



UNA LINEA, UN VIAGGIO

DOLOMITI \neq ULTRA TOUR

FKT 120KM

GUIDA DEL PERCORSO

LATEMAR

Distanza: 20 km

Difficoltà tecnica: Media-alta

Rifugi: Baita Gardonè, Rif. Passo Feudo, Rif. Torre di Pisa, Bivacco Rigatti

Acqua: Disponibile a Predazzo, Fol, Gardonè, Rif. Passo Feudo, Rif. Torre di Pisa e Passo Costalunga

Il percorso inizia dalla Piazza Centrale di Predazzo (1.018 m), cuore pulsante della Val di Fiemme. Da qui si imbecca la ripida salita in direzione Gardoné. Il sentiero si inerpica costante, offrendo sempre più ampi panorami sulla valle sottostante e sui gruppi montuosi circostanti.

Raggiunto il Gardoné, il tracciato continua a guadagnare quota seguendo le piste fino al Passo Feudo e il suo Rifugio (2.200 m), importante snodo con un buon punto di rifornimento d'acqua prima della traversata in quota.

Da Passo Feudo inizia il tratto più panoramico e tecnico della sezione. Il sentiero si fa più stretto mentre ci si dirige verso il Rifugio Torre di Pisa, passando accanto all'omonima formazione rocciosa che ricorda incredibilmente la celebre torre pendente.

Procedendo in quota, il percorso attraversa alcuni dei paesaggi più caratteristici del gruppo del Latemar, con le sue formazioni rocciose frastagliate che si stagliano contro il cielo. Si raggiunge il Bivacco Rigatti, punto strategico per una breve sosta o, in caso di necessità, per un riparo d'emergenza.

L'ultima parte di questa sezione è perlopiù in discesa: dal Bivacco Rigatti si sale ripidamente per poi scendere, in tratti tecnici, progressivamente fino al Passo Costalunga (1.753 m), che segna il confine tra il gruppo del Latemar e il massiccio del Catinaccio, preparando il terreno per la prossima sezione del percorso.

Note tecniche: Il tratto tra Passo Feudo e Torre di Pisa presenta alcuni passaggi esposti che richiedono attenzione, soprattutto in caso di maltempo o nebbia. Valutare attentamente le condizioni meteo prima di affrontare questa sezione.

CATINACCIO

RIF. SASSOPIATTO 2300M | 47KM

Distanza: 26 km

Difficoltà tecnica: Alta

Rifugi: Rif. Pederiva, Rif. Roda de Vaèl, Rif. Vajolet, Rif. Preuss, Rif. Passo Principe, Rif. Antermoia, Rif. Sassopiatto

Acqua: Disponibile a Passo Costalunga, Rif. Roda de Vaèl, Rif. Vajolet, Rif. Passo Principe, Rif. Antermoia, Val Duron e Rif. Sassopiatto

RIF. PASSO PRINCIPE 2601M | 34KM

La sezione inizia dal Passo Costalunga (1.753 m), punto di congiunzione tra il gruppo del Latemar appena attraversato e il maestoso Catinaccio. Da qui si imbecca il sentiero in salita verso il Rifugio Roda di Vaèl (2.283 m), posto in posizione panoramica. Il percorso continua sul suggestivo "Sentiero delle Pecore", un traverso che mantiene una quota costante mentre attraversa i fianchi del massiccio, offrendo viste spettacolari sulle vallate sottostanti e sulla parete Sud della Roda de Vaèl.

RIF. ANTERMOIA 2497M | 37KM

Si procede verso il cuore del Catinaccio, raggiungendo l'area dei Rifugi Vajolet e Preuss (2.243 m), punto nevralgico dell'escursionismo in questa zona e importante snodo di sentieri. Da qui, la salita si fa più impegnativa mentre ci si dirige verso il Passo Principe (2.599 m), uno dei punti più alti di questa sezione che regala panorami a 360 gradi sull'intero gruppo dolomitico.

CATINACCIO RIF. VAJOLET 2243M | 32KM

Dal Passo Principe, il sentiero continua in un ambiente sempre più selvaggio verso il Passo d'Antermoia (2.770 m), attraversando un paesaggio lunare di rocce e detriti. La discesa verso il Lago d'Antermoia è uno dei momenti più suggestivi dell'intero percorso: questo specchio d'acqua incastonato tra le rocce rappresenta uno degli scorci più fotografati delle Dolomiti. Poco distante sorge il Rifugio Antermoia (2.496 m), punto strategico per rifornirsi d'acqua.

