**WYSOKIE GÓRY**

**Najlepsze *vie ferrate***

Górskie grzbiety i wąwozy mieszczące się w sercu grupy **Brenta** i pośród szczytów **Catinaccio**. Dachy i wiszące mosty nad przepaściami w dolinie Adygi i nad jeziorem Garda, ponadto specjalnie przygotowane do wspinaczki półki skalne prowadzące szlakami I wojny światowej. Dolomity są popularne nie tylko dlatego, że należą do najpiękniejszych gór świata, lecz także ze względu na liczne *vie ferrate* – trudne szlaki do wspinaczki górskiej, z których podziwiać można widowiskowe cuda natury.

1. **Le Bocchette – Campiglio**

Najsłynniejsza dolomicka trasa w wysokich górach to via delle Bocchette w grupie Brenta. Wyposażone *vie ferrate* tworzą tu jedną z najbardziej gęstych **„sieci” przygotowanych do wspinaczki szlaków**, pokrywającą cały masyw, w części składającą się z bardzo wąskich i trudnych przejść. Gwarantowane wyjątkowe górskie doświadczenie w otoczeniu jednego z najpiękniejszych alpejskich widowisk natury. Trasa dostępna tylko i wyłącznie dla ekspertów wspinaczki. - **Bocchette centrali** ze schroniska Tuckett i Sella do schroniska Tosa - T. Pedrotti

**Wyposażona trasa Sentiero attrezzato Benini** ze schroniska Rifugio Graffer - Stoppani do schroniska Tuckett e Sella

1. **Ferrata delle aquile – Paganella**

Jeśli chcesz doświadczyć dreszczyku emocji, wspinając się pośród chmur, Ferrata delle Aquile na obszarze Paganella to idealny wybór dla Ciebie! To jedna z najbardziej fascynujących *vie ferrate* w Trentino dla **miłośników wspinaczki**. Dojechać tu można wyciągiem z Cima della Paganella. Ta *via ferrata* zarezerwowana jest tylko i wyłącznie dla doświadczonych ekspertów wspinaczki z odpowiednim przygotowaniem fizycznym.

1. **Sentiero dei fiori (“Kwiecisty szlak”)– Val di Sole**

Trasa w Val di Sole wyznaczona za czasów I wojny światowej, lubiana ze względu na wyjątkowo piękne widoki. Prowadzi wzdłuż **dawnych okopów**, jej odcinki są **odpowiednio przystosowane do wspinaczki** dzięki zastosowaniu stalowych prętów oraz zawieszonych mostów. Ze względu na zaawansowaną trudność trasy, można w nią wyruszyć tylko z odpowiednim sprzętem górskim oraz po uprzednim przygotowaniu fizycznym.

1. **Ferrata Roda de Vael – Val di Fassa**

*Via ferrata* Roda di Vael, w grupie Catinaccio to trasa **dość łatwa**, pozwalająca na dojście na piękny szczyt Roda di Vael. Często pokonuje się ją w połączeniu z bardziej wymagającą trasą Ferrata del Masarè, która rozpoczyna się na końcu zejścia z Roda di Vaèl. Specjalne uchwyty pozwalają wejście i zejście bez większych problemów.

1. ***Ferrata Bolver Lugli al Cimon de la Pala - San Martino***

*Ferrata* bardzo trudna, tylko dla zaawansowanych. Początek trasy to Colverde (2000 m), w godzinę dochodzi się do tabliczki z brązu u stóp skalnej ściany, która oznacza początek *via ferrata*. Podążając za czerwonym oznakowaniem, wchodzi się na dość łatwe do pokonania skały na wysokość 2500 m, gdzie zaczynają się zabezpieczenia. Tutaj trasa staje się stroma i przeznaczona tylko dla ekspertów.

Po bardzo wymagającej wspinaczce po niemal pionowej ścianie *ferrata* prowadzi przez grzbiet góry aż do biwaku Fiamme Gialle (3005 m) na obszernym zagłębieniu wyłożonym materiałem detrytycznym, u stóp szczytu Cimon de la Pala, na którego wchodzi się po trasach III stopnia trudności. Czas trasy około 3.30.

