

NÜTZLICHE HINWEISE FÜR WANDERER

SICHERHEIT IN DEN BERGEN

- Sich vorher angemessen über Eigenschaften und Schwierigkeit der Wege informieren und von Beginn die Wander- und Bergsteigerkarten eingehend überprüfen.
- Vor Beginn das Ziel genau festlegen und jemanden darüber informieren.
- In guter körperlicher Verfassung sein, über ein Angemessenes Training verfügen und keine Wege aussuchen, die die eigenen Grenzen des technischen Könnens, der physischen und psychologischen Vorbereitung überschreiten.
- Nie eine Strecke allein bewerkstelligen sich vorzugsweise von ausgebildetem Personal begleiten lassen.
- Nicht unnötig vom Weg abkommen und keine Abkürzungen nehmen.
- Abfall wieder zu Tal bringen. Auf Flora und Fauna achten. Einheimische Kulturen und Traditionen beachten und sich daran erinnern, dass man bei den Bergbewohnern zu Gast ist.

BERGFÜHRERS

Vallecamonica-Adamello
Tel. +39 346 5789907
www.adamelloguidedpine.it
info@adamelloguidedpine.it

Val di Sole
Tel. +39 347 7457328
www.guidedepinevaldisole.it
info@guidedepinevaldisole.it

WETTER

- Sich vorher über die Wetterlage informieren und wo möglich am frühen Morgen den Weg antreten, um nicht von Gewittern überrascht zu werden; in den Bergen kommen vor allem am Nachmittag Gewitter auf und generell schwankt schnell das Wetter.

KLEIDUNG, SCHUHE UND AUSRÜSTUNG

- Den Rucksack je nach Ausflugsart vorbereiten. Wärmende Kleidung, Wind-/Goretexjacke, dicker Pullover, Handschuhe, Mütze, ein paar lange Hosen, Unterschwachschel.
- Angemessene Schuhe: keine Turnschuhe oder generell keine Schuhe mit glatter Sohle.
- Stirnlampe, Thermosflasche, Regencape, Creme und Sonnenbrille, Taschentücher, Erste Hilfe-Kit.
- Klettersteig-Kit (Helm, Klettergurt, Karabinerhaken und Seil) – jenach Art des Weges.

ERNÄHRUNG

- Beim Aufstieg wird die Dehydratation begünstigt, daher ist es sehr wichtig, viel Flüssigkeit einzunehmen (noch besser mit Beilagen von Mineralsalzen).

SCHUTZHÜTTE

- Es ist eine gute Angewohnheit die Übernachtung zu planen und die Schutzhütte von der Ankunftszeit zu benachrichtigen.
- In der Schutzhütte findet man Decken, Kissen und Matratzen. Es ist erforderlich ein Bettkessack zu haben oder es sich in der Schutzhütte zu besorgen.

Im Falle eines Notfalles die Bergwacht unter der Nr. 112 benachrichtigen

HINWEIS: diese Karte ist von touristischer Natur und Informationen und Streckenweisungen sind rein informativ. Man weist jede Verantwortung bezgl. Genauigkeit und Datenübereinstimmung, gegenüber technischen detaillierten Karten zurück.



