 - N208 che intersecano le piste da sci del versante di Oga, passano a fianco della Malga di San Colombano e, più a valle, delle baite della Sposina Bassa fino ad arrivare al Forte di Oga dove è possibile sostare per una visita.



From the small church of Presedont (reachable on foot from Isolaccia in around 1:30, or from the parking area of Plan de li Astela) climb up path N286 and N286.1 to Ciuk. Continue on path N209 up to Alpe le Pone and then on path N285 up to Alpe Prei. The trail continues to gain height, with spectacular views of the northern slopes of Cima Piazzì, until you reach the Pass of San Colombano near the small church of the same name. Here the descent begins along trails N280 - N208 which intersect with the ski pistes on the Oga slope, passing the Malga di San Colombano and, further downhill, the huts at Sposina Bassa until you reach the Oga Fortress, which it is possible to visit.



Partenza / Start **Chiesa di Presedont**
 Arrivo / Finish **Forte di Oga**

Lunghezza
Length
12,7 km

Durata
Time
4 h 25 min.

Difficoltà
Difficulty 

Quota max.
Max altitude
2464 m

Quota min.
Min altitude
1715 m

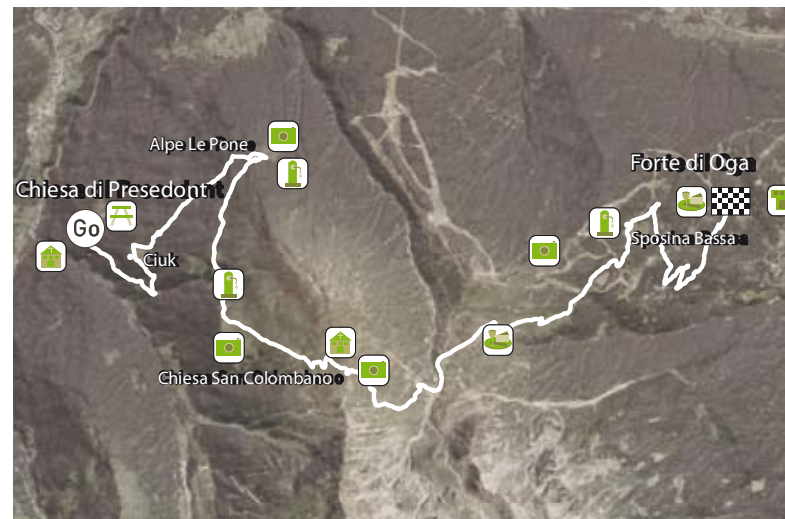
Dislivello
Height difference
749 m

Dislivello salita
Elevation gain
732 m

Dislivello discesa
Elevation drop
755 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
17 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
18 %



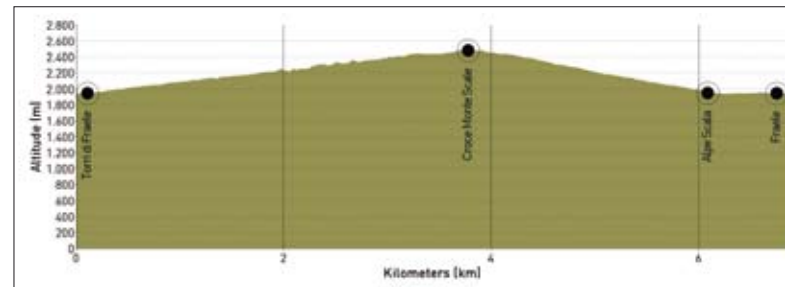
ANELLO DEL MONTE SCALE

Torri di Fraele - Croce Monte Scale - Alpe Scala - Fraele

Dalle Torri di Fraele si risale la mulattiera militare N197.1 in un fitto bosco di pini mughi sino a raggiungere una spalla ai piedi di una parete rocciosa. La si taglia in piano seguendo una cengia e poi si risale tra rocce, canali e ghiaioni lungo il sentiero. Con un ultimo tornante si giunge al piazzale su cui si affaccia la Caserma del Monte Scale. Dall'interno della Caserma, una galleria con due polveriere a capanna consente di oltrepassare la sella e sbucare nel versante opposto della montagna. Attraverso un sentiero piuttosto stretto si raggiunge la Croce del Monte Scale che offre un'ottima vista panoramica su tutto il Bormiese. Il ritorno è previsto lungo il fianco settentrionale del Monte Scale lungo il sent. N197. Inizialmente il tracciato attraversa magri pascoli e poi penetra in un fittissimo bosco di mughi sino ad arrivare alla Casina del Lago, oggi ricovero privato per pescatori sul tranquillo Lago delle Scale. Costeggiando il lago si torna al punto di partenza.



From the Torri di Fraele climb military track N197.1 through a dense pine forest until you reach a shoulder at the foot of a rocky wall. Follow a ledge then climb up through rocks, gullies and screes along the trail. The final bend brings you to the clearing where the Monte Scale barracks stands. From inside the barracks, a gallery with two powder magazines allows you to cross under the pass and come out on the opposite side of the mountain. A narrow trail brings you to the Cross of Monte Scale with excellent views over the Bormio area. Return via the northern side of Monte Scale along path N197. Initially the track leads through thin pastures then enters a dense forest of pines until you reach the Casina del Lago, today a private shelter for fishermen on the quiet Lago delle Scale. Walk around the lake to return to your starting point.



Partenza / Start **Torri di Fraele**
 Arrivo / Finish **Fraele**



Lunghezza
 Length
7,3 km

Durata
 Time
2 h 49 min.

Difficoltà
 Difficulty 

Quota max.
 Max altitude
2479 m

Quota min.
 Min altitude
1940 m

Dislivello
 Height difference
539 m

Dislivello salita
 Elevation gain
548 m

Dislivello discesa
 Elevation drop
548 m

Pend. max. salita
 Max grad. ascent
34 %

Pend. max. discesa
 Max grad. descent
22 %

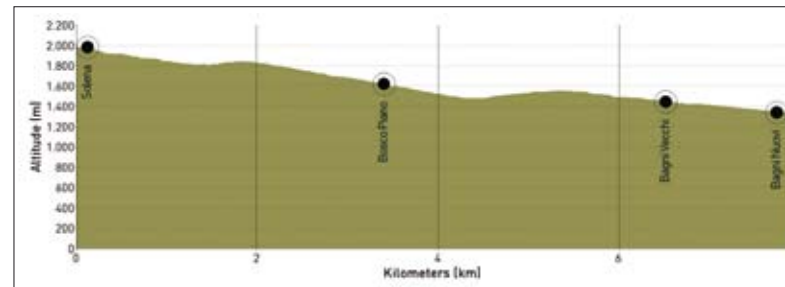
BOSCOPIANO

Solena - Boscopiano - Bagni Vecchi - Bagni Nuovi

Dall'area pic-nic e parcheggio situato dopo il ristoro a Alpe Solena, si segue il sent. N184 in discesa ma sempre agevole con alcuni tornanti. Qui, una targa ricorda gli Alpini che tra le due guerre resero carrozzabile questo tracciato. Valicato il ponte di Solena, ci si sposta sull'altro versante della montagna, si attraversa un lungo tratto sotto le ciclopiche pareti delle Corne del Palone e dopo qualche tornante nel bosco si giunge alla Malga di Boscopiano. Si valica il torrente Braulio nei pressi delle Bocche d'Adda, ove un tempo da una strettissima forra usciva spumeggiante l'Adda (oggi parte delle acque sono prelevate da A2A per la produzione di energia elettrica). Si prosegue sul sentiero sino a raggiungere la SS dello Stelvio e i Bagni Vecchi, dove è possibile una sosta in completo relax immersi nelle acque termali di Bormio. Superato il Parco dei Bagni, l'escursione termina nei pressi del Grand Hotel e stabilimento termale dei Bagni Nuovi (ideale utilizzo mezzi pubblici).



From the picnic area and parking area after the refuge in Alpe Solena, follow path N184 downhill, an easy route with some bends. Here, a plaque commemorates the Alpini troops who, between the two World Wars, opened this path to traffic. After crossing the bridge of Solena, you head for the other side of the mountain, crossing a long stretch under the huge walls of the Corne del Palone and, after a few bends in the woods, the path reaches the Malga di Boscopiano. It crosses the Braulio stream near Bocche d'Adda, where the River Adda once burst from a very narrow gorge (now part of the water is taken by A2A for electricity production). Continue on the trail until you reach the Stelvio highway and Bagni Vecchi, where you can stop and relax in the thermal waters of Bormio. After the Parco dei Bagni the tour ends near the Grand Hotel Bagni Nuovi with its thermal baths (ideally use public transit).



Partenza / Start **Solena**
 Arrivo / Finish **Bagni Nuovi**



Lunghezza
Length

8,1 km

Durata
Time

2 h 28 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude

1980 m

Quota min.
Min altitude

1338 m

Dislivello
Height difference

642 m

Dislivello salita
Elevation gain

90 m

Dislivello discesa
Elevation drop

732 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent

8 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent

19 %

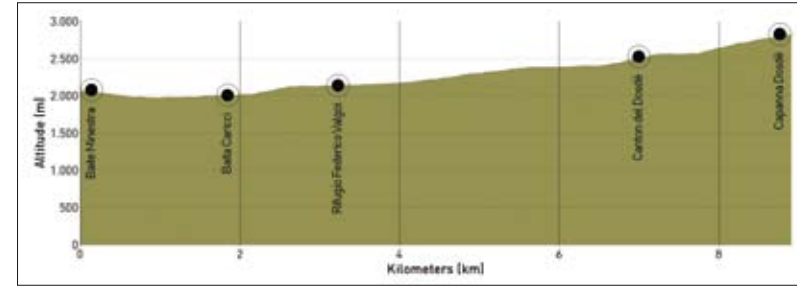
CAPANNA DOSDÈ

Baite Minestra - Baita Caricc - Rifugio Federico - Val Cantone - Canton del Dosdè - Capanna Dosdè

Dal parcheggio di Altumeira si ritorna verso Arnoga per circa 200 m e, al bivio, si imbecca la strada che scende a valle verso le Baite Minestra. Il percorso si collega con il tracciato N293, diviene pianeggiante e prosegue verso ovest per un buon tratto, costeggiando il torrente Viola fino all'agriturismo Baita Caricc. Da qui un ponte permette l'attraversamento del corso d'acqua. Si sale verso destra e a zig-zag su un ripido pendio cespuglioso, dove si gode una vista vertiginosa su una profonda forra scavata dal torrente Viola. In cima al dosso si oltrepassa un pianoro fino a raggiungere il Rifugio Federico in Dosdè. Proseguendo su un tratturo tra magri pascoli ci si addentra nella valle. A quota 2200 m si è a un bivio con il ramo di sinistra che porta al Bivacco Caldarini. Si prosegue invece verso destra, lungo i sent. N208 - N292 che attraversano la Val Cantone di Dosdè, sino a raggiungere il Passo e la Capanna Dosdè. La vista sui ghiacciai circostanti è grandiosa.



From the parking area of Altumeira you head towards Arnoga for about 200 metres then at the fork take the road downhill to the Baite Minestra. The path connects with path N293, becomes flat and continues west for some distance along the Viola stream to the Baita Caricc refuge. From here a bridge crosses the river. Zigzag steeply up to the right on a bushy slope with breathtaking views over a deep gorge carved by the Viola. At the top you cross a plateau until the Federico Refuge in Dosdè. Continue on a track through thin pastures and enter the valley. At 2200 metres there is a fork: the left branch leads to the Caldarini bivouac. Instead continue right along trails N208 - N292 crossing Val Cantone di Dosdè until the Pass and the Dosdè Hut. There are magnificent views of the surrounding glaciers.



Partenza / Start **Baite Minestra**
 Arrivo / Finish **Capanna Dosdè**



Lunghezza
Length

9,1 km

Durata
Time

3 h 19 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude

2821 m

Quota min.
Min altitude

1976 m

Dislivello
Height difference

845 m

Dislivello salita
Elevation gain

849 m

Dislivello discesa
Elevation drop

95 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent

19 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent

11 %

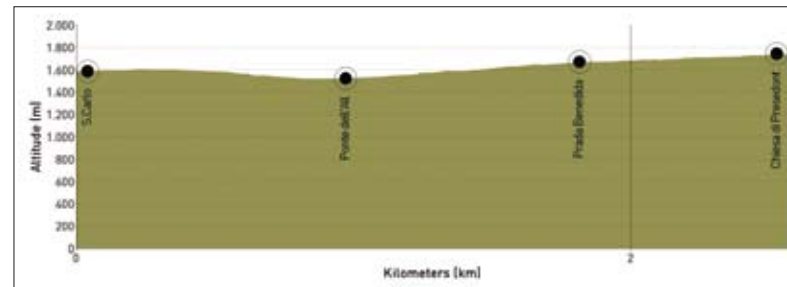
CHIESA DI PRESEDONT

San Carlo - Ponte dell'All - Prada Benedida - Chiesa di Presedont

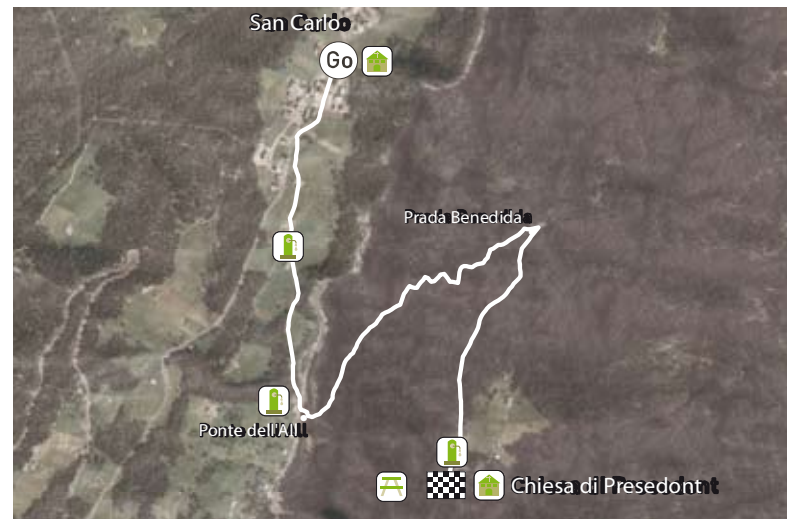
Dalla Chiesa di San Carlo si prosegue per 200 m sulla strada statale di Livigno e si scende a sinistra sul sent. N209 fino al Ponte dell'All. La discesa è piuttosto ripida ma in poco tempo si raggiunge il fondovalle. Il territorio è ora pianeggiante e comodi percorsi costeggiano il torrente Viola, permettendo a tutti agevoli passeggiate in un contesto naturale, molto silenzioso e isolato dal traffico, con gruppi di baite tipiche. Quest'area era anticamente caratterizzata da attività produttive, con la presenza di uno dei più antichi forni del ferro di cui ci sia testimonianza. Il percorso attraversa il ponte sul torrente Viola e prosegue lungo la strada sterrata che sale a tornanti, immersa nel bosco. Una volta giunti al bivio con la strada che proviene da Isolaccia, in località Prada Benedida, si svolta a destra sul sent. N286 e, in pochi minuti, si raggiunge la caratteristica Chiesetta di Presedont.



From the church of San Carlo continue 200 metres on the main Livigno road then take a left down path N209 to the Ponte dell'All. The descent is quite steep but you soon reach the valley floor. The terrain is now flat and undemanding paths run along the Viola stream for easy walks through a natural setting, very quiet and isolated from the traffic, dotted with groups of typical mountain huts. This area was once home to production activities, with evidence of one of the oldest known ironworking furnaces. The path crosses the bridge over the Viola stream and the dirt road continues up via hairpin bends through the woods. When you reach the junction with the road from Isolaccia, in Prada Benedida, turn right onto path N286 and, in a few minutes, you reach the attractive small church of Presedont.



Partenza / Start **San Carlo**
 Arrivo / Finish **Chiesa di Presedont**



Lunghezza
Length
2,6 km

Durata
Time
57 min.

Difficoltà
Difficulty

Quota max.
Max altitude
1742 m

Quota min.
Min altitude
1520 m

Dislivello
Height difference
222 m

Dislivello salita
Elevation gain
240 m

Dislivello discesa
Elevation drop
83 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
13 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
7 %



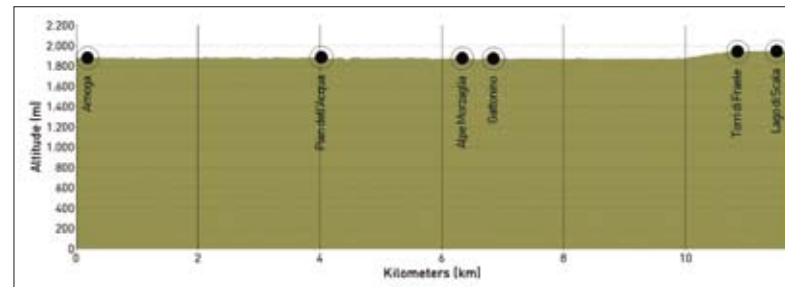
DECAUVILLE

Arnoga - Pian dell'Acqua - Alpe Morzaglia - Gattonino - Torri di Fraele - Lago delle Scale

Da Arnoga si imbecca verso est il sent. N195 e, dopo un primo tratto, dove si può ammirare un bel panorama sulla Cima Piazzzi, si entra nel Bosco della Breitina. Si raggiunge la Valle del Foscagno e si supera il corso d'acqua. Continuando lungo il tracciato principale, si esce dal bosco, si supera l'Alpe Morzaglia e si arriva all'Alpe Gattonino. Qui vi è un importante quadrivio con la segnalazione delle diverse destinazioni. Il percorso prosegue diritto verso il massiccio roccioso delle Cime di Plator. Si attraversa il bosco di Sant'Antonio e si raggiunge il bivio e un'ampia strada asfaltata che sale a Cancano. A questo punto si sono percorsi già 10 chilometri, tutti in piano, utilizzati anche dai maratoneti per gli allenamenti in quota. Risalendo la strada per un paio di tornanti e oltrepassate due gallerie, si è alla sella delle Torri di Fraele. Di là si continua, in un ambiente quanto mai pittoresco, per il Lago delle Scale e le dighe di Cancano.



From Arnoga take path N195 east and, after the first stretch where you can admire beautiful views of Cima Piazzzi, you enter the Forest of Breitina. Reaching the Foscagno Valley, cross the river and continue along the main path, past the Alpe Morzaglia and on to the Alpe Gattonino. Here there is a major crossroads with different destinations indicated. The path continues straight on towards the rocky massif of Cime di Plator. Cross the forest of San Antonio to reach a fork with a wide paved road that leads up to Cancano. At this point you have already completed 10 km, all on the flat, a stretch that is also used for altitude training by long-distance runners. Continue up the road for a couple of turns: after two tunnels you reach the saddle of the Torri di Fraele. From there continue through an equally beautiful environment towards the Lago delle Scale and the Cancano dams.



Partenza / Start **Arnoga**
 Arrivo / Finish **Lago di Scala**



Lunghezza
 Length
11,8 km

Durata
 Time
3 h 9 min.

