

1 WALKING VISCLE

LUNGHENZA ITINERARIO 4 km
DISLIVELLO +/- 55m
TEMPO DI PERCORRENZA 1h20
PERIODO CONSIGLIATO maggio/novembre
DIFFICOLTÀ Bassa

2 WALKING GIRO DEI MASI

LUNGHENZA ITINERARIO 4,3 km
DISLIVELLO +/- 230 m
TEMPO DI PERCORRENZA 1h20
PERIODO CONSIGLIATO maggio/novembre
DIFFICOLTÀ Media

3 WALKING GIRO DEI FORTI

LUNGHENZA ITINERARIO 8,3 km
DISLIVELLO +/- 350 m
TEMPO DI PERCORRENZA 3h50
PERIODO CONSIGLIATO giugno/ottobre
DIFFICOLTÀ Media

4 WALKING TORBIERE DEL TONALE

LUNGHENZA ITINERARIO 9 km
DISLIVELLO +/- 230 m
TEMPO DI PERCORRENZA 3h00
PERIODO CONSIGLIATO giugno/ottobre
DIFFICOLTÀ Media

5 WALKING GARÒFUI

LUNGHENZA ITINERARIO 8 km
DISLIVELLO +/- 300 m
TEMPO DI PERCORRENZA 3h00
PERIODO CONSIGLIATO maggio/ottobre
DIFFICOLTÀ Media

6 WALKING CASE DI VISO - SCURSAI

LUNGHENZA ITINERARIO 8,5 km
DISLIVELLO +/- 400 m
TEMPO DI PERCORRENZA 3h30
PERIODO CONSIGLIATO maggio/ottobre
DIFFICOLTÀ Alta

7 WALKING VAL D'AVIO - FRÈR

LUNGHENZA ITINERARIO 8 km
DISLIVELLO +/- 250 m
TEMPO DI PERCORRENZA 2h40
PERIODO CONSIGLIATO maggio/ottobre
DIFFICOLTÀ Media

8 WALKING SANTA GIULIA

LUNGHENZA ITINERARIO 3,7 km
DISLIVELLO +/- 240 m
TEMPO DI PERCORRENZA 1h40
PERIODO CONSIGLIATO giugno/ottobre
DIFFICOLTÀ Media

9 WALKING PREMIA - GAFIÙ

LUNGHENZA ITINERARIO 5,4 km
DISLIVELLO +/- 300 m
TEMPO DI PERCORRENZA 2h20
PERIODO CONSIGLIATO maggio/novembre
DIFFICOLTÀ Media

10 WALKING CAVA DEL BORM - CÒLER

LUNGHENZA ITINERARIO 6,2 km
DISLIVELLO +/- 400 m
TEMPO DI PERCORRENZA 3h00
PERIODO CONSIGLIATO maggio/novembre
DIFFICOLTÀ Alta

11 WALKING MORTIROLO - MOIÀC

LUNGHENZA ITINERARIO 4,3 km
DISLIVELLO +/- 160 m
TEMPO DI PERCORRENZA 1h40
PERIODO CONSIGLIATO maggio/novembre
DIFFICOLTÀ Bassa

12 WALKING GIRO VALERIANA

LUNGHENZA ITINERARIO 12,3 km
DISLIVELLO +/- 380 m
TEMPO DI PERCORRENZA 4h00
PERIODO CONSIGLIATO maggio/novembre
DIFFICOLTÀ Media

13 WALKING SENTIERO DELLA PACE

LUNGHENZA ITINERARIO 9 km
DISLIVELLO +/- 710 m
TEMPO DI PERCORRENZA 2h30
PERIODO CONSIGLIATO maggio/settembre
DIFFICOLTÀ Bassa

1 HIKING POZZI ALTI

LUNGHENZA ITINERARIO 12,9 km
DISLIVELLO +/- 850m
TEMPO DI PERCORRENZA 4h30
PERIODO CONSIGLIATO giugno/ottobre
DIFFICOLTÀ Media

2 HIKING LAGO DI BARCO

LUNGHENZA ITINERARIO 13,8 km
DISLIVELLO +/- 800 m
TEMPO DI PERCORRENZA 4h30
PERIODO CONSIGLIATO giugno/ottobre
DIFFICOLTÀ Bassa