Laden Sie die Broschüre herunter



BERG - WANDERUNGEN

SPAZIERGÄNGE - WANDERUNGEN - TREKKING TOUREN - KLETTERSTEIGE



STRECKE (Ausgangspunkt)	SCHWIERIGKEIT	STRECKENLÄNGE km	HÖHENUNTERSCHIED +/-m	WANDERZEIT
1 Viacelle - J3	Leicht	4	55	1h 20'
2 Giro dei Masi - K3	Mittel	8.3	230	3h 20'
3 Giro dei Forti - I4	Mittel	11.3	350	3h 50'
4 Torbiere del Tonale - I4	Mittel	9	230	3h
5 Garofai - G4	Mittel	8	300	3h
6 Case di Viso - Scursai - G3	Schwer	8.5	400	3h 30'
7 Val d'Avio - Frèr - F4	Mittel	7	250	2h 40'
8 Santa Giulia - F5	Mittel	3.7	240	1h 40'
9 Premia - Gaffio - E4	Mittel	5.4	300	2h 20'
10 Cava del Borom - Coler - D5	Schwer	6.2	400	3h
11 Mortirolo - Molà - B4	Leicht	4.3	160	1h 40'
12 Giro Valeriana - B7	Mittel	12.3	380	4h
13 Sentiero della pace - I5	Mittel	9	-710	2h 30'
14 Pozzi Alti - J3	Mittel	12.9	850	4h 30'
15 Lago di Barco - K3	Leicht	13.8	800	4h 30'
16 Città Morta - I4	Mittel	16.5	970	5h
17 Dosso di Casamadre - H4	Mittel	7.5	720	4h
18 Laghi Monticelli - G2	Schwer	12.9	980	4h 50'
19 Bocchette di Val Massa - G2	Mittel	14.5	1000 / 1150	5h 30'
20 Rifugio Garibaldi - F6	Mittel	18.2	1150	6h 15'
21 Bocchetta di Casola - G4	Mittel	13.7	900	5h 15'
22 Cima Bles - E4	Schwer	13.6	1500	7h
23 Laghetti di Pietrarsa - F4	Mittel	13.5	1070	5h 10'
24 Val Grande - D6	Mittel	20.7	1150	6h 30'
25 Piana dei Morei - E4	Mittel	15.5	1150	6h
26 Sentiero dei Cervi - B5	Leicht	12.3	770	4h
27 Monno Avio - C7	Schwer	9.7	1330	7h

1 Alta Via dell'Adamello				
1.1 Pont del Guat - Rifugio Tonolini - D9	Mittel	8.8	1220/300	5h
1.2 Rifugio Tonolini - Rifugio Garibaldi - E8	Schwer	6.8	750/650	4h 30'
1.3 Rifugio Garibaldi - Rifugio Avio - F7	Mittel	9.5	900/1550	5h 30'
1.4 Rifugio Avio - Edolo - D6	Mittel	7.7/15.4	600/940 - 600/1830	3h 40' / 5h 30'
2 Alta Via Camuna				
2.1 Ponte di Lago - Rifugio A. Bozzi - H4	Mittel	10.6	1250/60	5h
2.2 Rifugio A. Bozzi - Rifugio Bonetta - H2	Schwer	10.2	690/530	5h 30'
2.3 Rifugio Bonetta - Biavaco Occhi - F1	Schwer	11.8	700/1280	5h 50'
2.4 Biavaco Occhi - Zezza d'Oglio - D2	Mittel	9	10/970	2h 30'
3 Sui sentieri della Grande Guerra				
3.1 Edolo - Rifugio Al Lago del Mortirolo - B7	Mittel	13.3	1420/340	5h 30'
3.2 Rifugio Al Lago del Mortirolo - Locanda Val Grande - B5	Mittel	19.2	930/1150	6h
3.3 Locanda Val Grande - Cortebona - D4	Schwer	15.7	1360/1150	6h 20'
3.4 Cortebona - Rifugio Valmalza - E3	Schwer	18.5	1600/1400	7h 30'
3.5 Rifugio Valmalza - Rifugio Bozzi - F1	Mittel	19.8	1400/900	5h 40'
3.6 Rifugio Bozzi - Passo del Tonale - H2	Schwer	9.7	450/1150	4h
4 Presanella Epic Trail				
4.1 Vermiglio - Rifugio Denza - K3	Mittel	8.5	1120	4h 10'
4.2 Rifugio Denza - Capanna Presena - J4	Schwer	13.5	1380/1100	7h
4.3 Ghiacciaio Presena - Passo Tonale (Sentiero dei fiori) - I5	Klettersteige	5.1	390/800	5h
4.4 Passo Tonale - Bait di Mezzolo - H3	Mittel	13.2	730/1445	5h 30'
4.5 Bait di Mezzolo - Vermiglio - J3	Mittel	22.7	1150/1930	8h 15'
5 Sentiero dei Fiori - I5	Klettersteige	5.1	390 / 800	5h
6 Cima Payer - H6	Klettersteige	6.3	650	4h
7 Sentiero degli Austruici - H5	Klettersteige	8.6	850	5h