Difficoltà
 Difficulty

Quota max.
 Max altitude
1940 m

Quota min.
 Min altitude
1866 m

Dislivello
 Height difference
74 m

Dislivello salita
 Elevation gain
134 m

Dislivello discesa
 Elevation drop
69 m

Pend. max. salita
 Max grad. ascent
6%

Pend. max. discesa
 Max grad. descent
6%

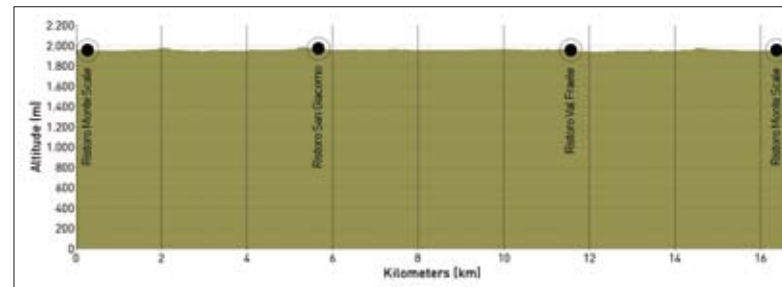
GIRO DEI LAGHI DI CANCANO

Ristoro Monte Scale - Ristoro San Giacomo -
Ristoro Val Fraele - Ristoro Monte Scale

Il percorso, immerso nello splendore del Parco Nazionale dello Stelvio, è ideale per una giornata a piedi o in MTB con tutta la famiglia. Non prevede difficoltà ed è caratterizzato da punti di ristoro e aree attrezzate. Si parte nei pressi del Ristoro Monte Scale lungo la strada sterrata N199 e, su un percorso con pochi dislivelli, si costeggiano le dighe di Cancano e San Giacomo e del canale Viola, mentre la seconda risale al 1940 ma si concluse nel 1950 a causa degli eventi bellici. È alimentata dal canale dello Spöl, i torrenti Alpe, Gavia, Frodolfo, Zebrù, Braulio, Forcola e parte del fiume Adda. L'itinerario prevede la circonvallazione completa della diga di San Giacomo, l'attraversamento della diga e il ritorno al punto di partenza. In estate e in alcune fasce orarie la strada è chiusa al traffico e questo permette di assaporare la pace e la tranquillità della zona.



The path is surrounded by the splendours of the Stelvio National Park and is ideal for a day out walking or mountain biking with all the family. It starts near the Monte Scale Refuge along dirt track N199 and continues more or less flat past the dams of Cancano and San Giacomo di Fraele. The former was built between 1953 and 1956: it collects the excess waters from the San Giacomo dam and the Viola canal. It is fed by the Spöl canal as well as the streams of the Alpe, Gavia, Frodolfo, Zebrù, Braulio, Forcola and part of the River Adda. The tour includes a complete circuit of the San Giacomo dam, crossing the dam and returning to the starting point. In summer and at certain times of the day the road is closed to traffic, allowing you to enjoy the peace and tranquillity of the area.



Partenza / Start **Ristoro Monte Scale**
Arrivo / Finish **Ristoro Monte Scale**



Lunghezza
Length
16,8 km

Durata
Time
4 h 27 min.

Difficoltà
Difficulty

Quota max.
Max altitude
1975 m

Quota min.
Min altitude
1940 m

Dislivello
Height difference
35 m

Dislivello salita
Elevation gain
121 m

Dislivello discesa
Elevation drop
121 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
5 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
5 %

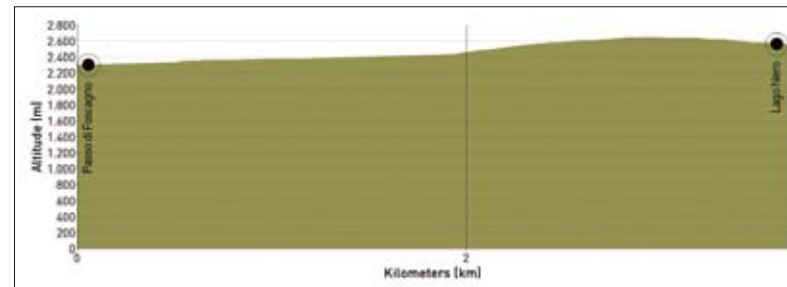
LAGO NERO

Passo di Foscagno - Lago Nero

Dal Passo di Foscagno si imbecca verso nord il sent. N130 che si alza gradualmente sul fianco occidentale del Monte Rocca. Passando dal bivio con la strada di servizio che proviene da valle si continua a zigzag sino alla sella a quota 2645 m. Qui si continua verso sud est raggiungendo in breve il sottostante Lago Nero, piuttosto profondo, uno dei tanti specchi d'acqua della zona sconosciuti alla maggior parte degli escursionisti. Da qui c'è la possibilità di continuare verso la Malga Trela, i laghi di Cancano o Sant'Antonio di Scianno. Lungo il tracciato, poco frequentato, è possibile incontrare qualche timido camoscio al pascolo.



From the Foscagno Pass take path N130 northwards, gradually climbing the western side of Monte Rocca. After the junction with the service road that leads up from the valley, the trail zigzags up to the saddle at an altitude of 2645 m. From here continue southeast, quickly reaching the Lago Nero below: the lake is quite deep and one of the many in the area that are unknown to most hikers. From here you can continue towards the Malga Trela, the Cancano Lakes or to San Antonio di Scianno. The trail is little used and you may encounter shy chamois grazing.



Partenza / Start **Passo di Foscagno**

Arrivo / Finish **Lago Nero**



Lunghezza
Length

3,8 km

Durata
Time

1 h 21 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude

2642 m

Quota min.
Min altitude

2298 m

Dislivello
Height difference

344 m

Dislivello salita
Elevation gain

343 m

Dislivello discesa
Elevation drop

82 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent

21 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent

6 %

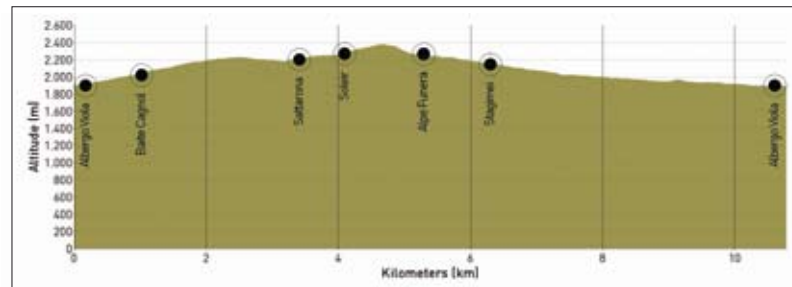
PANORAMICA SULLA VAL VIOLA

Albergo Viola - Baite Cagnol - Sattarona - Soleir - Funera - Stagimei - Arnoga

Di fronte all'albergo Viola, in località Arnoga di Valdidentro, si imbecca il sent. N148 che, dopo due tornanti in salita giunge alle Baite Cagnol, un insediamento rurale tipico. Il percorso prosegue in salita, inizialmente nel bosco e poi lungo i pascoli ed offre un'ottima vista panoramica sulle montagne circostanti: il San Colombano, la Cima Piazzzi, il Corno Sinigaglia, il Corno Dosedè e la Cima Viola. Al bivio, in località Soleir, si sale verso monte lungo un tratturo non segnalato che porta nei pressi della località Sattarona, dove si gode una vista vertiginosa sulla vallata e verso la Val Verva. Da qui si prosegue lungo il sent. N128 che passa da Stagimei e si inizia a scendere attraverso pascoli e prati. Il ritorno è previsto sul sent. N290, la strada carrabile principale per Arnoga, sede del Centro Sleddog. Su questo itinerario le guide organizzano e accompagnano d'inverno escursioni con ciaspole.



Opposite the Hotel Viola, in Arnoga in Valdidentro, take path N148 and after two turns uphill you reach Baite Cagnol, a typical rural settlement. The path continues uphill, first through a forest and then through pastures, offering excellent views of the surrounding mountains: San Colombano, Cima Piazzzi, Corno Sinigaglia, Corno Dosedè and Cima Viola. At the crossroads in the village of Soleir, ascend an unmarked sheep track that leads close to the village of Sattarona, where you can enjoy breathtaking views over the valley and towards the Val Verva. From here continue along path N128 via Stagimei and start descending through pastures and meadows. Return on path N290, the main bridleway for Arnoga, the home of the Dog Sledding Centre.



Partenza / Start **Albergo Viola**

Arrivo / Finish **Funera**

Lunghezza

Length

11 km

Durata

Time

3 h 32 min.

Difficoltà

Difficulty



Quota max.

Max altitude

2377 m

Quota min.

Min altitude

1880 m

Dislivello

Height difference

497 m

Dislivello salita

Elevation gain

645 m

Dislivello discesa

Elevation drop

645 m

Pend. max. salita

Max grad. ascent

23 %

Pend. max. discesa

Max grad. descent

31 %



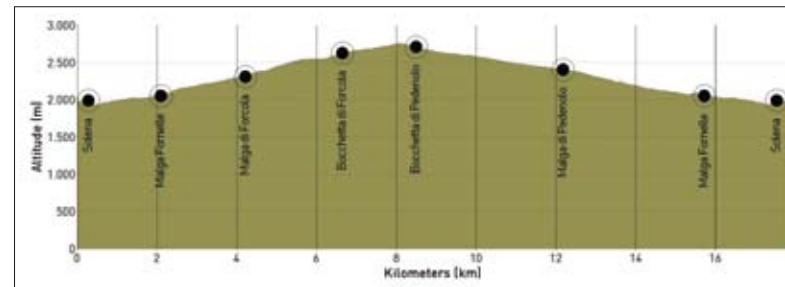
VAL FORCOLA

Solena - Valle Forcola - Malga di Forcola - Bocchetta di Pedenolo - Malga Fornelle - Solena

Dal parcheggio posto dopo l'Alpe Solena si imbecca a sinistra il sent. N145 e ci si addentra nel canyon della Val Forcola. Dopo la Malga Fornelle, al bivio, si continua dritti lungo la Valle Forcola in un ambiente inusuale nelle Retiche, per l'abbondanza di rocce carbonatiche, dominati dalla massa del Monte Sumbraida. Si oltrepassa la Malga Forcola e si arriva ad un bivio. Proseguendo dritto è possibile raggiungere la Bocchetta di Forcola, dove era situata la prima linea italiana durante la Grande Guerra; girando a destra lungo il sent. N146.1 invece si arriva alla Bocchetta di Pedenolo. Il sentiero prosegue in discesa lungo numerosi tornanti sino al Piano di Pedenolo e alla malga omonima. Qui, un'ampia vista sulla piramide del Monte Sumbraida. La mulattiera prosegue scendendo lungo la parete rocciosa con numerosi tornanti e traversi ben costruiti sino a tornare al bivio con la Valle Forcola. Attraverso la strada carrozzabile N145 si torna al punto di partenza.

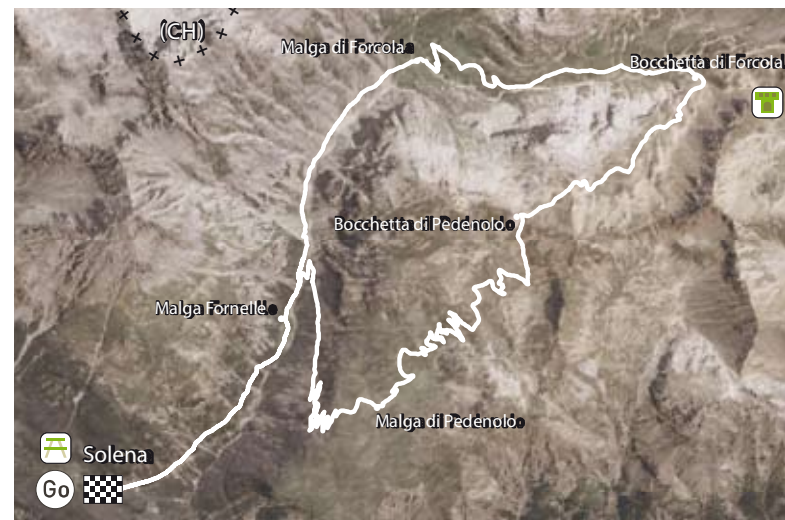


From the parking area after Alpe Solena turn left onto path N145 and go into the canyon formed by the Val Forcola. After the Malga Fornelle, continue straight on at the junction along the Forcola Valley. Once past Malga Forcola you arrive at a junction: go straight on and you reach Bocchetta di Forcola, where the Italian front line was situated during the Great War; turning right along path N146.1 brings you to the Bocchetta Pedenolo. The trail continues downhill along numerous bends until you reach Piano di Pedenolo and the hut of the same name with its views of the pyramid formed by Monte Sumbraida. The mule track continues down along the rocky wall with many bends and solid traverses then back to the junction with the Forcola Valley. Take bridleyway road N145 back to your starting point.



Partenza / Start **Solena**

Arrivo / Finish **Solena**



Lunghezza
Length
18,2 km

Durata
Time
5 h 39 min.

Difficoltà
Difficulty

Quota max.
Max altitude
2753 m

Quota min.
Min altitude
1934 m

Dislivello
Height difference
819 m

Dislivello salita
Elevation gain
891 m

Dislivello discesa
Elevation drop
892 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
16 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
12 %

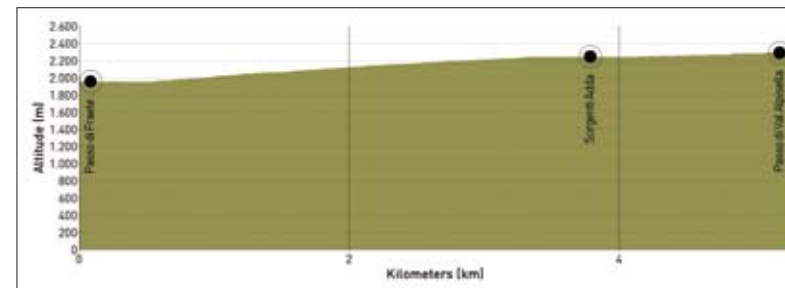
VALLE ALPISSELLA

Passo di Fraele - Sorgenti dell'Adda - Passo di Valle Alpisella

L'escursione inizia dal parcheggio nei pressi della Chiesa di San Giacomo di Fraele a Cancano in Valdidentro (informarsi sul regolamento riguardante la circonvallazione con l'auto dei Laghi di Cancano). Si procede a piedi lungo il sent. N199 sino allo sbocco della Val Alpisella. Qui, a destra, parte la strada carrozzabile N138 che sale a tornanti nel bosco. Ad un certo punto è possibile vedere una lapide che ricorda gli alpini che la resero transitabile. Usciti dal bosco lo sguardo si apre verso est sulla costiera selvaggia della Cima la Casina, fasciata da spettacolari conoidi di detrito e fitti boschi di mughi. Il tracciato, costeggiando le sorgenti del fiume Adda, prosegue a mezza costa sino ai laghetti del valico. Verso nord si alza la severa barriera che collega il Pizzo Augusto con la Bocchetta di Val Bruna. Ormai in ambiente di alta montagna, tra ghiaioni e magri pascoli si tocca il Passo di Val Alpisella. Da qui si può tornare sui propri passi o scendere a Livigno.



The tour starts from the parking area near the Church of San Giacomo di Fraele at Cancano in Valdidentro (inquire about accessing the Cancano Lakes by car). Continue along path N199 until the mouth of the Val Alpisella. Here, on the right, starts bridleway N138 which winds through the forest. There is a plaque commemorating the Alpini soldiers who helped in its construction. Once past the forest, the view opens to the east and the wild slopes of Cima Casina, with its spectacular debris cones and thick forests of mountain pine. The track passes the headwaters of the River Adda and continues up to the lakes of the pass. To the north is the steep barrier connecting Pizzo Augusto with the Bocchetta di Val Bruna. In a high mountain environment, between thin pastures and screes, you come to the Pass of Val Alpisella. From here you can retrace your steps or go down to Livigno.



Partenza / Start **Passo di Fraele**
 Arrivo / Finish **Passo di Val Alpisella**



Lunghezza
Length
5,3 km

Durata
Time
1 h 38 min.

Difficoltà
Difficulty

Quota max.
Max altitude
2286 m

Quota min.
Min altitude
1951 m

Dislivello
Height difference
335 m

Dislivello salita
Elevation gain
336 m

Dislivello discesa
Elevation drop
3 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
11 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
1 %

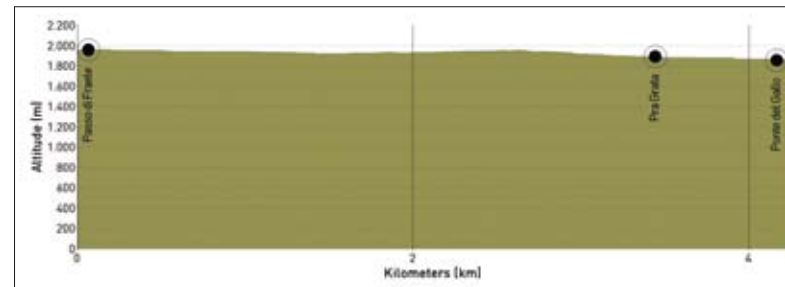
VALLE DEL GALLO

Passo di Fraele - Pra Grata - Ponte del Gallo

L'escursione parte dal parcheggio nei pressi della Chiesa di San Giacomo di Fraele a Cancano in Valdidentro e segue il sent. N199. In pochi passi si è al Passo di Fraele, spartiacque tra il bacino dell'Adda e quello dello Spöl/Inn/Danubio. Il tracciato discende per 1 km, giungendo ad un bivio. Si prosegue a sinistra, si supera la Val Bruna su un ponte per poi divallare al Grasso di Prà Grata. È questo uno dei luoghi più spettacolari della zona, sia per la solitudine del luogo che per la morfologia (vasti fondovalle di ciottoli calcarei che richiamano scenari appenninici, attorno le rupi selvagge e quasi dimenticate della costiera del Piz Murtaröl e del nodo della Cassa del Ferro). Lungo il sent. N182 in breve si è al Ponte del Gallo. In questa zona, parte del Parco Nazionale dello Stelvio, non è raro osservare ungulati al pascolo.



The tour starts from the parking area near the Church of San Giacomo di Fraele at Cancano in Valdidentro and follows path N199. You soon reach Passo di Fraele, the watershed between the basin of the Adda and the Spöl/Inn/Danube rivers. The trail descends for about 1 km, arriving at a fork. Take the left-hand path through the Val Bruna, crossing a bridge and then descending the valley to Grasso di Prà Grata. This is one of the most spectacular spots in the area, both for its solitude and its morphology (a vast valley floor of calcareous pebbles that recall the Apennines, with the steep almost forgotten cliffs of Piz Murtaröl and the node of the Cassa del Ferro). Further along path N182 you soon arrive at Ponte del Gallo. This area forms part of the Stelvio National Park and it is not uncommon to see grazing deer.



Partenza / Start **Passo di Fraele**
 Arrivo / Finish **Ponte del Gallo**



Lunghezza
 Length
4,3 km

Durata
 Time
1 h 4 min.