3 HIKING CITTÀ MORTA

LUNGHENZA ITINERARIO 16,5 km
DISLIVELLO +/- 970 m
TEMPO DI PERCORRENZA 5h00
PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre
DIFFICOLTÀ Media

4 HIKING DOSSO DI CASAMADRE

LUNGHENZA ITINERARIO 7,5 km
DISLIVELLO +/- 720 m
TEMPO DI PERCORRENZA 4h00
PERIODO CONSIGLIATO giugno/ottobre
DIFFICOLTÀ Media

5 HIKING LAGHI MONTICELLI

LUNGHENZA ITINERARIO 12,9 km
DISLIVELLO +/- 980 m
TEMPO DI PERCORRENZA 4h50
PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre
DIFFICOLTÀ Alta

6 HIKING BOCCHETTE DI VAL MASSA

LUNGHENZA ITINERARIO 14,5 km
DISLIVELLO +/- 1000 m / - 1150 m
TEMPO DI PERCORRENZA 5h30
PERIODO CONSIGLIATO giugno/ottobre
DIFFICOLTÀ Media

7 HIKING RIFUGIO GARIBALDI

LUNGHENZA ITINERARIO 18,2 km
DISLIVELLO +/- 1150 m
TEMPO DI PERCORRENZA 6h15
PERIODO CONSIGLIATO giugno/ottobre
DIFFICOLTÀ Media

8 HIKING BOCCHETTA DI CASOLA

LUNGHENZA ITINERARIO 13,7 km
DISLIVELLO +/- 900 m
TEMPO DI PERCORRENZA 5h15
PERIODO CONSIGLIATO giugno/ottobre
DIFFICOLTÀ Media

9 HIKING CIMA BLES

LUNGHENZA ITINERARIO 13,6 km
DISLIVELLO +/- 900 m
TEMPO DI PERCORRENZA 7h00
PERIODO CONSIGLIATO giugno/ottobre
DIFFICOLTÀ Alta

10 HIKING LAGHETTI DI PIETRAROSSA

LUNGHENZA ITINERARIO 13,5 km
DISLIVELLO +/- 1070 m
TEMPO DI PERCORRENZA 5h10
PERIODO CONSIGLIATO giugno/ottobre
DIFFICOLTÀ Media

11 HIKING VAL GRANDE

LUNGHENZA ITINERARIO 20,7 km
DISLIVELLO +/- 1170 m
TEMPO DI PERCORRENZA 6h30
PERIODO CONSIGLIATO giugno/ottobre
DIFFICOLTÀ Media

12 HIKING PIANA DEI MOREI

LUNGHENZA ITINERARIO 15,5 km
DISLIVELLO +/- 1150 m
TEMPO DI PERCORRENZA 6h00
PERIODO CONSIGLIATO giugno/ottobre
DIFFICOLTÀ Media

13 HIKING SENTIERO DEI CERVI

LUNGHENZA ITINERARIO 12,3 km
DISLIVELLO +/- 770 m
TEMPO DI PERCORRENZA 4h00
PERIODO CONSIGLIATO giugno/ottobre
DIFFICOLTÀ Bassa

14 HIKING MONTE AVIOLO

LUNGHENZA ITINERARIO 9,7 km
DISLIVELLO +/- 1130 m
TEMPO DI PERCORRENZA 7h00
PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre
DIFFICOLTÀ Alta

1 VIA FERRATA SENTIERO DEI FIORI

LUNGHENZA ITINERARIO 5,4 km
DISLIVELLO +/- 800 m
TEMPO DI PERCORRENZA 5h00
PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre
DIFFICOLTÀ Via ferrata

2 VIA FERRATA CIMA PAYER

LUNGHENZA ITINERARIO 6,3 km
DISLIVELLO +/- 650 m
TEMPO DI PERCORRENZA 4h00
PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre
DIFFICOLTÀ Via ferrata

3 VIA FERRATA SENTIERO DEGLI AUSTRIACI

LUNGHENZA ITINERARIO 6,6 km
DISLIVELLO +/- 850 m
TEMPO DI PERCORRENZA 5h00
PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre
DIFFICOLTÀ Via ferrata

NOTA VIA FERRATA: Percorso per escursionisti esperti o accompagnati da guida alpina. Necessaria attrezzatura alpinistica (imbrago + kit da ferrata).

