

Sci alpinismo



italiano



CONTENUTO

- | | |
|----|---|
| 5 | LEGENDA |
| 6 | TOUR N°1 STOTZ |
| 7 | TOUR N°2 PUNTA DI OBERETTES |
| 8 | TOUR N°3 PUNTA SALDURA |
| 10 | TOUR N°4 PALLA BIANCA |
| 13 | TOUR N°5 PUNTA DI FINALE |
| 15 | TOUR N°6 LUOGO DEL
RITROVAMENTO DI ÖTZI |
| 16 | TOUR N°7 SIMILAUN |
| 18 | TOUR N°8 CIMA DI TESSA |
| 19 | TOUR N°9 CIMA CULLA ALTA |
| 20 | TOUR N°10 ANTICIMA DELLA
PUNTA DI TRUMES |
| 21 | TOUR N°11 PUNTA DELLE FOSSE |
| 22 | TOUR N°12 PUNTA VERMOI |
| 23 | TOUR N°13 MONTE CERMIGNA |
| 24 | TOUR N°14 CIMA CULLA ALTA |
| 25 | TOUR N°15 PUNTA DI CORTISERRADE |



Con l'imponente **Palla Bianca** e numerose altre vette sopra i tremila metri, la cresta di Senales è senza dubbio uno degli ambienti più affascinanti in cui praticare lo **sci alpinismo** nelle Alpi.

La Val Senales offre infatti condizioni favorevoli e sicure in fatto di neve. La funivia del ghiacciaio permette di guadagnare quota rapidamente per poter raggiungere in tempi più brevi gli imponenti tremila dei dintorni.

Le guide alpine esperte organizzano dei tour sci alpinistici in Val Senales e sulle vicine **Alpi di Ötz** austriache proponendo anche itinerari diversi da quelli più battuti. I due punti di appoggio più importanti per gli sci alpinisti, ovvero i **Rifugi Similaun** (aperto marzo - maggio) e **Bella Vista** (da fine novembre a metà aprile).

GRADO DI DIFFICOLTÀ



escursione adatta a sciatori di livello medio



escursione rivolta a sciatori provetti con esperienza alpina



solo per scialpinisti in ottime condizioni fisiche e con esperienza alpina



scialpinisti esperti

VI CONSIGLIAMO DI INFORMARVI SUL BOLLETTINO VALANGHE PRIMA DI QUALSIASI ESCURSIONE DI SCI ALPINISMO.

www.provincia.bz.it/meteo oppure valanghe.report

Per le Vostre escursioni sicure si consiglia la mappa topografica/fotografica della Val Senales. La trovate presso l'ufficio turistico, nel Vostro alloggio o nei shop della valle.



TOUR N°1

**STOTZ (2887 m s.l.m)**

Punto di partenza: Maso Corto, masi Koflhöfe (1938 m s.l.m)

Salita: 949 metri di dislivello, 3 ore

Periodo migliore: da dicembre ad aprile

Escursione bella e non troppo difficile, leggermente impegnativa soltanto lungo il tratto di bosco dello stretto sentiero estivo, soprattutto in discesa. Si parte dai masi Koflhöfe (0,7 km da Maso Corto) in direzione sud percorrendo la Valle di Lagaun. Prima della conca valliva si sale il pendio verso destra, in direzione nord-ovest, per arrivare alla Cima Stotz, posta a nord del gruppo Saldura. La discesa è possibile sia lungo il tracciato di salita, sia procedendo verso nord passando dalla baita Lazaun verso Maso Corto.



TOUR N°2

**PUNTA DI OBERETTES (3456 m s.l.m)**

Punto di partenza: Maso Corto, parcheggio (2011 m s.l.m)

Salita: 1445 metri di dislivello, 5 ore

Periodo migliore: da dicembre a maggio

La Punta di Oberettes si trova a sud della Palla Bianca e forma con quest'ultimo il massiccio montuoso posto tra la Val Senales e la Val di Mazia. Si parte da Maso Corto e si procede lungo il sentiero estivo fino al ponte, quindi si svolta a sinistra verso la Val di Langrub. Si gira verso nord e si salgono i pendii ripidi fino al ghiacciaio di Oberettes. Il modo più facile per raggiungere la vetta è attraverso la cresta sud-occidentale. La discesa segue il tracciato di salita.



TOUR N°3



PUNTA SALDURA (3435 m ü. M.)

Opzione A

Punto di partenza: Maso Corto, masi Koflhöfe (1938 m s.l.m.)