Si lascia ora il lago per iniziare la lunga discesa lungo la Val Duron, valle incantevole che perde quota gradualmente fino a risalire verso il Passo Duron, ultimo sforzo prima di percorrere la panoramica cresta erbosa che, con un traverso in quota, conduce fino al Rifugio Sasso Piatto (2.300 m), punto finale di questa impegnativa ma spettacolare sezione.

RIF. RODA DE VAEL 2283M | 24KM

Note tecniche: I tratti tra il Passo Principe e il Passo d'Antermoia e la discesa verso il lago sono tecnicamente impegnativi e presentano passaggi esposti. In caso di neve residua o ghiaccio, questi tratti possono richiedere attrezzatura specifica.

PASSO COSTALUNGA 1753M | 20KM

SASSOPIATTO-SASSOLUNGO

Distanza: 11 km

Difficoltà tecnica: Media

Rifugi: Rif. Sassopiatto, Rif. Vicenza (poco fuori traccia), Rif. Comici, Hotel Passo Sella

Acqua: Disponibile a Rif. Sassopiatto, Rif. Vicenza (poco fuori traccia), Rif. Comici e Hotel Passo Sella

Questa sezione inizia dal Rifugio Sassopiatto (2.300 m), strategicamente posizionato ai piedi dell'imponente parete del Sassopiatto. Da qui il percorso segue il celebre sentiero che contorna l'intero massiccio del Sassopiatto e Sassolungo, uno dei giri panoramici più apprezzati delle Dolomiti.

Procedendo in direzione ovest, il sentiero mantiene una quota relativamente costante mentre si addentra nell'imponente anfiteatro naturale creato dalle due montagne. Lungo il cammino si possono ammirare le ripide pareti rocciose che hanno reso questa zona un paradiso per gli alpinisti di tutto il mondo.

Si prosegue verso il versante della Val Gardena, dove il paesaggio cambia leggermente, offrendo scorci aperti sulla valle e sulle montagne circostanti. Si passa sotto al Rifugio Vicenza, punto di sosta ideale prima di continuare verso la parte occidentale del massiccio.

Proseguendo il giro, si arriva al Rifugio Comici (2.153 m), dedicato al famoso alpinista Emilio Comici e situato in posizione privilegiata con vista sulle verticali pareti del Sassolungo. Da qui, il sentiero continua attraversando la suggestiva "Città dei Sassi", un'area caratterizzata da enormi blocchi di roccia caduti dalle pareti sovrastanti nel corso dei millenni, creando un paesaggio quasi surreale che sembra uscito da un racconto fantasy.

L'ultimo tratto di questa sezione risale gradualmente verso il Passo Sella (2.180 m), importante valico dolomitico che segna il confine tra la Val Gardena e la Val di Fassa. Il passo offre una vista privilegiata sul gruppo del Sella e sulla Marmolada, preparando il terreno per la prossima sezione del percorso.

Note tecniche: Sebbene meno impegnativa tecnicamente rispetto alla sezione del Catinaccio, questa parte richiede comunque una buona preparazione fisica. Nei giorni di alta stagione, questo itinerario può essere piuttosto frequentato da escursionisti.

SELLA-PORDOI

Distanza: 20 km

Difficoltà tecnica: Alta

Rifugi: Rif. Boè, Capanna Piz Fassa, Rif. Forcella Pordoi, Passo Pordoi

Acqua: Disponibile a Rif. Boè, Capanna Piz Fassa, Rif. Forcella Pordoi, Passo Pordoi, Canazei e Alba di Canzei

Questa sezione inizia dal Passo Sella (2.180 m), importante valico dolomitico che offre una vista panoramica a 360 gradi sui gruppi montuosi circostanti. Da qui si imbecca il sentiero che risale la suggestiva Val Lasties, un canalone che si inerpica nel cuore del massiccio del Sella.

La salita in Val Lasties rappresenta uno dei tratti più impegnativi dell'intero percorso, con un dislivello significativo da affrontare. Superato questo tratto, si raggiunge il Rifugio Boè (2.871 m), posizionato in un ambiente d'alta quota estremamente panoramico e lunare, dove è possibile rifornirsi d'acqua e riprendere fiato.

Da qui si prosegue ulteriormente in salita verso la vetta del Piz Boè (3.152 m), il punto più alto dell'intero Dolomiti Ultra Tour. Questa cima offre uno dei panorami più spettacolari di tutte le Dolomiti, con viste che nelle giornate limpide si estendono fino alle Alpi austriache. Nei pressi della vetta si trova la Capanna Fassa, un accogliente rifugio. Dalla vetta si inizia a scendere verso la Forcella Pordoi e l'omonimo Rifugio (2.848 m), passaggio aereo che collega il gruppo del Sella con il versante del Passo Pordoi.