1 TREKKING TOUR ALTA VIA DELL'ADAMELLO

1ª TAPPA
LUNGHENZA ITINERARIO 8,8 km
DISLIVELLO +/- 1220 m / - 300 m
TEMPO DI PERCORRENZA 5h00
PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre
DIFFICOLTÀ Media

2 TREKKING TOUR ALTA VIA CAMUNA

1ª TAPPA
LUNGHENZA ITINERARIO 10,6 km
DISLIVELLO +/- 1250 m / - 60 m
TEMPO DI PERCORRENZA 5h00
PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre
DIFFICOLTÀ Media

3 TREKKING TOUR SUI SENTIERI DELLA GRANDE GUERRA

1ª TAPPA
LUNGHENZA ITINERARIO 13,3 km
DISLIVELLO +/- 1420 m / - 340 m
TEMPO DI PERCORRENZA 5h30
PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre
DIFFICOLTÀ Media

2ª TAPPA LUNGHENZA ITINERARIO 20,9 km DISLIVELLO +/- 950 m / - 1300 m TEMPO DI PERCORRENZA 6h30 PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre DIFFICOLTÀ Alta

3ª TAPPA LUNGHENZA ITINERARIO 8,8 km DISLIVELLO +/- 1030 m / - 970 m TEMPO DI PERCORRENZA 4h50 PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre DIFFICOLTÀ Alta

4ª TAPPA LUNGHENZA ITINERARIO 9 km DISLIVELLO +/- 10m / - 970 m TEMPO DI PERCORRENZA 2h30 PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre DIFFICOLTÀ Media

2ª TAPPA LUNGHENZA ITINERARIO 19,2 km DISLIVELLO +/- 930 m / - 1150 m TEMPO DI PERCORRENZA 6h00 PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre DIFFICOLTÀ Media

3ª TAPPA LUNGHENZA ITINERARIO 15,7 km DISLIVELLO +/- 1360 m / - 1150 m TEMPO DI PERCORRENZA 6h20 PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre DIFFICOLTÀ Alta

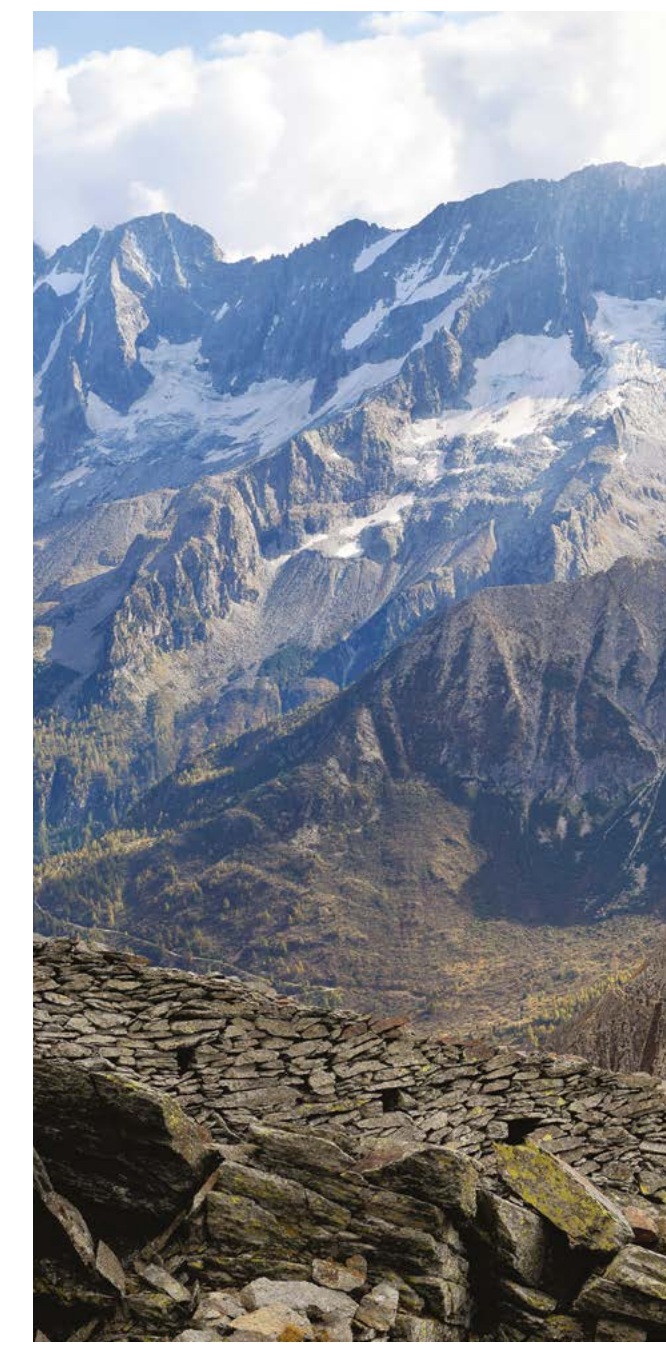
4ª TAPPA LUNGHENZA ITINERARIO 9,5 km DISLIVELLO +/- 900 m / - 1550 m TEMPO DI PERCORRENZA 5h30 PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre DIFFICOLTÀ Media