1. **Alta Via Bepi Zac – Fassa**

Trasa przystosowana do wspinaczki, biegnąca wzdłuż zbocza Costabella na północ od przełęczy Passo San Pellegrino w Val di Fassa. Szlak jest raczej łatwy, należy jednak wziąć pod uwagę znaczną wysokość, długość trasy i niektóre trudne odcinki, które mogą być ciężkie do przejścia. W tę wyprawę na pewno nie powinny wybierać się osoby cierpiące na zawroty głowy. Ta przekształcona ścieżka z czasów wojny pełna jest panoramicznych widoków: na szczyty Marmolada, Pale di S. Martino, od Sella aż po Sassolungo, od Catinaccio do Latemar. Bepi Zac nie jest jednak prawdziwą *via ferrata*, to bardziej ścieżka uposażona w liny, ringi, schodki oraz drewniane pomosty.

***Różne rodzaje tras do schronisk: dla rodzin, ekspertów oraz łatwe trasy (x2)***

**Dla rodzin**

1. *Pierścień w Val Saènt: od schroniska Dorigoni do schroniska Lago Corvo*

Trasę rozpoczyna ścieżka nr 106 z Valle di Rabbi. Startując z górskiej chaty Malga Stablasòlo różnica poziomów wynosi 897 m, natomiast rozpoczynając wędrówkę z parkingu

różnica wzrośnie do 1056 m. Czas przejścia około 3 godzin.

Rozpoczynając wyprawę z Malga Stablasòlo do wyboru są dwie możliwości: ścieżka nr 106 prowadząca do schroniska Malga Stablet -centrum dla zwiedzających park, lub ścieżka do wodospadów Saent (Cascate di Saent). Ta druga jest dłuższa o 10 minut, ale zdecydowanie warta wyboru! Przechodząc przez Prà di Saent, wzdłuż lewej strony potoku Torrente Rabbies, dochodzi się do schroniska Rifugio Dorigoni, położonego w otoczeniu zachwycającej przyrody. Stąd można kontynuować wędrówkę trasą aż do schroniska Rifugio Lago Corvo (2437 m) z klasycznym podejściem, około 500 m różnicy poziomów przy wejściu oraz tyle samo przy zejściu. Od Cima Collecchio (2957 m) do pogranicza Trentino i Południowego Tyrolu.

1. *Od Alba w dolinie val Contrin do schroniska rifugio Contrin, przejście Val San Nicolò - val Monzoni*

W Alba di Canazei (1517 m) niedaleko kolejki zaczyna się szlak nr 602, który prowadzi z doliny i przebiega obok chaty Baita Locia Contrin (1736 m). Po pewnym czasie trasa staje się łagodniejsza, przechodzi się przez Ruf de Contrin, potem mija się schronisko Rifugio Mèlga Cianci, następnie zmierzając po skosie aż do schroniska Rifugio Contrin (2016 m) położonego na wzniesieniu. Stąd trasa prowadzi przez nieskazitelnie czystą i piękną dolinę Val San Nicolò, z ciekawym odejściem wzdłuż doliny Val Monzoni aż do schroniska o tej samej nazwie, gdzie można zatrzymać się na przyjemny odpoczynek i smaczne jedzenie.

**Dla ekspertów**

*1)Od schroniska Rifugio Tuckett do schroniska Rifugio Pedrotti przemierzjąc trasę Sentiero Orsi; od schroniska Rifugio Pedrotti do rifugio Agostini poprzez Pozza Tramontana i nową Ferratę Cornella 3 dni - 2 noclegi*

Zachwycająca, długa trasa wyznaczona po terenie wyłożonym materiałem detrytycznym z wąskimi półkami skalnymi i wspaniałym widokiem na szczyty Molveno i Brenta. Przystosowana do wspinaczki trasa na średniej wysokości, bardzo panoramiczna i bez szczególnych utrudnień, łączy schroniska Tuckett i Pedrotti. Szlak przebiega po wschodniej stronie środkowych gór grupy Gruppo di Brenta, wzdłuż wschodnich stoków łańcucha Sfulmini. [*https://www.campigliodolomiti.it/lang/IT/pagine/dettaglio/sport\_estivi,154/bocchette\_e\_vie\_ferrate,61.html#dmdtab=oax-tab3&ipd=30179250&zc=12,10.88551,46.18107*](https://www.campigliodolomiti.it/lang/IT/pagine/dettaglio/sport_estivi,154/bocchette_e_vie_ferrate,61.html#dmdtab=oax-tab3&ipd=30179250&zc=12,10.88551,46.18107)

