Sommario

Prefazione	2
Informazioni generali	6
Le Dolomiti	8
▶ 1 Monte Fana e Monte Forca, 2576 m Superamento da Ovest a Est	14
▶ 2 Sass de Pùtia, 2875 m Sentiero normale e assicurato dal versante sud	16
▶ 3 Monte Stevia, 2555 m Ascesa da sud, passando per il Rifugio Stevia	19
▶ 4 Sassongher, 2665 m Sentiero normale attraverso la Forcella	22
▶ 5 Piz da Lec, 2908 m La via normale attraverso la dorsale orientale	25
▶ 6 Piz Boè, 3152 m Ascesa attraverso la dorsale sud-occidentale	28
▶ 7 Intorno al Gruppo del Sassolungo Via panoramica sulla Val Gardena e la Val di Fassa	31
▶ 8 Sciliar, 2564 m Da nord-est («Sentiero dei turisti»)	35
▶ 9 Roda di Vael, 2806 m Sopra e intorno alla Roda di Vael	39
▶ 10 Cima Scalieret, 2887 m Ascesa normale dalla Valle del Vajolet	42
▶ 11 Grande giro del Latemar Attraverso le creste nel centro del Latemar	46
▶ 12 Pala di Santa, 2488 m Ascesa per la dorsale sud-occidentale	50
▶ 13 Corno Bianco, 2317 m Sulla dorsale occidentale (sentiero Zirmer)	53
▶ 14 Il Butterloch, 1554 m La Gola del Bletterbach, da Pietralba	57
▶ 15 Viè del Pan Dal Belvedere al Lago di Fedaia	60
▶ 16 Marmolada, 3343 m Ascesa da nord attraverso i ghiacciai	63

- ▶ **17 Lagusèl e Rifugio Le Selle, 2531 m**
Tra la Val dei Monzoni e la Val di San Nicolò 66
- ▶ **18 Cima Bocche, 2745 m**
Ascesa occidentale dai Laghi di Lùsia 69
- ▶ **19 Cima di Pape (Cima di Sanson), 2503 m**
Sentiero normale dalla Val Cordevole 72
- ▶ **20 Cima di Fradusta, 2939 m**
Dalla stazione a monte della Funivia Rosetta 75
- ▶ **21 Croda Grande, 2849 m**
Sulla Via ferrata delle Fiamme Gialle 78
- ▶ **22 Sella della Caltena**
Da Mezzano al Rifugio Caltena 82
- ▶ **23 Sass de Mura: un ballatoio**
Su cenge rocciose intorno al Sass de Mura 86
- ▶ **24 Intorno alla Cima Tre Scarperi**
Dalla Val Fiscalina al Rifugio Locatelli 90
- ▶ **25 Monte Paterno, 2744 m**
Superamento su vie ferrate 95
- ▶ **26 Sentiero Bonacossa**
Dal Rifugio Auronzo a Misurina 99
- ▶ **27 Monte Piana, 2324 m**
Sentiero storico intorno alla vetta 103
- ▶ **28 Cristallino d'Ampezzo, 3008 m**
«Sentiero ferrato Ivano Dibona» 105
- ▶ **29 Rifugio Vandelli, 1928 m**
Intorno alle Cime di Malquòira 109
- ▶ **30 Strada Sanmarchi**
Faticosa traversata delle Marmarole Alte 112
- ▶ **31 Antelao, 3264 m**
Sentiero normale attraverso la cresta nord 116
- ▶ **32 Picco di Vallandro, 2839 m**
Sentiero normale attraverso la fiancata sud-occidentale 119
- ▶ **33 Croda del Becco, 2810 m**
Il sentiero normale attraverso la cresta sud-orientale 122
- ▶ **34 Monte Sella di Sennes, 2787 m**
Il percorso meridionale da Pederù 126

▶ 35	Monte Croce e Monte Pares, 2396 m Da La Valle su entrambe le cime	129
▶ 36	Intorno alla Cima del Lago Nella Val Sarè, passando dal Rifugio Scotoni	132
▶ 37	Settsass, 2571 m Attraverso la dorsale nord-occidentale	136
▶ 38	Intorno alla Tofana di Ròzes Dal Rifugio Dibona	139
▶ 39	Tofana di Mezzo e Tofana di Dentro Il superamento di entrambe le vette	142
▶ 40	Monte Nuvolau, 2575 m Ascesa a nord, dal Passo Falzarego	146
▶ 41	Monte Cernerà, 2664 m Il sentiero normale e segnalato, da nord	149
▶ 42	Lago Federa, 2038 m L'accesso settentrionale, dal Lago di Pianozes	152
▶ 43	Monte Pelmo, 3168 m Via normale, attraverso la fiancata sud-orientale	156
▶ 44	Monte Rite, 2183 m Ascesa ovest, dalla Forcella del Col Botèi	160
▶ 45	Sassolungo di Cibiana, 2413 m Ascesa normale da sud	163
▶ 46	Lago di Coldai e Cima di Col Rean, 2281 m Da Palafavera alla Cima di Col Rean	166
▶ 47	Civetta, 3220 m «Via ferrata degli Alleghesi»	170
▶ 48	Attraverso il gruppo della Moiazza Dal Rifugio Vazzolèr al Rifugio Carestiatò	174
▶ 49	Intorno al gruppo del Tàmer Dal Passo Duran al Rifugio Sommariva	179
▶ 50	Monte Schiara, 2565 m Superamento su vie ferrate	183
	Indice alfabetico	188