Il sentiero prosegue in discesa fino al Passo Pordoi (2.239 m), altro importante valico dolomitico e punto di ristoro. Da qui inizia una lunga discesa verso il fondovalle, dapprima su sentieri e poi su strade forestali, che porta a Canazei e successivamente ad Alba di Canazei, centri abitati dove è possibile fare rifornimento di viveri e attrezzatura.

Questa tappa rappresenta un importante punto logistico del percorso, essendo l'unico dove si attraversano dei centri abitati con negozi e servizi prima di affrontare la successiva sezione della Marmolada.

Note tecniche: La salita alla Val Lasties e al Piz Boè è tecnicamente e fisicamente impegnativa. Canazei rappresenta l'ultimo punto di rifornimento significativo prima della Marmolada, quindi valutare attentamente le scorte da fare.

MARMOLADA-VALLACCIA

Distanza: 26 km

Difficoltà tecnica: Media-alta

Rifugi: Rif. Contrin, Rif. Passo San Nicolò, Baita alle Cascate, Malga Monzoni, Rif. Vallaccia

Acqua: Disponibile a Rif. Contrin, Rif. Passo San Nicolò, Baita alle Cascate, Malga Monzoni, Rif. Vallaccia e Stazione di Lusia

Da Alba si imbecca il sentiero che risale la Val Contrin, una valle incantevole che si apre progressivamente offrendo vedute spettacolari sulla Marmolada, la "Regina delle Dolomiti".

La salita è costante ma mai troppo ripida, permettendo di godere del paesaggio circostante. Dopo circa 7 km si raggiunge il Rifugio Contrin (2.016 m), storico rifugio alpino della SAT posizionato in un ampio pianoro ai piedi delle pareti sud della Marmolada. Il rifugio è un importante punto di sosta e rifornimento d'acqua.

Da qui il percorso cambia direzione e inizia a salire più decisamente verso il Passo San Nicolò (2.338 m), valico panoramico che offre vedute spettacolari su entrambi i versanti. Presso il passo si trova l'omonimo rifugio, altra possibile tappa per un breve ristoro.

Superato il passo, si inizia a scendere lungo l'altro versante fino alla Baita alle Cascate, un punto ristoro pittoresco situato nei pressi di alcune suggestive cascate. Il nome non è casuale: questa zona è caratterizzata da numerosi corsi d'acqua che scendono dalle montagne circostanti. Il percorso prosegue risalendo leggermente verso il Lagusel, piccolo lago alpino incastonato tra i monti. Da qui si entra nella selvaggia Val Monzoni, meno frequentata rispetto ad altre zone delle Dolomiti ma di straordinaria bellezza naturale. La valle è caratterizzata da ampi pascoli alternati a zone rocciose ed è ricca di flora alpina.

Attraversata la Val Monzoni, si affronta l'ultima salita significativa di questa sezione per raggiungere il Rifugio Vallaccia (2.275 m), posizionato in un contesto ambientale di grande suggestione. Il rifugio offre un'eccellente vista sulle montagne circostanti e rappresenta l'ultimo punto di ristoro prima della discesa finale verso la stazione sciistica di Lusia.

Note tecniche: La zona è meno frequentata rispetto ad altre parti del percorso, quindi è consigliabile prestare particolare attenzione alla propria sicurezza e autonomia, e alle riserve di acqua e cibo.

VIEZZENA

Distanza: 19 km

Difficoltà tecnica: Media-alta

Rifugi: Rif. Larezila, Rif. Lusia, Predazzo

Acqua: Disponibile a Rif. Larezila, Rif. Lusia e Predazzo

L'ultima sezione del Dolomiti Ultra Tour inizia dalla Stazione di Lusia (1.550 m), punto terminale degli impianti di risalita che partono da Moena. Da qui il percorso imbocca subito una salita nel bosco di conifere, in direzione del Rifugio La Rezila, un accogliente punto di ristoro immerso nei boschi. Il sentiero continua a salire, alternando tratti boschivi ad aperture panoramiche che offrono scorci sempre più ampi sulla Val di Fiemme e sulle montagne circostanti. Proseguendo la salita, si arriva al Passo Lusia (2.055 m), importante snodo di sentieri e sede dell'omonimo rifugio. Il passo segna l'ingresso nella zona dei pascoli d'alta quota che caratterizzano questa area, con vedute aperte e panoramiche in tutte le direzioni.