*2) Trekking poprzez góry grupy Adamello Presanella*

Trekking alpejski trawający 3 dni w wysokich górach grupy Adamello-Presanella u stóp największego lodowca we włoskich Alpach. Szczyty Adamello i Presanella o granitowych skałach oraz lodowiec Mandrone to wyjątkowi „towarzysze” tego alpejskiego trekkingu, który odbywa się w dolinach Val di Sole i Val Rendena na obszarze parku Parco Naturale Adamello-Brenta objętym ochroną. Teren otoczony jest przez górskie szczyty: na północy łańcuch Cevedale (3769 m) - San Matteo (3676 m) z 13 szczytami o wysokości ponad 3500 m, na południu szczyty Adamello (3554 m) i Presanella (3558 m), który zamyka najobszerniejszą przestrzeń pokrytą lodowcem w całym włoskim łuku alpejskim. Lodowiec Mandrone to 17 kilometrów kwadratowych lodu czwartorzędowego. Te wspaniałe góry były scenerią tzw. białej wojny – starć zbrojnych z początków ubiegłego wieku. [*https://www.visittrentino.info/it/tour/trekking-dell-adamello-presanella\_22577101#dmdtab=oax-tab3*](https://www.visittrentino.info/it/tour/trekking-dell-adamello-presanella_22577101#dmdtab=oax-tab3)

**Łatwe trasy**

*1) Palaronda soft*

Palaronda Soft Trek to oferta skierowana do wszystkich, którzy pragną spędzić kilka dni w wyjątkowo pięknej scenerii szczytów Pale di San Martino, w samym sercu Dolomitów. Trasa została opracowana tak, aby w ciągu kilku dni można było przejść cały obszar Pale di San Martino, od południa po północ, na stosunkowo krótkich odcinkach, bez konieczności przechodzenia przez *ferrate* czy szlaki wyposażone do wspinaczek górskich. Średni poziom trudności.

DZIEŃ 1: San Martino di Castrozza – schronisko Rifugio Rosetta (SAT), różnica poziomów: w podejściu 1100 m / w zejściu 0 m, średni czas trwania: 4 godziny

DZIEŃ 2: schronisko Rifugio Rosetta (SAT) – lodowiec Fradusta – schronisko Rifugio Pradidali, różnica poziomów: w podejściu 400 m / w zejściu 670 m, średni czas trwania: 4.30 godziny

DZIEŃ 3: schronisko Rifugio Pradidali – schronisko Rifugio Canali “Treviso”, różnica poziomów: w podejściu 340 m / w zejściu 960 m, średni czas trwania: 5 godzin

DZIEŃ 4: schronisko Rifugio Canali “Treviso” – schronisko Rifugio Rosetta (SAT) – San Martino di Castrozza, różnica poziomów: w podejściu 1100 m / w zejściu 100 m, średni czas trwania: 6-7 godzin. [*http://www.palarondatrek.com/palaronda-soft-trek/*](http://www.palarondatrek.com/palaronda-soft-trek/)

*2) Alta via del granito – Lagorai Gruppo di Cima d’Asta*

L’Alta Via del Granito to okrężna trasa po wyjątkowej „wyspie” granitowej w grupie Cima d’Asta - Cime di Rava, w łańcuchu górskim Lagorai, przechodząca przez sieć dawno wyznaczonych ścieżek i byłych dróg wojskowych z czasów I wojny światowej, które łączą dwa schroniska – jedyne na tym obszarze. Trzy dni łatwej wędrówki pośród zachwycających krajobrazów, wspomnień o wojennych starciach, schronisk i pastwisk, świadków pradawnych paktów między człowiekiem a naturą. Długość trasy około 28 km, z całkowitą różnicą poziomów 2030 mt. Trasy łatwe (trudność EE), wymagające jednak dobrej kondycji i przygotowania fizycznego. [*http://www.altaviadelgranito.com/*](http://www.altaviadelgranito.com/)

***Oferta Let’s Dolomites***

Latem 2019 stowarzyszenie przewodników alpejskich z Trentino (Collegio delle Guide Alpine) ponownie zaprasza do wzięcia udziału w programie **Let’s Dolomites**, stworzonym z myślą o tych, którzy pragną połączyć trekking i inne alpejskie sporty z podziwianiem głównych grup górskich Trentino: **Adamello, Dolomity Brenta, Cevedale, Pale di San Martino, Dolomity Fassa i Lagorai, Trydent i Monte Bondone**. Do wyboru pakiety tygodniowe (6/7-dniowe) z noclegami w schroniskach i górskich chatach bądź trzydniowe z dwoma noclegami. **[www.visittrentino.info/guidealpine](http://www.visittrentino.info/guidealpine)**