




CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO

## COMMISSIONE ESCURSIONISMO

via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano – tel. 0286463516  
escursionismo@caimilano.eu - www.caimilano.eu

 Commissione Escursionismo CAI Milano



Venerdi Sabato Domenica 26-27-28 Giugno 2026

### *Sentieri e Ferrate tra Alpe di Siusi e Catinaccio ( mt. 3.002 ) Dolomiti di Gardena e Fassa*

Apertura iscrizioni dal 28 Maggio fino ad esaurimento posti: 44

Per il 27 e il 28 Giugno si organizzeranno 2 gruppi distinti: uno percorrerà sentieri e l'altro ferrate.

Il numero massimo di persone che potranno percorrere le ferrate sarà di 22.

IMPORTANTE: se dei 22 selezionati, qualcuno non volesse affrontare tutte e due le ferrate, libererebbe il proprio posto per altri del gruppo sentiero, che in questo modo potrebbero percorrerne almeno una. Questa eventuale alternanza si deciderà prima della partenza per consentire a tutti gli interessati di avere con se il set ferrata e casco obbligatori.

Il Catinaccio e l'Alpe di Siusi formano, insieme al massiccio dello Sciliar, il maestoso Parco Naturale Sciliar-Catinaccio. Si tratta di due dei paesaggi montani più iconici, leggendari e spettacolari delle Dolomiti, ideali per l'escursionismo, lo sci e l'alpinismo

Il Catinaccio è un massiccio montuoso dolomitico celebre per le sue cime frastagliate che sfiorano i 3.000 metri di quota, situato tra la Val di Tires, la Val d'Ega e la Val di Fassa.

L'Alpe di Siusi è l'altopiano montano più vasto d'Europa (circa 56 km quadrati), situato a un'altitudine compresa tra i 1.680 e i 2.350 metri sul livello del mare

#### Programma:

Partenza da Milano ( venerdì 26.06 )

|   |     |       |
|---|-----|-------|
| Staz.FS Cadorna – Lato Viale Paleocapa      | ore | 6.30  |
| Arrivo previsto a Milano ( domenica 27.06 ) | ore | 22.30 |

Località di arrivo con il pullman

Lavina Bianchi Park (BZ) mt. 1200 ca.

### Percorso

#### 1° giorno

Partenza da Milano con direzione Bolzano. Giunti nel capoluogo, saliremo con il bus fino al Park di Lavina Bianca dove ci prepareremo per la salita al rifugio Bergamo ( m.2.165 )

#### 2° Giorno

Oggi si effettueranno 2 GRUPPI indipendenti.

**Il primo gruppo** seguirà il sentiero per il rifugio Bolzano e successivamente salirà la cima del Monte Pez ( mt. 2.563 ) Il ritorno avverrà per medesimo sentiero fino al bivio per il rif.Tires ( mt.2.440 ) che sarà raggiunto per una pausa pranzo se gli orari saranno compatibili. Al rif.Tires si uniranno i due gruppi e si procederà insieme al rientro al rif.Bergamo.

**Il secondo gruppo** avrà 2 possibili ferrate da fare: la scelta sarà presa sul posto in base alle condizioni meteo e dei partecipanti. Le possibilità saranno: o percorrere la Ferrata dei Denti di Terrarossa oppure in alternativa la Ferrata al Molignon.

**N.B.:** *Gli Accompagnatori hanno la facoltà di modificare il programma e gli orari previsti.*

**All'iscrizione è obbligatorio ritirare il presente programma e prendere visione del Regolamento e delle note presenti sul modulo di "Dovere di informazione e consenso informato" disponibili in Sezione, e sul sito Internet.**


**L'attività in montagna è pericolosa ed ogni partecipante se ne assume il rischio.**



CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO

## COMMISSIONE ESCURSIONISMO

via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano – tel. 0286463516  
escursionismo@caimilano.eu - www.caimilano.eu

 Commissione Escursionismo CAI Milano



### 3° Giorno

Anche oggi verranno fatti 2 GRUPPI indipendenti.

Fino al Passo Principe ( mt. 2.601) procederemo tutti insieme. Da qui il **primo gruppo** procederà prima per il passo di Antermoia ( m. 2.770 ) per poi deviare sulla panoramica Cima Scalieret ( mt. 2.887 ). Si rientra al passo, e con lunga discesa si porterà verso il rifugio Antermoia ( mt. 2.496 ) dove i due gruppi si riuniranno per scendere a Mazzin insieme.

