

VIAGGI E TEMPO LIBERO

Escursioni Cortina d'Ampezzo

di **Stefania Pompigna** – Digital Assistant

Le **escursioni a Cortina d'Ampezzo** sono esperienze non solo per gli appassionati, ma anche per chi si affaccia per la prima volta a queste camminate adatte a tutte le età ed esigenze. I percorsi hanno diversi gradi di difficoltà e devono essere affrontati sempre con l'abbigliamento adatto e solo dopo aver preso le giuste informazioni sul meteo e sullo stato del sentiero.

Della **Conca Ampezzana** ho selezionato sei itinerari: uno facile e gli altri di media difficoltà, continua a leggere e fammi sapere cosa ne pensi nei commenti.

1. **Itinerario dei larici di Mandres e Fraina:** escursione ad anello facile e di circa 4 km. La partenza è in località **Mandres** dalla funivia del **Faloria**. Da qui si prosegue per il sentiero fino ad arrivare nei pressi della **Fattoria Meneguto**, un ristorante in cui potrai gustare specialità tradizionali Ladine. Per il rientro dovrai riprendere il sentiero 220 ed arriverai al punto di partenza.
2. **Parco Naturale Dolomiti d'Ampezzo:** è un'escursione ad anello per una lunghezza di 14,5 Km ed è di media difficoltà. Si parte dal parcheggio dell'Ufficio Informazioni del **Parco Naturale di Fiames** e con la navetta sarà possibile raggiungere la **Malga Ra Stua**. Da qui si può proseguire verso il sentiero 6 fino ad arrivare a **Cianpo de Cros**. Si può andare avanti risalendo la **Val Salata** fino al **Rifugio Sennes** per poi salire lungo l'altopiano carsico del **Col de Ra Sciores**, dove si incontra la discesa che porta al **Rifugio Biella**. Per rientrare basterà imboccare il sentiero 26 e costeggiando il **Lago Gran de Foses**, il **Lago Pizo** e il **Lago de Ra Réme da Rosses**. Da qui si ritroverà il sentiero 6 tornando così al parcheggio di Fiames.
3. **Itinerario tra Forcella Zumeles e Val Padeon:** itinerario di media difficoltà per 9,5 Km: si parte dal parcheggio di **Rio Gere** in direzione del sentiero 211 e ci si ritroverà ai piedi delle cime del **Monte Cristallo**. Proseguendo ci si troverà di fronte al meraviglioso paesaggio della Conca Ampezzana. Per il rientro bisognerà prendere il sentiero 204 in direzione di **Ospitale**.
4. **Escursione del Lago Federa:** un percorso di media difficoltà per 12,1 Km che parte dal **Passo Giau** e arriva fino a **Forcella Giau** e all'**altopiano di Mondeval**. Si può proseguire fino a **Forcella Ambrizzola**, da qui prendendo poi la discesa fino al Lago di Federa in cui sarà bellissimo ammirare il **Becco di Mezzodì** e la **Croda da Lago**. La partenza e l'arrivo non coincidono, è meglio muoversi con due auto oppure lasciare l'auto a **Ru Curto**: all'andata per prendere l'autobus per il Passo Giau e recuperare poi l'auto alla fine della passeggiata.
5. **Itinerario ad anello Tofana di Rozes:** escursione di 7,6 Km con media difficoltà.

Il **Rifugio Dibona** è il punto di partenza, si può continuare per il sentiero 403, in direzione del **Rifugio Giussani**, fino all'incrocio con il sentiero 404 qui si costeggia la parete della Tofana, fino a **Forcella Col dei Bos**, dove lo spettacolo naturale è tra i più suggestivi. Per il ritorno basta prendere il sentiero 412 per tornare al Rifugio Dibona.

Escursione della Val Orita: 7,5 Km per un'escursione ad anello di media difficoltà. Da Cortina si parte con la **funivia del Faloria**, e si risale al **Rifugio Faloria** dal quale si godrà di una meravigliosa vista sulle **Tofane**, sul **Pomagagnon** e sulle **Tre Cime di Lavaredo**. E' possibile proseguire, salendo in direzione del Rifugio Capanna Tondi fino al sentiero 213 all'incrocio con il sentiero 214. Per rientrare si può percorrere il sentiero 214 passando dalla Val Orita raggiungendo così la **Baita Fraina** e poi camminare lungo il sentiero pedonale della Ex Ferrovia fino a raggiungere il centro in circa mezz'ora.



Montagnetop.it

INTINERARI IN MONTAGNA E NON SOLO

ESPLORA IL SITO