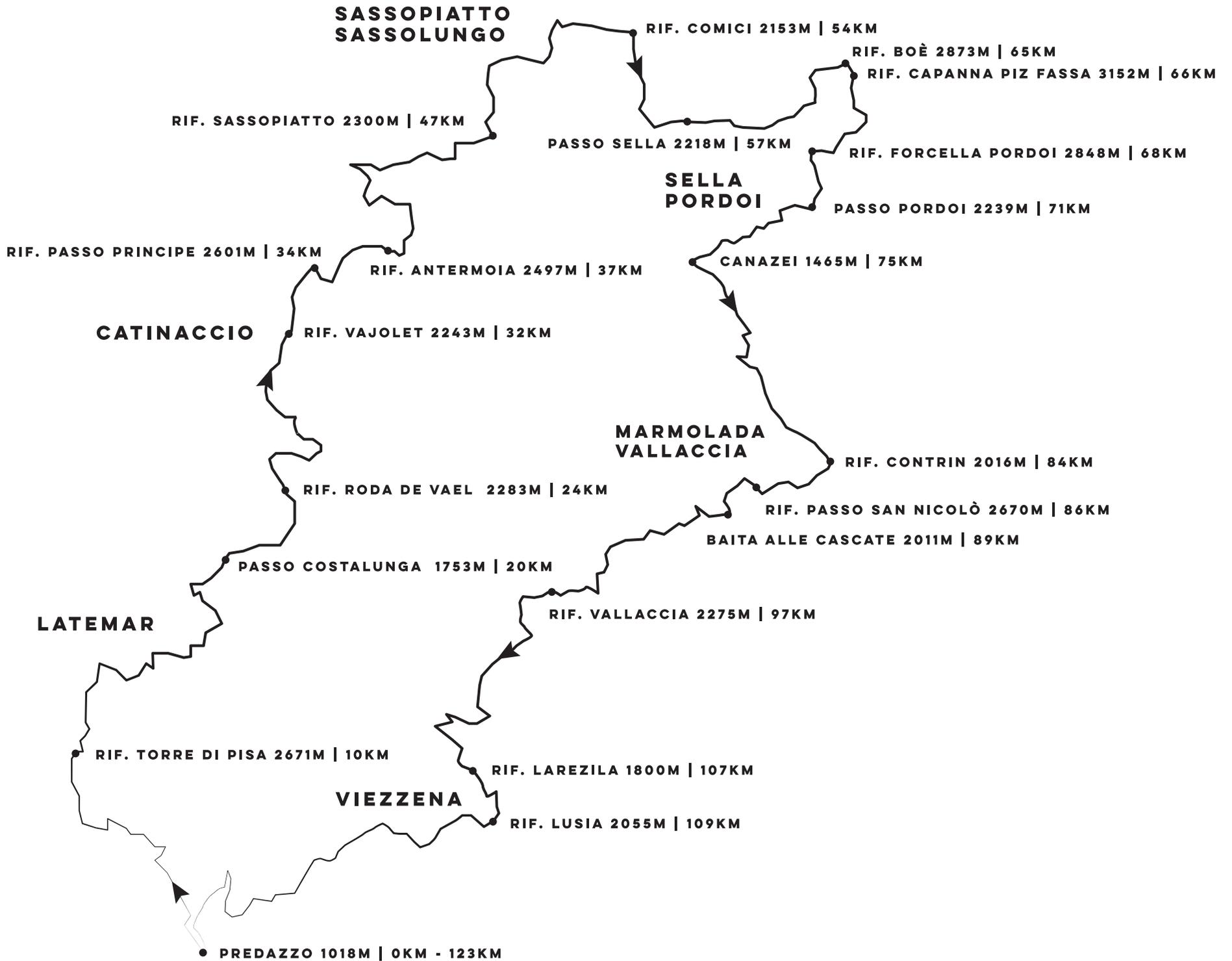
Da qui inizia il tratto più impegnativo dell'ultima sezione: si risale seguendo il tracciato della pista da sci in direzione de Le Cune, guadagnando rapidamente quota. Seguendo la linea di cresta si raggiunge la Cima Viezzena (2.471 m), importante vetta che offre un panorama circolare sulla Val di Fiemme, sulla Val di Fassa e sulle principali catene dolomitiche che si sono attraversate nei giorni precedenti: Catinaccio, Sassolungo, Sella e Marmolada sono tutte visibili in lontananza, offrendo un riassunto visivo dell'intero percorso.