Difficoltà
 Difficulty

Quota max.
 Max altitude
1954 m

Quota min.
 Min altitude
1851 m

Dislivello
 Height difference
103 m

Dislivello salita
 Elevation gain
27 m

Dislivello discesa
 Elevation drop
130 m

Pend. max. salita
 Max grad. ascent
2 %

Pend. max. discesa
 Max grad. descent
6 %

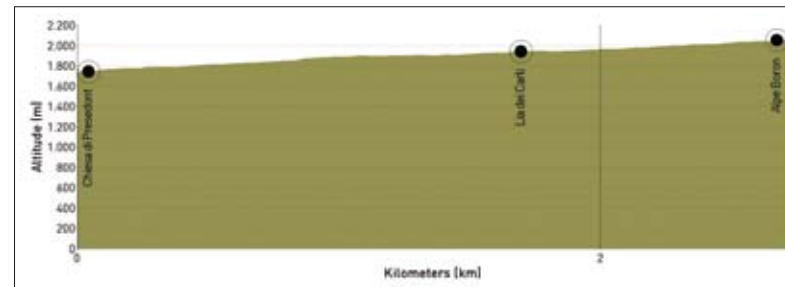
VAL LIA E ALPE BORON

Chiesa di Presedont - Lia dei Carli - Alpe Boron

Dalla Chiesa di Presedont in Valdidentro (raggiungibile a piedi da Isolaccia in ca. 1: 30 o dal parcheggio di Plan de li Astela) si prende la strada che costeggia, a destra, la Chiesetta e che si inoltra nel bosco lungo il sent. N286. Dopo un breve tratto tortuoso con pendenze variabili, si incontra un bivio che, a sinistra, porta verso i Ciuk. Il percorso prosegue invece verso destra e percorre la Val Lia, passando per Lia dei Carli e costeggiando alcune baite tipiche, sino a raggiungere l'Alpe Boron, un complesso demaniale della Regione Lombardia, costituito da cinque fabbricati e aperto nei mesi estivi. Lungo il sentiero compaiono più volte scorci spettacolari sulla Cima Piazzzi e sul suo ghiacciaio. Una volta giunti all'Alpe è possibile sostare, consumare semplici piatti tradizionali e pernottare. L'escursione, benché relativamente impegnativa, è adatta per tutta la famiglia.



From the church of Presedont in Valdidentro (reachable on foot from Isolaccia in around 1:30, or from the parking area of Plan de li Astela) take the road that runs to the right of the small church and enter the woods on path N286. After a short winding, undulating stretch, you come to a fork that on the left leads to Ciuk. Continue to the right and follow Val Lia, passing via Lia dei Carli and passing some typical mountain huts until you reach the Alpe Boron, owned by the Lombardy Region, a complex of five buildings open during the summer months. Spectacular views over Cima Piazzzi and its glacier can be seen along the path. At the Alpe you can rest, eat simple traditional dishes, and stay overnight. Although relatively challenging, this hike is suitable for the whole family.



Partenza / Start **Chiesa di Presedont**
 Arrivo / Finish **Alpe Boron**

Lunghezza
 Length
2,8 km

Durata
 Time
1 h 1 min.

Difficoltà
 Difficulty 

Quota max.
 Max altitude
2049 m

Quota min.
 Min altitude
1739 m

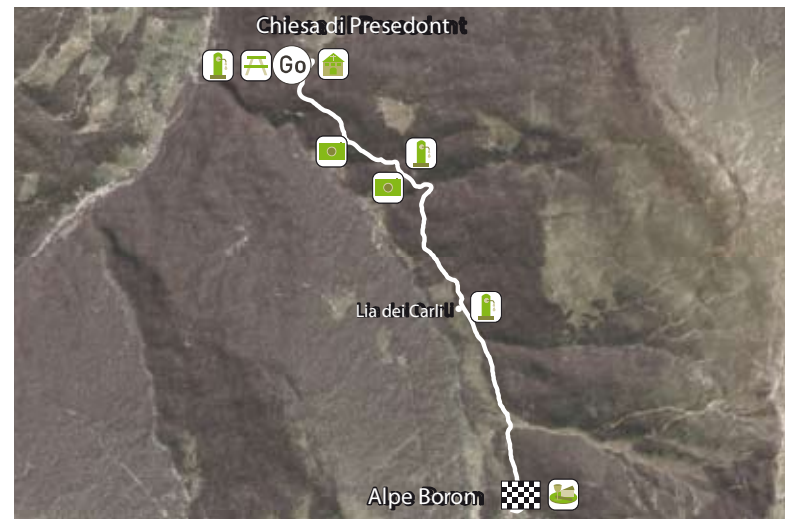
Dislivello
 Height difference
310 m

Dislivello salita
 Elevation gain
310 m

Dislivello discesa
 Elevation drop
0 m

Pend. max. salita
 Max grad. ascent
16 %

Pend. max. discesa
 Max grad. descent
0 %



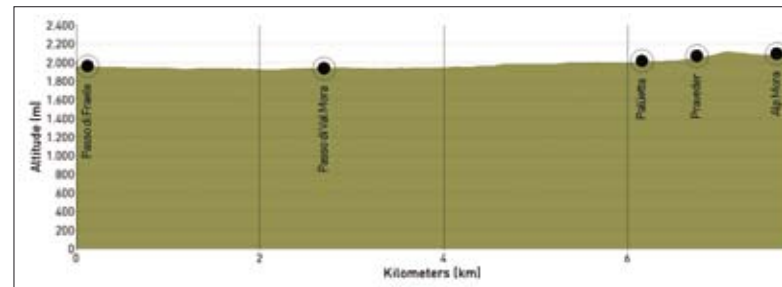
VAL MORA

Passo di Fraele - Passo di Val Mora - Val Mora - Paluetta - Praveder - Alp Mora

Dal parcheggio nei pressi della Chiesa di San Giacomo di Fraele a Cancano in Valdidentro si segue il sent. N199 e in pochi passi si è al Passo di Fraele, spartiacque tra il bacino dell'Adda e quello dello Spöl/Inn/Danubio. Il tracciato discende per 1 km, giungendo ad un bivio. Si prosegue a destra verso lo sbocco della Val Mora. Scavalcando i depositi alluvionali più settentrionali della Val Paolaccia, si supera il conoide della Val della Casina e si raggiunge il Passo di Val Mora. Penetrati in territorio svizzero si continua nella selvaggia gola sulla sinistra idrografica del torrente sino all'ultima strettoia di fronte ai ripiani de Il Grass. Attraverso un ponte si raggiunge la sponda destra del fiume e dopo qualche centinaio di metri si transita da Palüetta e si valica il torrente che scende dal Döss dal Termel. Poco oltre, quasi di fronte alla Val Murtaröl, si sbuca nei pianori dell'Alp Mora.



From the parking area near the Church of San Giacomo di Fraele at Cancano, in Valdidentro, follow path N199 and you soon reach the Fraele Pass, the watershed between the basin of the Adda and the Spöl/Inn/Danube rivers. The trail descends for about 1 km, arriving at a fork. Take the right-hand path towards the mouth of the Val Mora. Climb over the northern alluvial deposits of Val Paolaccia and cross the alluvial cone of Val della Casina to reach the Val Mora Pass. Once on Swiss territory continue along the wild gorge on the left bank of the stream until the last narrow section opposite the terrace of Il Grass. Crossing the bridge you reach the right bank of the river and, after a few hundred metres, you pass via Palüetta and cross the river that flows down from Döss dal Termel. A little further on, almost opposite the Val Murtaröl, you emerge into the plains of the Alp Mora.



Partenza / Start **Passo di Fraele**
 Arrivo / Finish **Alp Mora**



Lunghezza
 Length
7,8 km

Durata
 Time
2 h 12 min.

Difficoltà
 Difficulty

Quota max.
 Max altitude
2113 m

Quota min.
 Min altitude
1919 m

Dislivello
 Height difference
194 m

Dislivello salita
 Elevation gain
194 m

Dislivello discesa
 Elevation drop
62 m

Pend. max. salita
 Max grad. ascent
14 %

Pend. max. discesa
 Max grad. descent
5 %

VAL VERVA E VAL GROSINA

Arnoga - Val Verva - Passo di Verva - Eita - Fusino - San Giacomo - Grosio

Da Arnoga in Valdidentro si imbecca la strada sent. N290 e, al primo bivio, subito dopo un dosso, si scende a sinistra verso valle, oltrepassando la località Basic e Baite Campo con le loro caratteristiche baite. Giunti nel fondovalle, si prende il sent. N201 che attraversa su un ponte il torrente Viola e inizia a salire in Val Verva. Oltrepassata l'Alpe Verva, dove è possibile sostare per degustare i piatti tipici della tradizione, il tracciato sale gradatamente verso il passo, lasciando a destra la mulattiera per il Sasso di Castro e il canale erboso che sale al Colle delle Pecore. Si oltrepassa il Passo di Verva e il sentiero scende tortuoso sotto la cima del Maurignino fino ai resti delle baite di Le Crotte. Questa zona è caratteristica per i resti di trincee e di caverne. Si prosegue sul sent. N201 e si oltrepassa il Rifugio Falk fino ad arrivare alla località Eita. Da qui si continua su strada asfaltata fino all'abitato di Grosio.



From Arnoga in Valdidentro take path N290 and, at the first fork, just after a rise, turn left downhill towards the valley, passing the settlements of Basic and Baite Campo with their characteristic huts. Once down on the valley floor, take path N201 across the bridge over the Viola stream and start climbing into Val Verva. After the Alpe Verva, where you can stop for traditional dishes, the trail climbs gradually to the pass, leaving the mule track on the right for Sasso di Castro and the grassy gully that leads up to the Colle delle Pecore. Cross the Verva Pass and the trail winds down below the peak of Maurignino via the remnants of the huts of Le Crotte. This area is marked by the remains of trenches and caverns. Continue on path N201 via the Falk Refuge until you get to Eita. From here continue along the paved road to the village of Grosio.



Partenza / Start **Arnoga**

Arrivo / Finish **Grosio**

Lunghezza
Length
26,5 km

Durata
Time
7 h 43 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude
2300 m

Quota min.
Min altitude
671 m

Dislivello
Height difference
1629 m

Dislivello salita
Elevation gain
703 m

Dislivello discesa
Elevation drop
2036 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
33 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
28 %



VAL VEZZOLA E VAL TRELA

Sant'Antonio di Scianno - Valle Vezzola - Trela - Valle Pettini - Cancano - Fraelé - Tabiadaccia - Sant'Antonio di Scianno

Da Sant'Antonio di Scianno si segue il sent. N196 sino all'Alpe Gattonino. Qui, si prende a destra un tratturo che risale la costa prativa e penetra nella Val Cadangola, sino a portarsi all'Alpe Vezzola, all'inizio dell'omonimo pianoro. È un caratteristico altipiano con alcune baite in parte ristrutturate e attorniato da sommità come il Monte Trela e il Dosso Rosaccio. Si prosegue attraversando completamente la valle sino ad arrivare ad un bivio: si sale a destra lungo il sent. N130 sino ad arrivare ai pascoli all'Alpe Trela. Ormai su pista agricola, si valica il torrente e ci si affaccia alla Val Corta, una gola rocciosa che permette di ammirare gli strati geologici lungo le pendici della Cima Doscopa. Si attraversa la Val Pettini, si prosegue sull'ampia strada che costeggia le dighe di Cancano e il Lago delle Scale sino a raggiungere le Torri di Fraelé.



Starting from Sant'Antonio di Scianno follow path N196 to Alpe Gattonino. Turn right here onto the track that leads up the grassy slope and into the Cadangola Valley to the Alpe Vezzola, at the beginning of the plateau of the same name. This is a typical high plateau with some mountain huts, in part renovated, surrounded by summits such as Monte Trela and Dosso Rosaccio. Continue all the way through the valley until you reach a fork: take a right along path N130 until you reach the pastures of Alpe Trela. A farm track now leads you across the stream where you overlook Val Corta, a rocky gorge where you can admire the geological strata of the slopes of Cima Doscopa. It crosses the Val Pettini and then continues along the wide road that runs past the Cancano dams and the Lago delle Scale until the Torri di Fraelé.



Partenza / Start **Sant'Antonio di Scianno**
 Arrivo / Finish **Sant'Antonio di Scianno**



Lunghezza
Length
20,4 km

Durata
Time
6 h 10 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude
2280 m

Quota min.
Min altitude
1648 m

Dislivello
Height difference
632 m

Dislivello salita
Elevation gain
709 m

Dislivello discesa
Elevation drop
713 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
13 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
18 %



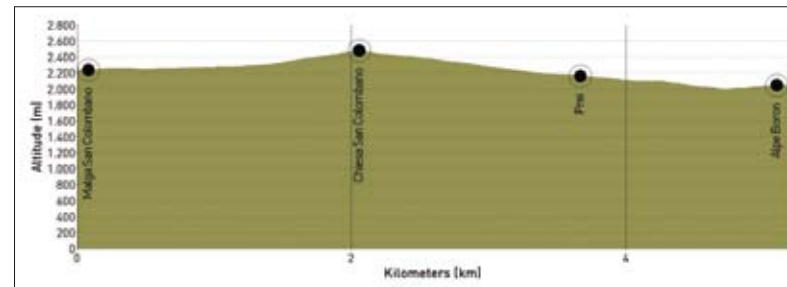
ALPE BORON

Malga San Colombano - Chiesa San Colombano - Prei - Alpe Boron

Dalla Malga San Colombano (raggiungibile a piedi da località Forte in ca 1.40 h) si sale verso ovest lungo il sent. N280. Superata la Chiesetta di San Colombano, in località Prei, si prosegue lungo il sent. N208 che si congiunge con il sent. N286. Si raggiunge quindi l'Alpe Boron. Questo percorso si sviluppa su strada a fondo naturale con punti panoramici in località Prei e in Costa San Colombano. All'inizio della salita che porta alla Chiesetta di San Colombano c'è una sorgente, una delle "Fonti di San Carlo" che, secondo una credenza della cultura pagana, avrebbero dei poteri curativi straordinari. In epoca cristiana il "tempietto" venne dedicato a San Colombano, dispensatore di fertilità, e attirò numerosi pellegrinaggi di donne che chiedevano di guarirle dalla sterilità. Si racconta di una donna che, dopo il pellegrinaggio, ottenne la grazia di avere dei figli. Al sesto figlio tornò alla chiesetta per ringraziare il Santo e per chiedergli di "sospendere" la grazia.



From the San Colombano mountain dairy (reachable on foot from locality Forte in around 1:40) climb west along path N280. After the Church of San Colombano, in the village of Prei, continue along path N208 to join path N286, then on to the Alpe Boron. This path is on a road with natural scenic points at Prei and at San Colombano. At the beginning of the ascent that leads up to the small church of San Colombano there is a spring, one of the "Springs of San Carlo," which, according to pagan belief, had extraordinary healing powers. During the Christian era, the small temple there was rededicated to St. Colomanus, the bringer of fertility: many women came as pilgrims seeking a cure for infertility. Legend tells of a woman who, after her pilgrimage, was blessed with the ability to have children. After the birth of the sixth child she returned to the church to thank the saint and ask him to "suspend" the blessing.



Partenza / Start **Malga San Colombano**
 Arrivo / Finish **Alpe Boron**



Lunghezza
 Length
5,3 km

Durata
 Time
2 h 1 min.

Difficoltà
 Difficulty



Quota max.
 Max altitude
2464 m

Quota min.
 Min altitude
1999 m

Dislivello
 Height difference
465 m

Dislivello salita
 Elevation gain
274 m

Dislivello discesa
 Elevation drop
465 m

Pend. max. salita
 Max grad. ascent
18 %

Pend. max. discesa
 Max grad. descent
17 %

ALPE ZANDILLA

Monte - Campello - Campaccio - Alpe Zandilla - Monte

Attraversato il piccolo borgo di Monte si imbecca il sent. N273 caratterizzato da strada a fondo naturale e in salita. Il primo tratto attraversa un fitto bosco di abeti e, superate le baite in località Campello, raggiunge Campaccio. Da qui il tracciato prosegue a sinistra lungo il sent. N 208 scendendo fino all'Alpe Zandilla. Nel periodo estivo l'alpeggio comunale ospita bestiame di vario tipo, principalmente mucche e cavalli e nei pascoli è possibile trovare diverse piante officinali tra cui l'achillea moscata, molto usata in Alta Valtellina per produrre un tipico digestivo. (Informarsi sulle regole per la raccolta)

Nel bosco è facile trovare piante di mirtilli selvatici e, con un po' di fortuna, anche qualche fungo commestibile. Il percorso continua sul sent. N273.1 tra ampie radure e pascoli e, dopo aver superato la località Pozzech e Brusadei, si inoltra nel bosco giungendo nei prati vicino alle case di Monte.

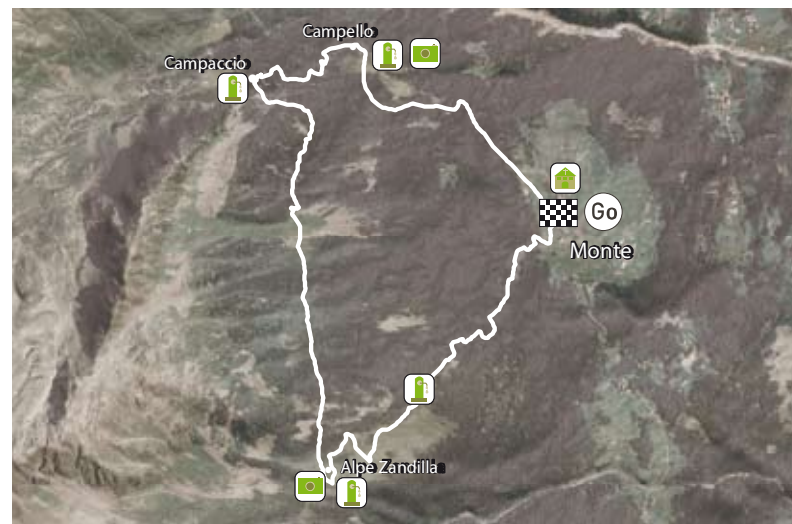


After the small village of Monte take path N273, an uphill trail. The first stretch runs through a dense forest of fir trees and past the mountain huts of Campello to reach Campaccio. From here continue to the left along path N208 down towards the Alpe Zandilla. During summer this communal pasture accommodates livestock of various kinds, mainly cows and horses, while the pasture is also home to various herbs, including musk yarrow, much used in Alta Valtellina to produce a local digestivo (check before picking plants). The forest contains plenty of wild blueberries and even edible mushrooms. Continue on path N273.1 between wide clearings and pastures and, after passing Pozzech and Brusadei, you cross the woods to the meadows near the houses of Monte.



Partenza / Start **Monte**

Arrivo / Finish **Monte**



Lunghezza

Length

6 km

Durata

Time

2 h 31 min.

Difficoltà

Difficulty



Quota max.

Max altitude

2039 m

Quota min.

Min altitude

1619 m

Dislivello

Height difference

420 m

Dislivello salita

Elevation gain

435 m

Dislivello discesa

Elevation drop

435 m

Pend. max. salita

Max grad. ascent

20 %

Pend. max. discesa

Max grad. descent

22 %

BAITA LA MANDRIA

Zola - Presura - Baita La Mandria - Pozzaccio -
Baita Maggionaro - Suena - Pedemonte - Zola

Partendo da Zola a Valdisotto, si imbecca il sent. N276 che porta verso le località La Ronca e Presura. Si attraversa la Valle del Prete per circa 2 Km e si giunge alla Baita La Mandria, nelle cui vicinanze è possibile ammirare uno scenario piuttosto suggestivo ed incantevole sulla vallata. Da qui il tracciato continua sul sent. N207 passando per la località Pozzaccio e, al primo bivio, prosegue lungo il sent. N207-N274 fino a raggiungere le Baita Maggionaro. Più avanti, dopo aver attraversato un torrente ricco di freschissima acqua di montagna, il percorso giunge alle baite di Suena. Si procede sul sent. N274 che porta fino a Pedemonte, si segue via Pedemonte e poi, deviando in via Dosso della Benedizione, si raggiunge di nuovo località Zola. L'escursione si sviluppa su strada prevalentemente naturale attraverso un fitto bosco d'abete ed ampi prati rigogliosi.