Il **secondo gruppo**, dal Passo Principe, percorrerà la ferrata del Catinaccio di Antermoia ( mt. 3.002 ) e in discesa procederà verso il rifugio Antermoia dove si riunirà col primo gruppo.

### Difficoltà e carattere dell'escursione

#### 1° giorno:

**Tutti insieme: diff.:T/E** Dal parcheggio di Lavina Bianca si imbecca il sentiero n. 3. Il tracciato si addentra immediatamente nella verdeggiante e boscosa Valle di Tschamin, costeggiando l'omonimo torrente. La pendenza è inizialmente moderata e alterna tratti sterrati a comodi sentieri immersi nei boschi. Più avanti, il percorso si fa più ripido e si restringe man mano che ci si inoltra nel cuore della valle, dominata da pareti rocciose imponenti. A quota 1.890 m circa, si incontra un bivio ben segnalato. Da qui si abbandona il sentiero principale e si svolta a destra sul n. 3A. Questo tratto finale risale il Vallone del Principe conducendo direttamente al rifugio. Sebbene possa presentare alcuni passaggi più esposti o sassosi, non ci sono difficoltà tecniche particolari.

#### 2° giorno:

**Primo Gruppo diff.:EE** - Dal Rifugio Bergamo, si ridiscende al bivio del primo giorno e da qui si sale ripidamente verso la gola del Buco dell'Orso (*Bärenloch*). Questo tratto si insinua tra alte pareti rocciose e richiede attenzione, poiché prevede la risalita di un canalone con l'aiuto di funi fisse e pioli per superare alcuni passaggi verticali. Usciti dal Buco dell'Orso si sbucca nella zona dell'Alpe di Tires (circa 2.375 m). Qui ci si innesta sul sentiero n. 4 che piega verso ovest, attraversando un paesaggio più ampio e conducendo infine all'imponente altopiano dello Sciliar dove sorge il Rifugio Bolzano

Dalla terrazza del Rifugio Bolzano si diparte la traccia per la cima (sentiero n. 4). Si sale lungo le balze erbose e ghiaiose con pendenza moderata fino alla grande croce di vetta. Si rientra al rif. Bergamo, passando dal Tires, per buoni sentieri mai difficili.

**Secondo Gruppo diff.: EEA ( D )** Secondo Ferrate365, la Ferrata Denti di Terrarossa e la Ferrata Laurenzi sono entrambe classificate come "difficili", caratterizzate da lunghi tratti di cresta esposta e non attrezzata. La Maximilian si distingue per la natura alpinistica su roccia friabile, mentre la Laurenzi presenta una maggiore severità tecnica, un isolamento superiore e una durata complessiva più elevata, senza vie di fuga intermedie. **Aggiungiamo che coloro che parteciperanno dovranno aver già effettuato ferrate di almeno la stessa difficoltà indicata in locandina. Le ferrate indicate non hanno mai comunque tratti tecnici particolarmente difficili. La difficoltà indicata D è segnalata ( su Ferrate365) anche perchè le partenze vengono effettuate da bassa valle e quindi il giro risulta particolarmente impegnativo.**

#### 3° giorno:

**Primo Gruppo.: diff.:EE** – Dal rifugio si prende il sentiero **3A** che risale l'aspra Val del Principe fino al Passo Principe (\*) e poi al Passo d'Antermoia. Dal Passo si seguono le tracce (spesso non numerate ma ben segnalate da ometti) verso sud-est in direzione di Passo Scalieret, per poi risalire il crestone detritico fino alla croce di vetta della Scalieret. Il percorso richiede passo fermo e assenza di vertigini. Presenta tratti ripidi su ghiaioni e la cresta finale è esposta in alcuni punti. Dalla vetta si ridiscende verso il passo e si prosegue il Lago e il Rifugio Antermoia. Da qui, per scendere in Val di Fassa, si imbecca il **sentiero 580**. Il sentiero 580 attraversa la pittoresca Val di Dona e poi scende ripidamente per la Val Udai, un ambiente selvaggio che vi riporterà direttamente a fondovalle, nell'abitato di Mazzin. L'itinerario di discesa è molto lungo e richiede buone articolazioni, con un dislivello negativo notevole

**Secondo Gruppo: fino al Passo Principe insieme al primo Gruppo poi: FERRATA CATINACCIO DI ANTERMOIA DIFF: EEA:** La Via Ferrata al Catinaccio d'Antermoia è descritta da ferrate365 come un itinerario di modesta difficoltà tecnica, situato in un severo ambiente d'alta quota oltre i 3.000 metri. Pur con 403 metri di ferrata, il passaggio chiave è una cresta finale molto esposta e priva di cavo, che richiede passo fermo e assenza di vertigini, con una discesa dal versante Est che presenta rocce potenzialmente umide.