5ª TAPPA LUNGHENZA ITINERARIO 7,7 km | 5,4 km DISLIVELLO +/- 600 m / - 1940 m TEMPO DI PERCORRENZA 3h40 | 5h30 PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre DIFFICOLTÀ Media

4ª TAPPA LUNGHENZA ITINERARIO 18,5 km DISLIVELLO +/- 1600 m / - 1400 m TEMPO DI PERCORRENZA 7h30 PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre DIFFICOLTÀ Alta

5ª TAPPA LUNGHENZA ITINERARIO 19,8 km DISLIVELLO +/- 1400 m / - 900 m TEMPO DI PERCORRENZA 7h30 PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre DIFFICOLTÀ Media

6ª TAPPA LUNGHENZA ITINERARIO 9,7 km DISLIVELLO +/- 850 m / - 1150 m TEMPO DI PERCORRENZA 4h00 PERIODO CONSIGLIATO luglio/settembre DIFFICOLTÀ Alta



CONSIGLI UTILI PER ESCURSIONISTI

SICUREZZA IN MONTAGNA

- Informarsi adeguatamente sulle caratteristiche e difficoltà dell'itinerario, studiano preventivamente le carte topografiche per escursionismo.
- Prima di partire è bene definire la meta e informare qualcuno sull'itinerario prescelto.
- Essere in buone condizioni psico-fisiche ed adeguatamente allenati rispetto all'impegno richiesto, evitando di affrontare itinerari al di sopra delle proprie capacità tecniche, di preparazione fisica e psicologica.
- Mai intraprendere un itinerario da soli: è preferibile e consigliato farsi accompagnare da personale qualificato.
- Evitare di uscire inutilmente dal sentiero e di prendere scorciatoie.
- Ripartire a valle i propri rifiuti. Rispettare la flora e la fauna. Rispettare le culture e le tradizioni locali, ricordandosi che si è ospiti delle genti di montagna.

METEO

- Informarsi preventivamente sulle condizioni meteorologiche, dove possibile partire per le gite al mattino presto, per evitare di farsi sorprendere dal brutto tempo, in montagna i temporali scatenano generalmente nel pomeriggio ed il tempo cambia in modo repentino.

ABBIGLIAMENTO, CALZATURE E ATTREZZATURA

- Preparare lo zaino secondo l'itinerario prestabilito. Portare capi con buona termicità, giacca a vento/impermeabile, un maglione/pullover pesante, dei guanti, un berretto, un paio di pantaloni lunghi, un cambio di biancheria.
- Indossare calzature adeguate: evitare scarpe da ginnastica ed in genere scarpe a suola liscia.
- Avere con sé una torcia frontale, una borraccia/thermos, una mantellina per la pioggia, crema e occhiali da sole, fazzoletti di carta, un kit di pronto soccorso.
- Kit da ferrata (casco, imbragatura, moschettoni e spezone di corda) a seconda del sentiero.