Starting from Zola in Valdisotto, take path N276 leading to La Ronca and Presura. You cross the Valle del Prete for about 2 km and reach the Baita La Mandria: from nearby you can admire the beautiful scenery of the valley. From here, continue on path N207 through Pozzaccio and at the first junction continue along trails N207-N274 to the Baita Maggionaro. Then, after crossing a fresh mountain stream, the path leads to the mountain huts of Suena. Proceed on path N274 up to Pedemonte, take the via Pedemonte and then, taking the via Dosso della Benedizione, you return to Zola. The tour is predominantly through nature, passing through a dense pine forest and crossing wide meadows.



Partenza / Start **Zola**

Arrivo / Finish **Zola**

Lunghezza
Length
10,8 km

Durata
Time
4 h 12 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude
1891 m

Quota min.
Min altitude
1152 m

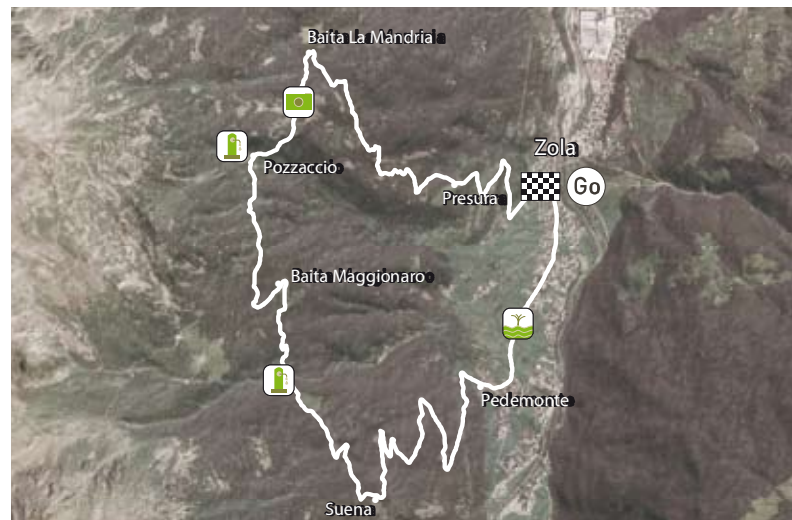
Dislivello
Height difference
739 m

Dislivello salita
Elevation gain
756 m

Dislivello discesa
Elevation drop
756 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
21 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
16 %



FORTE DI OGA - MALGA SAN COLOMBANO

Forte di Oga - Sposina Bassa - Pozza - Malga San Colombano

Da località Forte di Oga a circa 1727 m s.l.m, di fronte all'omonimo albergo, sulla sinistra si imbecca la strada forestale sentiero N 280.

Il tracciato in salita è caratterizzato da tornanti a pendenza regolare, attraversa località come Sposina Bassa e Pozza e, una volta giunti in quota, si apre una splendida conca che conduce alla Malga S. Colombano.

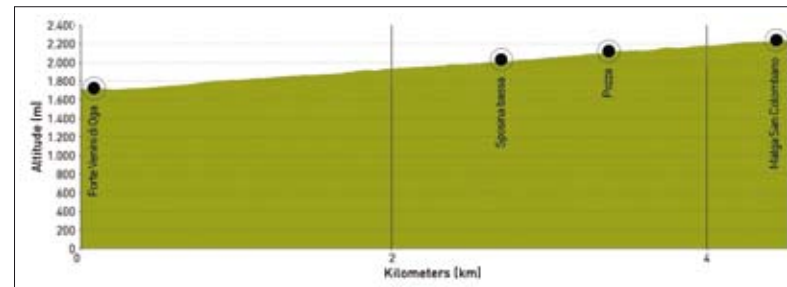
Continuando per circa un'oretta si può raggiungere a quota 2.484 m s.l.m. la Chiesa di San Colombano del 1616, nota meta di pellegrinaggio per le spose che non riuscivano ad avere figli.



From locality Fort of Oga, about 1727 meters ASL, take the forest service road n.280 beginning opposite the hotel of the same name.

The uphill trail is characterized by switchbacks with regular slope, which passes through localities such as Sposina Bassa and Pozza, and once above tree line, it opens up into a splendid basin leading to the alpine dairy San Colombano.

Continuing for about an hour you can reach the Church of San Colombano, 2428 meters ASL, which dates back to 1616, and is a noted pilgrimage destination for brides who could not conceive.



Partenza / Start

Forte di Oga

Arrivo / Finish

Malga San Colombano

Lunghezza
Length

4,5 km

Durata
Time

2 h.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude

2233 m

Quota min.
Min altitude

1721 m

Dislivello
Height difference

525 m

Dislivello salita
Elevation gain

525 m

Dislivello discesa
Elevation drop

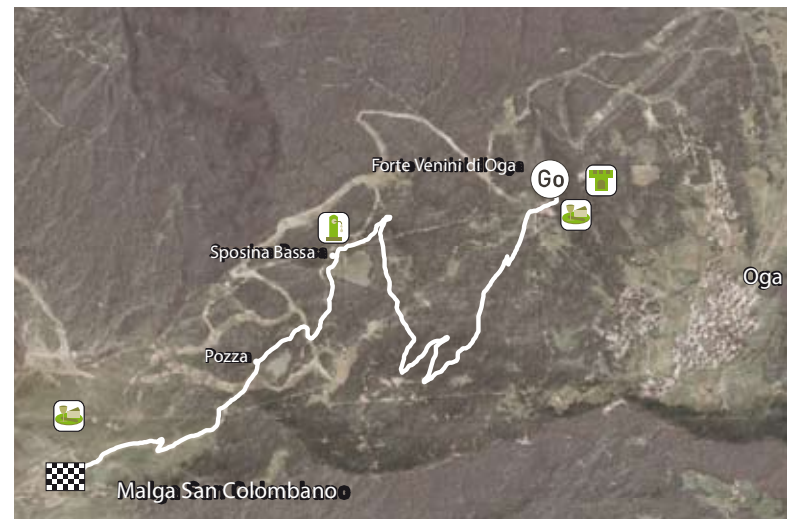
0 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent

19 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent

0 %



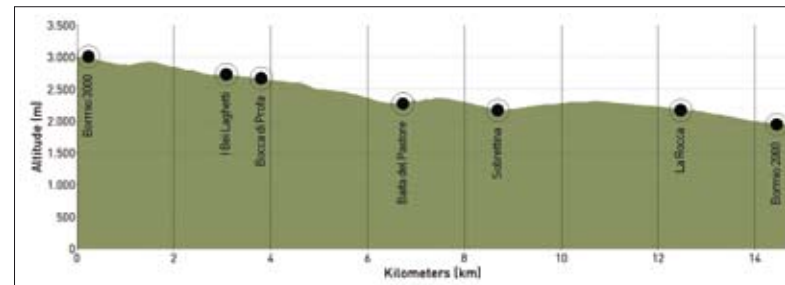
LAGHI DI PROFA

Funivia Bormio 3000 - Bei Laghetti - Baita del Pastore - Sobrettina - La Rocca - Bormio 2000

Partendo da Bormio 3000, raggiungibile con la funivia che sale da Bormio (informarsi sull'apertura presso gli uffici turistici), si imbecca il sent. S541 e, passando per i Bei Laghetti, si arriva al bivio di Bocca di Profa dove si continua sul sent. S518. Dopo aver attraversato il ruscello in località Baita del Pastore, il tracciato si congiunge con il sent. S542 e prosegue fino ad arrivare a Sobrettina. Da qui un ampio sentiero, prevalentemente pianeggiante ma con alcuni tratti di salita e discesa, porta in località La Rocca. Attraversate le piste da sci, si prosegue lungo il sent. S543.1 fino alla località Comane e si scende poi a Bormio 2000 dove parte la funivia che ritorna a Bormio. Il territorio attraversato da questa passeggiata è ricco di ruscelli e laghetti, specie nella Valle di Profa. Lungo la discesa verso Bormio, offre ampie vedute sulla vallata e sulla vegetazione tipica dei pascoli alpini.



Starting from Bormio 3000, which can be reached by cable car from Bormio (opening times available from Tourist Offices), take path S541 and, passing via Bei Laghetti, you arrive at the junction of Bocca di Profa where you continue on path S518. After crossing the stream near the Baita del Pastore, the track joins path S542 and continues until you reach Sobrettina. From here a wide path, mostly flat but with some uphill and downhill stretches, leads to La Rocca. Crossing the ski slopes, continue along path S543.1 to Comane and then descend to Bormio 2000 from where the cable car returns to Bormio. The walk passes numerous streams and small lakes, especially in the Valle di Profa. The descent to Bormio offers sweeping views of the valley and the typical vegetation of the alpine pastures.



Partenza / Start **Bormio 3000**
 Arrivo / Finish **Bormio 2000**



Lunghezza
Length
15 km

Durata
Time
4 h 22 min.

Difficoltà
Difficulty ●

Quota max.
Max altitude
3000 m

Quota min.
Min altitude
1938 m

Dislivello
Height difference
1062 m

Dislivello salita
Elevation gain
258 m

Dislivello discesa
Elevation drop
1320 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
10%

Pend. max. discesa
Max grad. descent
17%

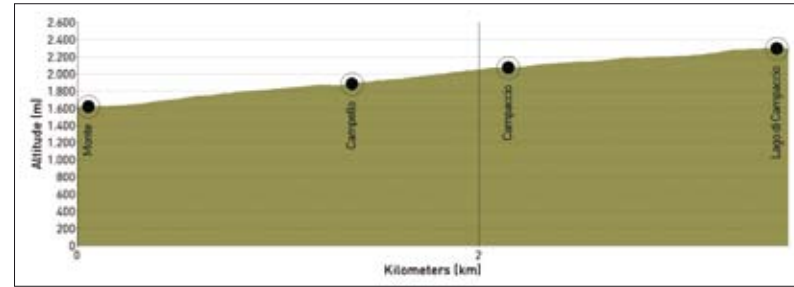
LAGO DI CAMPACCIO

Monte - Campello - Campaccio - Lago di Campaccio

Il percorso si sviluppa in salita partendo dai 1600 m della località Monte (parcheggio) fino ai 2300 m di Campaccio, presentando sul cammino sorgenti di acqua fresca, punti panoramici e punti di interesse artistici, come la centenaria Chiesa della Visitazione della Beata Vergine Maria in località Monte e le caratteristiche baite di montagna. Partendo dall'antico borgo di Monte, si segue il sent. N273 in direzione nord-ovest verso le baite di Campello, raggiungibili in circa 40 minuti. Da qui la passeggiata prosegue in direzione ovest sul sent. N273, che intercetta per un breve tratto il sent. N208 e continua poi fino alla Malga di Campaccio, in direzione sud est, dove è possibile vedere il caratteristico laghetto di montagna.



The path starts at an altitude of 1600 metres at the parking area in Monte, ascending to 2300 metres at Campaccio, with freshwater springs, scenic spots and items of artistic interest along the trail, such as the 100- year old Church of the Visitation of the Blessed Virgin Mary at Monte and the typical mountain huts. Starting from the old village of Monte, follow path N273 northwest towards the mountain huts of Campello, a walk of about 40 minutes. From here continue in a westerly direction on path N273 which runs for a short stretch along path N208 then continues up to the mountain huts of Campaccio, heading southeast, where the distinctive mountain lake can be seen.



Partenza / Start **Monte**
 Arrivo / Finish **Lago di Campaccio**



Lunghezza
Length

3,7 km

Durata
Time

1 h 57 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude

2294 m

Quota min.
Min altitude

1612 m

Dislivello
Height difference

682 m

Dislivello salita
Elevation gain

682 m

Dislivello discesa
Elevation drop

2 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent

20 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent

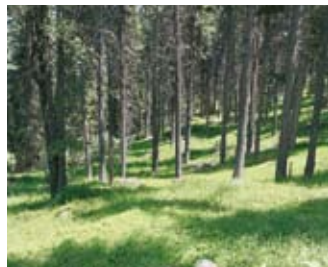
1 %



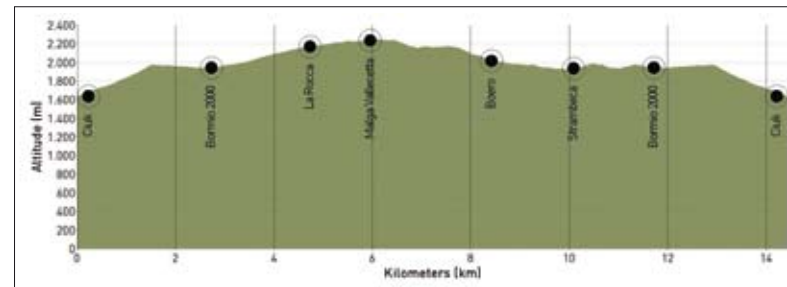
PANORAMICA VALLECETTA

Ciuk - Bormio 2000 - La Rocca - Malga Vallecetta - Boero - Strambeca - Bormio 2000 - Ciuk

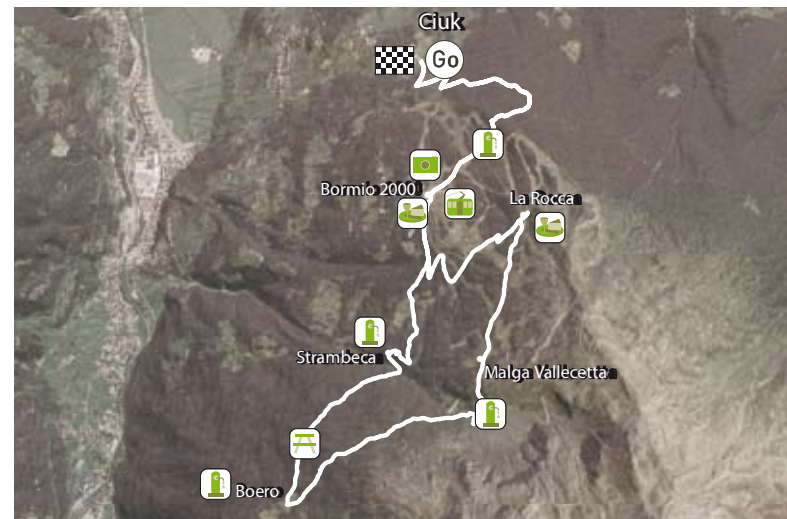
Partendo da località Ciuk a Valdisotto, il percorso segue il sent. S540 e, al primo bivio, continua lungo il sent. S543 oltrepassando le località Fontanalonga e Bormio 2000. A Comane il tracciato si congiunge con il sent. S543.1 fino ad arrivare a La Rocca. Da qui si prosegue sulla destra lungo il sent. S542, giungendo prima alla Malga Vallecetta e poi a Boero. Il percorso continua sul sent. S521 e, superata l'attrezzata area picnic, si congiunge e continua lungo il sent. S543. Attraversato il ponte in legno del Rio Vallecetta, arriva in località Strambeca. Si continua lungo lo stesso sentiero, si oltrepassano le località Baitecia, Lecia, Bormio 2000 e Fontanalonga fino ad imboccare il sent. S540 che riporta in località Ciuk. L'escursione si estende attraverso boschi di abeti e pini silvestri, alternati da passaggi lungo le piste da sci del versante Vallecetta.



Starting from Ciuk in Valdisotto, follow path S540 and, at the first junction, continue along path S543 via Fontanalonga and Bormio 2000. In Comane the trail joins path S543.1 until you reach La Rocca. From here continue to the right along path S542, coming first to the Malga Vallecetta and then Boero. Continue on path S521 and, after the picnic area, follow path S543. Cross the wooden bridge over the Rio Vallecetta to Strambeca. Continue along the same trail and pass through Baitecia, Lecia, Bormio 2000 and Fontanalonga to path S540, which brings you to Ciuk. The tour leads through forests of fir and pine interspersed with sections along the ski pistes on the slopes of Monte Vallecetta.



Partenza / Start **Ciuk**
Arrivo / Finish **Ciuk**



Lunghezza
Length
14,8 km

Durata
Time
5 h 11 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude
2246 m

Quota min.
Min altitude
1632 m

Dislivello
Height difference
614 m

Dislivello salita
Elevation gain
759 m

Dislivello discesa
Elevation drop
759 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
21 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
19 %

Passo dello Stelvio, Valfurva, Sondalo



Passo dello Stelvio

FILON DEL MOT

● Durata/Time: 2 h 52 m

p. 72



LE TRE BARACCHE

● Durata/Time: 3 h 14 m

p. 74



PIZ UMBRAIL E PUNTA DI RIMS

● Durata/Time: 4 h 40 m

p. 76



Valfurva

LAGO DELLA MANZINA

● Durata/Time: 2 h 9 m

p. 78



PANORAMICA DELL'ABLES

● Durata/Time: 2 h 38 m

p. 80



PANORAMICA SU VALFURVA

● Durata/Time: 4 h 4 m

p. 82



PANORAMICA VAL ZEBRÙ

● Durata/Time: 6 h 10 m

p. 84



PASSO DELL'ABLES

● Durata/Time: 4 h 34 m

p. 86



PASSO ZEBRÙ

● Durata/Time: 6 h 49 m

p. 88



RIFUGIO CASATI

● Durata/Time: 3 h 31 m

p. 90



RIFUGIO PIZZINI

● Durata/Time: 3 h 16 m

p. 92



RIFUGIO QUINTO ALPINI

● Durata/Time: 4 h 59 m

p. 94



SANT'ANTONIO – BORMIO 2000

● Durata/Time: 4 h 4 m

p. 96



SENTIERO GLACIOLOGICO ALTO

● Durata/Time: 3 h 23 m

p. 98



SENTIERO GLACIOLOGICO BASSO

● Durata/Time: 2 h 9 m

p. 100



VALLE DELL'ALPE

● Durata/Time: 1 h 22 m

p. 102



Sondalo

BAITE FÒ

● Durata/Time: 2 h 9 m

p. 104



LAGO DI POLLORE

● Durata/Time: 2 h 50 m

p. 106



LI MOREGN

● Durata/Time: 1 h 40 m

p. 108



MOTIN

● Durata/Time: 1 h 56 m

p. 110



TOUR PANORAMICO DI BOERO

● Durata/Time: 4 h 16 m

p. 112



VAL DI REZZALO - PASSO GAVIA

● Durata/Time: 5 h 19 m

p. 114



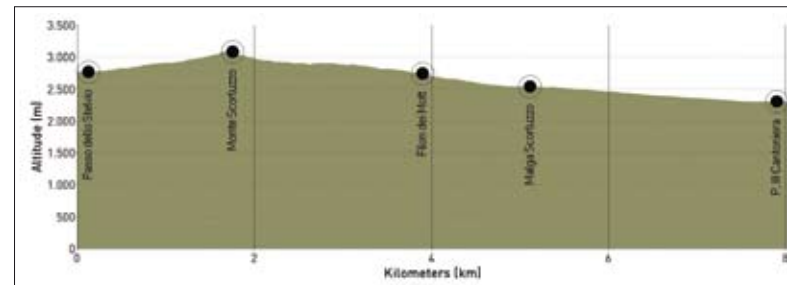
FILON DEL MOT

Passo dello Stelvio - Monte Scorluzzo - Filon del Mot - Malga Scorluzzo - III Cantoniera

Dal Passo Stelvio, dove è localizzato il Museo più alto d'Europa, (raggiungibile anche con i mezzi pubblici) si prende il sent. S506 che sale al Passo delle Platigliole e porta sulla cima dello Scorluzzo (3095 m). Dalla vetta si scende la cresta sud ovest aggirando alcuni spuntoni di rocce rotte tra i quali sono ben visibili le difese austriache della Guerra Mondiale. Superato l'ultimo avamposto austriaco si entra nella 'terra di nessuno' fino ad incontrare la prima ridotta italiana. Si prosegue lungo la cresta fino ad una nuova elevazione contrassegnata da un ometto di sassi. Qui inizia un sistema di camminamenti e di trincee in pietra a dominio della Valle dei Vitelli. Ancora una breve discesa e si arriva ad uno sperone roccioso trasformato in un fortilizio dalle truppe alpine. Tra i resti di baracche si ridiscende sul sentiero principale che porta alla Malga Scorluzzo per poi continuare sul sent. S505 che giunge alla III Cantoniera.



