

LANZ ACTIVE



Summer Active 2025



Da Misurina alle Tre Cime di Lavaredo **„Sulle tracce della prima guerra mondiale“**

Le Tre Cime di Lavaredo meritano sempre un'escursione. Il contrasto tra il versante sud, più dolce, e le pareti Nord con il loro carattere severo, sono sinonimo di queste montagne, come anche la storia della prima guerra mondiale.

Su un sentiero poco conosciuto saliamo dalla Malga Rimbianco alla malga Lange che è situata proprio davanti al versante Nord delle Tre Cime di Lavaredo.



Dislivello in salita: ca. 600 m
Tempo previsto solo camminata: ca. 4-5 ore
Attrezzatura: scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

Difficoltà:



Punto di incontro: Autostazione di Dobbiaco (di fronte al Eurospin)
o all'ufficio guide alpine Globo Alpin – Stazione di Dobbiaco

* Uso del Taxi (13 € a persona)

o in alternativa al **Punto di partenza dell'escursione:** Lago Antorno, fermata degli autobus

Vista panoramica su Dobbiaco da Monterota e visita del maso Hansenhof

Raggiungiamo il nostro punto di partenza con il Citybus, il Santuario di Santa Maria, un piccolo luogo di pellegrinaggio situato sopra a Dobbiaco. Da lì proseguiamo in leggera salita verso la frazione di Mellaten dove visitiamo il maso "Hansenhof". Il maso si trova a 1500 m s.l.m. ed è condotto con amore, diligenza e profondo legame con la natura già da quattro generazioni.

Il proprietario del maso ci racconta la vita e il lavoro al maso e ci mostra i suoi animali. Al termine della visita è prevista una degustazione dei prodotti del maso

Dopo la visita proseguiamo a Monterota, da dove si ha una bellissima panoramica su Dobbiaco, la Val di Landro e le Dolomiti



Dislivello in salita: ca. 350 m
Visita del maso: ca. 1 ore
Tempo previsto solo camminata: ca. 4 ore
Attrezzatura: scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione
Visita ed assaggio di prodotti propri: 8 € (bambini fino a 10 anni gratis)

Difficoltà:



Punto di incontro: Autostazione di Dobbiaco (di fronte al Eurospin)
o all'ufficio guide alpine Globo Alpin – Stazione di Dobbiaco

* Uso dell'autobus di linea

Rifugio Bonnerhütte ai piedi del Corno di Fana

Dal rifugio Bonnerhütte che, a quota 2340m s.l.m., si trova ai piedi del Corno di Fana, si può godere un panorama meraviglioso.

Il rifugio, restaurato nel 2006, è meta di un'escursione assai appagante nell'area a nord di Dobbiaco.

Durante l'escursione possiamo osservare i profondi solchi lasciati dal passaggio di grandi quantità di detriti rocciosi portati a valle nel passato dai temporali. Oggi un sistema di regimentazione dei torrenti limita questo fenomeno.

Dalla frazione di Candelle passando per la Wildbachhütte saliamo fino al rifugio Bonnerhütte. Lì pranziamo e riposiamo mentre godiamo della meravigliosa vista sulla val Pusteria e sulle Dolomiti.



Dislivello in salita:

ca. 750 m

Tempo previsto solo camminata:

ca. 4-5 ore

Attrezzatura:

scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

Difficoltà:



Punto di incontro: Autostazione di Dobbiaco (di fronte al Eurospin)

o all'ufficio guide alpine Globo Alpin – Stazione di Dobbiaco

* Uso del Taxi (8 € a persona)

Il giro delle Tre Cime di Lavaredo **“Nella memoria dei grandi alpinisti”**

Le Tre Cime di Lavaredo meritano sempre un'escursione. Il contrasto tra il versante sud, più dolce, e le pareti Nord con il loro carattere severo, sono sinonimo di queste montagne, come anche la storia dei grandi alpinisti e della prima guerra mondiale.

Il classico giro delle Tre Cime di Lavaredo. Partendo dal rifugio Auronzo, già ad una quota di 2320m, si prosegue per il rifugio Lavaredo e di seguito al rifugio Locatelli fino ad arrivare alla malga Lange. È una bellissima escursione non troppo faticosa, considerando che si parte già in quota.



Dislivello in salita: ca. 400 m

Tempo previsto solo camminata: ca. 4 ore

Attrezzatura: scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione



Difficoltà:

Punto di incontro: Autostazione di Dobbiaco (di fronte al Eurospin)
o all'ufficio guide alpine Globo Alpin – Stazione di Dobbiaco

* Uso del Taxi (25 € a persona), massimo 15 persone

Dal lago di Braies sul Monte Pra della Vacca 2140m

Punto di partenza sarà il celebre lago di Braies posto a quota 1494 mt, incantevolmente adagiato nel mezzo delle Dolomiti di Braies .

Guadagneremo pian piano quota lungo una strada forestale, poi via via più ripidamente sino al margine del bosco da dove si aprirà per noi la splendida vista della Croda del Becco.

La Cima del Monte pra della Vacca non è poi molto lontano; la pausa sarà occasione per apprezzare ancora una volta lo scenario delle cime, delle Dolomiti di Braies sino alle creste di confine aldilà della val Pusteria.



