

Sulle tracce degli antichi romani



Descrizione del percorso:

Punto di partenza: Chienes (782 m.), ufficio del turismo, possibilità di parcheggio nelle immediate vicinanze, fermata dell'autobus.

Si attraversa la strada principale (statale) e, tra l'albergo Gatterer e l'edificio della Cassa di Risparmio, si prosegue in direzione sud verso il ponte sulla Rienza. Si passa sopra il ponte e poi sotto il sottopassaggio ferroviario, seguendo, da lì in poi, continuamente il segnale n°5 blu-bianco. In un primo momento ci si incammina per circa 300 m. in direzione est, poi si svolta verso sud e si prosegue fino alle prime case di *Casteldarne*. Da lì si continua sulla strada asfaltata per circa 100 m. fino al bivio con la *Straße am Römerweg*.

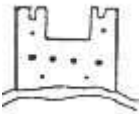
Si continua poi in direzione ovest, seguendo il segnale n.°5 blu-bianco (da qui anche il segnale n.°7 rosso-bianco) fino a giungere alla pietra miliare. Da lì si continua, in un primo momento in direzione ovest, e poi sul sentiero che corre verso nord fino a raggiungere la strada carrozzabile che corre parallelamente alla ferrovia. Si ritorna poi in direzione est verso il ponte sulla Rienza e al punto di partenza.

Totale ore di cammino: circa 1 ora e 1/2;

Grado di difficoltà: senza problemi, non ci sono dislivelli, la segnalazione è buona;

Suggerimento: Si tratta di un'escursione molto interessante dal punto di vista botanico, poiché la vegetazione è oltremodo varia;

Castello e Chiesa valgono sempre una visita



Descrizione del percorso:

Punto di partenza: Tabella panoramica a Casteldarne; parcheggio nei pressi del Koflerhof;

Ci si incammina lungo la strada dapprima in direzione ovest fino all'albergo *Knapp* e poi a sinistra (in direzione sud). Subito dopo l'edificio della scuola si prosegue in direzione nord-ovest sulla strada larga ma non asfaltata verso il castello e poi in direzione della chiesa. Si ritorna lungo la stessa strada fino all'edificio scolastico. Da lì si prosegue, lungo la strada asfaltata, prima in piano e poi in discesa verso l'albergo *Obermair*. Da lì si continua sulla strada in direzione nord fino a raggiungere, dopo pochi minuti di cammino, il punto di partenza.

Grado di difficoltà: passeggiata semplice e senza problemi;

Totale ore di cammino: ca. 45 minuti

Suggerimenti: Si tratta di una passeggiata ristoratrice all'ombra di alberi maestosi e diretta ad un antico luogo sacro e ad un bellissimo castello;

Elle - Kreuzner-Hof - Cima Lasta - Rastner-Hütte - Kreuzner



Descrizione del percorso:

Provenienza: Chienes - Casteldarne - Elle - Kreuzner-Hof

Punto di partenza: Kreuzner-Hof (1.481 m.), (possibilità di parcheggio)

Si risale oltre il maso in direzione ovest seguendo il segnale rosso-bianco-rosso n°67 e si oltrepassa il punto di ristoro *Walder-Alm*. Si prosegue all'esterno della staccionata fino a raggiungere la strada forestale e lungo questa si raggiunge la *Kaser-Hütte*. Si prosegue a sinistra della malga per raggiungere un piccolo lago (2.108 m.) e poi si continua in direzione nord-ovest verso la *Cima Lasta* (2.194 m.). A questo punto si scende in direzione ovest verso la larga strada dell'altopiano (segnale rosso-bianco 67) e, percorrendola quasi in piano, si raggiunge la *Pluner-Hütte* (albergo alpino Starkenfeld 1.936 m.). Da lì si continua per circa 100 m. finché il sentiero rosso-bianco-rosso 67 B non

svolta a nord in direzione della *Rastner-Hütte*. Da lì si prosegue, passando attraverso il cancelletto della staccionata, dapprima in direzione est lungo uno stretto sentiero in mezzo alle malghe alpine fino al limite del bosco, e poi in direzione sud-est fino a raggiungere la larga strada dell'altopiano (fin qui senza segnale!). Da lì si scende, lungo un sentiero largo, seguendo il segnale rosso-bianco-rosso 67 B (a destra si trova la *Loafer-Alm*) fino alla *Moas-Alm* (1.801 m.) e dopo il torrente (1.727 m.) si ritorna sulla strada forestale al punto di partenza.