From the Stelvio Pass, location of the highest museum in Europe, (also reachable using public transit) take path S506 up to the Passo delle Platigliole and the top of Scorluzzo (3,095 m). From the summit, descend the southwest ridge via some spikes of broken rocks, where Austrian defence works from the First World War are clearly visible. Once past the last Austrian outpost you enter "no man's land" until you reach the first Italian redoubt. Continue along the ridge to another rise marked by a cairn of stones. Here begins a system of walkways and stone trenches dominating the Valle dei Vitelli. After another short descent, you arrive at a rocky outcrop that was turned into a fortress by Italian Alpini mountain troops. Walk down the main trail among the remains of huts to the Malga Scorluzzo then continue on path S505 to the II Cantoniera (roadhouse).



Partenza / Start **Passo dello Stelvio**
 Arrivo / Finish **Parcheggio III Cantoniera**

Lunghezza
 Length
8,3 km

Durata
 Time
2 h 52 min.

Difficoltà
 Difficulty



Quota max.
 Max altitude
3080 m

Quota min.
 Min altitude
2300 m

Dislivello
 Height difference
780 m

Dislivello salita
 Elevation gain
320 m

Dislivello discesa
 Elevation drop
780 m

Pend. max. salita
 Max grad. ascent
20 %

Pend. max. discesa
 Max grad. descent
18 %



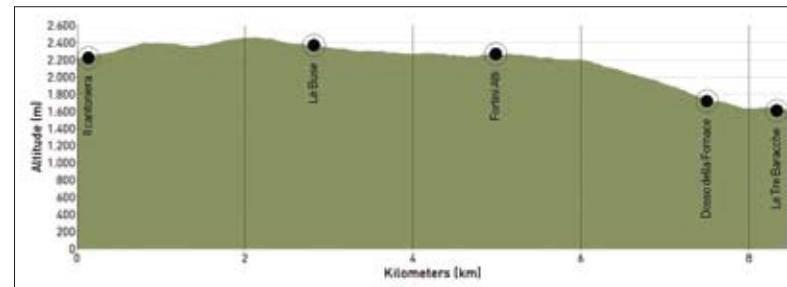
LE TRE BARACCHE

Il cantoniera - Le Buse - Fortini Alti - Dosso della Fornace - Le Tre Baracche

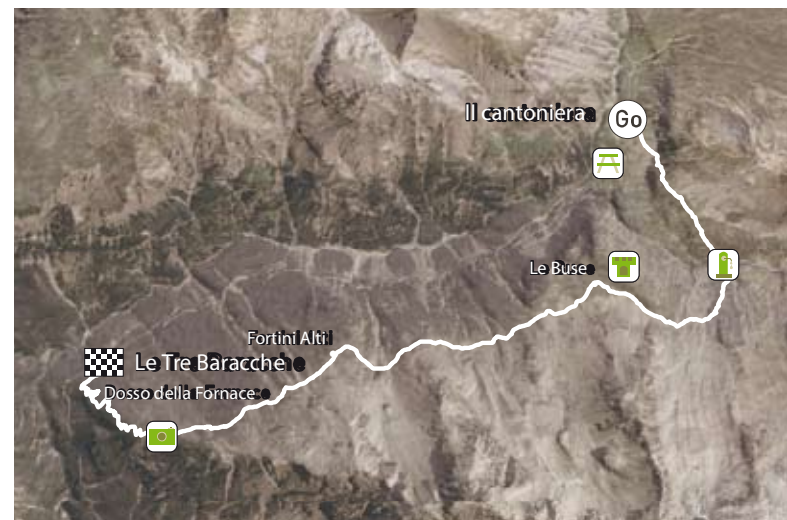
Dal tornante sopra la Il Cantoniera, sulla Strada dello Stelvio, inizia il sent. S505 che porta in Valle dei Vitelli. Superato il torrente, al bivio si prosegue dritti fino a raggiungere la località Le Buse. Per la sua zona riparata, durante la guerra, la conca delle Buse venne scelta per la costruzione di un vero e proprio villaggio militare difeso da un complesso di trincee scavate sulla dorsale retrostante. Due postazioni di artiglieria in galleria puntavano sulla Strada dello Stelvio e sulla Valle dei Vitelli, per impedire un possibile attacco degli austriaci. Dalle Buse si prosegue tagliando in costa i pendii della Glandadura, si raggiunge Pian Pecci, si lascia a destra il sentiero che scende sino alla I Cantoniera e si prosegue sino al panoramico Passo del Crap dell'Aquila, dal quale per una traccia tra i mughi si scende sulla statale dello Stelvio nei pressi della località Palone.



Path S505 begins at the hairpin bend above the Il Cantoniera (roadhouse) on the Stelvio Pass road and leads to the Valle dei Vitelli. After the stream, continue straight on at the junction until you reach Le Buse. On account of its sheltered nature, during the war the hollow of Le Buse was chosen for the construction of a military village defended by a complex of trenches dug into the ridge behind. Two artillery emplacements in a tunnel pointed at the Stelvio Pass road and the Valle dei Vitelli, preventing possible attacks by the Austrians. From Le Buse traverse the slopes of the Glandadura to Pian Pecci, leave the trail on the right that goes down to I Cantoniera and continue until the Passo del Crap dell'Aquila with its panoramic views, from which a track between the pines brings you go down to the Stelvio road near Palone.



Partenza / Start **Il Cantoniera**
Arrivo / Finish **Le Tre Baracche**



Lunghezza
Length
8,9 km

Durata
Time
3 h 14 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude
2456 m

Quota min.
Min altitude
1604 m

Dislivello
Height difference
852 m

Dislivello salita
Elevation gain
256 m

Dislivello discesa
Elevation drop
865 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
13 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
32 %



PIZ UMBRAIL E PUNTA DI RIMS

IV Cantoniera - Piz Umbrail - Punta di Rims - Malga Forcola - Malga Fornelle - Solena

Dalla IV Cantoniera sulla Strada dello Stelvio, raggiungibile anche con i mezzi pubblici, si imbecca a nord ovest un sentiero segnalato che risale il pendio di Astras lungo la linea di confine tra Italia e Svizzera. Qui si costeggiano a lungo i resti di fortificazioni campali svizzere risalenti alla Grande Guerra. Senza difficoltà, risalendo il costone tra sfasciumi e rocce si arriva al Piz Umbrail, un'ideale punto di osservazione dell'area dello Stelvio. Dalla vetta si continua verso sud ovest lungo una traccia che permette di aggirare le asperità della cresta. Oltrepastata la selletta si scende a una nuova bocchetta per risalire a quota 2989 m. Subito dopo ci si abbassa ulteriormente sul versante grigionese per aggirare le torri. Riguardagnato il crestone, senza particolari difficoltà si risale alla Punta di Rims. Si scende lungo un tracciato poco segnalato verso le Bocchette di Forcola e, attraverso il sent. N145, si attraversa la Val Forcola sino a giungere in località Solena.



From the IV Cantoniera (roadhouse) on the Stelvio Road, (also reachable using public transit) head northwest on the marked trail that climbs the slope of Astras along the border between Italy and Switzerland. Without difficulty, climbing the ridge between debris and rocks, you get to Piz Umbrail, an ideal point from which to observe the Stelvio area. From the top, continue southwest along a track that allows you to avoid the rough ridge. Once past the pass you drop down then climb to an altitude of 2,989 metres. Immediately after you descend further on the Grisons side to get around the towers. Back on the ridge, you climb with no particular difficulty to the Punta di Rims, then descend along a poorly marked path to the Bocchette di Forcola and take path N145 across the Forcola Valley until you reach the village of Solena.



Partenza / Start **IV Cantoniera**
 Arrivo / Finish **Solena**



Lunghezza
Length
14 km

Durata
Time
4 h 40 min.

Difficoltà
Difficulty

Quota max.
Max altitude
3020 m

Quota min.
Min altitude
1928 m

Dislivello
Height difference
1092 m

Dislivello salita
Elevation gain
768 m

Dislivello discesa
Elevation drop
1305 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
43 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
35 %

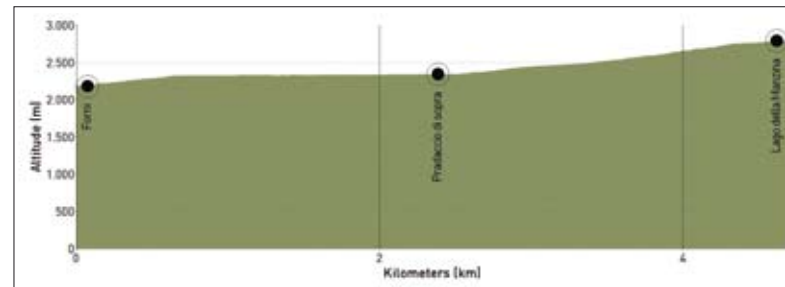
LAGO DELLA MANZINA

Forni - Pradaccio di Sopra - Valle della Manzina - Lago della Manzina

Dall'albergo Ghiacciaio dei Forni si percorrono verso monte i sent. S528 e S527 attraversando un bosco puro di pino cembro considerato tra i più interessanti del Parco dello Stelvio. Sopra le Baite dei Forni il sentiero diventa pianeggiante e si dirige verso ovest su una pista di servizio che porta fino alle baite di Pradaccio di Sopra. Entrati nella Valle della Manzina, si prende a destra il tracciato S575 che porta verso il Monte Forni. A quota 2500 m, sul lato del roccione del Sasso Prealda, il sentiero sale a zigzag su un ripido pendio erboso. Si risale un filone morenico parzialmente inerbato e, tra rocce e sfasciumi, si raggiunge il Lago della Manzina. Da qui si gode una vista magnifica su gran parte del bacino dei Forni, le cui cime si specchiano nelle acque tranquille del lago.



From the Ghiacciaio dei Forni Hotel take paths S528 and S527 up through an unspoilt forest of Swiss pine, one of the finest in the Stelvio National Park. Above the Baite dei Forni the trail levels off and heads west on a service road to the mountain huts of Pradaccio di Sopra. Enter the Valle della Manzina and take path S575 on the right towards Monte Forni. At an altitude of 2,500 metres, the trail zigzags up a steep grassy slope past the large rock, Sasso Prealda. It continues up a moraine ridge, grassy in parts, among rocks and debris to reach the Manzina Lake, with magnificent views over most of the Forni basin, with the peaks reflected in the still waters of the lake.



Partenza / Start **Forni**
Arrivo / Finish **Lago della Manzina**

Lunghezza
Length
4,8 km

Durata
Time
2 h 9 min.

Difficoltà
Difficulty

Quota max.
Max altitude
2785 m

Quota min.
Min altitude
2178 m

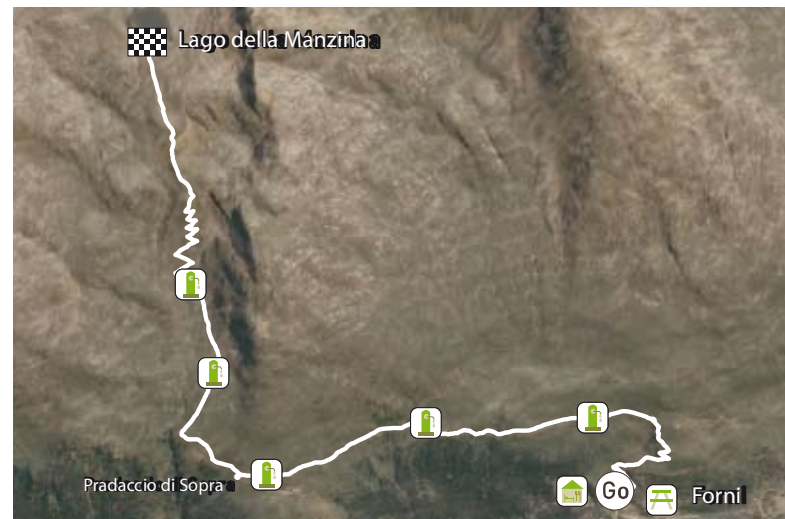
Dislivello
Height difference
607 m

Dislivello salita
Elevation gain
608 m

Dislivello discesa
Elevation drop
1 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
28 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
0 %



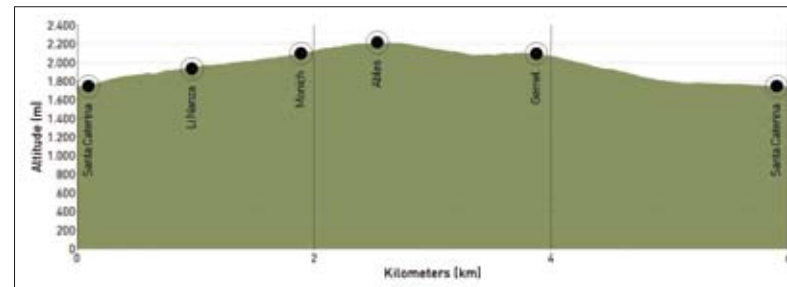
PANORAMICA DELL'ABLES

Santa Caterina - Li Nanza - Monich - Ables - Gemel - Santa Caterina

Dal centro di Santa Caterina, nei pressi dell'ufficio turistico, si stacca verso monte il sent. S571.1. Esso sale ripido nel bosco sino ad incontrare una carrareccia che proviene da Tovo. La si imbecca verso destra, si supera la Valle dell'Ables e ci si porta a Li Nanza e Ceisa di Sopra. Gradatamente, ci si innalza arrivando ai monti di Monich. Ancora una cinquantina di metri di dislivello di ripida salita e, con un tracciato che prosegue più pianeggiante, si giunge nei pressi delle baite Ables, un'eccezionale posizione panoramica sulla valle e sui monti circostanti, dove è possibile sostare e rifocillarsi nell'omonimo agriturismo. Da qui ha inizio la discesa. In località I Marz si prosegue diritto lungo il sent. S573 raggiungendo Rossaniga, Gemel e Blotana e, infine, l'abitato di Santa Caterina Valfurva.

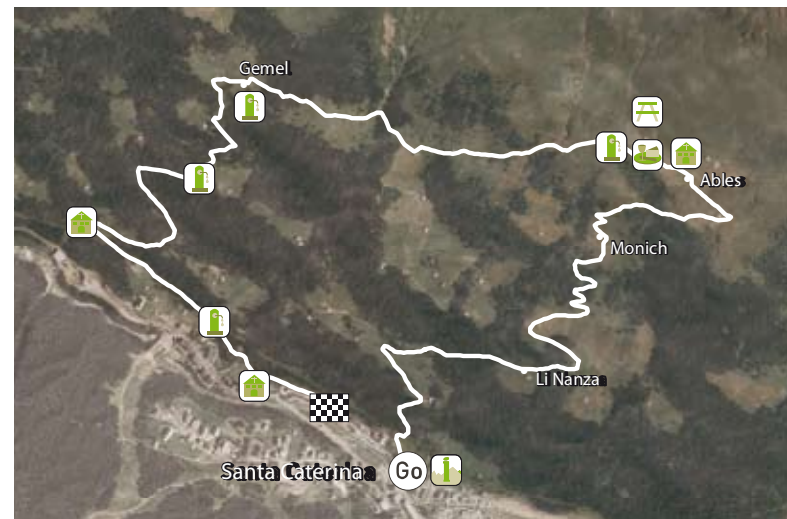


From the centre of Santa Caterina, near the tourist office, take path S571.1 steeply uphill through the forest until you reach the cart track from Tovo. Take a right, pass through the Valle dell'Ables and come to Nanza and Ceisa di Sopra. You climb gradually up to Monich. After some 50 more metres of steep climbing the trail flattens out to reach the mountain huts at Ables, with spectacular panoramas of the valley and surrounding mountains, where you can stop and rest. The descent then begins: at I Marz continue straight on along path S573 to Rossaniga, Gemel, and Blotana and, finally, the village of Santa Caterina Valfurva.



Partenza / Start **Santa Caterina Valfurva**

Arrivo / Finish **Santa Caterina Valfurva**



Lunghezza
Length
6,2 km

Durata
Time
2 h 38 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude
2203 m

Quota min.
Min altitude
1740 m

Dislivello
Height difference
463 m

Dislivello salita
Elevation gain
468 m

Dislivello discesa
Elevation drop
468 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
25 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
25 %



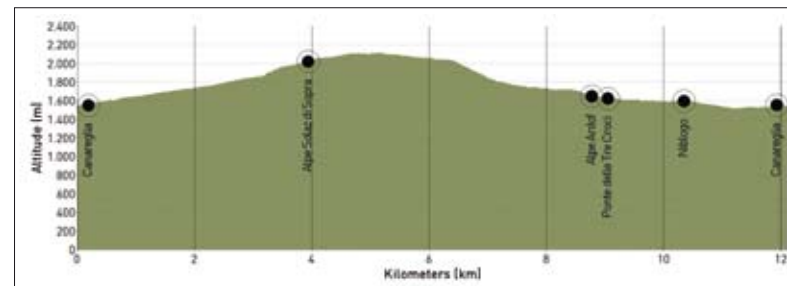
PANORAMICA SU VALFURVA

Canareglia - Solaz - Ardof - Val Zebrù -
Ponte delle 3 Croci - Niblogo - Canareglia

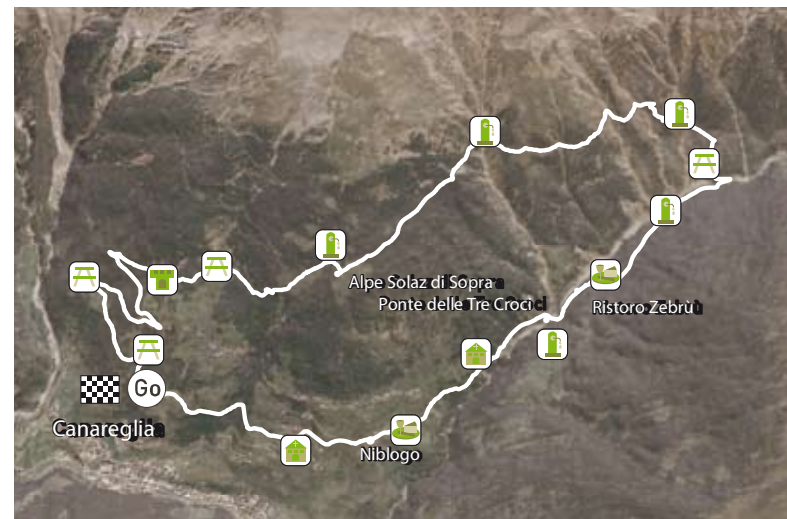
Dalla frazione di Canareglia a Madonna dei Monti si sale lungo la strada militare S531, fino all'Alpe di Solaz, dove si può godere di una vista stupenda sulla Valfurva. Da qui si prosegue lungo il sent. S515.1, prevalentemente pianeggiante ma con dei tratti in salita, che porta al bivio con il sentiero che sale dall'Alpe Ardof. Dalla Val d'Ardof, dopo una discesa impegnativa, ci si ricongiunge alla strada carrozzabile S529 della Val Zebrù. Si continua fino al ponte delle Tre Croci e al parcheggio di Niblogo. Da qui si cammina lungo la strada asfaltata che attraversa l'abitato di Madonna dei Monti e porta di nuovo a Canareglia. Attenzione al passaggio lungo le valli Ardof, soprattutto in caso di pioggia.



