

CORTINA TRA CASCATE E LAGHETTI ALPINI

22 – 23 – 24 – 25 LUGLIO 2023

Partenza dal Turlaccio **ore 6**

Viaggio: Barberino – Cortina: **ore 5-5½ - 370 km**

Cena e pernottamento:
presso l'Hotel Serena a Cortina

1° GIORNO:

Torrenti, canyons e Cascate di Fanes PERCORSO ATTREZZATO E NON ATTREZZATO



Questa escursione, altamente panoramica e spettacolare seppure si sviluppi in forre e valli profonde, conduce alla confluenza delle valli di Fanes, Travenanzes e Ra Vales, a nord di Cortina, collegando alcuni siti di grandiosa imponenza paesaggistica e idrogeologica. I due passaggi sotto le cascate di Fanes sono davvero spettacolari.

Il susseguirsi di pozze, cateratte e cascate che caratterizza tutto il corso del Rio Fanes è di una bellezza straordinaria e le Cascate Basse di Fanes sono fra le più alte e copiose delle Dolomiti. Il percorso si snoda nel cuore del Parco delle Dolomiti d'Ampezzo, presenta tratti di diversa difficoltà e impegno ed è affrontabile a stralci o in un'unica soluzione di continuità, in parte anche da famiglie con bambini, è dotato di diversi punti di vista panoramici e di tratti attrezzati con funi metalliche nei punti più esposti e delicati.

Percorso stradale:

Da Cortina percorriamo la strada statale in direzione di Dobbiaco. Superato l'Hotel Fames, dopo circa 800 mt, il pullman ci lascia davanti alla stretta stradina sulla sinistra di entrata al Parco Naturale delle Dolomiti d'Ampezzo. La imbocchiamo e dopo 500mt troviamo una sbarra in prossimità dell'ufficio del parco. Proseguiamo per stradina asfaltata per circa 1,5 km fino ad un ponticello sopra ad una bella piscina naturale creata dal Rio Fanes; siamo nella zona di Pian de Loa.

Di qui si prosegue su sterrato iniziando la salita verso le Cascate di Fanes. In circa 30 minuti, con alcuni tratti piuttosto ripidi, si raggiunge Ponte Outo (1380 mt) sulla forra del Rio Travenanzes.

Per compiere l'itinerario completo bisognerebbe effettuare un percorso attrezzato con **via ferrata**. **Ma noi possiamo fare così:** attraversiamo il Ponte Alto (outo) e raggiungiamo il **bivio di tre sentieri** (Cascata di Sotto, Val Travenanzes e Sentiero dei Canyon)

Andiamo a destra seguendo i cartelli per la cascata di Sotto (quello della via ferrata) e proseguiamo per una decina di metri lungo il sentiero attrezzato con cavo fino ad arrivare alla cascata.

Avremo davanti **ai nostri occhi una vera meraviglia**. Chi vorrà potrà anche passarci dietro.

Lo spettacolo merita questi pochi metri **da fare con cavo**.

Da questo punto inizia la via ferrata.

ESCURSIONISTI:

Tornare al bivio e **percorrere il sentiero dei canyon** che costeggia altre belle cascate e corsi d'acqua. Ad un certo punto si attraversa il torrente sulla destra e si torna indietro seguendo l'altra sponda e poi, su un altro ponticello, si ritorna al bivio dei tre sentieri.

Da qui **possiamo tornare alla strada dove il pullman è rimasto ad aspettarci**.

Se fosse possibile sarebbe bello completare il ns. itinerario con il Giro del Col Rosà, qui sotto spiegato**** ma sicuramente saremo stretti con gli orari per cui rientreremo in hotel.

Calcolate 3ore per questa prima escursione e 300 metri di dislivello

ALPINISTI (FERRATA)

Indossato il kit Ferrata, comincia quindi l'esplorazione delle cascate e dei canyon su un percorso attrezzato ad anello che vi riporterà al punto di partenza.

Il percorso attrezzato è adatto a tutti, tuttavia si percorrono tratti esposti quindi non è idoneo a coloro che soffrono di vertigini. Il cavo di sicurezza accompagna su un comodo ma esposto

sentiero in piano che ci porta al cospetto della prima delle cascate basse sul Rio Fanes, superata la cascata passandole dietro, il sentiero scende con un breve tratto da arrampicare su roccia in discesa attrezzata con comodi gradini in ferro.

