

# MONTI SARENTINI ORIENTALI

Da Vipiteno a Bolzano - 17/19 agosto 2006

La Val Sarentino è il cuore dell'Alto Adige, in questo cuore pulsa un insieme di boschi, pascoli valli e cime intorno ai 2500 metri. I Monti Sarentini non sono altissimi (le massime elevazioni sono la Punta Cervinia 2.781 m ad occidente e lo Jakobspitz 2.741 m ad oriente) ma ci sono circa 500 masi oggi ancora perno dell'economia della valle: qui abitano pastori, agricoltori e boscaioli che con la loro ospitalità offrono al turista attento e rispettoso quanto di meglio la natura ha dato loro.

Noi attraverseremo da Nord a Sud la sinistra orografica della Val Sarentino per concludere l'itinerario a Bolzano.

Il percorso originale prevedeva la traversata in quota con sosta al rifugio Forcella di Vallaga, che però questa stagione rimane chiuso. Pertanto adotteremo la variante di scendere a Valdurna/Durnholz (1.568 m) per la Val Sebia e poi di risalire il giorno seguente percorrendo la Val Grande al rif. Santa Croce di Lazfons.

La deviazione comporterà un aumento dei dislivelli da percorrere ma ci permetterà di "movimentare" l'itinerario e di visitare il grazioso villaggio di Valdurna adagiato sulla riva dell'omonimo laghetto e la sua splendida chiesa romanica con campanile gotico e affreschi del XIV sec.



Valdurna: la chiesetta di S. Nicolò e il Lago

**Equipaggiamento.** Abbigliamento da alta montagna (scarponi, zaino, indumenti pesanti, mantella per la pioggia, ricambi), sacco lenzuolo per il pernottamento in rifugio.

**Difficoltà:** E: per escursionisti. Le tappe pur di una certa lunghezza non presentano particolari difficoltà.

**Capogita:** Alberto Scarpis.

**Trasporto:** automobili/treno.

**Accesso.** Ritrovo alla stazione dei treni di Vipiteno, alle ore 9, qui si lascia una macchina e si sale in circa mezz'ora con le altre al Passo Pennes da dove ha inizio l'itinerario. Da Bolzano in treno (1 ora circa) si torna a Vipiteno.



## PERCORSO

- **1ª TAPPA: Passo Pennes - Rif. Forcella di Vallaga.** *Dislivello:* in salita 650 m in discesa 350 m. *Ore di percorrenza* 5.00 (E). Per la discesa a Valdurna aggiungere 900 m di dislivello in discesa e circa 2 ore di cammino.
- **2ª TAPPA: Rif. Forcella di Vallaga - Jacobspitz - Rif. Santa Croce di Lazfons.** *Dislivello:* in salita 400 m in discesa 650 m. *Ore di percorrenza* 6.30 (E).
- **2ª TAPPA [VARIANTE]: Valdurna - Rif. Santa Croce di Lazfons - Cima di San Cassiano.** *Dislivello:* in salita 760 m. *Ore di percorrenza* 4 (E). Per l'ascesa alla Cima di S. Cassiano (facoltativa) considerare 275 m di dislivello ulteriori (in salita e discesa) e circa 1.30 di cammino.
- **3ª TAPPA: Rif. Santa Croce di Lazfons - Rif. Corno del Renon - Bolzano.** *Dislivello:* in salita 200 m in discesa 300 m. *Ore di percorrenza* 4.00 + discesa a Bolzano (E)

## PUNTI DI APPOGGIO

- **Albergo Ristorante Alpenrosenhof** (2.215 m), al Passo Pennes, tel. 0472/647170.
- **Rif. Forcella Vallaga/Flaggerschartenhütte** (2.481 m), di proprietà della sezione Cai di Fortezza, dispone di 36 posti letto, tel. 0471/625251 (CHIUSO).
- **Pensione Jaegerhof a Valdurna** (1.568 m), gestito dalla famiglia Kofler, tel. 0471/625210, e-mail: pension.jaegerhof@tin.it, sito web: http://www.jaegerhof.org/
- **Rif. Santa Croce di Lazfons/Lazfonser-Kreuz-Hütte** (2.311 m), situato a sud della Cima di San Cassiano, presso la chiesetta del santuario omonimo, di proprietà della Parrocchia di Lazfons, dispone di 46 posti letto, tel. 0472/545017.
- **Rif. Corno del Renon** (2.578 m), di proprietà della sezione CAI di Bolzano, dispone di 48 posti letto, tel. 0471/356207.