ALIMENTAZIONE

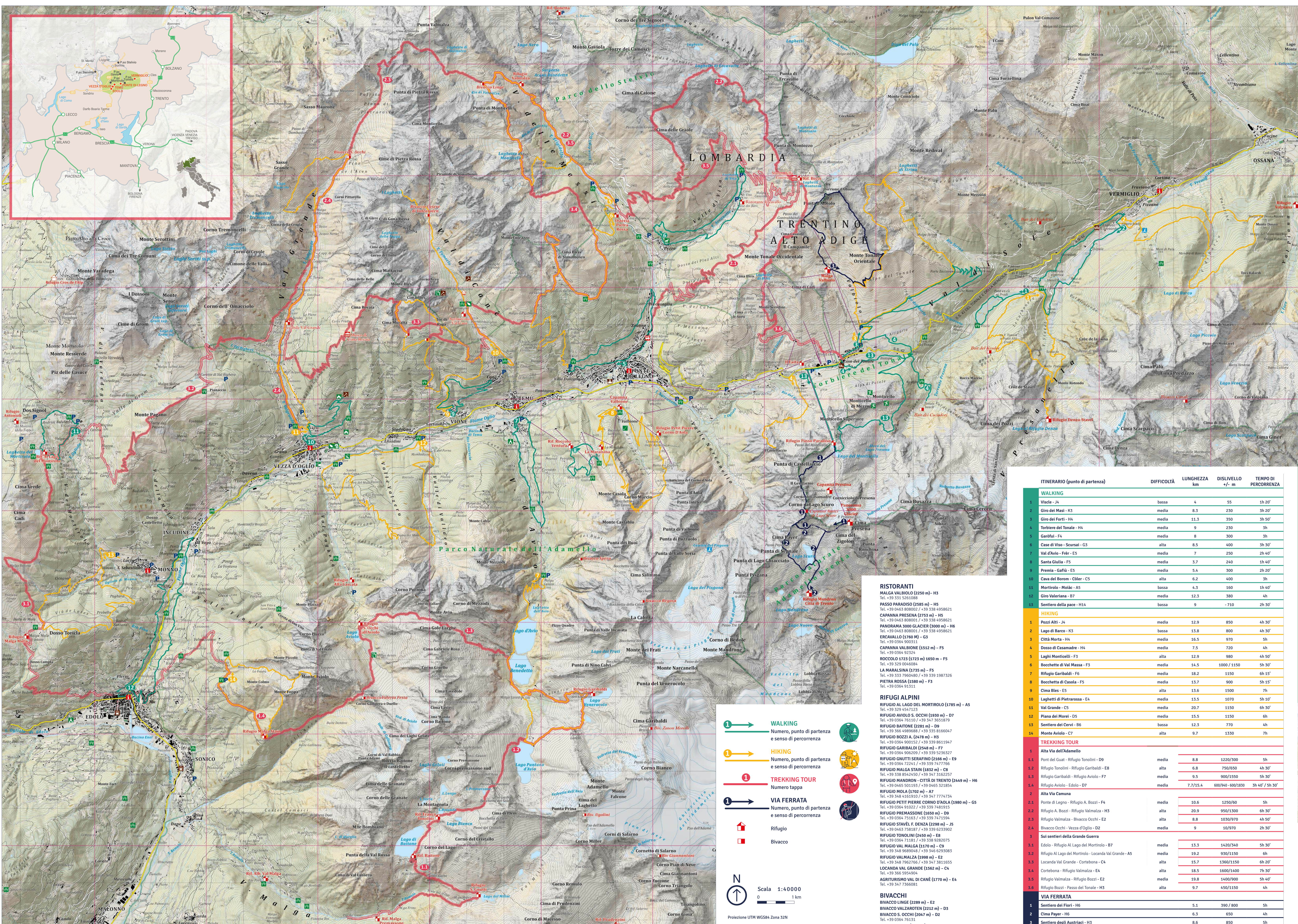
- Salendo in quota si favorisce la disidratazione, per questo è importantissimo assumere molti liquidi (ancora meglio se arricchiti con sali minerali).