Salita: 1497 m di dislivello, 5 ore

Periodo migliore: da dicembre a maggio

Il gruppo della Saldura digrada verso sud in direzione della Valle di Silandro, verso ovest in direzione della Valle di Mazia e verso nord in direzione Maso Corto attraverso la baita Lazaun. Questa escursione alla Punta Saldura è piuttosto impegnativa, ma molto bella. Partendo dai masi Koflhöfe (0,7 km da Maso Corto), si sale percorrendo la Val di Lagaun. Nella parte superiore della valle si sale a destra lungo un ripido canale fino al ghiacciaio di Lagaun, quindi si procede in direzione nord fin sotto la Punta Saldura.

Un breve e ripido canale collega la cresta meridionale della Punta con il ghiacciaio. La discesa è possibile sia lungo il tracciato di salita (difficoltà media), sia lungo la ripida parete nord-orientale passando dalla baita Lazaun verso Maso Corto (difficoltà elevata).

Opzione B

Punto di partenza: Maso Corto, masi Koflhöfe (1938 m s.l.m.)

Salita: 1424 m di dislivello, 5 ore

Periodo migliore: da dicembre a maggio

Il gruppo della Saldura digrada verso sud in direzione della Val di Silandro, verso ovest in direzione della Val di Mazia e verso nord in direzione Maso Corto attraverso la baita Lazaun. Dalla stazione a monte di Lazaun si procede su terreno inizialmente pianeggiante, poi un po' più ripido fino al ghiacciaio di Lazaun. Si raggiunge così il passo della Saldura, dove si trova il deposito sci. Attraversando la cresta settentrionale a piedi, si raggiunge la vetta. Con buone condizioni meteorologiche la vetta può essere raggiunta prima del Passo della Saldura attraverso il ripido fianco settentrionale. La discesa lungo il tracciato di salita (elevata difficoltà) è possibile solo con buone condizioni meteorologiche.



TOUR N°4

PALLA BIANCA (3739 m s.l.m.)

Opzione A

Punto di partenza: Maso Corto, parcheggio (2011 m)

Salita: 1728 metri di dislivello, 6-7 ore

Periodo migliore: da marzo a maggio

Per via del dislivello notevole, quest' escursione è piuttosto impegnativa. Si parte da Maso Corto lungo il sentiero estivo fino al ponte, quindi si svolta a destra verso la Valle delle Frane. Si sale percorrendo una valle che inizialmente si presenta stretta, ma che successivamente si allarga. Si attraversa il ghiacciaio della Val delle Frane in direzione nord-ovest e passando per il Giogo della Sorgente si passa alla Vedretta di Mazia; oppure si sale a 2900 metri leggermente a destra attraverso ripidi pendii fino alla cresta, dove si arriva sul tracciato della Vedretta (Hintereisferner).

Procedendo ulteriormente verso nord-ovest si arriva al Passo della Vedretta (Hintereisjoch 3471 m s.l.m). Si gira verso nord per raggiungere il ripido pendio Matscherwand e attraverso la cresta meridionale si sale all'anticima della Palla Bianca. La salita alla cima principale, che si trova 30 metri più in alto, è esposta. La discesa è possibile sia seguendo il tracciato di salita, sia lungo il percorso della Bella Vista (opzione B).

Opzione B

Punto di partenza: Stazione a monte seggiovia Hinter Eis (3115 m s.l.m), stazione a monte Grawand (3212 m s.l.m.) oppure Rifugio Bella Vista (2842 m s.l.m, con pernottamento)

Salita: 1150 metri di dislivello, 5 ore

Periodo migliore: da marzo a inizio maggio

Si sale alla stazione a monte della seggiovia Hinter Eis. Si procede in pendenza verso ovest sotto la Vedretta (3270 m s.l.m) fino alla spalla della cresta a 3163 m s.l.m. Si scende al ghiacciaio Hintereis, al quale si arriva lungo la traccia di salita da Vent. Attraverso il tratto pianeggiante del ghiacciaio Hintereis si raggiunge il Passo della Vedretta (Giogo Hintereis 3471 m s.l.m). Si gira verso nord per raggiungere il ripido pendio Matscherwand e attraverso la cresta meridionale si sale all'anticima della Palla Bianca. La salita alla cima principale, che si trova 30 metri più in alto, è esposta. La discesa è possibile sia lungo il tracciato di salita, sia seguendo l'opzione A o C.