Starting from the hamlet of Canareglia at Madonna dei Monti, take the military road S531 up to the Alpe di Solaz where you can enjoy wonderful views over the Valfurva. From here continue along path S515.1, mostly flat but with some uphill stretches, which leads to the junction with the trail up to the Alpe Ardof. From the Val d'Ardof, after a difficult descent, it joins bridleway S529 from the Val Zebrù. Continue to the Ponte Delle Tre Croci and the parking area of Niblogo. From here walk along the paved road through the village of Madonna dei Monti back to Canareglia. Take care along the Ardof valleys especially in the rain.



Partenza / Start **Canareglia**
Arrivo / Finish **Canareglia**



Lunghezza
Length
12,5 km

Durata
Time
4 h 4 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude
2111 m

Quota min.
Min altitude
1513 m

Dislivello
Height difference
598 m

Dislivello salita
Elevation gain
762 m

Dislivello discesa
Elevation drop
761 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
37 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
41 %

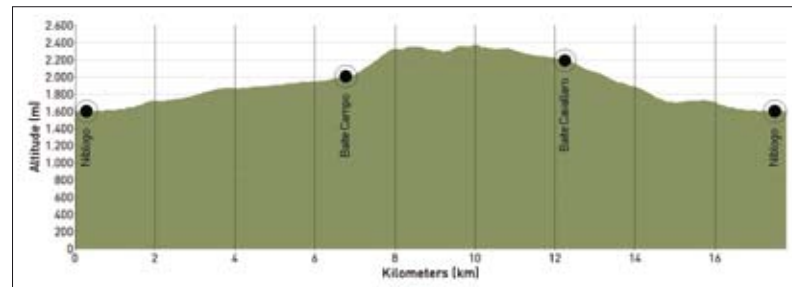
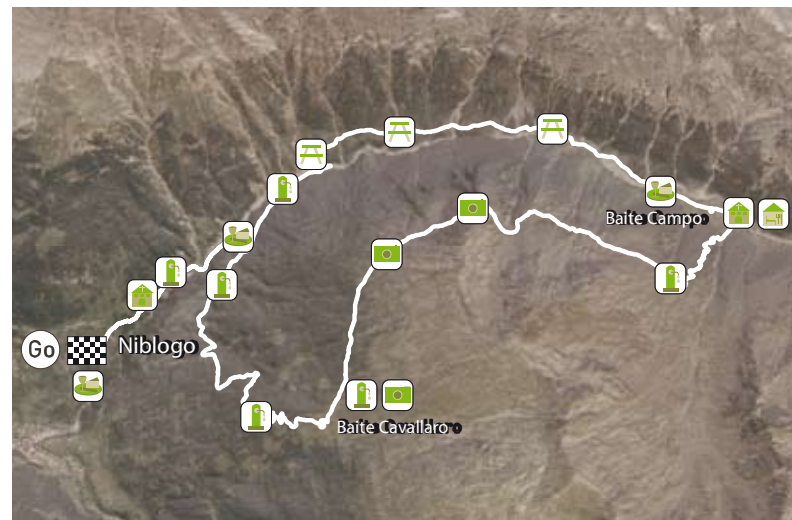
PANORAMICA VAL ZEBRÙ

Niblogo - Val Zebrù - Baite Campo - Costantini - Cavallaro - Niblogo

Dalla frazione di Niblogo, a Madonna dei Monti, si segue la strada carrabile S529 che porta in Val Zebrù. Al ponte di Peceneccia si prende la strada a sinistra e ci si addentra nella Val Zebrù vera e propria, costeggiando per un breve tratto il torrente. Il percorso è agevole ed è caratterizzato inizialmente da fitti boschi, interrotti da profondi valloni e poi da terrazzi verdi con caratteristiche baite. Il luogo è frequentato dagli ungulati e dal maestoso gipeto. Raggiunte le baite di Campo, a quota 1948 m, si sale a destra lungo un ripido sentiero a tornanti fino alla deviazione verso il bivacco Costantini e si prosegue poi sul sent. prevalentemente pianeggiante S526, fino alle baite di Cavallaro. Da qui si scende lungo un ripido percorso a tornanti (S527) che riporta sulla strada carrabile nei pressi del Ristoro Zebrù e si può quindi tornare alla frazione di Niblogo.



From the hamlet of Niblogo, at Madonna dei Monti, follow bridleway S529 which leads to the Val Zebrù. At the Peceneccia bridge take the road to the left to enter the Val Zebrù itself, following the stream for a short distance. The path is smooth and initially runs through thick forest, with deep ravines and green terraces with typical mountain huts. The area is home to ungulates (deer, chamois, etc.) and the majestic bearded vulture. Once at the mountain huts of Campo at an altitude of 1,948 metres, head to the right up a steep winding trail to the path to the Costantini hut, then continue on the mostly flat path S526 to the mountain huts of Cavallaro. From here descend along a steep winding path (S527) back to the bridleway near the Zebrù Refuge, then return to the hamlet of Niblogo.

Partenza / Start **Niblogo**Arrivo / Finish **Niblogo**

Lunghezza

Length

18,3 km

Durata

Time

6 h 10 min.

Difficoltà

Difficulty



Quota max.

Max altitude

2360 m

Quota min.

Min altitude

1594 m

Dislivello

Height difference

766 m

Dislivello salita

Elevation gain

835 m

Dislivello discesa

Elevation drop

835 m

Pend. max. salita

Max grad. ascent

30 %

Pend. max. discesa

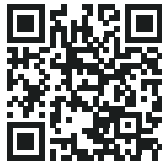
Max grad. descent

23 %

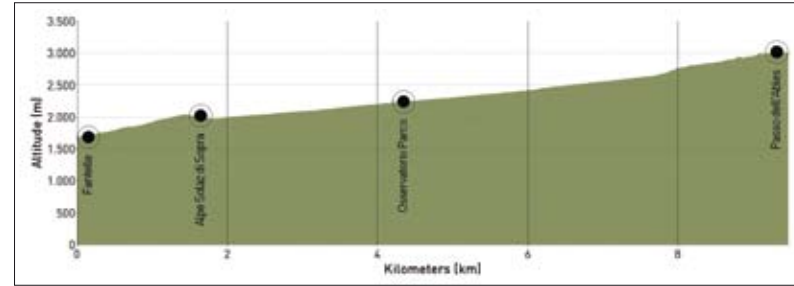
PASSO DELL'ABLES

Le Fantelle - Alpe Solaz di Sopra - Passo dell'Ables

Dalla frazione Le Fantelle a Madonna dei Monti si imbecca il tracciato in salita S547.1 che porta all'Alpe Solaz di sopra. Da qui, si continua lungo il sent. S531 in un ambiente ormai aperto e a tornanti. Con una lunga traversa si supera una vecchia frana e si sale quindi alle praterie dell'Alpe Cristallo, dove si attraversa un'evidente linea di trincee a lunetta scavate nella terra ed ormai completamente inerbate. Più in alto si affronta una ripida fascia di ghiaioni sfruttando quanto resta della mulattiera. Si giunge così ai piedi della scarpata terminale. La mulattiera attraversa in galleria un costone e si alza ripidamente toccando due ricoveri in grotta. Nei pressi della cresta ci si trova di fronte a un bivio: a destra il Passo Ables e a sinistra il bivacco Provolino, che si raggiunge dopo aver superato una postazione blindata di artiglieria e un osservatorio in grotta.



From the hamlet of Le Fantelle in Madonna dei Monti, take path S547.1 uphill to the Alpe Solaz di Sopra. From here continue along path S531. After a long traverse over an old landslide you climb to the meadows of the Alpe Cristallo, where you cross a line of curving trenches dug in the ground, now completely overgrown. Higher up you cross a steep scree using what is left of the mule track to reach the foot of the final escarpment. The mule track bypasses a crag through a tunnel and rises steeply past two shelters in caves. Near the ridge there is a fork: to the right is the Ables Pass and to the left the Provolino bivouac, which you reach after passing a protected artillery position and an observation post in a cave.



Partenza / Start

Le Fantelle

Arrivo / Finish

Passo dell'Ables



Lunghezza
Length

9,8 km

Durata
Time

4 h 34 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude

3013 m

Quota min.
Min altitude

1680 m

Dislivello
Height difference

1333 m

Dislivello salita
Elevation gain

1398 m

Dislivello discesa
Elevation drop

65 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent

30 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent

13 %

PASSO ZEBRÙ

Rifugio Pizzini - Passo Zebrù - Rifugio Quinto Alpini - Baita del Pastore - Rifugio Campo - Niblogo

Dal rifugio Pizzini (raggiungibile a piedi dal parcheggio dei Forni in ca. 2:00 h, oppure con servizio taxi in fuoristrada) si imbecca il sent. S529 verso il passo Zebrù, un sentiero facilmente percorribile, lungo il quale si possono ammirare il maestoso Gran Zebrù e le trincee della Guerra Mondiale. Dal passo inizia una discesa ripida e panoramica. Dopo il primo tratto, la pendenza si fa più tranquilla e si raggiunge un bivio. La camminata prosegue sul sent. S529.1, a mezza costa, lungo i ghiaioni ai piedi della Cima Miniera, fino ad un nuovo bivio. Qui inizia una salita regolare, che porta al Rifugio Quinto Alpini, dove si ha una vista spettacolare sull'intera vallata. Dal rifugio inizia poi la discesa, che, per il primo tratto, coincide con il tracciato percorso in salita e poi prosegue sul sent. S516 fino a raggiungere la Baita del Pastore. Da qui la discesa diventa più agevole sulla strada carrabile S529 della Val Zebrù, passa per il rifugio Campo ed arriva infine, al parcheggio di Niblogo.



From the Pizzini Refuge (reachable by foot from the Forni Refuge parking area in around 2 hours, or utilizing the 4x4 taxi service) take the easy path S529 towards the Zebrù Pass, from which you can admire the majestic Gran Zebrù and the trenches of the First World War. The descent from the pass is steep but panoramic. After the first stretch it levels off and you come to a fork. Continue on path S529.1 across the scree at the foot of Cima Miniera to another fork. From here climb up to the Quinto Alpini Refuge with its spectacular views of the entire valley. From the refuge descend initially by the way you came, then continue on path S516 to the Baita del Pastore. From here, the descent is easier along bridleway S529 in the Val Zebrù, passing via the Campo Refuge and finally arriving at the parking area at Niblogo.



Partenza / Start **Rifugio Pizzini**
Arrivo / Finish **Niblogo**



Lunghezza
Length
19,2 km

Durata
Time
6 h 49 min.

Difficoltà
Difficulty

Quota max.
Max altitude
3000 m

Quota min.
Min altitude
1588 m

Dislivello
Height difference
1412 m

Dislivello salita
Elevation gain
844 m

Dislivello discesa
Elevation drop
1817 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
43 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
38 %

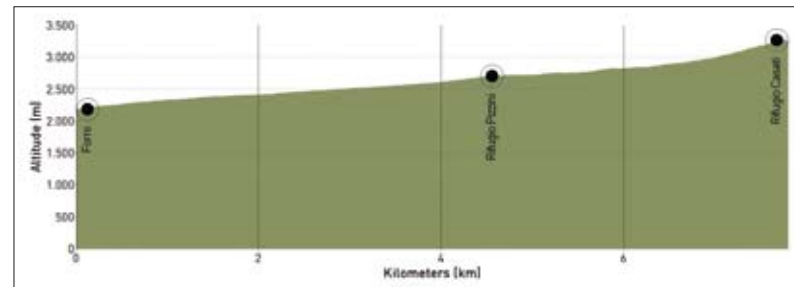
RIFUGIO CASATI

Forni - Val Cedec - Rifugio Pizzini - Rifugio Casati

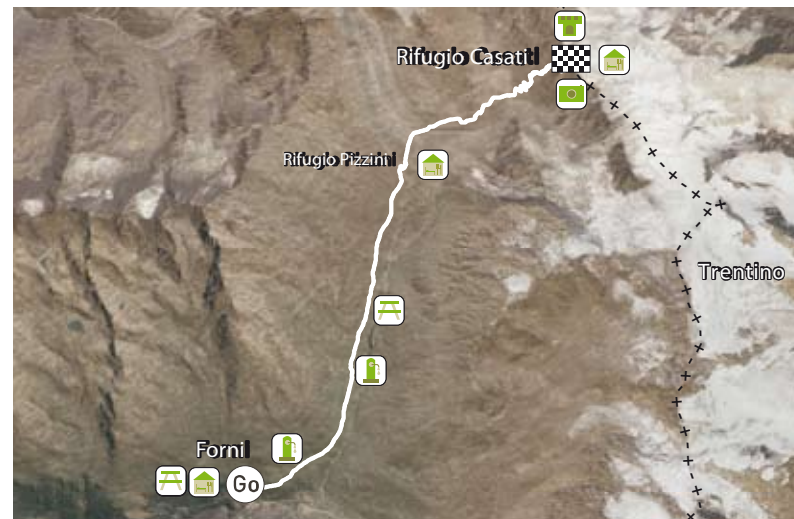
Dai Forni si imbecca verso nord la strada, abbastanza ripida, che risale verso monte con qualche svolta, fino ad imboccare il sent. S555 che porta al Rifugio Pizzini. Dal qui si continua verso monte lungo la strada carrabile S528, fino alla teleferica. Ci si trova dinnanzi un grandioso spettacolo d'alta montagna: a sinistra i passi dello Zembrù e la Cima delle Pale Rosse; di fronte la cresta pianeggiante, a tratti orlata di ghiacci; a destra le masse nevose del Monte Cevedale e Pasquale. A quota 2744 m si costeggiano i Laghi di Cedèc, ormai interrati. Un ripido strappo e si è ad un dosso. A sinistra si attraversa uno dei rami sorgentizi del torrente Cedèc e si inizia a risalire a stretti zig-zag la ripida costa. Presto si è al Passo del Cevedale, oltre il quale si scende al Rifugio Casati, a quota 3254 m.



From Forni take the quite steep and winding road northwards then take path S555 to the Pizzini Refuge. From here continue up along bridleway S528 to the cable car. There is a wonderful panorama of the high mountains: to the left are the passes of the Zembrù and Cima delle Pale Rosse, opposite is the flat ridge, sometimes edged with ice, while to the right are the snowy massifs of Monte Cevedale and Pasquale. At an altitude of 2,744 m you pass the Cedèc lakes, now filled in. A steep section leads you to a rise: to the left you cross one of the streams feeding the River Cedèc and start to climb a narrow zigzag up the steep slope. You soon reach the Cevedale Pass, after which you descend to the Casati Refuge at an altitude of 3,254 m.



Partenza / Start **Forni**
Arrivo / Finish **Rifugio Casati**



Lunghezza
Length

8 km

Durata
Time

3 h 31 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude

3260 m

Quota min.
Min altitude

2177 m

Dislivello
Height difference

1083 m

Dislivello salita
Elevation gain

1083 m

Dislivello discesa
Elevation drop

0 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent

32 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent

0 %

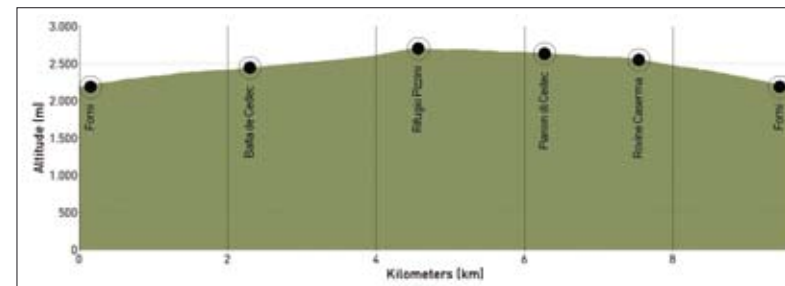
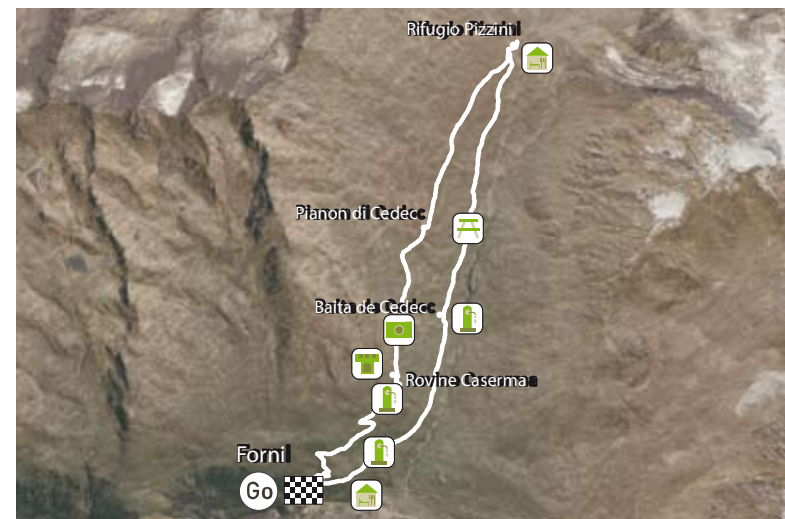
RIFUGIO PIZZINI

Forni - Baita de Cedec - Rifugio Pizzini - Pianon di Cedec - Rovine Caserma - Forni

Dall'albergo Ghiacciaio dei Forni si imbecca verso nord la stradetta che sale verso monte, abbastanza ripida e con qualche svolta, fino ad imboccare la strada carrabile S555, lungo il versante sinistro della Val Cedec. Il percorso si snoda attraverso i pascoli e offre una vista meravigliosa, prima sul Ghiacciaio dei Forni e poi sul Gran Zebrù (3857 m). Dopo il primo tratto di salita, si oltrepassa la Baita de Cedec trascurando le deviazioni che portano sul lato opposto della valle. Il sentiero ha un andamento pianeggiante, fino ai piedi del Rifugio Pizzini, a quota 2706 m. Si scende poi lungo il sent. S528, lungo il quale, passando per Pianon di Cedec e Rovine Caserma, si possono incontrare alcune trincee risalenti alla Prima Guerra Mondiale. Il percorso, pianeggiante nel primo tratto, si snoda lungo un sentiero immerso nei pascoli, fino a raggiungere l'ultima discesa che porta al rifugio Forni.



