

LE DOLOMITI

Montagne nate in fondo al mare	8
La guerra nelle Alpi	9
Tarda scoperta	10
I fiori che adornano le Dolomiti	11
Consigli e segnalazioni Valutazione della difficoltà	12
Consigli e segnalazioni Servizio informazioni e meteo	13

LA VAL D'ISARCO

Plose	1 Bressanone – Rifugio Plose – M. Forca Grande	16
Le Odle	2 Rif. Malga Zanes – Sobutsch	18
	3 Attorno al Sass de Putia	20
Sciliar-Alpe di Siusi	4 Castelrotto – Bullaccia	22
	5 I Denti di Terra Rossa non mordono	24
	6 Saltria – Sasso Piatto	26
	7 Sull'altopiano dello Sciliar	28
Val d'Ega-	8 Santuario di Pietralba – Corno Bianco	30
Gruppo del Latemar	9 Obereggen – Lago di Carezza	32
	10 Giro de Le Coronele	34

LA VAL PUSTERIA

Dolomiti di Braies	11 Escursione panoramica al Pian de Corones	38
	12 Lago di Braies – Monte Pra della Vacca	40
	13 Lago di Braies – Croda del Beco	42
	14 Valle di Braies Vecchia – Lago grande de Fosses	44
	15 Sul Monte Serla	46
	16 Al panoramico Picco di Vallandro	48
Gruppo Fanes	17 Rifugio Pederu – Lago della Creda	50
	18 Escursione per alpeggi al Rifugio Senes	52

DOLOMITI DI SESTO

	19 Cima Piatta Alta	56
	20 Al museo all'aria aperta del Monte Piana	58
	21 Rifugio A. Locatelli - S. Innerkofler	60
	22 Croda Rossa di Sesto	62
	23 Sentiero degli Alpini – Rif. Zsigmondy-Comici	64
	24 Attorno alla Cima Una	66
	25 Attorno al Monte Paterno	68
	26 Giro delle Tre Cime	70
	27 Forcella di Lavaredo	72
Gruppo dei Cadini	28 Il Sentiero Bonacossa	74
	29 Al Rifugio Fratelli Fonda Savio	76
	30 Il Sentiero Durissini	78

ALTA BADIA VAL BADIA

Sasso della Croce	31 Escursione panoramica in Val Badia	82
	32 Al Rifugio S. Croce in Badia	84
Gruppo Fanes-	33 Da Pederu al Passo di Limo	86

Sasso della Croce	34	Monte Santa Croce	88
Gruppo Puez-Odle	35	Le »viles« di Lungiaru	90
	36	Crep dles Dodesc	92
Gruppo di Sella	37	Val de Mesdi – Rifugio Franco Cavazza al Pisciadù	94
	38	Cima Pisciadù	96
	39	Il sentiero della cengia circolare sul Sella	98
	40	Sul Piz Boè per il Sentiero Lichtenfels	100
LA VAL GARDENA			102
	41	Al Rifugio Malga Brogles	104
	42	Da Selva di Val Gardena al Rifugio Firenze in Cisles	106
	43	La Chiesa di S. Giacomo	108
Gruppo del Sassolungo	44	Attorno al Gruppo del Sassolungo	110
	45	Al Rifugio Comici per la piccola Valle di Ampezan	112
Sciliar-Alpe di Siusi	46	Il grande giro dell'Alpe di Siusi	114
	47	Al Rifugio Alpe di Tires	116
Gruppo Puez-Odle	48	Giro attorno ai Pizzes de Cir	118
	49	Sul Col da la Pieres	120
	50	»Troi Paian« – Balést – Lech da Lagustel	122
	51	Sul margine meridionale del Gruppo del Puez	124
	52	Giro escursionistico al Passo Gardena	126
LA VAL DI FASSA			128
Gruppo del Catinaccio	53	Erte pareti, torri, picchi	130
	54	Alta Via di Fassa	132
	55	Sul Ponsin attraverso la Val di Dona	134
Gruppo del Sassolungo	56	Il sentiero Friedrich August	136
	57	Il giro del Sasso Piatto	138
Gruppo di Sella	58	Dal Sass Pordoi al Piz Boè	140
	59	Giro escursionistico alla Porta Vescovo	142
Area della Marmolada	60	Giro panoramico del Ciampac	144
	61	Lagusèl e le cascate	146
LA VAL DI Fiemme, PASSO ROLLE, SAN MARTINO DI CASTROZZA			148
Gruppo del Latemar	62	Giro del Dos dai Branchi	150
	63	La Torre di Pisa	152
	64	Aila Forcella Campanili	154
Passo di Lúzia	65	Lanello di Juribritto	156
	66	Al Bivacco Sandro Redolf	158
Pale di San Martino	67	Il Castelàz	160
	68	Dal Passo Rolle alla Cavailazza	162
	69	Giro attorno alla Pala di San Martino	164
Catena dei Lagorai	70	Il giro del Colbricon	166
	71	Al Lago delle Stellune	168
CORTINA D'AMPEZZO			170
		Il cuore segreto delle Dolomiti	170
	72	Attorno alla Croda da Lago	172
	73	Sul Col di Lana	174

Gruppo delle Tofane	74	Classico giro attorno alla Tofana di Rozes	176
	75	Il Sentiero Aostaldi	178
	76	Passo Falzàrego – Piccolo Lagazuoi	180
	77	Sul Sas de Stria	182
Gruppo Fanes	78	La cascata Sbarco de Fanes	184
Pomagagnon	79	La terza cengia del Pomagagnon	186
Gruppo del Sorapiss	80	Al Lago del Sorapiss	188
Gruppo delle Marmarole	81	Val da Rin – Rif Ciarido – Rif Monte Agudo	190
Gruppo dell'Antelao	82	Alla Forcella Piccola	192
Corvo Alto	83	Attorno al Corvo Alto	194
Monte Pelmo	84	Giro attorno al Monte Pelmo	196
Gruppo della Civetta	85	Da Alleghe al Rifugio A Tissi	198

VIE FERRATÈ DELLE DOLOMITI

Come comportarsi in montagna e in caso d'incidente	200
Attrezzatura	201
Come legarsi e assicurarsi in ferrata	202
Contrassegno dei gradi di difficoltà delle ferrate	203

DOLOMITI NORD

Gruppo Sass de Putia	86	Sas de Putia	204
Gruppo Odle	87	Sas Rigais	206
Gruppo del Catinaccio	88	Passo Santner	208
Gruppo del Latemar	89	Sentiero Campanili del Latemar	210
Gruppo di Sella	90	Via Ferrata Brigata Tridentina	212
Gruppo Fanes	91	Via Tomaselli	214
Dolomiti di Sesto	92	La Strada degli Alpini – Rifugio A. Berti	216
Gruppo dei Cadini	93	Via Merlone	218
Area della Marmolada	94	Marmolada di Penia	220
	95	Alta Via Bepi Zac	222

DOLOMITI SUD

Gruppo del Civetta	96	Via ferrata degli Alлегhesi	224
Gruppo Moiazza	97	Via ferrata Gianni Costantini	226
Gruppo delle Pale	98	Via ferrata Bolver-Lugli	228
	99	Via ferrata del Velo	230
Gruppo Cima d'Asta	100	Ferrata Giulio Gabrielli	232

Alte vie delle Dolomiti n. 1-10 (versione breve)	234
--	-----

Indirizzi utili

Rifugi nelle aree delle escursioni	244
Località Informazioni turistiche	246
Musei scelti	249
Indice degli autori Referenze materiale fotografico	250
Registro	251

Atlante stradale	257
------------------	-----