Opzione C

Punto di partenza: Stazione a monte Teufelsegg (3034 m s.l.m)

Salita: 1000 metri di dislivello, 4 ore

Periodo migliore: da marzo a maggio

L'escursione alla Palla Bianca parte fondamentalmente dalla seggiovia Teufelsegg. Lo svantaggio è che quasi tutti gli scialpinisti partono contemporaneamente. Si sale attraverso il Punto Teufelsegg 3227 m s.l.m, quindi si scende brevemente verso il ghiacciaio Hintereis. Salendo ulteriormente verso ovest si raggiunge il Passo della Vedretta (Gioio Hintereis 3471 m s.l.m). Si gira verso nord per raggiungere il ripido pendio Matscherwand e attraverso la cresta meridionale si sale all'anticima della Palla Bianca. La salita alla cima principale, che si trova 30 metri più in alto, è esposta. La discesa è possibile sia lungo il tracciato di salita e quindi tornando a valle passando per le piste, sia seguendo le opzioni A e B.

TOUR N°5



PUNTA DI FINALE (3.515 m s.l.m.)

Punto di partenza: Stazione a monte Grawand (3212 m s.l.m)

Salita: 646 metri di dislivello, 3 ore partendo dal ghiacciaio del Gioio Alto (Rifugio Bella Vista, 2842 m s.l.m)

Periodo migliore per la discesa A: da dicembre a maggio

Periodo migliore per la discesa B e C: da marzo a maggio

Dalla stazione a monte del Grawand si scende lungo le piste, passando dalla stazione a valle dello skilift Finail e attraversando scendendo di poco fino alla conca. Qui inizia la salita con una traversata verso est fino alla successiva lingua del ghiacciaio. Il sentiero prosegue in leggera salita in direzione delle pareti rocciose (non direttamente al centro del ghiacciaio, zona con molti crepacci), poi in piano a destra verso il ripido pendio. Dopo



aver superato il pendio ripido di circa 30°, mantenete la sinistra e proseguite attraverso il ghiacciaio superiore fino al canalone ripido ben visibile. Qui, a seconda delle condizioni, depositate gli sci o proseguite lungo il canalone. Da qui proseguite camminando fino alla spalla della cresta, poi si percorre il breve ma esposto crinale fino alla vetta.

Discesa A: Seguendo il tracciato di salita fino al Giogo Alto e lungo la discesa a valle fino a Maso Corto, oppure con la Funivia Ghiacciaia Val Senales.

Discesa B: Scendendo il pendio scosceso, poi a destra/nord-est e quindi sudest e sud fino al Hauslabjoch (3279m) fino al punto di ritrovamento di Ötzi, continuando a scendere fino al ghiacciaio del Giogo Basso con una salita breve si arriva al Rifugio Similaun.

Discesa C: Verso nord in direzione Rifugio Hochjochhospitz e Vent (A).

TOUR N°6



LUOGO DEL RITROVAMENTO DI ÖTZI (3210 m s.l.m)

Punto di partenza: Stazione a monte Grawand (3212 m s.l.m) oppure Rifugio Bella Vista (2842 m s.l.m)

Salita: 700 metri di dislivello, 3 ore

Periodo migliore: da novembre a maggio

Discesa lungo la pista, passando per la stazione a valle dello skillift Finail e raggiungendo il fondovalle pianeggiante a circa 2.700 m s.l.m. Qui inizia la salita seguendo creste moreniche che si sviluppano in salita diagonalmente verso est, ed in fine un traverso pianeggiante di circa 1 km che passa accanto a due laghi. Il tracciato prosegue per un ghiacciaio ampio e piuttosto pianeggiante fino al Hauslabjoch a 3279 m s.l.m, che regala una vista meravigliosa. Da lì è già possibile vedere la piramide di Ötzi. Dopo una breve discesa si raggiunge la piramide di pietra a 3210 metri. La discesa segue il tracciato di salita e la discesa a valle per tornare a Maso Corto.



TOUR N°7

**SIMILAUN (3606 m s.l.m)**

Punto di partenza: Stazione a monte Grawand (3212 m s.l.m)
oppure Rifugio Bella Vista (2842 m s.l.m)

Periodo migliore: da marzo a maggio

1° giorno di salita: 600 metri di dislivello, 4 ore

Stesso tracciato di salita dell'escursione N°6 fino al luogo del ritrovamento di Ötzi; quindi discesa nella Valle di Giogo Basso (a quota ca. 2850 m s.l.m) e una breve salita al Rifugio Similaun (3019 m s.l.m).