Raggiunto il fondo del canyon si può ammirare dal basso la seconda e più alta cascata per poi passare sul lato opposto del torrente superando un ponticello in ferro, di qui si torna al punto di partenza percorrendo una bella cengia esposta perfettamente attrezzata.

PER TUTTI: Il ritorno avviene lungo lo stesso itinerario dell'andata percorso dagli escursionisti.

******GIRO DEL COL ROSA'** (facoltativo)

Un giro che permette di effettuare **un anello attorno alla montagna del Col Rosà**.

Il tratto iniziale segue il percorso delle cascate di Fanes, all'altezza del Ponte Alto si svolta **seguendo la segnaletica per la Val Travenanzes** e si raggiunge il **Ponte Cadoris**. Si prende il sentiero **408** che ripidissimo sale fino a quota m 1711 del **passo Porpòrcora**.

Dal passo si scende verso la **valle del Boite** con numerosi tornanti e con delle bellissime vedute verso la conca di Cortina.

Una volta raggiunto il torrente Boite si ritorna al parcheggio di S. Uberto.

Dislivello: 430 metri

Tempo: 3½

Difficoltà: Facile

2° GIORNO:

Dal passo Tre Croci al rifugio Alfonso Vandelli e al lago di Sorapiss

PERCORSO ATTREZZATO FACILE E DIFFICILE



1) - PERCORSO FACILE A/R (con brevi tratti attrezzati facili per una maggior sicurezza)

Dislivello: 200 mt

Lunghezza: 12 km a/r

Tempo di percorrenza fino al Rifugio Vandelli e ritorno: 4 ore in totale

Sentieri: 215 a/r

Difficoltà: EE

Dal **Passo Tre Croci**, nei pressi dell'albergo, si scende verso Misurina sulla strada principale e a destra si imbecca una strada, dove un grande cartello, con informazioni utili sull'itinerario, indica l'inizio del percorso.

Raggiungere il rifugio A. Vandelli al Sorapiss e il **laghetto dai colori cangianti** è una bellissima escursione, tra le più appaganti delle Dolomiti.

Il rifugio Vandelli (m.1926), del CAI di Venezia, si trova in posizione spettacolare, proprio al centro del grandioso anfiteatro del versante nord del gigantesco **Sorapiss (m.3205)**, poco lontano il fantastico laghetto dall'incredibile colorazione dominato dal **Dito di Dio** (m.2603). In lontananza, verso nord, le **Tre Cime di Lavaredo**, in effetti la grandiosità del Sorapiss si può ben valutare proprio da Misurina.

Il **Rif. Vandelli** è luogo ideale di partenza per le impegnative ascensioni alla cima del Sorapiss, o lunghissime traversate quali la ferrata per il bivacco Comici, Croda del Banco, Torre dei Sabbioni, forcella Grande, rifugio San Marco, San Vito di Cadore. Altre traversate si possono compiere verso il Faloria.

Si tratta di un'escursione relativamente facile, tutto sommato poco faticosa e di grande soddisfazione.

Il sentiero è vario e sempre ben panoramico.

Il dislivello è molto contenuto, circa 200 metri compresi i vari saliscendi, e la **lunghezza dell'andata poco meno di sei chilometri**.

Detto così può sembrare cosa banale, ma le sorprese non mancano.

Il primo tratto è sulla stradina forestale che si dirama poco dopo il passo nel versante di Auronzo. Bosco bellissimo, stradina in leggerissima discesa, bellissime vedute sulle guglie del **Cristallo-Popena** e, in lontananza, su **Misurina e le Tre Cime di Lavaredo**.

Dopo la tranquilla passeggiata e il guado del ghiaione di un grande vallone, si cammina su sentiero generalmente pianeggiante, ma con qualche ripida rampa, che taglia alti versanti ai piedi di impressionanti crode rocciose dalle grandiose pareti verticali.

Segue il tratto più impegnativo.