Totale ore di cammino: 4-5 ore

Suggerimenti: Escursione in vetta bella e varia

Casteldarne - Plata - Montana - Ronchi - Kreuzweg



Descrizione del percorso:

Punto di partenza: Casteldarne (806 m.), tabella panoramica; parcheggio nei pressi del Koflerhof. Ci si incammina dapprima sulla strada per circa 500 m. in direzione sud attraverso il paese fino all'albergo *Obermair* e al ponte sul torrente *Moar*. Si oltrepassa il ponte e si sale seguendo il segnale rosso-bianco 10 B fino ai masi *Golser* (987 m.) e *Brandter* (1077). A questo punto si continua fino al prossimo tornante e da lì si scende in diagonale attraverso il bosco in direzione est (rosso-bianco 10 B) fino al *Rainer-Hof* sopra *Ronchi* (937 m.); a questo punto si continua in direzione sud-ovest fino a *Montana* (860 m.). Si prosegue poi verso est per circa 50 m. sulla statale per ritornare lungo il sentiero rosso-bianco 10 al piccolo villaggio di *Ronchi* (861 m.). Si continua sulla strada asfaltata fino al primo tornante e poi si ritorna in direzione ovest (segnale rosso-bianco 10 A) a Casteldarne.

Totale ore di cammino: 3-4 ore

Grado di difficoltà: nessuna difficoltà; è opportuno portare con sé un po' di viveri e da bere, poiché solo a Montana esiste la possibilità di trovare un punto di ristoro.

Suggerimenti: Escursione bella e varia per tutti coloro che amano sentieri tranquilli.

Chienes - Molini - Castello di Scaunia - Haselried - Pfaffensteig - Falzes - Montevago - Chienes



Descrizione del percorso:

Punto di partenza: Chienes (835 m.); parcheggio nei pressi della casa dei vigili del fuoco. Dietro la casa dei vigili del fuoco inizia il sentiero segnato blu-bianco 1, lungo il quale si procede fino all'incrocio nei pressi del laghetto d'*Issengo*. Da lì si sale lungo la strada in direzione nord-ovest verso *Molini*. Circa 100 m. a ovest dell'albergo *Schöneck* si trova un abete estremamente raro (*monumento naturale*); lì si passa sull'altro lato della strada e si prosegue sul sentiero segnato lungo il torrente fino a raggiungere un ponte di ferro. Si attraversa il ponte e si sale seguendo il segnale rosso-bianco 7 al castello di Scaunia (1.058 m.); a questo punto si scende lungo la via d'accesso verso il torrente (1.028 m.) e si sale di nuovo lungo l'altra via d'accesso verso il *Baustadel-Hof* (1035 m.) continuando fino a *Haselried* (1.016 m.). Circa 50 m. sopra la chiesa di Haselried si trova il bivio col sentiero *Pfaffensteig*, percorrendo il quale in direzione est si giunge al sentiero *Panorama* (tavola gialla con puntino rosso). Si scende lungo questo sentiero e poi lungo la vecchia via di *Issengo* (segnale rosso-bianco 8) fino a raggiungere l'*edificio scolastico* di *Falzes* (1.020 m.). Si prosegue attraverso la parte inferiore del paese fino alla zona sportiva (1.005 m.), si segue da lì il segnale rosso-bianco fino al punto di ristoro *Irenberg* (1031 m.) e si continua poi in direzione ovest scendendo a Chienes.

Totale ore di cammino: 4-5 ore

Grado di difficoltà: Nessuna difficoltà. Ci sono possibilità di ristoro lungo i percorsi.

Suggerimenti: Si tratta di un'escursione interessante, adatta agli amanti della natura in mezzo ad una flora molta varia.

Gisser Eck - Rasteiner - Decker - Hitthaler - Neller - Perchner - Chienes - Friesenbichl - S.Sigismondo



Provenienza: S.Sigismondo, Gisser (possibilità di parcheggio al di sotto della statale)

Punto di partenza: *Gisser Eck* (756 m.). Si procede, seguendo dapprima il segnale 1 blu-bianco, per circa 100 m. lungo il *Kahler Weg* in direzione nord, poi in direzione est passando sopra il ponte e salendo verso il *Rasteiner-Hof* (822 m.); da lì si continua e dopo il secondo cancelletto si prosegue verso nord fino ai masi *Decker* (994) e *Hitthaler* (1.036 m.). Si prosegue seguendo il segnale blu-bianco fino ai masi *Neller* (1015 m.) e *Perchner* (941 m.) e poi si scende fino a *Chienes* (827 m.). Nei pressi del ponte di Chienes il segnale cambia da 1 blu-bianco a 2 blu-bianco; si continua seguendolo in direzione ovest verso il *Friesenbichl*, il *Gatscher-Hof* e poi si torna al *Rasteiner-Hof* e al punto di partenza.