## GIOVEDÌ 17 AGOSTO 2006

Ore 9.30 Malga Passo Pennes (2.215 m)  
Ore 12.00 Distelsee (2.201 m) - Pranzo  
Ore 13.00 Partenza  
Ore 15.30 Forcelletta (2.605 m)  
Ore 16.00 Rif. Forcella di Vallaga (2.481 m)  
Ore 18.00 Valdurna (1.568 m)

Dal Passo di Pennes ha inizio un sentiero ben tracciato (segn. 14) che volge a Sud tra aperte balze erbose, aggira le pendici prative del monte Laste e prosegue sul crinale che congiunge questo monte alla sommità del Dosso Basso. A mezza costa e su terreno erboso, si arriva a un bivio: lasciato a sinistra il sentiero per il Montaccio di Pennes, si piega a destra e si scende all'Alpe Montelago. Attraversata una terrazza prativa ricca d'acqua si continua in leggera discesa tra valloncelli erbosi aggirando una ripida conca. L'itinerario riprende quota costeggiando la sponda del Distelsee sulle cui rive sosteremo per il pranzo. Quindi si sale per balze prative per poi scendere alla testata della Valle di Tramin; volgendo a Sud Est si guadagna dislivello e si arriva ad un soprastante pianoro (bivio per Forc. Tramin segn. 15). Si prosegue salendo ulteriormente per poi piegare a sinistra per un pendio morenico che permette l'accesso alla Forcelletta (2.605 m); da qui il sentiero scende a zig zag, si congiunge al sentiero proveniente dal Corno di Tramin e sale una rocciosa rampa obliqua (fune metallica) per poi di vallare e raggiungere il rifugio.

Prima di raggiungere la Forcelletta, c'è la possibilità di deviare a sinistra (segn. 15) per l'ascensione al Corno di Tramin (2.708 m) allungando di circa un'ora il percorso. Dalla cima si scende direttamente al rifugio (qualche passaggio di primo grado e corde metalliche).



Il Rifugio Forcella di Vallaga.

Dal rif. seguendo il segn. 16 si valica la Forcella di Vallaga e si scende in un circo cosparso da massi con ripide serpentine fino a raggiungere l'Alpe Sebia; quindi si perde ulteriore dislivello tra i mughi e poi in falsopiano tra i primi larici per arrivare a Malga Sebia/Seebalm (1.808 m - agriturismo). Da qui una strada forestale dapprima sterrata e poi asfaltata conduce attraverso il fondo boschivo della Val Sebia al lago e all'abitato di Valdurna.

## VENERDÌ 18 AGOSTO 2006

Ore 9.00 Partenza da Valdurna (1.568 m)  
Ore 12.30 Forc. San Cassiano (2.299 m)  
Ore 13.00 Rif. Santa Croce di Lazfons (2.311 m) - pranzo  
Ore 15.00 Partenza per la Cima di San Cassiano (2.581 m) – *facoltativo*.  
Ore 17.00 Rientro al rifugio.  
Ore 18.00 Messa presso il Santuario Santa Croce di Lazfons nei pressi del rifugio.

Dal paese si parte in direzione dell'Albergo Fisherwirt (chiuso), oltrepassatolo, al bivio successivo, si prende a destra su strada asfaltata. Poco dopo però, si imbecca a sinistra il sentiero che sale al maso Seeber e, attraversando un boschetto e un prato, al maso Angerer ed alla "strada de masi" da seguire per un breve tratto fino al maso Bachmann (1.724 m). Subito dietro a questo inizia a sinistra, presso un cancelletto, il sentiero n. 5, che seguiremo lungamente fino alla Forcella di San Cassiano (2.299 m), ricongiungendoci al percorso che proviene dal rif. Forcella di Vallaga.

Dalla forcella il sentiero scende e con modesti saliscendi prosegue a mezzacosta; quindi, percorrendo una cengetta rocciosa (corrimano metallico) e oltrepassa una pietraia e in breve conduce al rifugio Santa Croce di Lazfons (2.311 m).

Qui pranziamo e ci riposiamo. Nel pomeriggio è prevista l'ascensione (facoltativa) alla Cima San Cassiano/Kassianspitze (2.581 m). E' una delle cime più frequentate dei Monti Sarentini Orientali: data la favorevole posizione offre un panorama di grande bellezza e di straordinaria vastità. In cima croce di legno e crocefisso, panchina di legno e libro di vetta.

Dal rifugio si prende la stradina che, volgendo ad Ovest, porta in piano ad una grande terrazza erbosa a monte di un'alta croce di legno con altare. Poco più avanti, ad un bivio, si lascia da una parte il sentiero che porta al Passo del Lucono/Lücklscharte, si piega a destra (N) e si continua su terreno aperto nella conca soprastante (segn. 17, bolli bianco-rossi). Attraversato un primo avvallamento, il sentiero prosegue in salita e raggiunge una terrazza che accoglie il piccolo e incantevole Kassiansee (2.469 m).