2° giorno di salita: Dal rifugio si procede verso sud-est attraverso il ghiacciaio del Giogo Basso fino all'inizio della cresta sotto la vetta, dove si depositano gli sci. Percorrendo la cresta, che all'inizio è ampia ma poi si restringe, si raggiunge la vetta con una magnifica vista.

Discesa A: Seguendo il tracciato di salita.

Discesa B: A est verso il Giogo del Similaun e quindi a sud oltre la Vedretta della Grava e la Val di Grava verso Casera di Fuori in Val di Fosse. Questa variante è **altamente raccomandata**, ma solo in buone condizioni e con condizioni di neve ottimali.



TOUR N°8

**CIMA DI TESSA (3318 m s.l.m)**

Punto di partenza: Val di Fosse, parcheggio di Casera di Fuori (1693 m s.l.m)

Salita: 1625 metri di dislivello, 5-6 ore

Periodo migliore: da marzo a metà giugno

La Cima di Tessa non è solo diventata famosa per il Parco naturale, ma è anche particolarmente amata per la bella discesa. La lunga salita attraverso la Val di Fosse rende però l'escursione piuttosto impegnativa. Percorrendo la strada forestale lungo il fondovalle, dopo circa 5 km si raggiunge il Maso Gelato, posto a 2069 m s.l.m. Si svolta a destra oltre il ruscello in direzione sud, e prima lungo una ripida salita, poi attraversando delle belle dorsali, si raggiunge la Vedretta di Tessa. Attraversandola in direzione sud, si sale fino a raggiungere la parte sud-occidentale della cima. Gli ultimi passi verso la cima si fanno senza sci. Per la discesa è meglio seguire il tracciato di salita.



TOUR N°9

**CIMA CULLA ALTA (2980 m s.l.m)**

Punto di partenza: Madonna di Senales (1508 m s.l.m)

Salita: 1472 metri di dislivello, 4,5 ore

Periodo migliore: da dicembre a maggio

La Cima Culla Alta si erge con la Cima Culla Piccola posta a nord tra la Valle di Mastaun e di Pinalto. Si sale da Madonna di Senales al parcheggio del maso Mastaun attraversando la Valle di Mastaun, passando per la malga Mastaun (1810 m s.l.m), che gode di una splendida posizione. Alla fine della valle si supera il pendio scosceso e si raggiunge nuovamente il terreno pianeggiante. Si prosegue curvando bruscamente a sinistra, passando per le depressioni di un'ampia valle e infine salendo ripidi attraverso la cresta occidentale, fino ad arrivare alla cima. La discesa segue il tracciato di salita.



TOUR N°10

**ANTICIMA DELLA PUNTA DI TRUMES (2810 m s.l.m)**

Punto di partenza: Certosa (1327 m s.l.m)

Salita: 1474 metri di dislivello, 4 ore

Periodo migliore: in inverno e in primavera precoce

Con le giuste condizioni di neve, sia la salita che la discesa da e per Certosa sono praticabili con gli sci. Su alcune carte la Punta di Trumes è indicata con il nome di Gamseck. Si sale da Certosa percorrendo la strada verso il maso Sennhof (con neve abbondante dritto per i prati) e la strada forestale verso la malga del Convento, posta a sud oltre Certosa, quindi si procede sempre verso sud fino alla ripida salita all'anticima della Punta di Trumes.

Discesa A: Seguendo il tracciato di salita e percorrendo la strada verso Certosa.

Discesa B: Si procede in direzione nord verso la malga del Convento e lungo il sentiero forestale fino al punto panoramico in direzione Certosa, quindi si scende direttamente a Certosa attraverso il sentiero senza alberi.



TOUR N°11

**PUNTA DELLE FOSSE (2898 m s.l.m)**

Punto di partenza: Certosa (1327 m s.l.m)

Salita: 1571 metri di dislivello, 4,5 ore

Periodo migliore: da dicembre a maggio

Posta sul versante orografico destro della Val di Pinalto, amata per la discesa bella e lunga attraverso la valle di Pinalto. Si sale da Certosa lungo la strada verso il maso Sennhof e poi in direzione Val di Pinalto (lungo la strada forestale). Attraversandola, si sale verso sud finché si allarga prima del gradino vallivo della malga di Pinalto (2150 m s.l.m). Da qui si curva verso sinistra e si sale a sud-est la valle laterale, che diventa più ripida. Infine, passando per un dorso che presenta qualche punto difficile, si arriva alla vetta (eventualmente con sci slacciati). La discesa segue il tracciato di salita.