Totale ore di cammino: 4 ore buone

Grado di difficoltà: non ci sono difficoltà, la segnaletica è chiara; durante la calura estiva il sentiero può risultare faticoso, è opportuno portare con sé un po' di viveri e da bere, poiché non esistono posti di ristoro prima del lago di Issengo e prima di Chienes.

Suggerimenti: Si tratta di un'escursione adatta a tutti coloro che amano il silenzio e la solitudine.

S.Sigismondo - Kahler - Aichner - Falkensteiner - Guggen - Langloacher - Schiffregger - S.Sigismondo



Descrizione del percorso:

Punto di partenza: Piazzale della chiesa di S.Sigismondo (possibilità di parcheggio)

Dapprima ci si incammina, seguendo il segnale blu-bianco 9 al di sopra della chiesa (823 m.), sulla strada "*Im Pleuren*" in direzione est fino al *Kahler-Hof* (822 m.). A questo punto si sale dietro il maso in direzione nord-ovest lungo un sentiero moderatamente ripido (segnale blu-bianco 10) verso l'*Aichner-Hof* (1016 m.); da lì si continua sulla strada asfaltata verso il *Falkensteiner-Hof* (1.115 m.). Circa 500 m. dopo il maso, nei pressi del grande tornante (1.160 m.), si continua diritto (segnale rosso-bianco 3) attraversando la collina boscosa verso il *Guggen-Hof* (1.166 m.) A questo punto si sale in direzione nord-ovest fino all'incrocio (circa 500 m.). Da lì, oltrepassando il grande blocco granitico (1.160 m) e seguendo il segnale rosso-bianco 7, si scende verso il *Langloacher-Hof* (maso nuovo), si continua per altri 100 m. fino ad arrivare ad una piccola radura, e da lì si scende in direzione est verso il maso *Schiffregger*. A questo punto si segue il segnale blu-bianco 10 fino al punto di partenza.

Totale ore di cammino: 3-4 ore

Grado di difficoltà: Nessuna difficoltà; i sentieri sono ben segnati. E' necessario portare con sé dei viveri e da bere, poiché lungo tutto il percorso non c'è alcun punto di ristoro.

Suggerimenti: Si tratta di un'escursione in un paesaggio molto bello che porta a masi sperduti, e fattibile dall'inizio della primavera fino al tardo autunno. E' interessante dal punto di vista botanico.

Malga Moarhof- Lago Verde - Cime di Pozzo



Provenienza: Da Chienes - Corti - Oberhofen - Gelenke sulla strada provinciale e sulle asfaltate vie d'accesso ai masi.

Punto di partenza: *Gelenke* (1.610 m.); seguendo il segnale 65 rosso-bianco-rosso, ci si incammina lungo il sentiero alpino o lungo la strada forestale fino alla malga *Moarhof* (1.833 m.); poi, seguendo sempre lo stesso segnale, si raggiungono la *Untere-* (1.943 m.) e *Obere Grünbach-Alm* (2.114 m.) fino ad arrivare al *Lago Verde* (2.258 m.).

A ovest del lago si seguono le tracce del sentiero fino a raggiungere la sella (la via non è segnata, ma è facilmente individuabile). Dalla sella fino alla croce sulla vetta delle *Cime di Pozzo* (2.438 m.) si prosegue seguendo il segnale dell'*Alta via di Fundres* (cerchio rosso con puntino bianco). Dalla croce si ritorna al lago senza segnale seguendo le tracce del sentiero (attenzione se il terreno è bagnato!). Dal lago si ritorna alla *Untere Grünbach-Alm* seguendo lo stesso sentiero dell'andata e, da lì, lungo la strada forestale, alla malga *Moarhof* e al parcheggio.

Totale ore di cammino: 5-6 ore

Grado di difficoltà: per escursionisti ben allenati e abituati non ci sono problemi

Attenzione: In caso di possibili temporali la salita alle *Cime di Pozzo* è assolutamente da evitare (pericolo di fulmini); in caso di maltempo è necessario essere estremamente prudenti.

