



SENDERISMO MONTAÑISMO

estilo : Independiente
 dificultad : ●●●○○
 duración : 8 Días
 confort : ●●●○○
 fecha: sep oct
 código: ITSW070



Dolomitas Senderismo-Alto Adige Val Badia - Italia

Siéntete en la cima del mundo

8 Días



- Un lugar para sentirse en la cima del mundo
- Vistas fascinantes, grandes espacios abiertos, lagos de montaña y cimas escarpadas
- PFlora de alta montaña
- Ambiente cálido y acogedor
- Especialidades culinarias como quesos, carne salada, polenta, champiñones, tocino y vinos destacables

Val Badia sorprende por sus paisajes en ésta que es, por antonomasia, la ruta de las **Dolomitas**. Un espacio impresionante formado por valles y montañas de piedra caliza, una verdadera reserva alpina. Se trata de la única región de Italia donde se habla alemán, la cual tiene también una gastronomía local que destaca. Cabe destacar también la colorida y numerosa flora silvestre, que incluye las preciadas orquídeas, lirios o acónitos y la vida animal salvaje, con animales como la marmota o la gamuza. Deja tus preocupaciones atrás mientras caminas hacia el dulce sonido de los arroyos de montaña o el cantar de los pájaros.

DÍA A DÍA

Día 1 Llegada a La Valle-Wengen

Llegada a la aldea de montaña de **La Valle** (Wengen en alemán) donde se puede dar un paseo para sumergirse en el entorno extraordinariamente hermoso y tranquilo del pueblo y empezar a familiarizarse con el “Ladino”, un lenguaje único que se habla en La Valle el lenguaje. Ha llegado la hora de sumergirse en la pura esencia de las Dolomitas

Día 2 Ruta circular La Valle – Crusc de Rit – La Valle (17,3 / 12,7 km)

La ruta de hoy empieza y termina en La Valle pasando por la montaña **Sas De Crosta** (Pares). El **Crusc de Rit** es una parada obligada, ya que desde este punto se tiene una vista panorámica espectacular por el sur del Val Badia, y por el norte de el Valpusteria y los picos austriacos. La ruta atraviesa grandes masas boscosas y extensos pastos de alta montaña. Vistas espectaculares de los majestuosos paredones rocosos Sas Dalesc Desc, **Sas Dales Nu y Ju de Sant Antone**. Se puede hacer una versión más corta de esta ruta.

Desafío: 5 / 7 horas, 17,3 / 12,7 km, 920 / 750 m de ascenso / descenso

Día 3 Ruta circular Pederoa – Spizan - Pederoa (12 km)

El itinerario de hoy comienza y termina en el pueblo de **Pederoa**, a 2 km de La Valle. Al punto de inicio de la ruta se puede llegar a pie, en autobús o en taxi privado (que deberá ser previamente reservado). Durante la primera parte del recorrido se alternan tramos asfaltados con sendas que van cogiendo progresivamente altura hasta llegar amplios claros donde disfrutar de espectaculares vistas panorámicas de La Valle, **Longiarù** y el impresionante **Monte Putia**. El descenso es gradual por un camino de tierra que discurre junto al río **Gran Ega** (el más grande de Val Badia) que partiendo desde el **pico Spizan** hasta llegar a **Pederoa**.

Desafío: 5 horas, 12 km, 748m de ascenso / descenso

Día 4 Desde Passo Valparola a Corvara (13 km)

Un pequeño traslado (incluido en el programa) te llevará hasta el **Passo Valparola**. Aquí da comienzo una extraordinaria ruta panorámica recorriendo **Sett Sass** hasta alcanzar la pradera de Pralongià con vistas de los picos y valles del Val Badia y el glaciar de Marmolada en un segundo plano.

Desafío: 6 horas, 13 km, 532m de ascenso, 1113 m de descenso

Día 5 La Valle to Rifugio Fanes (13,8 km)

La ruta de hoy asciende gradualmente para luego descender por senderos pedregosos. Por el camino se verán las formaciones rocosas del **Sasso delle Nove** y una completa panorámica de la cresta de Pares y las montañas del lado austriaco. El último tramo de ascenso es bastante empinado hasta el Ju De Sant Antone, con amplias vistas del valle y el **Parque Natural de Fanes-Senes-Braines**. Tras atravesar una zona de pastizales de montaña se llega al **Refugio Lavarella** y **Refugio Fanes**, desde donde merece la pena desviarse 1 km hasta los **lagos Lé Vèrt y Limo**.

