

Un'escursione con le ciaspole o racchette da neve è un'esperienza unica, che riporta chi la vive ad un passato lontano, quando le racchette da neve rappresentavano per la gente di montagna l'unico modo per spostarsi in inverno, quando le nevicate erano abbondanti.

Tutti gli itinerari sono percorribili in entrambe le direzioni, salita o discesa.

Prima di effettuare le escursioni è importante informarsi sulle condizioni meteo (www.meteotrentino.it) e sulla praticabilità del percorso nonché sulla possibilità di percorrere gli itinerari con o senza ciaspole (presso gli Uffici Informazioni e Accoglienza Turistica, pag. 51). In presenza di eventi meteorologici particolarmente intensi e/o persistenti la percorribilità degli itinerari sarà assicurata solamente al ripristino delle condizioni oggettive di sicurezza. Ogni persona dovrà scegliere gli itinerari da percorrere in base alle proprie capacità tecniche, fisiche ed attrezzature disponibili. I tempi di percorrenza riportati in opuscolo sono tempi medi ed indicativi e si riferiscono all'intero percorso qualora ad anello, di sola andata quando il rientro è sulla stessa traccia dell'andata. In caso di scarsità/mancaanza di neve sul tracciato i percorsi sono praticabili, di norma, anche senza ciaspole, ponendo grande attenzione all'eventuale presenza di ghiaccio.

Tutti i percorsi sono segnalati da frecce direzionali e tabelle con logo ciaspole, da non confondere con la segnaletica di territorio delle varie Amministrazioni Separate Usi Civici- ASUC (vedi sotto)



Percorsi garantiti

Con la collaborazione delle guide alpine della Scuola Italiana di Alpinismo e Scialpinismo Val di Sole e Evolution Ski School Tonale gli itinerari proposti sono stati selezionati e tracciati per offrire agli ospiti i migliori percorsi dal punto di vista paesaggistico ambientale e con diversi gradi di difficoltà. In caso di abbondanti / frequenti nevicate è possibile che non tutti possano essere ripristinati in breve tempo. Nonostante i percorsi siano costantemente tracciati e controllati, i cambiamenti climatici giornalieri e/o le condizioni meteorologiche possono modificare repentinamente la struttura degli itinerari e la consistenza del terreno, per cui è indispensabile attenersi sempre alle norme di prudenza e attenzione necessarie. Prima di affrontare un'escursione informarsi sempre sullo stato dei percorsi presso gli uffici delle Guide Alpine e gli uffici informazione di Valle. Si declina ogni responsabilità relativamente ad eventuali incidenti che si dovessero verificare sui tracciati proposti.

Equipaggiamento...

Racchette da neve con rampone anti ghiaccio, bastoncini, capi di abbigliamento invernali comodi e caldi, guanti, berretto, scarponi da trekking, occhiali e crema solare. Zainetto

con piccola dispensa alimentare, thermos di bevande calde, piccolo "kit" di primo soccorso e una copertina termica.
E' sempre raccomandato inoltre l'uso di dispositivi di autosoccorso: ARTVA, pala e sonda e di attenersi al percorso segnalato e non effettuare percorsi alternativi non segnalati.

I consigli delle Guide Alpine

Sebbene gli itinerari proposti siano segnalati e tracciati, è sempre necessario porre la massima attenzione ai pericoli che l'ambiente invernale presenta: terreno ghiacciato, lastre di ghiaccio in prossimità dei corsi d'acqua, giornate con periodo di luce solare ridotta, ambiente più solitario con pochi punti di riferimento aperti (baite, malghe ed altro), temperature basse ed in alcuni casi pericoli di valanghe. Occorre perciò affrontare le escursioni dopo averne analizzato attentamente le caratteristiche. Ecco i consigli per prepararsi al meglio ad affrontare questa esperienza:
• Scegliere l'itinerario in base alle proprie capacità: per le prime uscite limitarsi a percorrere itinerari seguendo comode strade nei boschi che presentino dislivelli e lunghezze adatti alle proprie capacità con dei riferimenti precisi lungo il percorso. Camminare con le racchette da neve ("ciaspole") comporta un impegno energetico maggiore.

• Informarsi sempre sulle condizioni meteorologiche attuali e future, sulla situazione della neve consultando il bollettino valanghe ed in base a queste fondamentali informazioni individuare l'itinerario più sicuro.
• Informarsi presso gli uffici competenti (guide alpine, uffici informazioni) o consultando le pagine dedicate sui siti Internet sulla fattibilità dell'itinerario previsto: "Con le racchette da neve in Val di Sole" (itinerari a 5 stelle delle guide alpine) o "A Piedi d'Inverno" (Apt Val di Sole). Anche l'attenersi a questi consigli non esclude mai totalmente i pericoli potenziali descritti. La valutazione del rischio di valanghe richiede grande esperienza; per questo il miglior suggerimento è quello di affidarsi alle Guide Alpine, conoscitori delle bellezze ma anche dei pericoli della montagna.