RIFUGIO

- È buona norma prenotare il pernottamento, segnalando un orario di arrivo.
- Nei rifugi si trovano coperte, cuscini e materassi. È necessario avere il saccolenzuolo personale o procurarselo al rifugio.

In caso di necessità chiamare il soccorso alpino ☎ 112

NOTA: questa mappa è un prodotto di natura turistica, le informazioni e le classificazioni degli itinerari sono indicative. Si declina ogni responsabilità per l'esattezza e la precisione dei dati che può trovare su carte topografiche tecniche a scale più dettagliate.



RISTORANTI
MALGA VALBIOLO (2250 m) - H3
 Tel. +39 331 5261088
PASSO PARADISO (2585 m) - H5
 Tel. +39 0463 808001 / +39 338 4958621
CAPPANNA PRESENTA (2753 m) - H5
 Tel. +39 0463 808001 / +39 338 4958621
ERCAVALLO (1760 m) - G3
 Tel. +39 0364 900313
CAPPANNA VALBIONE (1512 m) - F5
 Tel. +39 0364 92324
ROCCOLO 1723 (1723 m) 1650 m - F5
 Tel. +39 0329 0340084
LA MARALSINA (1735 m) - F5
 Tel. +39 333 7960480 / +39 333 1987326
PIETRA ROSSA (1580 m) - F3
 Tel. +39 0364 91311

RIFUGI ALPINI
RIFUGIO AL LAGO DEL MORTIROLO (1785 m) - A5
RIFUGIO AVIOLO S. OCCHI (1930 m) - D7
 Tel. +39 0364 76110 / +39 347 3651879
RIFUGIO BARTONE (2281 m) - D9
 Tel. +39 0364 4960281 / +39 339 7482915
RIFUGIO BOZZI A. (2478 m) - H5
 Tel. +39 0364 900152 / +39 339 8611947
RIFUGIO GARIBALDI (2548 m) - F7
 Tel. +39 0364 9000291 / +39 338 5236327
RIFUGIO GNUTTI SERAFINO (2166 m) - E9
 Tel. +39 0364 72264 / +39 339 7477766
RIFUGIO MALGA STAM (1632 m) - C8
 Tel. +39 338 8542450 / +39 347 3162257
RIFUGIO MANDRON - CITTÀ DI TRENTO (2449 m) - H6
RIFUGIO MOLA (1702 m) - A2
 Tel. +39 348 4161910 / +39 347 7774734
RIFUGIO PETIT PIERRE CORNO D'ADOLA (1980 m) - G5
 Tel. +39 0463 758187 / +39 339 6233982
RIFUGIO VALBIONE (1650 m) - D9
 Tel. +39 0364 75163 / +39 339 7471594
RIFUGIO STAVÈL F. DENZA (2298 m) - J5
 Tel. +39 0463 758187 / +39 339 6233982
RIFUGIO TONOLINI (2450 m) - E8
 Tel. +39 0364 71181 / +39 338 9282075
RIFUGIO VAL MALGA (1170 m) - C9
 Tel. +39 348 5689048 / +39 348 6293083
RIFUGIO VALMALZA (1998 m) - E2
 Tel. +39 348 7962766 / +39 347 3811655
LOCANDA VAL GRANDE (1562 m) - C4
 Tel. +39 366 5954904
AGRITURISMO VAL DI CANÈ (1770 m) - E4
 Tel. +39 347 7366081

BIVACCHI
BIVACCO LINGE (2289 m) - E2
BIVACCO VALZAROTEN (2212 m) - D3
BIVACCO S. OCCHI (2047 m) - D2
 Tel. +39 0364 76115
BIVACCO FESTA (2320 m) - D7