From the Ghiacciaio dei Forni Hotel ascend the small, steep and winding road northwards until you reach bridleway S555 along the left-hand side of Val Cedec. The path runs through meadows and offers wonderful views, first of the Forni Glacier and then of Gran Zebrù (3,857 m). After the first stretch you pass the Baita de Cedec, ignoring the paths to the opposite side of the valley. The trail is flat to the foot of the Pizzini Refuge at an altitude of 2,706 m. Descend along path S528: as you pass Pianon di Cedec and a ruined barracks you may see trenches dating from the First World War. The path, flat at first, winds through meadows until you reach the last descent that leads to the Forni Refuge.

Partenza / Start **Forni**Arrivo / Finish **Forni**Lunghezza
Length**9,8 km**Durata
Time**3 h 16 min.**Difficoltà
DifficultyQuota max.
Max altitude**2697 m**Quota min.
Min altitude**2180 m**Dislivello
Height difference**517 m**Dislivello salita
Elevation gain**517 m**Dislivello discesa
Elevation drop**517 m**Pend. max. salita
Max grad. ascent**15 %**Pend. max. discesa
Max grad. descent**17 %**

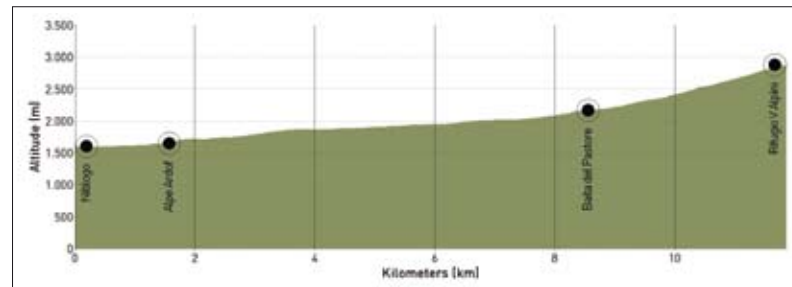
RIFUGIO QUINTO ALPINI

Niblogo - Alpe Ardof - Val Zebrù - Baita del Pastore - Rifugio Quinto Alpini

Dal parcheggio di Niblogo a Madonna dei Monti si imbecca la strada carrabile S529. Si percorre tutta la Val Zebrù e si raggiungono le Baite di Campo e la Baita del Pastore. Dalla Baita del Pastore si prosegue verso monte lungo il sent. S516, ripido, che si innalza a tornanti fino a quota 2500 m s.l.m. dove si possono ammirare la Cima Trafoi e il Gran Zebrù. Di fronte, verso nord, da notare la pala rocciosa di calcare del Sasso Rotondo con i passi dei Volontari e dei Camosci, importanti transiti verso il Passo Stelvio durante la Grande Guerra. Raggiunta la partenza dell'ex teleferica del Rifugio Quinto Alpini, si continua lungo il sent. S516, dove una salita regolare tra bianche pietraie e morene, si snoda a tornanti in una conca circondata da caratteristiche torri di aspetto quasi dolomitico. Un ultimo traverso porta al Rifugio Quinto Alpini. Prestando attenzione è possibile vedere qualche esemplare di camoscio al pascolo.



From the parking area at Niblogo, at Madonna dei Monti, take bridleway S529 through the entire Val Zebrù to the Baite di Campo and Baita del Pastore, from which you continue up along the steep and winding path S516 to a height of 2,500 metres above sea level, with views of the Cima Trafoi and the Gran Zebrù. Opposite, to the north, note the rocky limestone face of the Sasso Rotondo and the Passo dei Volontari and dei Camosci, major transit routes to the Stelvio Pass during the Great War. From the bottom of the former cable car up to the Quinto Alpini Refuge, continue along path S516 with a regular climb through white screes and moraines winding through a bowl surrounded by distinctive towers, almost like the Dolomites. A final traverse brings you to the Quinto Alpini Refuge, where chamois can sometimes be seen grazing.



Partenza / Start **Niblogo**
Arrivo / Finish **Rifugio Quinto Alpini**



Lunghezza
Length
12,1 km

Durata
Time
4 h 59 min.

Difficoltà
Difficulty

Quota max.
Max altitude
2873 m

Quota min.
Min altitude
1595 m

Dislivello
Height difference
1278 m

Dislivello salita
Elevation gain
1278 m

Dislivello discesa
Elevation drop
0 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
24 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
0 %



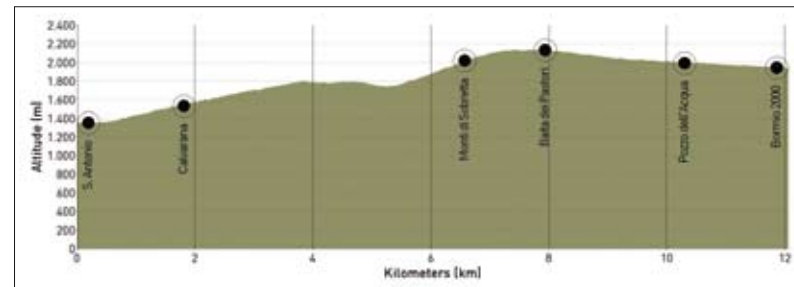
SANT'ANTONIO - BORMIO 2000

Sant'Antonio - Calvarana - Monti di Sobretta -
Baita dei Pastori - Pozzo dell'Acqua - Bormio 2000

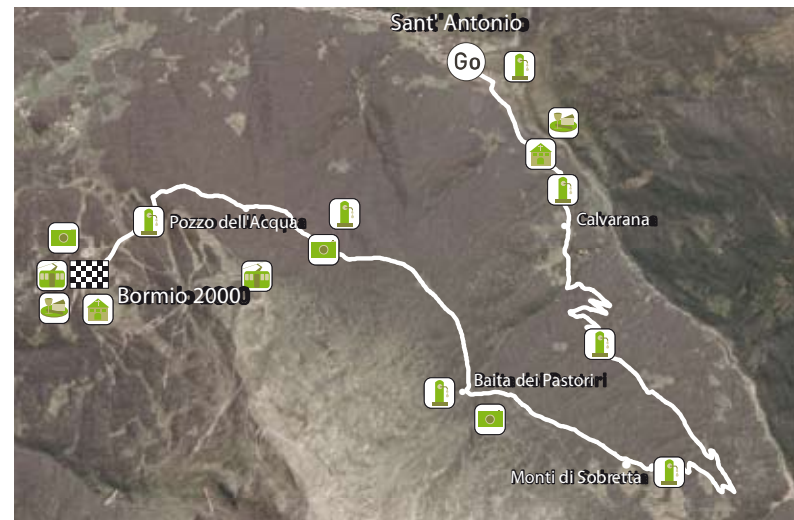
Dal ponte di Sant'Antonio a Valfurva si imbecca la strada carrabile S550, che sale fino alle baite di Calvarana di sotto. Si prosegue lungo il tracciato finchè, nei pressi della Val Calvarana, si incontra un bivio: si continua dritti nel fitto bosco, si supera il torrente lungo la mulattiera S522 e, superato Sobrettorca, dopo un lungo mezzacosta, si raggiunge la pista forestale nei pressi dei Monti di Sobretta di Sotto. Si percorre la pista verso monte, con tratto iniziale di ripida salita e alcuni tornanti. Il percorso continua più dolcemente lungo il sent. S543 e supera la Val di Calvarana per poi pianeggiare lungamente nella bellissima cembreta del Vallecetta sino a sbucare nei pressi delle costruzioni e degli impianti di risalita di Bormio 2000.



From the bridge of Sant'Antonio in Valfurva take bridleway S550 up to the mountain huts at Calvarana di Sotto. Continue until, near the Val Calvarana, you come to a fork: continue straight on into thick woods, cross the stream along trail S522 and after Sobrettorca, a long climb brings you to the forest track near Monti of Sobretta di Sotto. Take the track uphill, with an initial steep stretch and some bends. The trail continues along the gentler path S543 through the Val di Calvarana, then there is a long flat stretch through the beautiful Swiss pine forest of Vallecetta until you emerge near the buildings and ski lifts of Bormio 2000.



Partenza / Start **Sant'Antonio**
Arrivo / Finish **Bormio 2000**



Lunghezza
Length
12,3 km

Durata
Time
4 h 4 min.

Difficoltà
Difficulty

Quota max.
Max altitude
2131 m

Quota min.
Min altitude
1348 m

Dislivello
Height difference
783 m

Dislivello salita
Elevation gain
826 m

Dislivello discesa
Elevation drop
234 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
17 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
4 %

SENTIERO GLACIOLOGICO ALTO

Rifugio Forni - Sentiero glaciologico alto - Ponti tibetani - Rifugio Branca - Rifugio Forni

Dal Rifugio Forni si imbecca il sent. S524 sulla destra del torrente Frodolfo e si devia a destra lungo il sentiero glaciologico alto segnato da triangolo giallo. Il sentiero offre un vista magnifica sul Ghiacciaio dei Forni, sul monte Gran Zebrù e sulla Val Cedec.

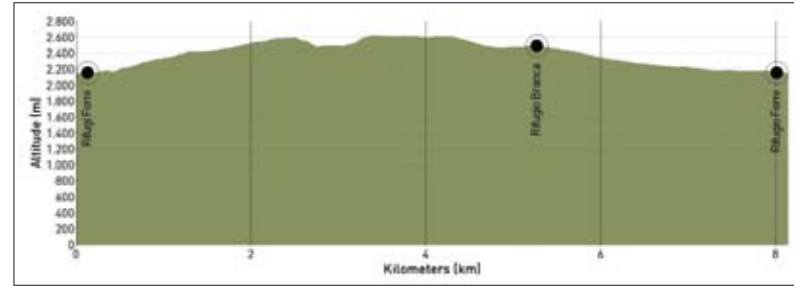
Lungo il percorso sono presenti fortini e resti della Prima Guerra Mondiale.

Dal Rifugio Branca si segue la strada carrabile S530, che porta di nuovo al Rifugio dei Forni.



From the Forni Refuge take path S524 on the right of the Frodolfo stream. It is an undemanding climb with magnificent views of the Forni Glacier up to the foot of the glacier, where you cross the two Tibetan bridges. After crossing the lower part of the glacier, continue along the trail to the Branca Refuge. There are 10 waypoints that relate the present and past life of the glacier.

Small information panels indicate the types of terrain produced by the Ice Age. From the Branca Refuge follow bridleway S530 back to the Forni Refuge.



Partenza / Start Rifugio Forni

Arrivo / Finish Rifugio Forni



Lunghezza
Length

8,5 km

Durata
Time

3 h 23 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude

2620 m

Quota min.
Min altitude

2141 m

Dislivello
Height difference

479 m

Dislivello salita
Elevation gain

727 m

Dislivello discesa
Elevation drop

726 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent

37 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent

43 %

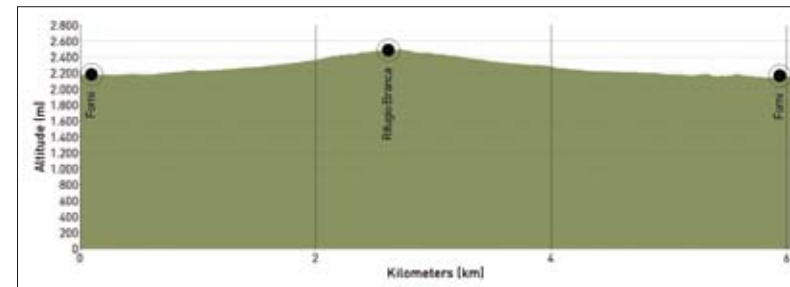
SENTIERO GLACIOLOGICO BASSO

Forni - Rifugio Branca - Forni

Dall'albergo Ghiacciaio dei Forni si imbecca la strada carrabile S530 portandosi non lontano da un minuscolo laghetto artificiale dove giungeva, poco più di un secolo fa, la colata del Ghiacciaio dei Forni. La strada sale sempre più intagliata sul pendio, dopo aver lasciato a sinistra il tratturo per la Malga dei Forni. Un paio di tornanti e la carrareccia aggira uno sperone roccioso per giungere al Rifugio Branca (2493 m). Dal rifugio si gode una vista grandiosa sui ghiacciai e le cime della zona, in particolare sul Monte San Matteo. Dal rifugio si scende al Lago di Rosole, tipico esempio di specchio d'acqua originatosi per lo sbarramento da parte della morena destra del ghiacciaio dei Forni, e si prosegue lungo il sent. S524 che ritorna al Rifugio Forni.



From the Ghiacciaio dei Forni Hotel take bridleway S530 which passes close to a small artificial lake down to which the Forni Glacier flowed a little more than a century ago. The road climbs, carved into the slope, leaving the track to the Malga dei Forni on the left. After some bends the cart trail rounds a rocky outcrop and comes to the Branca Refuge (2493 m), where you can enjoy magnificent views over the glaciers and peaks of the area, particularly Monte San Giacomo, with its numerous wartime relics, and over the "Glaciological Trail". From the refuge descend to the Lake of Rosole, a typical example of a body of water created by the barrier formed by the righthand moraine of the Forni glacier, then continue along path S524 to return to the Forni Refuge.

Partenza / Start **Forni**Arrivo / Finish **Forni**Lunghezza
Length**6,2 km**Durata
Time**2 h 9 min.**Difficoltà
DifficultyQuota max.
Max altitude**2494 m**Quota min.
Min altitude**2144 m**Dislivello
Height difference**350 m**Dislivello salita
Elevation gain**335 m**Dislivello discesa
Elevation drop**352 m**Pend. max. salita
Max grad. ascent**14 %**Pend. max. discesa
Max grad. descent**16 %**



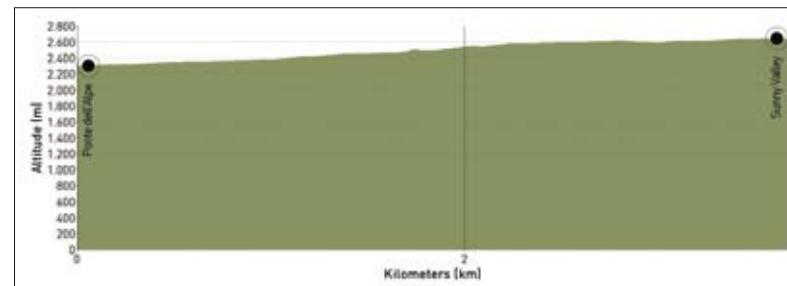
VALLE DELL'ALPE

Ponte dell'Alpe - Valle dell'Alpe - Sunny Valley

Da Santa Caterina Valfurva si raggiunge con l'auto il Ponte dell'Alpe sulla strada che porta al Passo Gavia. In questo punto, dove si imbocca il sent. S519, è ancora possibile scovare i resti di insediamenti dell'epoca mesolitica. Il tracciato è inizialmente un percorso a mezza costa, che si snoda tra i pascoli e costeggia il torrente dell'Alpe. Dopo un primo tratto in salita, si arriva ad un bivio e si imbocca verso monte il sent. S565. La salita è agevole e, ad un certo punto, si incontra una grotta denominata "Grotta dell'Edelweiss" per la caratteristica presenza in zona di stelle alpine. Il sentiero prosegue tra i resti di trincee e fortini della Grande Guerra fino a raggiungere il Rifugio Sunny Valley, a quota 2775 m.



From Santa Caterina Valfurva drive to the Ponte dell'Alpe on the road to the Gavia Pass. Take path S519, where you can still find the remains of settlements from the Mesolithic age. The path first winds up through meadows and along the Alpe stream. After the initial climb you come to a junction and continue up path S565. The climb is easy and you pass the cave named the "Grotta dell'Edelweiss" in an area known for the presence of edelweiss. The trail continues through the remains of trenches and forts from the Great War up to the Sunny Valley Refuge at an altitude of 2,775 m.



Partenza / Start **Ponte dell'Alpe**
Arrivo / Finish **Sunny Valley**



Lunghezza
Length

3,8 km

Durata
Time

1 h 22 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude

2642 m

Quota min.
Min altitude

2300 m

Dislivello
Height difference

342 m

Dislivello salita
Elevation gain

410 m

Dislivello discesa
Elevation drop

70 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent

36 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent

35 %

BAITE FÒ

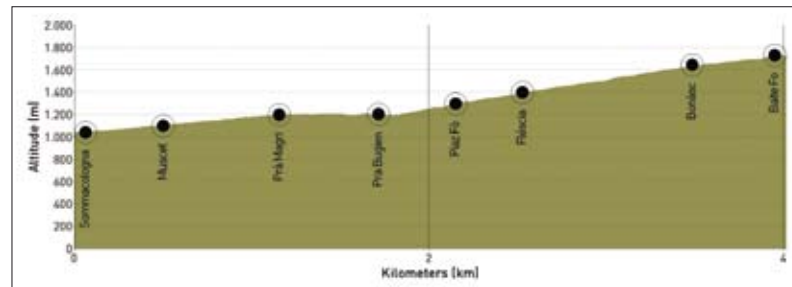
Sommacologna - Muscet - Prà Magri - Prà Bugien -
Piaz Fò - Fléscia - Bonàsc - Baite Fò

Dopo l'abitato di Sommacologna si prosegue con automezzi lungo il sent. N268 fino a Prà Bugien e si posteggia. Un tratto piano e breve porta al torrente Migiondo: si oltrepassa attraversando la mulattiera.

Si raggiungono le baite di Piaz Fò e subito dopo quelle di Flescìa. In alto si trova l'abitato di Fò, con baite ben conservate in pietra e legno. Se si è un po' fortunati, lungo tutto il percorso è possibile vedere scoiattoli e nocciaiaie. Dall'abitato di Fò si può ammirare nella sua maestosità la cima del Monte Storile.

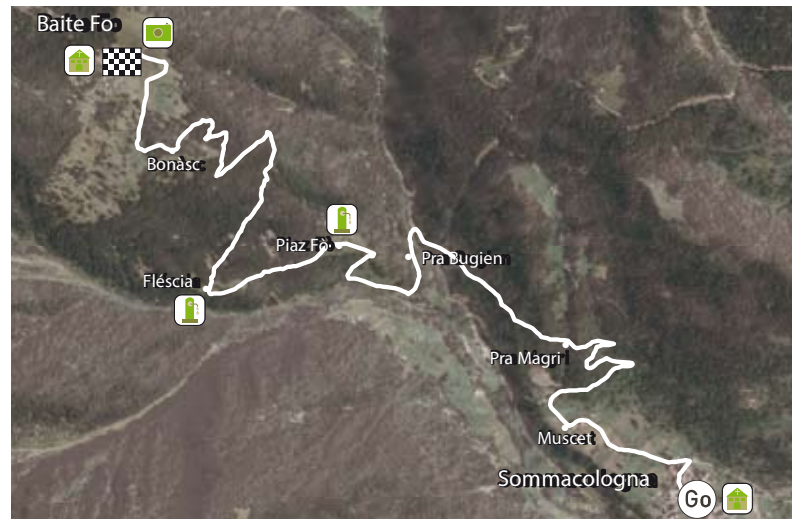


After the village of Sommacologna continue by car along path N268 to Prà Bugien where you park. A short flat stretch leads to the Migiondo stream: cross via the mule track, then continue to the mountain huts of Piaz Fò and then Flescìa. Above is the village of Fò, with its well-preserved mountain huts of stone and wood. If you are lucky, along the way you may see squirrels and nutcrackers. From the village of Fò you can admire the majestic summit of Monte Storile.