TOUR N°12

**PUNTA VERMOI (2929 m s.l.m)**

Punto di partenza: Certosa (1327 m s.l.m)

Salita: 1602 metri di dislivello, 4,5-5 ore

Periodo migliore: da dicembre a maggio

Punta Vermoi è posta sul versante orografico destro della Valle di Pinalto e spostata a sud verso la Val Venosta. Si procede da Certosa alla Valle di Pinalto, come per l'escursione N°11, ma si sale alla malga di Pinalto, da lì proseguendo la Val di Pinalto fino alla quota di 2500 metri si gira a sinistra salendo la valle laterale a sud-est. Si arriva alla cima con sci allacciati. La discesa segue il tracciato di salita.

TOUR N°13

**MONTE CERMIGNA (3107 m s.l.m)**

Punto di partenza: Certosa (1327 m s.l.m)

Salita: 1780 metri di dislivello, 5-6 ore

Periodo migliore: da dicembre a maggio

Una bella doppia vetta come pilastro sud-occidentale tra la Valle di Pinalto e la Val di Silandro. Da Certosa si percorre la Valle di Pinalto fino alla malga di Pinalto (2319 m s.l.m). Si sale a destra attraversando la piccola valle e poi, mantenendosi sulla sinistra, ci si dirige verso la forcella posta tra il Monte Cavallo (2891 m s.l.m) e il Cermigna (a destra). Infine si procede a ovest, verso la cima occidentale con la croce di vetta, che è facilmente raggiungibile (3059 m s.l.m), oppure a nord-ovest verso la cima principale, dove bisogna slacciarsi gli sci. La discesa segue più o meno il tracciato di salita.



TOUR N°14

**CIMA CULLA ALTA (2980 m s.l.m)**

Punto di partenza: Certosa (1327 m s.l.m)

Salita: 1653 metri di dislivello, 4,5 ore

Periodo migliore: aprile e maggio

La Cima Culla Alta si erge con la Cima Culla Piccola posta a nord tra la Val di Mastaun e di Pinalto. Si sale da Certosa verso la Val di Pinalto come per le escursioni N°11, 12 e 13. Giunti alla malga di Pinalto (2319 m s.l.m), si gira a destra e si sale il pendio meridionale ripido e soleggiato fino alla cima. La discesa è possibile sia seguendo il tracciato di salita, sia attraversando la Val di Mastaun (escursione N°9).

TOUR N°15

**PUNTA DI CORTISERRADE (3094 m s.l.m)**

Punto di partenza: Madonna di Senales (1508 m s.l.m)

Salita: 1586 metri di dislivello, 5 ore

Periodo migliore: da marzo a maggio

Una doppia cima posta a ovest della Punta di Mastaun e del Passo di Mastaun (cima occidentale 3083 m s.l.m, cima orientale 3094 m s.l.m). Si sale da Madonna di Senales attraverso la Val di Mastaun (come per l'escursione N°9) fino ai terreni pianeggianti dopo aver superato il pendio scosceso. Da qui si gira a destra in direzione nord-ovest e si raggiunge il Passo di Mastaun (2927 m s.l.m) e il sentiero piuttosto difficile che porta alla cima occidentale. Sotto il Passo di Mastaun è anche possibile girare verso nord e salire più facilmente alla cima orientale. La discesa segue più o meno il tracciato di salita.

Testo & Grafica

Società Cooperativa Turistica Val Senales

Photo

Peter Righi, Alex Filz, Peter Santer, Thomas Grüner

Stampa

Medus, Merano

Società Cooperativa Turistica Val Senales

Certosa 42
39020 Senales

Tel. +39 0473 679 148

info@valsenales.cc

www.valsenales.cc

**VI CONSIGLIAMO DI INFORMARVI DEL
BOLLETTINO VALANGHE PRIMA DI QUALSIASI
ESCURSIONE DI SCI ALPINISMO.**

www.provincia.bz.it/meteo oppure valanghe.report

Per le Vostre escursioni sicure si consiglia la mappa topografica/fotografica della Val Senales. La trovate presso l'ufficio turistico, nel Vostro alloggio o nei shop della valle.

Robert Ciatti**Guida alpina**

Cell +39 338 561 446 1

www.bergfuehrer-schnals-passeier.com

David Spath**Guida alpina**

Cell +39 347 001611 7

Ludwig Gorfer**Guida alpina**

Cell +39 335 585300 7