Costeggiata la sponda meridionale del lago si rimonta con alcuni zig-zag un canale detritico all'apice del quale ci si affaccia ad una forcella della cresta che unisce la Samspitze alla Cima di San Cassiano. Trascurato il sentiero che divalla sul versante opposto in direzione di S. Martino si continua a destra lungo il facile crinale che porta direttamente in vetta (ore 0.45-1).



Santuario Santa Croce di Lazfons: il più alto luogo di pellegrinaggio d'Europa

### **Percorso originale dal Rif. Forcella Vallaga al Rif. Santa Croce di Lazfons**

- Ore 7.30 Partenza dal Rif. Forcella Vallaga (2.481 m)
- Ore 8.30 Jacobsnitz/Cima di San Giacomo (2.742 m)
- Ore 9.30 Ritorno a Forcella Vallaga (2.436 m)
- Ore 12.30 Pranzo
- Ore 13.30 Partenza
- Ore 15.00 Forc. San Cassiano (2.299 m)
- Ore 16.00 Rif. Santa Croce di Lazfons (2.311 m)

Dal rifugio il sentiero scende a Forc. Vallaga da cui si stacca ben tracciata la via normale alla Cima di San Giacomo: ripido sentiero tra sassi rocce e sfasciumi lungo il fianco nord-occidentale. Straordinario panorama ad ampio giro d'orizzonte. Rientrati per la stessa via alla forcella, si prosegue a mezzacosta (segn. 13) salendo con alcuni zig-zag tra dirupi rocciosi conquistando il Tellerjoch (2.520 m). Scendendo lungo il versante meridionale si attraversano numerosi anfiteatri e si prosegue sotto le cime del Monte Livolo e del Corno del Ceppo fino ad incrociare il segn. 4 (pranzo).

Continuando per lo stesso segnavia, si sale leggermente su terreno aperto ed erboso fino ad arrivare alla Forc. di San Cassiano (2.299 m). Il sentiero scende, con modesti saliscendi prosegue a mezzacosta, quindi, percorrendo una cengetta rocciosa (corrimano metallico) e oltrepassata una pietraia, conduce al rifugio.

## **SABATO 19 AGOSTO 2006**

- Ore 8.00 Rif. Santa Croce di Lazfons (2.311 m)
- Ore 12.00 Rif. Corno del Renon (2.259 m) - pranzo
- Ore 13.00 partenza per la cabinovia
- Ore 14.00 Cima Lago Nero (2.070 m) – cabinovia (€4)
- Ore 14.15 Pemmern (1.530)
- Ore 15.30 Collalbo (1.117) (5 km)
- Ore 16.00 Partenza con Trenino + Funicolare (€5) o Autobus
- Ore 16.33 Bolzano
- Ore 17.31 Treno per Vipiteno (€5.40)
- Ore 18.27 Arrivo in stazione a Vipiteno

Piacevole passeggiata in ambiente pastorale su strade sterrate e facili sentieri. In leggera salita si attraversa (segn. 1) l'anfiteatro ai piedi della Cima San Cassiano e, aggirato un canale erboso, si incontra la traccia che sale da Kasereck; oltrepassato un bivio, si continua lungo la dorsale prativa, dapprima su largo sentiero, poi su strada sterrata. Proseguendo a Sud-Ovest, tra i pascoli dell'Alpe del Passo, si trascurano le diramazioni a destra e a sinistra per raggiungere una nuova strada sterrata. Il sentiero prosegue su terreno aperto e prativo fino ad incontrare un tratto paludoso che si supera con una lunga passerella. Si traversano in quota i prati del Palù e si sale lungo una costa erbosa, fino ad una sella prativa, da cui il sentiero continua verso la Sella dei Sentieri (2.056 m). Da qui si sale un largo crinale prima su strada battuta, poi su sentiero fino alla strada sterrata di accesso al rifugio dove si pranza.

## **BIBLIOGRAFIA**

- FABIO CAMMELLI, *Monti Sarentini*, Edizioni Panorama, Trento, 2004.
- HANSJORG ZATELLI, *Escursioni in Val Sarentina*, Ed. Athesia, Bolzano, 1998.
- ACHILLE GADLER, *Guida alpinistica escursionistica dell'Alto Adige Occidentale*, Ed. Panorama, Trento, 1998.

## **CARTOGRAFIA**

- MONTI SARENTINI, *Carta topografica per escursionisti scala 1:25.000, foglio 040*, Ed. Tabacco, Udine 1999.