Scuola Italiana di Alpinismo e Scialpinismo "Val di Sole"
Piazza Regina Elena, 17 c/o Palazzo Municipale - 38027 Malè (TN) - Tel. e Fax 0463.90.1151
Cell. 347.7457328 - info@guidalpinevaldisole.it - www.guidalpinevaldisole.it

Evolution Ski School Tonale
Via Circonvallazione, 5 - 38029 Vermiglio Passo del Tonale (TN)
Cell. 348.9129723 - tonalefreeride@gmail.com

13 LOCALITÀ: PELLIZZANO

SENTIERO DEGLI GNOMI

accesso **Strada Lago dei Caprioli**
quota di partenza e arrivo **980 m**
quota massima raggiunta **1.267 m**
lunghezza percorso **2,5 km**
difficoltà **medio/difficile**

- ambiente selvaggio
- sentiero didattico

2 ore



Partendo dal secondo tornante sulla strada che porta a Fazzon - Lago dei Caprioli, si segue il sentiero didattico "Senter dela Palu" che porta alla Malga Bassa - Centro Visitatori; quindi si prosegue sulla strada principale che porta al Lago dei Caprioli. Rientro per lo stesso itinerario. Variante: sulla destra del parcheggio si imbecca una strada pianeggiante che, dopo circa 3 km, conduce in località Valpiana collegandosi all'itinerario n. 14 oppure si rientra a ritroso.

14 LOCALITÀ: OSSANA

IN VALPIANA

accesso **Chiesa S. Vigilio**
quota di partenza e arrivo **1.011 m**
quota massima raggiunta **1.260 m**
lunghezza percorso **2,5 km**
difficoltà **media**

- isolato e panoramico di rispetto dalla core del gruppo Ortles-Cevedale e della Presanella

2 ore



Si raggiunge l'abitato di Ossana e si parcheggia nei pressi della chiesa di S. Vigilio, antica pieve medioevale. Dal parcheggio della chiesa si segue un'evidente e ripida strada. Dopo il primo tornante la pendenza diminuisce e dopo un paio di km conduce all'ingresso della pianeggiante conca di Valpiana, solcata dal torrente Focè. La vista è suggestiva, perché alle spalle giganteggiano le vette del gruppo Ortles-Cevedale (con il Vidi 3645 m), mentre di fronte si apre lo scenario di Corno di Valpiana, Cima di Bon e Monte Giner (2955 m), che continua il gruppo della Presanella. Si rientra dallo stesso percorso. Variante: si prosegue per breve tratto pianeggiante quindi si gira a sinistra e per strada forestale si raggiunge il parcheggio in località Malga Bassa di Fazzon lago dei Caprioli; da qui rientro a ritroso.

15 LOCALITÀ: COGOLO

S. LUCIA

accesso **loc. Le Plaze**
quota di partenza e arrivo **1.160 m**
quota massima raggiunta **1.278 m**
lunghezza percorso **5,3 km**
difficoltà **facile**

- caratteristico paesino di montagna
- zona di particolare valore ambientale e storico

3 ore



Si parte dalla zona Le Plaze di Cogolo, sulla destra orografica del fiume Noce, inoltrandosi poi nel fitto del bosco, in direzione della misteriosa chiesa di S. wLucia, isolato edificio medioevale posto su un colle che sovrasta il piccolo abitato di Comasine. Dalla chiesa di S. Lucia si imbecca il visibile sentiero in discesa fino al capello per poi proseguire sulla sinistra attraverso i prati e di qui nuovamente sulla sinistra si prosegue su stradina di campagna che riporta in Loc. Le Plaze. Prestare attenzione nel breve tratto di sentiero in prossimità del ponticello per possibilità di ghiaccio e strettoia.

16 LOCALITÀ: COGOLO

GIRO DEI MASI

accesso **Cogolo - loc. Biancaneve**
quota di partenza e arrivo **1.194 m**
quota massima raggiunta **1.375 m**
lunghezza percorso **4,6 km**
difficoltà **facile**

- inserito nel Parco Nazionale dello Stelvio
- zona di valore ambientale e storico
- paese e costruzioni rurali originali e unici

2 ore



Dall'abitato di Cogolo si prosegue in direzione Malga Mare e si parcheggia presso la chiesetta di Pegia. Da qui si imbecca la stradina sulla destra e la si percorre fino all'Agritur. Qui si imbecca la stradina forestale sulla destra e si procede lungo un percorso che alterna zone boschive a prati dove si possono osservare i tipici masi. Passando nel bosco più fitto si può scorgere sulla destra una spettacolare cascata di ghiaccio. Poco dopo si giunge in località Polveriera e quindi si prosegue sulla destra dapprima su strada costeggiando i suggestivi masi delle Lame e poi su breve tratto di sentiero fino a Fratta Piana. Per il ritorno si segue la strada che scende dall'altra parte del torrente fino al ponte in località Polveriera in una zona caratterizzata dalla presenza di parecchi masi per poi, attraversato il pontile, riprendere il sentiero percorso all'andata.