Dopo un paio di ripide rampe il sentiero si affaccia sul profondo vallone del **Rio Sorapis**. Seguono alcune **scale metalliche** per superare dei risalti rocciosi e poi un tratto di qualche centinaio di metri in una stretta cengia pianeggiante **attrezzata con cordino metallico**.

Non vi sono vere difficoltà (e non serve il set da ferrata).

Serve solo un minimo di prudenza e concentrazione.

Il rifugio Vandelli è ormai a portata di mano, il sentiero in leggera salita s'insinua tra roccioni, radi larici e grandiose estensioni di mughì.

Arrivati al rifugio possiamo raggiungere il cangiante laghetto ed inebriarci con quella fantastica luce verde-acqua dalla 'corposa' densità ed ammirare l'imponente 'Dito di Dio'.

Il ritorno è per lo stesso percorso.

2) – PERCORSO MEDIO anello.
(con brevi tratti attrezzati facili per una maggior sicurezza)
Passaggio da Forcella Malcuoira

Dislivello: 600 mt

Lunghezza: 18 km

Tempo di percorrenza: anello dal/al Passo Tre Croci: 5 ore

Sentieri: 213 – 216 - 215

Difficoltà: EE

Percorso un po' più lungo per arrivare al Lago di Sorapìs, ma sicuramente più vario ed interessante panoramicamente.

Si raggiunge il Passo Tre Croci (1.809 metri), venendo da Cortina in direzione Auronzo-Misurina. Costeggiare a destra l'hotel e nei pressi della Cappella si imbocca la strada sterrata contrassegnata con il numero di **sentiero 213**.

Salita nel bosco caratterizzata da alcuni strappetti. Lungo il cammino si incontrano delle fontane d'acqua caratterizzate da alcune scritte simpatiche come ad esempio "**acqua frizzante**". Più avanti il bosco lascia spazio ai prati. Alle spalle si ammira il massiccio del Cristallo.

Si arriva al pianoro di **Tardeiba** (quota 2.129 metri). Ci si trova davanti ad un bivio con cartelli. Seguire a sinistra il **segnavia 216**.

Tratto in mezzo al prato per prendere una moderata salita che attraversa un ghiaione.

Il ghiaione porta alla base di un canalone, che si presenta ripido e faticoso.

Il canalone porta alla **Forcella Malcuóira** (2.307 metri). Da qui si può godere di una vista spettacolare. Sulla destra si vedono i prati erbosi della **Cima de Malcuóira**, dove si intravede la sua croce di vetta.

In cima alla forcella un cartello ricorda di seguire la segnavia 216 per il Lago di Sorapìs e il Rifugio Vandelli. Superata la forcella inizia la discesa nella conca del **Ciadin del Laudo**, o meglio conosciuto come il vallone dei camosci. Dal pianoro si può godere di una splendida vista che spazia dalle Tre Cime di Lavaredo ai Cadini di Misurina, al Lago di Misurina fino alla Val d'Ansiei e le sue montagne.

Si arriva ad una **cengia esposta e attrezzata con un tratto di cavo** che permette di aggirare uno sperone roccioso. Superato questo inizia la discesa lungo il fianco orientale delle Cime del Laudo, nella valle del Rio Sorapìs.

Ancora alti sul sentiero, in uno scenario caratterizzato da una distesa di pini mughi, si intravede in lontananza il lago.

Si prosegue nella discesa il cui sentiero scende a balze.

Al termine della discesa si incrocia il sentiero 215. Girare a destra in direzione Vandelli.

Poco dopo si giunge finalmente ad un bivio le cui strade indicano a sinistra il **Rifugio Vandelli** e a destra il **Lago di Sorapìs**.

3) – PERCORSO MEDIO traversata
(con brevi tratti attrezzati per una maggior sicurezza)
Passaggio da Forcella del Ciadin

Dislivello: 400 mt

Tempo di percorrenza: da Cortina al Passo Tre Croci: 5 ore

Sentieri: 213 – 223 – 216 – 215

Difficoltà: EE

Da Cortina al Rifugio Faloria, Rifugio Vandelli, Lago Sorapiss e Passo Tre Croci.