Desafío: 6 horas, 13,8 km, 1280 m de ascenso, 560 m de descenso

Día 6 Regreso desde el Refugio de Fanes hasta La Valle (20 km)

La ruta de hoy tiene bastante desnivel pero es fascinante ya que cruza bosques de alerces mientras se asciende al lago alpino de **Lech Parom**, donde las vastas y majestuosas praderas en altura de Fanes dan paso progresivamente a paredones verticales de roca que rodean el conocido Pico Dolomiti. Para evitar esta subida, es posible seguir un itinerario alternativo más menos empinado para luego descender a Val di Medesc por una estrecha canal de piedra que conduce hasta **La Crusc** desde donde se puede admirar otro macizo de Val Badia. En el último tramo de La Valle se atraviesan las peculiares y extensas praderías de la Armentara.

Desafío: 8 horas, 20 km, 790 m de ascenso, 1511 m de descenso

Día 7 Ruta circular Longiarù – Rifugio Genova - Longiarù (17 / 13,4 km)

Durante el primer tramo la ruta tiene bastante desnivel hasta alcanzar el **Monte Putia**, un pico magnífico con una peculiar silueta que destaca sobre otras cimas del Val Badia. Tras pasar el **Refugio de Genova** (un acogedor escondite bajo el **Passo Poma**) se atraviesan amplias praderas con vistas de los Picos del Parque Natural de Puez-Odle y al macizo de Fanes. El regreso se hace a través del valle de Seres donde se encuentra una sucesión de antiguos molinos de agua. Es posible acortar 3 km el recorrido. Longiarù y La Valle están comunicados con un autobús local.

Desafío: 6 / 5 horas 17 / 13,4 km, 1110 / 950 m de ascenso / descenso

Día 8 Fin del programa en La Valle

Tras el desayuno el viaje llega a su fin a menos que se haya reservado un traslado privado a la estación o el aeropuerto.

HOTELES ESTÁNDAR



Hotel Pider (La Valle)

Cómodas habitaciones con baño privado y balcón. Cuenta con un SPA en el que relajarse. Restaurante con platos tradicionales ladinos, especialidades del sur del Tirol y gastronomía mediterránea. El personal es amable y servicial. Desayuno abundante y variado.

www.pider.info



Refugio de Fanes (San Vigilio di Marebbe)

Acogedoras habitaciones rematadas de madera. Ofrece platos tradicionales ladinos y también internacionales. Personal muy amable y servicial.

www.rifugiofanes.com

INFO PRÁCTICA

Perros: En caso de que se desee viajar con perro, hay que reservar habitación en un hotel alternativo. Solicítenos información.



El viaje se puede iniciar cualquier día de la semana (sujeto a disponibilidad) entre el 1 de Junio y el 8 de octubre



Los mejores aeropuertos a los que volar son Innsbruck (INN) o Verona (VRN). También se puede volar a Bergamo (BGY) o Milan (LIN or MXP).



Cómo llegar a La Valle-Wengen

Desde cualquiera de los aeropuertos se puede coger un tren a Brunico y luego un autobús local a Pederoa (35 minutos), para luego coger otro autobús a La Valle (2 km). Hay pocos servicios diarios hasta Pederoa. Puede contratarse un traslado privado reservándolo con antelación de Brunico a La Valle-Wengen, y viceversa.

Los autobuses NO dan servicio los domingos y ni festivos nacionales entre el 11 de diciembre y el 17 de junio y entre el 04 de septiembre y el 09 de diciembre. Durante estos días, tendrá que usar los taxis.

Consultar horarios de trenes en:

- www.trenitalia.com
- www.fahrplan.oebb.at (desde / hasta Innsbruck)
- www.sii.bz.it (Südtirol)



En caso de llevar su propio coche, no hay restricciones en cuanto a aparcamiento, delante del hotel hay una zona exterior sin vigilancia donde se puede aparcar.



Los tracks para GPS están disponibles bajo petición

INCLUIDO

Incluido

- 7 de alojamiento en régimen de media pensión (excepto en el Refugio de Fanes)
- Picnic día 5
- Traslado entre La Valle y el Passo Valparola
- Descripción detallada de las rutas y mapas en formato digital
- Acceso a nuestra *app* para seguimiento de las rutas desde el móvil
- Asistencia telefónica 24 horas

No incluido

- Traslado de equipaje
- Cena del día 5 (a la carta en el refugio de Fanes)
- Vuelos y transporte público
- Seguro de viaje
- Transporte hasta el punto de inicio/finalización del viaje
- Comidas en caso de no especificarse
- Entradas y tickets de cualquier tipo
- Propinas
- Gastos de índole personal tales como comidas, aperitivos, catas de vino, bebidas, llamadas telefónicas, etc.
- Posibles tasas turísticas
- Cualquier servicio no mencionado con el programa

Servicios opcionales

Estos servicios se pueden contratar siendo añadidos al precio base:

- Suplemento por habitación individual
- Traslados privados hasta el primer alojamiento y desde el último (bajo petición)
- Envío de documentos impresos al primer alojamiento