**N.B.: Gli Accompagnatori hanno la facoltà di modificare il programma e gli orari previsti.**

**All'iscrizione è obbligatorio ritirare il presente programma e prendere visione del Regolamento e delle note presenti sul modulo di "Dovere di informazione e consenso informato" disponibili in Sezione, e sul sito Internet.**


**L'attività in montagna è pericolosa ed ogni partecipante se ne assume il rischio.**



CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO

## COMMISSIONE ESCURSIONISMO

via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano – tel. 0286463516  
escursionismo@caimilano.eu - www.caimilano.eu

 Commissione Escursionismo CAI Milano



### Dislivello e tempi

|  |                                    |                                  |
|--|------------------------------------|----------------------------------|
| 1° giorno: tutti                           | salita 1.150 mt.                   | Ore 3,45 Sviluppo ca. 7.3 km.    |
| 2° giorno: primo gruppo Monte Pez          | salita 1.360 mt. discesa 1.360 mt. | Ore 8 Sviluppo a/r ca.17,5 km.   |
| 2° giorno: secondo gruppo Denti Terrarossa | salita 1.100 mt. discesa 1.100 mt. | Ore 8.00 Sviluppo a/r ca.9,5 km. |
| 2° giorno: secondo gruppo Laurenzi         | salita 1.100 mt. discesa 1.100 mt. | Ore 7 30 Sviluppo a/r ca.8,5 km. |
| 3° giorno: primo gruppo Monte Scalieret    | salita 900 mt. discesa 1.630 mt.   | Ore 5.45 Sviluppo a/r ca.13 km.  |
| 3° giorno: secondo gruppo ferr. Catinaccio | salita 960 mt. discesa 1.750 mt.   | Ore 6 Sviluppo a/r ca.12 km.     |

### Equipaggiamento ed attrezzatura

Da escursionismo di media quota: zaino da escursionismo/montagna adatto a contenere tutto l'abbigliamento. Per il busto abbigliamento a strati: maglietta, pile (anche 2) guscio esterno. Cappello, occhiali da sole, guanti, pantaloni lunghi, magliette di ricambio, materiale per la pioggia (copri zaino ed eventualmente sopra pantaloni leggeri per pioggia) Borraccia

**Scarponi alti alla caviglia da escursionismo** adatti a percorrere eventuali tratti di neve residua, quindi con buona impermeabilità. (nessun altro tipo di calzatura né alta né bassa)

Utili bastoncini telescopici che non saranno da usare nei tratti attrezzati e rocciosi.

**Per il pernottamento in rifugio è obbligatorio dotarsi di sacco lenzuolo.**

Quote di Partecipazione:

Soci CAI:

**Euro 265.=**

**N.B.: SI DARA' PRIORITA' AI SOCI CAI MILANO FINO AD ESAURIMENTO POSTI.**

**EVENTUALI POSTI RESIDUI NON PRENOTATI DA SOCI CAI MILANO, SARANNO DISPONIBILI PER I SOCI CAI DI ALTRE SEZIONI**

La quota comprende: A/R in pullman, trattamento di mezza pensione per 2 gg in rifugio. Portare la Tessera CAI  
Per le condizioni di disdetta, leggere attentamente il regolamento presente sul sito del Cai Milano.

Organizzazione: ANE Fabio Elli

**Accompagnatori: ANE F.Elli ( cell.3495327457 ) - AE G.Grassa – AE C.Vigna – Francesco Di Martino**

***N.B.: Gli Accompagnatori hanno la facoltà di modificare il programma e gli orari previsti.***

***All'iscrizione è obbligatorio ritirare il presente programma e prendere visione del Regolamento e delle note presenti sul modulo di "Dovere di informazione e consenso informato" disponibili in Sezione, e sul sito Internet.***

***L'attività in montagna è pericolosa ed ogni partecipante se ne assume il rischio.***