Da Cortina centro si sale con la funivia al **Rifugio Faloria (2123 m.)** e da qui si sale a piedi fino al **Rifugio Tondi** (40 min dal Faloria) lungo la strada sterrata n. 213. In alternativa è possibile usufruire del servizio navetta con jeep, a pagamento.

Si prosegue lungo il sentiero 213 attraversando la cresta del **Monte Ciasadio** fino a **Forcella Faloria (2309 m.)** dove il sentiero incrocia l'Alta Via n.3 che scende verso Cortina.

Il sentiero da questo punto in poi è indicato sia con il segnavia n. 213 che con l'Alta Via. Si prosegue quindi a mezza costa ai piedi delle pareti della **Cesta (Ra Zesta)** e, lasciata a sinistra la diramazione per il Passo Tre Croci, si raggiunge la **Forcella del Ciadin (2378m)** e si attraversa un breve tratto attrezzato con corde metalliche che porta nella conca del **Ciadin del Laudo**.

Qui una cengia un po' esposta (con corda fissa) permette di aggirare uno sperone roccioso, oltre il quale inizia la discesa tra i mughli che porta nella valle del **Rio Sorapiss** fino a quota 1885 m. Qui si prende il sentiero che arriva da Passo Tre Croci e lo si segue fino allo spettacolare **Lago Sorapiss** e al **Rifugio Vandelli**. Per il ritorno è possibile proseguire verso **Passo Tre Croci** lungo il sentiero n. 215.

4) – PERCORSO DIFFICILE anello con ferrata

Passaggio da Sela de Ponta Negra

Dislivello: 900 mt

Tempo di percorrenza anello dal/al Passo Tre Croci: 6 ore

Sentieri: 215 – 213

Difficoltà: EEA

Sentiero 215 con il gruppo fino al lago Sorapiss.

Dal lago si continua a seguire il sentiero 215 e, con uno strappo deciso, si raggiunge un classico vallone alpino glaciale, prima del quale si riesce a scorgere **il ghiacciaio occidentale della cima del Sorapiss**. In circa due ore e mezza si raggiunge una sella da cui parte, sulla destra, un secondo strappo deciso a tratti attrezzato ma mai pericoloso, per raggiungere, dopo un'ulteriore ora di cammino, i 2636mt della **Sela de Ponta Negra**.

Da qui si raggiunge, tenendosi sulla destra, una cimetta da cui si apre un panorama meraviglioso a 360° sulle dolomiti: dalla Marmolada alle Tofane, dalla Croda Rossa al Cristallo. Qui salutiamo il gruppo del Sorapiss ed inforchiamo l'autentica picchiata che nel giro di un'ora ci permette di arrivare ai 2300m della **Forcella Faloria**: il panorama è dominato dalla vista del **Gruppo del Cristallo** che si staglia maestoso davanti ai nostri occhi.

Dopo esserci presi il doveroso tempo per ammirare questo anfiteatro, proseguiamo e affrontiamo gli ulteriori 500m di dislivello in discesa per ritornare, in poco più di un'ora, al **Passo Tre croci**.

3° GIORNO:

Traversata dal Passo Giau a Cortina per Croda da Lago PERCORSO ATTREZZATO (dopo Malga Federa, molto facile) e NON ATTREZZATO



Per arrivare al rifugio Croda da Lago, nelle dolomiti di Cortina, si parte dal passo Giau con direzione Mondeval. Si superano le tre forcelle, Col Piombin, Giau e Ambrizzola per giungere al lago Federa alla Croda da Lago. Tra le più belle escursioni da fare da passo Giau in Veneto. Da qui si scende a Malga Federa e, con uno spettacolare percorso lungo il fiume Federa si scende a valle per cascate, gole e ponticelli.

Partenza: Passo Giau 2236 mt

Arrivo: lago de Pianoze a Cortina

Dislivello salita: 600 mt

Dislivello discesa: 1200 mt

Quota massima: Forcella Ambrizzola 2277 mt

Tempi di percorrenza: 3 ore per raggiungere il rifugio + 2 ore per arrivo.