1 → **WALKING**
 Numero, punto di partenza e senso di percorrenza

1 → **HIKING**
 Numero, punto di partenza e senso di percorrenza

1 → **TREKKING TOUR**
 Numero tappa

1 → **VIA FERRATA**
 Numero, punto di partenza e senso di percorrenza

🏠 Rifugio
 🏠 Bivacco

Scala 1:40000
 0 1 km
 Proiezione UTM WGS84 Zona 32N

ITINERARIO (punto di partenza)	DIFFICOLTÀ	LUNGHEZZA km	DISLIVELLO +/- m	TEMPO DI PERCORRENZA
WALKING				
1 Visole - J4	bassa	4	55	1h 20'
2 Giro dei Masi - K3	media	8,3	230	3h 20'
3 Giro dei Forti - H4	media	11,3	350	3h 50'
4 Torbiere del Tonale - H4	media	9	230	3h
5 Garfui - F4	media	8	300	3h
6 Case di Viso - Scursai - G3	alta	8,5	400	3h 30'
7 Val d'Avio - Frèr - E5	media	7	250	2h 40'
8 Santa Giulia - F5	media	3,7	240	1h 40'
9 Premia - Gaffio - E5	media	5,4	300	2h 20'
10 Cava del Borom - Oler - C5	alta	6,2	400	3h
11 Mortirolo - Molik - A5	bassa	4,3	160	1h 40'
12 Giro Valeriana - B7	media	12,3	380	4h
13 Sentiero della pace - H14	bassa	9	-710	2h 30'
HIKING				
1 Pozzi Alti - J4	media	12,9	850	4h 30'
2 Lago di Borca - K3	bassa	13,8	800	4h 30'
3 Città Morta - H4	media	16,5	970	5h
4 Dosso di Casamadre - H4	media	7,5	720	4h
5 Laghi Monticelli - F3	alta	12,9	980	4h 50'
6 Bocchette di Val Massa - F3	alta	14,5	1000 / 1150	5h 30'
7 Rifugio Garibaldi - F6	media	18,2	1150	6h 15'
8 Bocchetta di Casola - F5	media	13,7	900	5h 15'
9 Cima Bles - E5	alta	13,6	1500	7h
10 Laghetti di Pietrarsa - E4	media	13,5	1070	5h 10'
11 Val Grande - C5	media	20,7	1150	6h 30'
12 Piana del Morel - D5	media	15,5	1150	6h
13 Sentiero dei Cervi - B6	bassa	12,3	770	4h
14 Monte Aviole - C7	alta	9,7	1330	7h
TREKKING TOUR				
1 Alta Via dell'Adamello				
1.1 Pont del Guano - Rifugio Tonolini - D9	media	8,8	1220/300	5h
1.2 Rifugio Tonolini - Rifugio Garibaldi - E8	alta	6,8	750/650	4h 30'
1.3 Rifugio Garibaldi - Rifugio Aviole - F7	media	9,5	900/1550	5h 30'
1.4 Rifugio Aviole - Edolo - D7	media	7,7/15,4	600/940 - 600/1830	3h 40' / 5h 30'
2 Alta Via Camuna				
2.1 Ponte di Legno - Rifugio A. Bozzi - F4	media	10,6	1250/60	5h
2.2 Rifugio A. Bozzi - Rifugio Valmalza - H3	alta	20,9	950/1300	6h 30'
2.3 Rifugio Valmalza - Bivacco Occhi - E2	alta	8,8	1030/970	4h 50'
2.4 Bivacco Occhi - Veza d'Oglio - D2	media	9	10/970	2h 30'
Sui sentieri della Grande Guerra				
3.1 Edolo - Rifugio Al Lago del Mortirolo - B7	media	13,3	1420/340	5h 30'
3.2 Rifugio Al Lago del Mortirolo - Locanda Val Grande - A5	media	19,2	930/1150	6h
3.3 Locanda Val Grande - Corborea - C4	alta	15,7	1360/1150	6h 20'
3.4 Corborea - Rifugio Valmalza - E4	alta	18,5	1600/1400	7h 30'
3.5 Rifugio Valmalza - Rifugio Bozzi - E2	media	19,8	1400/900	5h 40'
3.6 Rifugio Bozzi - Passo del Tonale - H3	alta	9,7	450/1150	4h
VIA FERRATA				
4 Sentiero dei Fiori - H6		5,1	390 / 800	5h
2 Cima Payer - H6		6,3	650	4h
3 Sentiero degli Austriaci - H3		8,6	850	5h



SENTIERI DI MONTAGNA

WALKING - HIKING - TREKKING TOUR - VIA FERRATA