RESTAURANTS

MALGA VALBIOLLO (2250 m) - H3

Tel. +39 0463 896079 / +39 338 4958621

IL FAITA (1822 m) - H4

Tel. +39 0354 5815719

PASSO PARADISO (2585 m) - H4

Tel. +39 0364 808002 / +39 338 4958621

CAPANNA PRESENTA (2735 m) - H5

Tel. +39 0364 808007 / +39 338 4958621

PANORAMA 3000 GLACIER (3000 m) - I5

Tel. +39 0463 808001 / +39 338 4958621

ERCAVALLO (1760 m) - H2

Tel. +39 0364 1895753

CAPANNA VALBIONE (1512 m) - G4

Tel. +39 0364 1895753

ROCCOLO VENTURA (1725 m) 1650 m - F4

Tel. +39 0364 088009

LA MARALINA (1735 m) - F5

Tel. +39 0364 1730695

PIETRA ROSSA (1490 m) - G2

Tel. +39 0364 913511

ERCAVALLO (1760 m) - H2

Tel. +39 0364 1895753

CAPANNA VALBIONE (1512 m) - G4

Tel. +39 0364 1895753

ROCCOLO VENTURA (1725 m) 1650 m - F4

Tel. +39 0364 088009

LA MARALINA (1735 m) - F5

Tel. +39 0364 1730695

PIETRA ROSSA (1490 m) - G2

Tel. +39 0364 913511

ERCAVALLO (1760 m) - H2

Tel. +39 0364 1895753

CAPANNA VALBIONE (1512 m) - G4

Tel. +39 0364 1895753

ROCCOLO VENTURA (1725 m) 1650 m - F4

Tel. +39 0364 088009

LA MARALINA (1735 m) - F5

Tel. +39 0364 1730695

PIETRA ROSSA (1490 m) - G2

Tel. +39 0364 913511

ERCAVALLO (1760 m) - H2

Tel. +39 0364 1895753

CAPANNA VALBIONE (1512 m) - G4

Tel. +39 0364 1895753

ROCCOLO VENTURA (1725 m) 1650 m - F4

Tel. +39 0364 088009

LA MARALINA (1735 m) - F5

Tel. +39 0364 1730695

PIETRA ROSSA (1490 m) - G2

Tel. +39 0364 913511

1

SPAZIERGÄNGE

Nummer, Ausgangspunkt und Richtung der Strecke

1

WANDERUNGEN

Nummer, Ausgangspunkt und Richtung der Strecke

1

TREKKING TOUREN

Etappennummer

1

KLETTERSTEIGE

Nummer, Ausgangspunkt und Richtung der Strecke

1

Schutzhütte

1

Biwack

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

51

52

53

54

55

56

57

58

59

60

61

62

63

64

65

66

67

68

69

70

71

72

73

74

75

76

77

78

79

80

81

82

83

84

85

86

87

88

89

90

91

92

93

94

95

96

97

98

99

100

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

51

52

53

54

55

56

57

58

59

60

61

62

63

64

65

66

67

68

69

70

71

72

73

74

75

76

77

78

79

80

81

82

83

84

85

86

87

88

89

90

91

92

93

94

95

96

97

98

99

100

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

29

30

31

32

33

34

35

36

37

38

39

40

41

42

43

44

45

46

47

48

49

50

51

52

53

54

55

56

57

58

59

60

61

62

63

64

65

66

67

68

69

70

71

72

73

74

75

76

77

78

79

80

81

82

83

84

85

86

87

88

89

90

91

92

93

94

95

96

97

98

99

100

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

</