Difficoltà: EE

Sentieri: 436 – 434 - 432

Oltre a essere un luogo notevole dal punto di vista naturalistico e paesaggistico il Mondeval è ricordato anche per l'uomo di Mondeval: in questa landa, infatti, è stata ritrovata una sepoltura di un cacciatore d'epoca mesolitica perfettamente conservato con il suo corredo funebre. Il sito archeologico fu rinvenuto nel 1985 sotto un masso di Dolomia e dopo varie analisi e studi lo scheletro del cacciatore e altri reperti storici sono conservati nel museo di Selva di Cadore.

Il panorama è sicuramente uno dei punti forti di quest'escursione, durante tutto il percorso si ha la possibilità di ammirare i più importanti gruppi Dolomitici incorniciati da una landa verde che sembra di essere in un colossal americano. Il primo punto tappa dell'escursione è **il Lago Federa con il rifugio Croda da Lago** situato ai piedi della parete est della Croda da Lago, un tipico lago dolomitico d'alta quota alimentato da sorgenti sotterranee che proprio per questo motivo il suo livello rimane quasi costante. Nelle sue acque si specchia il famoso **Becco di Mezzodi**, cima caratteristica visibile dal centro di Cortina.

Dal rifugio Croda da Lago scendiamo a **Malga Federa** per strada sterrata (sentiero 432). Da qui inizia un percorso nuovo e alternativo che scende per il **Ru de Federa in mezzo al bosco tra canyon, cascate, gole, rivoli d'acqua, ponticelli e statue in legno** disseminate qua e là con vari punti panoramici sulla Conca Ampezzana. Davvero molto bello, facile, adatto a tutti.

Anche il breve tratto attrezzato è molto facile e adatto a tutti, tuttavia esiste un percorso alternativo a quello attrezzato che si ricongiunge a lui poco più avanti.

4° GIORNO:

Anello da Cortina al Lago Ghedina



Dislivello: 550mt

Tempi di percorrenza: 4 ore

Percorso: E

Giro ad anello appena fuori dal centro di Cortina che riesce a toccare alcuni monumenti risalenti ai VII° Giochi Olimpici invernali del '56, permette di ammirare laghi, boschi e ogni bellezza che Cortina riesce ad offrire.

Il percorso si snoda a nord-ovest, nell'area delle Tofane.

Partendo dal centro di Cortina, procediamo verso lo **Stadio Olimpico del Ghiaccio**, dove nel '56 si tenne la cerimonia di apertura dei VII° Giochi Olimpici invernali svolti proprio nella Conca Ampezzana. Superiamo la struttura e ci dirigiamo verso la **palestra di arrampicata indoor Lino Lacedelli**; dietro questa parte il **sentiero n°413** che, passando per la famosa **Pista da Bob Eugenio Monti**, ci porterà dolcemente in mezzo al bosco.

Proseguiamo fin quando non intersechiamo la strada per il **Lago Ghedina**, la attraversiamo e seguiamo ancora il sentiero 413 che ci condurrà fino al **Col Druscié**. Da qui, seguendo prima il sentiero 411 e poi il sentiero 410 a destra arriviamo in breve al Lago Ghedina. Qui ci troveremo di fronte ad **un gioiello d'acqua inserito in un contesto naturale di impagabile bellezza**.

1) Da qui, se è presto:

Continueremo sul sentiero n. 410 fino alla frazione di **Cadin**, dove il bosco si apre lasciando spazio a una bella vista su Cortina. Proseguiremo il tragitto fino a **Ronco**. Qui si trova il **Bob Bar**, punto di ritrovo lungo la storica pista di bob. Continueremo scendendo lungo il sentiero che porta alla **nuova palestra di roccia - Cortina360** -, attraverseremo un ponticello e raggiungeremo la **Cabinovia Freccia nel Cielo** dove ci attenderà il pullman,.

2) Da qui, se è tardi:

Imboccare il sentiero 416 fino alla strada principale per Dobbiaco dove troveremo il pullman.

ALTRE INFO:

L'hotel si trova a pochi minuti dal centro di Cortina, è vicino ad un **noleggioricicli** e a pochi metri dalla bellissima **ciclabile-pedonale Cortina-Dobbiaco**, ma non basta.... l'Hotel è anche vicino **all'impianto di risalita per il Rifugio Faloria!**

Quindi se non avete voglia di fare le escursioni in programma ci sono per voi tante altre opportunità!