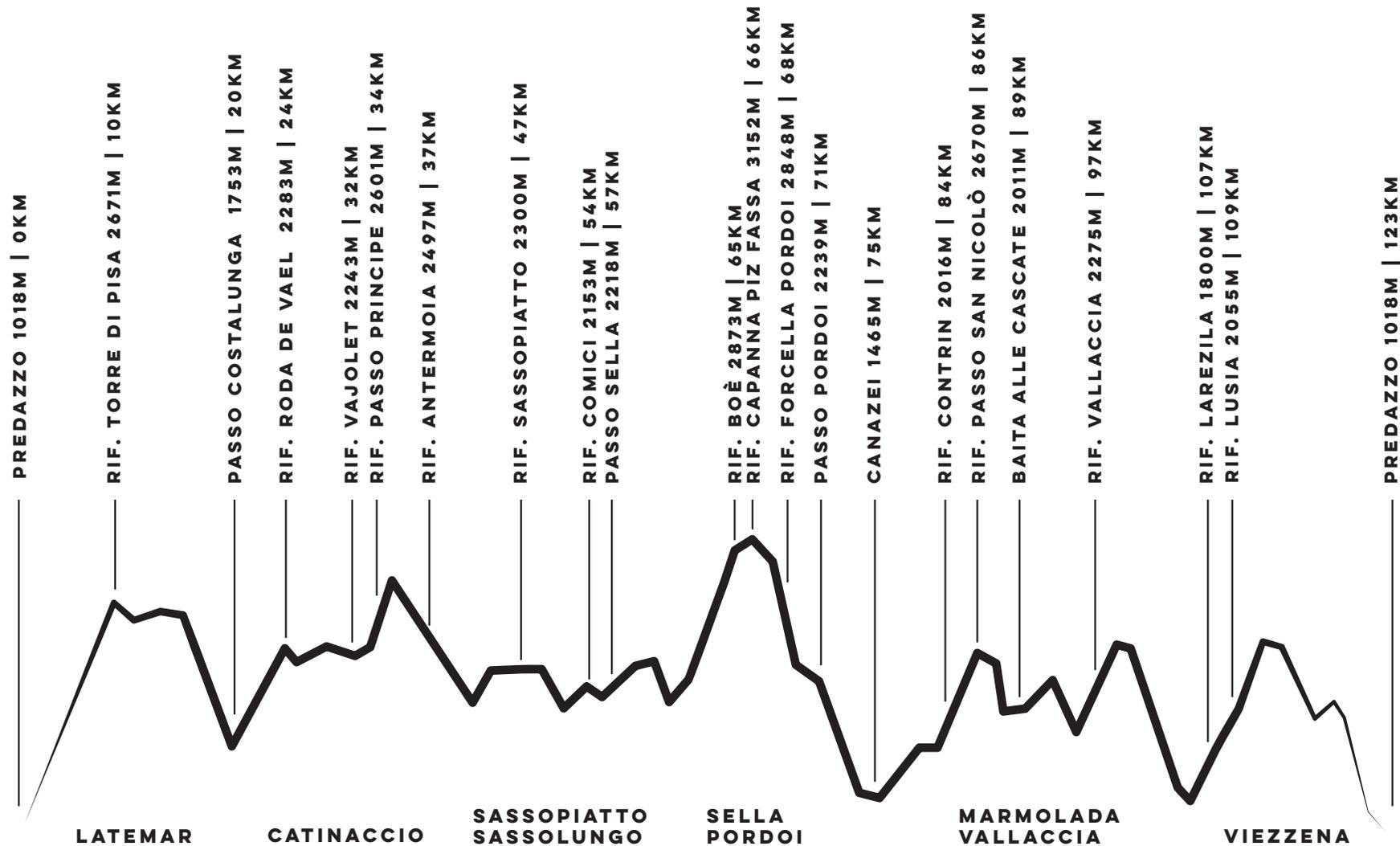
Dalla Cima Viezzena si prosegue lungo la sottile e panoramica cresta che porta alla Cima del Mulat (2.150 m). Questo tratto aereo richiede attenzione e passo sicuro, ma regala emozioni uniche con viste a strapiombo su entrambi i versanti.

Superata la Cima del Mulat si inizia la discesa finale verso Predazzo.

La discesa termina finalmente a Predazzo (1.018 m), punto di partenza e di arrivo del Dolomiti Ultra Tour. Il cerchio si chiude, riportandoci esattamente da dove avevamo iniziato la sua avventura, ma con un bagaglio di esperienze, emozioni e ricordi decisamente più ricco.

Note tecniche: Il tratto di cresta tra Cima Viezzena e Cima del Mulat è esposto e richiede attenzione, soprattutto in condizioni di vento forte o scarsa visibilità.





DOLOMITI ULTRA TOUR

FKT 120KM

“CHI PIÙ ALTO SALE, PIÙ LONTANO VEDE; CHI PIÙ LONTANO VEDE, PIÙ A LUNGO SOGNA.”

FELICE BONAITI