Partenza / Start **Sommacologna**

Arrivo / Finish **Baite Fò**



Lunghezza
Length

4,2 km

Durata
Time

2 h 9 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude

1728 m

Quota min.
Min altitude

1038 m

Dislivello
Height difference

690 m

Dislivello salita
Elevation gain

703 m

Dislivello discesa
Elevation drop

12 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent

22 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent

4 %

LAGO DI POLLORE

Fontanaccia - La Pontéla - Le Gande - Baite Macoggia - Gnéra - Pollore - Lago di Pollore

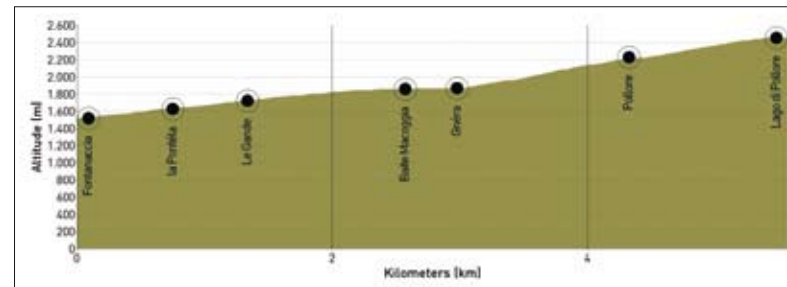
Si parte dal parcheggio di Fontanaccia, sopra l'abitato di Fumero, lungo la mulattiera militare S562 che risale la valle di Rezzalo costeggiando il torrente Rezzalasch e giunge a La Pontéla. Si prosegue lungo la valle raggiungendo le baite de Li Ghènda. Superato i Picac si giunge alla Macoggia, dove si apre l'ampia piana di S. Bernardo.

Dopo la chiesetta, in località Gnéra, sulla sinistra si inerpicia il sent. S537 per Pollore. Superate le baite il percorso continua lungo il sentiero segnalato da un cartello con l'indicazione per i laghi. Dopo circa un'ora di cammino, superato un dosso, si possono vedere i laghetti di Pollore. Da qui si apre una stupenda veduta sull'arco alpino Serottini/Saoretta.



From the parking area of Fontanaccia, above the village of Fumero, take the military track S562 that goes up the Rezzalo Valley along the Rezzalasch stream to La Pontéla. Continue along the valley to the mountain huts of Li Ghènda. After Picac you reach Macoggia and the wide plateau of San Bernardo.

After the small church in Gnéra, take path S537 on the left up to Pollore. The path continues past the mountain huts along the trail with a sign indicating the lakes. After an hour or so of walking you cross a rise and can see the lakes of Pollore. From here you have wonderful views over the mountain range from Serottini to Saoretta.



Partenza / Start **Fontanaccia**
 Arrivo / Finish **Lago di Pollore**



Lunghezza
Length
5,8 km

Durata
Time
2 h 50 min.

Difficoltà
Difficulty



Quota max.
Max altitude
2450 m

Quota min.
Min altitude
1512 m

Dislivello
Height difference
938 m

Dislivello salita
Elevation gain
938 m

Dislivello discesa
Elevation drop
0 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
23 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
0 %

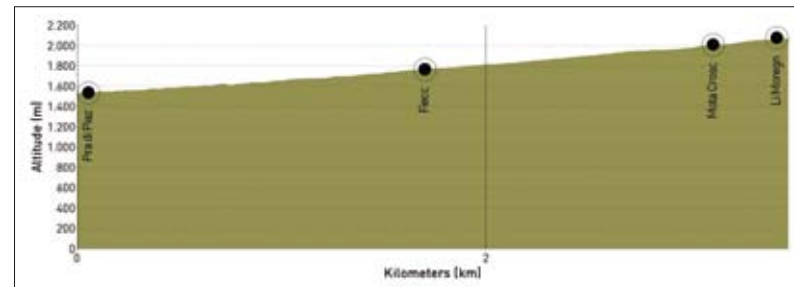
LI MOREGN

Prà Di Piaz - Fiecc - Mota Crosc - Li Moregn

Da Sondalo si raggiunge la Cava di quarzo. Dopo il piazzale della cava si segue la strada N271 per Esc fino ad incontrare il sent. N269.1 che si stacca sulla sinistra. Il sentiero passa a margine dei prati e poi si inoltra nel bosco di abeti fino a Fiecc. Dopo un breve tratto ripido e sassoso, si raggiungono le baite de Li Mota dove il bosco di abeti lascia il posto a quello di larici. Da Li Mota si segue il muraglione che delimita i prati, per poi salire gradatamente ad ampi tornanti fino ai poggi rocciosi di Mota Crosc dove si incontra una roggia che deriva le acque della Val del Corn. Questo posto è un punto panoramico interessante e uno dei più curiosi del Comune di Sondalo. Sul poggio più alto, dove c'è una piccola radura, si stacca sulla sinistra il sentiero che porta in poco più di un quarto d'ora a Li Moregn, da dove si può ammirare l'intera conca di Sondalo e le montagne che la circondano.



From Sondalo you reach the quartz quarry. From the quarry area, follow road N271 towards Esc until you reach path N269.1 that branches off to the left. The trail passes the edge of the meadows and then enters woods of fir trees up to Fiecc. A short, steep and rocky stretch brings you to the mountain huts of Li Mota where the fir forest gives way to larch. From Li Mota follow the wall between the fields, then climb gradually in wide turns to the rocky tops of Mota Crosc where there is an irrigation ditch that diverts the waters from the Val del Corn. This place offers an interesting panorama and is one of the most curious in Sondalo. On the highest hill, where there is a small clearing, the path branches off to the left and leads in little more than a quarter of an hour to Li Moregn, from where you can admire the entire valley of Sondalo and the mountains that surround it.



Partenza / Start Prà di Piaz

Arrivo / Finish Li Moregn

Lunghezza
Length**3,6 km**Durata
Time**1 h 40 min.**Difficoltà
DifficultyQuota max.
Max altitude**2072 m**Quota min.
Min altitude**1529 m**Dislivello
Height difference**543 m**Dislivello salita
Elevation gain**543 m**Dislivello discesa
Elevation drop**0 m**Pend. max. salita
Max grad. ascent**20 %**Pend. max. discesa
Max grad. descent**0 %**



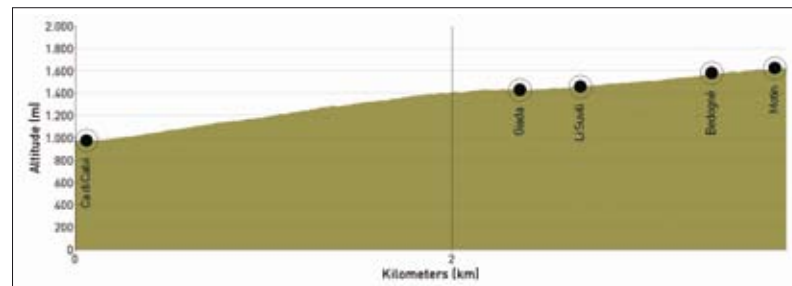
MOTIN

Cà di Calvi - Giada - Li Suvili - Bedognè - Motin

Si posteggia l'auto appena dopo l'abitato di Le Prese, alla Cà di Calvi (960 m). Un'ampia mulattiera, passando da Giada, sale per stretti tornanti in un bosco di pino silvestre. A 1140 m vi è una piccola Cappella. Si giunge quindi alle baite Li Suvili (1390 m) e, per una mulattiera pianeggiante, alle baite di Bedognè e quindi al Motin (1645 m), da dove si può ammirare uno stupendo panorama. Bella vista sull'imboccatura della Valle di Rezzalo, sulla Catena dei Serottini e le Baite di Profa. In questa zona le baite sono ben frequentate durante tutto l'anno per la buona esposizione.



Park your car just after the village of Le Prese at the Cà di Calvi (960 m). On a wide mule track, via Ceresè and Giada, you climb narrow bends through a forest of Scots pines. At 1140 m there is a small chapel. You then reach the mountain huts of Li Suvili (1,390 m) and, via a flat mule track, the mountain huts of Bedogne and then Motin (1,645 m), from where you can admire the wonderful panorama. There are beautiful views of the mouth of the Valle di Rezzalo, the Serottini chain and the mountain huts of Profa. In this area the mountain huts are very popular throughout the year on account of their sunny location.



Partenza / Start Cà di Calvi

Arrivo / Finish Motin

Lunghezza
Length**4 km**Durata
Time**1 h 56 min.**Difficoltà
DifficultyQuota max.
Max altitude**1623 m**Quota min.
Min altitude**973 m**Dislivello
Height difference**650 m**Dislivello salita
Elevation gain**650 m**Dislivello discesa
Elevation drop**0 m**Pend. max. salita
Max grad. ascent**29 %**Pend. max. discesa
Max grad. descent**0 %**



TOUR PANORAMICO DI BOERO

Frontale - Pravadina - Asola - Boero di Sotto -
La Pezza - La Flescia - Macaniin - Frontale

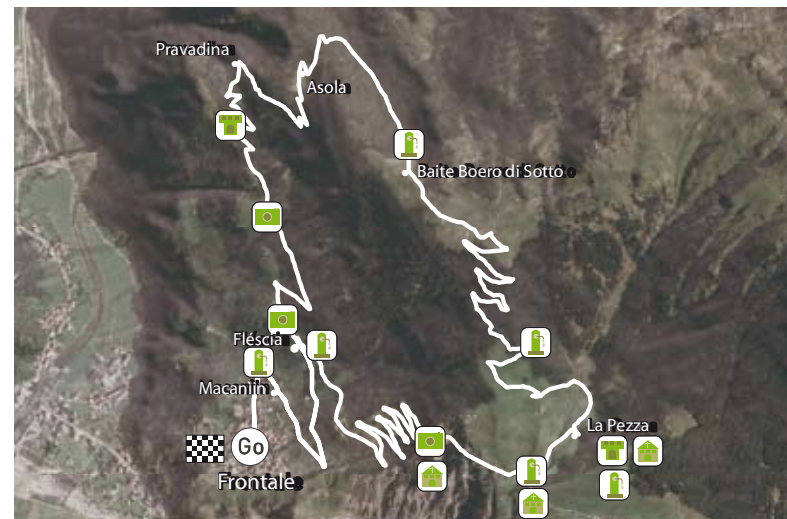
Il percorso parte dalla frazione di Frontale a Sondalo. Si prosegue poi sulla strada per Fumero fino al tornante della Flescia da dove si diparte la mulattiera S518 per Pravadina. Seguendo il sentiero si passa da Clamezen e si arriva a Pravadina. Si giunge alle baite di Asola poi a quelle di Boero, adagate su una terrazza panoramica a dominio dell'Alta Valtellina. Dalle baite di Boero di sotto si prosegue fino a quelle di Masuon. A questo punto si scende lungo il sent. S539 e si raggiungono le località Baite Agac e La Pezza, per arrivare fino a Fumero. Si segue la strada comunale che attraversa i Dos per arrivare alla Flescia e quindi a Frontale. In queste zone ha origine la capra Frontalasca denominata anche Frisa Valtellinese, note per la produzione di carne, l'elevata gemellarità e incrementi di peso dei capretti.



The path starts from the village of Frontale in Sondalo, then continues on the road to Fumero down to the bend at Flescia from where the mule track S518 branches off to Pravadina. Following the trail you pass Clamezen on the way to Pravadina. You reach the mountain huts of Asola then those of Boero, set on a panoramic terrace overlooking the Alta Valtellina. From the huts of Boero di Sotto continue to those at Masuon. At this point, take path S539 down to Baite Agac and La Pezza and finally Fumero. Follow the road across the Dos to Flescia and then Frontale. This area is the home of the Frontalasca goat, also called the Frisa Valtellinese, known for its meat, the high incidence of twin births and the weight gain of its kids.



Partenza / Start **Frontale**
Arrivo / Finish **Frontale**



Lunghezza
Length
11,8 km

Durata
Time
4 h 16 min.

Difficoltà
Difficulty

Quota max.
Max altitude
1913 m

Quota min.
Min altitude
1161 m

Dislivello
Height difference
752 m

Dislivello salita
Elevation gain
752 m

Dislivello discesa
Elevation drop
748 m

Pend. max. salita
Max grad. ascent
16 %

Pend. max. discesa
Max grad. descent
21 %



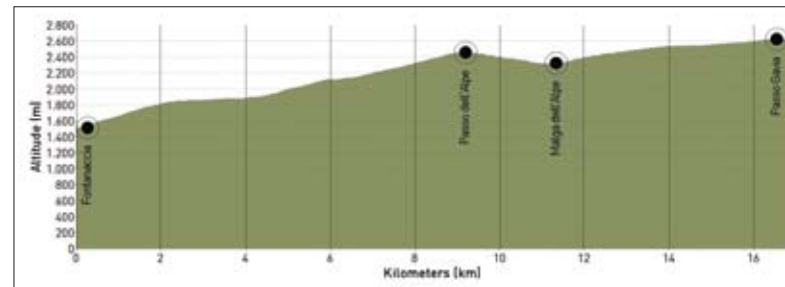
VAL DI REZZALO - PASSO GAVIA

Fontanaccia - Val di Rezzalo - Passo dell'Alpe - Valle di Gavia - Malga dell'Alpe - Passo Gavia

Partendo dal parcheggio di Fontanaccia, sopra l'abitato di Fumero, la mulattiera militare S562 risale la valle di Rezzalo costeggiando il torrente Rezzalasch e raggiunge in breve La Pontela. Proseguendo si giunge alle baite de Li Ghènda. Superato i Picac si apre l'ampia piana di San Bernard. Si incontrano poi i fienili di Malnio e per ultimo Ronzoon. Attraversato il torrente al Pont del Mérlo si risale la bastionata del Sascel, lasciando sulla sinistra le baite e i prati del Li Teg(h)iàscia percorre gli ampi pascoli dei Pièn Di Tèrmen fino al Pass De l'Alp dove si possono ancora vedere tutto intorno i camminamenti, le fortificazioni e le trincee della 1a Guerra Mondiale. Seguendo il sentiero sulla destra del torrente Alp si giunge alla S.S. del Gavia per raggiungere il Passo.



From the car park at Fontanaccia, above the village of Fumero, the military track S562 goes up the Valle di Rezzalo along the Rezzalasch stream and soon reaches La Pontela, then continues to the huts of Li Ghènda. After Picac is the wide plateau of San Bernardo, then the barns of Malnio and finally Ronzoon. Cross the river at the Pont del Mérlo and climb up the ramparts to Sascel, with on the left the mountain huts of Cambugaton. You arrive at Clev with its picturesque drystone huts. After passing the chalets and meadows of Li Teg(h)iàscia on the left, the path crosses the wide pastures at Pièn Di Tèrmen up to the Pass de l'Alp where you can still see the dugouts, fortifications and trenches of the First World War. Following the path on the right-hand side of the Alp stream you reach the Gavia road up to the Gavia Pass.



Partenza / Start **Fontanaccia**
 Arrivo / Finish **Passo Gavia**

Lunghezza
 Length
17 km

Durata
 Time
5 h 19 min.

Difficoltà
 Difficulty



Quota max.
 Max altitude
2620 m

Quota min.
 Min altitude
1511 m

Dislivello
 Height difference
1109 m

Dislivello salita
 Elevation gain
1243 m

Dislivello discesa
 Elevation drop
133 m

Pend. max. salita
 Max grad. ascent
17 %

Pend. max. discesa
 Max grad. descent
5 %



Uffici turistici | Tourist offices

bormio.eu
+39 0342 903300
info@bormio.eu

Bormio

Via Roma 131/b - 23032 - Bormio (So)
info.bormio@bormio.eu

Valdidentro

Piazza IV Novembre 1 - 23038 - Isolaccia Valdidentro (So)
info.valdidentro@bormio.eu

Valdisotto

Via Roma 55 - 23030 - Cepina Valdisotto (So)
info.valdisotto@bormio.eu

Valfurva

Piazza Magliavaca 4 - 23030 - S. Caterina Valfurva (So)
info.valfurva@bormio.eu

Sondalo

Via Verdi 2/a - 23035 - Sondalo (So)
info.sondalo@bormio.eu

Numeri utili | Useful numbers

NUE (Numero Unico Europeo di Emergenza)

Unique Emergency Number in Europe
112

Carabinieri

Police station (national)
+39 0342 903700

Guardia di Finanza

Finance Ministry's Police
+39 0342 904686

Vigili del Fuoco

Fire Department
+39 0342 951181

Punto Info Parco Nazionale dello Stelvio

Info Point Stelvio National Park
+39 0342 901654

Continuità Assistenziale Medica

Medical assistance
116 117

Ospedale di Sondalo

Hospital in Sondalo
+39 0342 808111

Servizio taxi e trasporti | Taxi and transportation

Stazione Autobus

Bus station
+39 0342 905090
+39 0342 701200

Ferrovia Retica RHB

Bernina line train station
+41 81 288 54 41

Ferrovia TreNord

Train station
+39 02 72494949

Informazioni sui taxi

Taxi information
+39 0342 903300

Meteo | Weather

Centro Nivometeorologico

Weather and Avalanche Center
+39 0342 914400

Bollettino Meteonivologico C.F.S.

Weather and Avalanche Bulletin
www.meteomont.org



Legenda | Legend

Icone servizi | Facilities icons

	Chiesa / Santuario Church / Sanctuary		Fonte d'acqua Water source		Fortificazione Fortification		Ristoro Mountain restaurant
	Funivia Cableway		Località termale Spa resort		Panorama Panorama		Parco Nazionale dello Stelvio Stelvio National Park
	Pic-nic Picnic area		Punto info Info point		Rifugio Mountain hut		

VASP Zona con possibilità di pedaggio. Info: uffici turistici
Zone with seasonal tolls. Info: the tourist offices

La presente guida ha esclusivamente finalità informativa.
Non si assume alcuna responsabilità per eventuali danni legati alle attività escursionistiche ed allo stato dei percorsi.

This guide is for information purposes only.
We assume no responsibility for any damage related to any outdoor activities, or to the usability of the routes depicted.

Percorribilità | Ways of travelling



Trekking
Hiking



Bike
Biking

FACILE: Adatto a tutti, alle famiglie, ai bambini
MEDIO: Per gli appassionati con buone capacità tecniche
DIFFICILE: Per gli esperti con ottime capacità tecniche

Livello di difficoltà | Difficulty



Facile
Easy



Medio
Average



Difficile
Difficult

EASY: Suitable for everyone, including families and children
AVERAGE: For enthusiasts with good technical skills
DIFFICULT: For experts with excellent technical skills

Photographers:

Archivio CMAV,
Fausto Compagnoni, Giacomo Meneghello,
Markus Greber, OutdoorStudio, Roby Trab

Dati e mappe a cura di
Comunità Montana
Alta Valtellina





VALFURVA | VALDIDENTRO | VALDISOTTO | SONDALO
bormio.eu