Suggerimenti: Gita interessante anche per l'estrema varietà della flora e della fauna.

Plata - Monte Sommo - Alta via di Fundres - Alpe di Plat - Plata



Descrizione del percorso:

Provenienza: Falzes (1.022 m.) - Plata (punto di ristoro *Lechnerhof - Feudo*, 1.586 m.)

Punto di partenza: Punto di ristoro *Lechnerhof - Feudo* (possibilità di parcheggio)

Si sale lungo la via d'accesso al *Tierstaller-Hof* (1.638 m.); si continua seguendo sempre il segnale rosso-bianco-rosso 66 A e si sale attraverso il prato fino al limite del bosco; si prosegue in parte lungo la vecchia mulattiera, in parte lungo la forestale fino alla *Jägerhütte* (1962 m.). Da lì si sale, seguendo il segnale rosso-bianco-rosso 66, in maniera netta verso il *Monte Plat* (2.175 m.) e si prosegue poi sulla dorsale fino alla cima del *Monte Sommo* (2.396 m.). A questo punto si segue il segnale dell'*Alta via di Fundres* (cerchio rosso con punto bianco) e si scende in direzione nord, dapprima lungo un sentiero stretto, poi sopra lastriconi di pietra e su terreno scosceso verso la sella (2.365 m. - da est segnale rosso-bianco-rosso 68 - (tragitto a tratti esposto)). Si sale ora sulla *Plattnerspitze* (2.428 m.) e si scende verso la sella successiva. Lì s'incontra il segnale rosso-bianco-rosso 67 e, seguendolo, si scende verso i *Plattnerseen* (2.258 m.); si continua in direzione *Alpe di Plat* e poi si ritorna, lungo la via d'accesso, al punto di partenza.

Attenzione: Il passaggio dal *Monte Sommo* alla *sella* lungo l'*Alta via di Fundres* è consigliato solo ad escursionisti dal piede sicuro e esenti da vertigini: i bambini devono essere legati!

Variante: Alla prima sella si oltrepassa il vallo di pietra e si scende (senza segnale!) verso i laghi. Lì si incontra il segnale rosso-bianco-rosso 67 seguendo il quale si esce dalla valle e si ritorna al punto di partenza.

Indicazione: Vetta e cresta devono essere assolutamente evitate in caso di pericolo di temporali! In caso di terreno bagnato è necessario essere estremamente prudenti!

Totale ore di cammino: 5-6 ore di cammino

Suggerimenti: Bellissima la vista panoramica; escursione incantevole durante la fioritura dei rododendri

Grado di difficoltà: Fino alla vetta del *Monte Sommo* non ci sono difficoltà. La prosecuzione della gita richiede allenamento ed esperienza; sono indispensabili assenza di vertigini e piede sicuro! E' necessario portare con sé viveri a sufficienza e da bere.

Terento - Cima di Terento - Laghi di Campofosso - Rifugio Lago di Pausa - Astnerberg Alm - Alpenrosensteig - Terento



Descrizione del percorso:

Provenienza: Chienes - Corti - Terento lungo la *Pustertaler Sonnenstrasse*.

Punto di partenza: Parcheggio nel centro del paese di Terento (1.220m.). Si attraversa la strada principale e si segue l'indicazione per le guglie di terra (segnale rosso-bianco 2) fino al ponticello di legno. Lo si attraversa e da lì si sale seguendo il segnale rosso-bianco-rosso 22 fino al maso *Hansen* (1.330 m.); si prosegue verso la *Raffalt-Alm* (1.732 m.) e la *Engl-Alm* (1.826 m.) e da lì si sale in maniera netta all'*alpe di Campofosso* (2.181 m.). E' qui che si dirama il sentiero rosso-bianco-rosso 8 K per i *laghi di Campofosso*.