17 LOCALITÀ: PEIO

ALLA SCOPERTA DEL PARCO

accesso **Peio Paese/Loc. Tarlenta**
quota di partenza e arrivo **1.585 m**
quota massima raggiunta **1.834 m**
lunghezza percorso **11 km**
difficoltà **medio/facile**

- isolato e panoramico
- inserito nel Parco Nazionale dello Stelvio
- paese e costruzioni rurali originali e unici
- possibilità di utilizzo impianti di risalita

4 ore



Il percorso ad anello inizia a Peio Paese (1.585 m) e precisamente dal parcheggio bus passando nella parte più orientale del caratteristico abitato dove incontriamo, in prossimità di un tornante, una panoramica strada sterrata che sale con pendenza moderata in direzione di Malga Mare. Molte volte questa stradina è nella prima parte percorsa da mezzi agricoli ed essendo estremamente solatia può esserci carenza di neve fino alla Croce dei Bagni. Si entra ora nel bosco di conifere in direzione Malga Tale fino al bivio dove si imbecca la strada a sinistra proseguendo in salita in direzione "Masi Marassina". Attraversati gli ampi pascoli che circondano i masi si raggiunge la Strada del Gaggio che diventa poi sentiero (SAT 127) e, attraversando il fitto bosco di abeti, si giunge al rifugio Sciottolito in loc. Tarlenta (1.996 m). Aggirando ora la partenza della funivia Pejo 3000 e seguendo il sentiero SAT 127 si custeggia un ampio crinale sino ad incontrare la "Via dei Monti" (antica mulattiera che discende verso Pejo Paese). La si attraversa seguendo le indicazioni per Malga Covel e si scende lungo l'ampio vallone fino a giungere in prossimità della Malga Covel e nella omonima piana, ambiente di grande valore naturale e paesaggistico. Il caratteristico laghetto è completamente ghiacciato e non si vede molto ma sono invece notevoli le colate delle adiacenti cascate. Superati alcuni caratteristici masi, si attraversa si discende per comoda traccia fino a Pejo Paese, prestando attenzione all'attraversamento della pista da sci dando la precedenza agli sciatori.
Come itinerario breve alternativo si può percorrere l'anello di Covel sopra descritto raggiungendo con funivia la loc. Tarlenta per poi rientrare a Peio Ponti con servizio mobilità (skibus C ogni 30 minuti dal Caseificio).

18 LOCALITÀ: PASSO TONALE

ALTIPORTO-BIOTOPO

accesso **Parcheggio seggiovia Valbiolo**
quota di partenza e arrivo **1850 m**
quota massima raggiunta **1960 m**
lunghezza percorso **4 km**
difficoltà **facile**

- zona di particolare valore ambientale
- neve garantita

2 ore



Al Passo del Tonale, dal grande parcheggio della seggiovia Valbiolo proseguire a piedi sulla strada che conduce all'Hotel La Mirandola. Poco prima del primo tornante, 30 mt circa dopo il ponte si diparte sulla destra il percorso segnalato da apposito cartello che porta verso l'ampia pianura dell'Altiporto. Mantenendo sempre la destra si percorre in discesa la strada forestale fino a raggiungere la strada statale (da attraversare con le ciaspole in mano); si prosegue quindi a sinistra verso l'ampia piana vallata che in un suggestivo paesaggio ci conduce fino al ponte nei pressi del depuratore. Imboccare a destra la traccia che ci porta verso il Biotopo del Tonale, area protetta del Trentino appartenente a Rete Natura 2000, nome con il quale l'Unione Europea designa un sistema di aree destinato alla tutela di habitat e specie animali e vegetali ritenute meritevoli di protezione. Proseguendo si giunge nei pressi del parco giochi estivo, poco sotto l'abitato e quindi in pochi minuti al parcheggio di Valbiolo.

19 LOCALITÀ: PASSO TONALE

EL FARINEL

accesso **Parcheggio seggiovia Valbiolo**
quota di partenza e arrivo **1.897 m**
quota massima raggiunta **2.244 m**
lunghezza percorso **3 km**
difficoltà **facile**

- isolato e panoramico
- possibilità di utilizzo impianti di risalita

2 ore



Dal Passo del Tonale si accede a questo bellissimo percorso presso il parcheggio della seggiovia Valbiolo, salendo direttamente sul bordo destro della pista da sci fino a raggiungere, dopo pochi minuti, la strada pianeggiante che porta verso l'antico Ospizio di San Bartolomeo posto a quota 1971 metri. Appena dopo il ponte sul fiume e poco prima dell'Ospizio si sale sulla sinistra per dirigersi verso nord in un rado bosco che raggiunge l'ampia zona pianeggiante; passando vicino ad un rudere di sassi si prosegue fino a rimontare sulla sinistra un'antica morena che ci conduce, attraverso uno spettacolare ambiente invernale con alle spalle la maestosità delle vette più alte del Trentino e dei ghiacciai dell'Adamello, verso il ristorante bar Malga Valbiolo. Per rientrare si può percorrere al contrario lo stesso itinerario o scendere tenendo la sinistra della pista oppure usare la seggiovia Valbiolo che ci porterà al parcheggio.