Se si vuole salire in vetta, si prosegue lungo il sentiero rosso-bianco-rosso 22 e si sale lungo le serpentine ripide fino alla sella e poi in direzione sud sulla *cima di Terento* (2.738 m.). Si scende di nuovo sulla sella, si continua in direzione nord-ovest lungo il sentiero segnato (attenzione durante l'attraversamento dei nevai!) fino a giungere ad un'altra sella (2.630 m.) e poi si prosegue, quasi in piano, in direzione nord-est attraversando terreni scoscesi e pascoli erbosi fino alla *forcella di Campofosso* (attenzione il sentiero a tratti è in po' scosceso!). Dalla forcella (2.452 m.) si segue il segnale rosso-bianco-rosso 23, dapprima leggermente in salita e poi in discesa fino al *rifugio lago di Pausa* (2.312 m.). Dal rifugio si procede seguendo dapprima il segnale dell'*Alta via di Fundres* (cerchio rosso con puntino bianco) fino alla *Tiefrasten-Alm* (2.028 m.), poi si scende, seguendo il segnale rosso-bianco-rosso 23, verso la valle. Nei pressi della *Moar-Hütte*, un po' al di sotto della *Astnerberg-Alm* (1.570 m.) si svolta in direzione sud-ovest e si sale, dapprima leggermente seguendo il segnale rosso-bianco 8 lungo la forestale, e poi in maniera netta lungo l'*Alpenrosensteig* verso la *Latsch-Hütte* (1.797 m.); da lì si continua quasi in piano fino alla *Gols-Alm* (1.744 m.). A questo punto (segnale rosso-bianco 8 A) si scende lungo la comoda forestale fino a giungere al di sopra del maso *Flitsch* (1.435 m.). Si scende in direzione sud seguendo il sentiero segnato rosso-bianco 2, dapprima lungo un sentiero stretto e poi lungo la via d'accesso fino al maso *Oberleitner* e poi in paese.

Totale ore di cammino: 10-11 ore

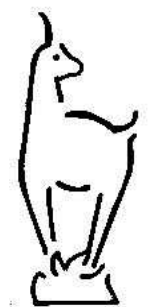
Grado di difficoltà: Si tratta di una gita d'alta montagna faticosa, che presuppone esperienza, ottimo allenamento e piede sicuro. E' opportuno portare con sé viveri e bevande!

Attenzione: In caso di maltempo la gita non è consigliabile. In caso di temporali in arrivo la gita deve essere immediatamente interrotta!

Indicazioni: Il rifugio lago di Pausa è aperto dal 20 maggio al 1° novembre. tel. 0474/554999

Suggerimenti: Si tratta di un'appagante escursione in alta quota circondati dal silenzio dei monti di Fundres.

Terento - Winnebachtal - Rifugio lago di Pausa - Alpe di Maso



Descrizione del percorso:

Provenienza: Terento (1.210 m.), Winnebachtal,

Punto di partenza: parcheggio nel Winnebachtal.

Ci si addentra nella valle seguendo sempre il segnale rosso-bianco-rosso 23. Nei pressi della stazione della funivia (montacarichi) si sale in direzione nord-ovest lungo il sentiero alpino. Dopo circa 1 ora di cammino si abbandona il sentiero alpino e si sale in direzione nord-ovest verso la *Huber-Alm* ormai in

rovina (1.912 m.). A questo punto si sale nettamente per un breve tratto e poi si prosegue, quasi in piano, al di sopra della cascata verso la *Tiefrasten-Alm* (2.028 m.). Da lì si continua sempre diritto e si sale lungo un sentiero a gradini al *rifugio lago di Pausa* (2.308 m.)

Al ritorno si scende di nuovo verso la *Tiefrasten-Alm*, e poi, circa 50 m. prima della malga, si prosegue in direzione nord-est, seguendo l'*Alta via di Flundres* (segnale: cerchio rosso con puntino bianco) attraverso un ghiaione. Dopo circa 500 m. s'incontra il bivio per la *Hofalm* (segnale rosso-bianco 5 C). A questo punto si scende in direzione sud-est lungo il sentiero e, attraversando il fianco della montagna (prestare attenzione se il terreno è bagnato), si arriva alla *Hofalm* (2.092 m.). Da lì si scende lungo la via d'accesso alla malga verso la valle (segnale rosso-bianco-rosso 29). Qui si segue il segnale rosso-bianco-rosso 23 fino a giungere al punto di partenza.

Indicazioni: Il *rifugio lago di Pausa* è aperto dal 20 maggio al 1° novembre. Tel.0474/554 999 - chiamata d'emergenza 118;

Totale ore di cammino: 5-6 ore

Suggerimenti: Si tratta di un'escursione interessante dal punto di vista geologico e interessante anche dal punto di vista della flora e della fauna.

Grado di difficoltà: Il sentiero dalla *Tiefrasten-Alm* alla *Hofalm* è a tratti esposto; specialmente in caso di terreno bagnato è necessario essere vigili!. E' un tratto adatto solo ad escursionisti esenti da vertigini e dal piede sicuro!