Dislivello in salita: ca. 700 m

Tempo previsto solo camminata: ca. 4-5 ore

Attrezzatura: scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

Difficoltà:



Punto di incontro: Autostazione di Dobbiaco (di fronte al Eurospin) o in alternativa al

Punto di partenza dell'escursione: Hotel Lago di Braies, alla fermata degli autobus

* Uso dell'autobus di linea

Prato Piazza – Monte Specie **„Sulle tracce della prima guerra mondiale“**

Durante la prima guerra mondiale Prato Piazza era un punto di prima linea nei combattimenti dei soldati austriaci. Durante l'escursione troveremo ancora resti della prima guerra mondiale, del campo base, delle trincee e teleferiche dell'epoca.

Una bellissima camminata sull'altipiano a 2000m nelle Dolomiti di Braies. Questa escursione è facile ed adatta anche per bambini.

Il nostro punto di partenza è Prato Piazza a 2000m. La nostra camminata ci porta al Monte Specie, 2300m, da dove si gode un bellissimo panorama.



Dislivello in salita: ca. 350 m

Tempo previsto solo camminata: ca. 3-4 ore

Attrezzatura: scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

Difficoltà:



Punto di incontro: Autostazione di Dobbiaco (di fronte al Eurospin) o in alternativa al

Punto di partenza dell'escursione: Prato Piazza, alla fermata degli autobus

* Uso dell'autobus di linea

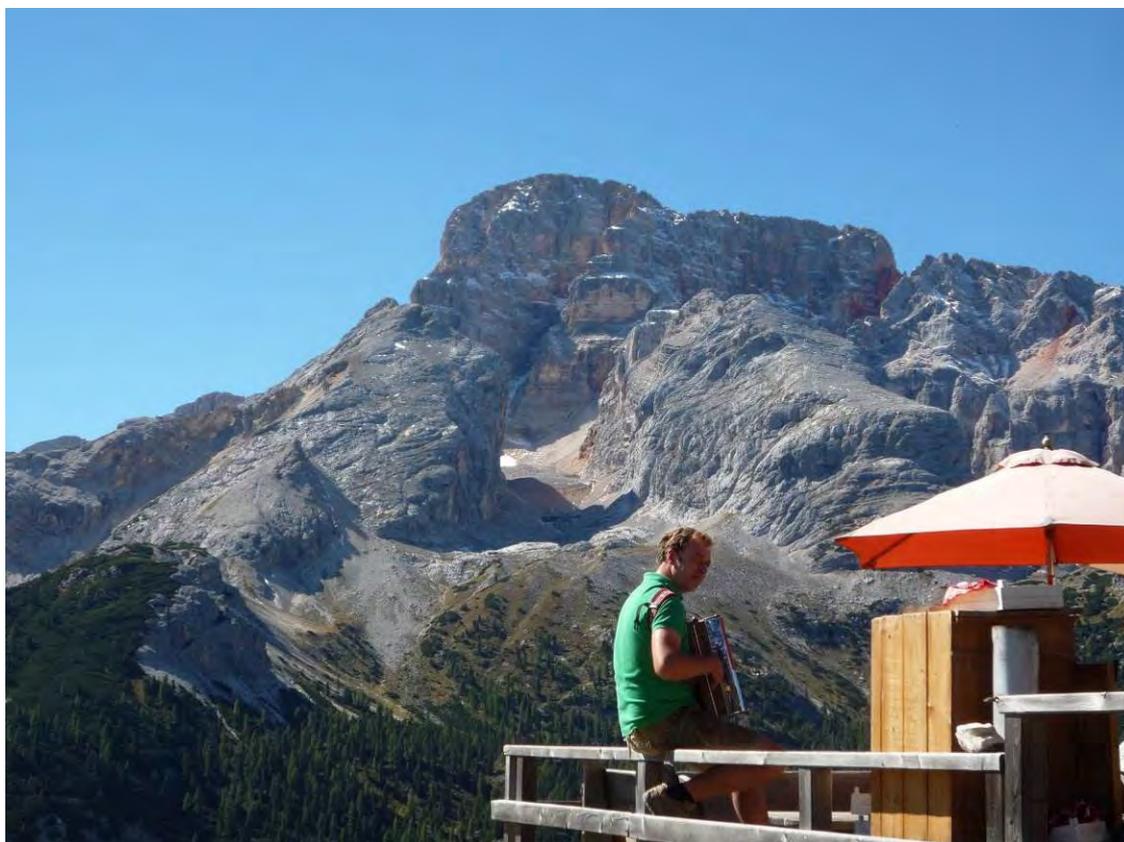
„Le leggende delle Dolomiti“

Per la valle dei Canope a Prato Piazza

La principessa delle marmotte: „In una grotta sotto la Croda Rossa d’Ampezzo abitava una vecchia Anguana. Era sempre la sola, solo le marmotte che vivevano lassù le facevano compagnia....“

Il panorama stupendo sulla Croda Rossa d’Ampezzo era per i nostri antenati stimolo per inventare delle leggende fantastiche: „La principessa delle marmotte“ si svolge nell’area della Croda Rossa.

Partendo da Cimabanche, Val di Landro si sale a Prato Piazza. Il primo tratto di camminata lo si percorre in mezzo al bosco, mentre l’ultimo tratto su un sentiero un pò più ripido fino ad arrivare a Prato Piazza dove facciamo una pausa pranzo al rifugio.



Dislivello in salita: ca. 600 m

Tempo previsto solo camminata: ca. 4 ore

Attrezzatura: scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione



Difficoltà:

Punto di incontro: Autostazione di Dobbiaco (di fronte al Eurospin)

* Uso dell’autobus di linea

Dal lago di Braies alla malga Cavallo

Il lago di Braies circondato da queste bellissime montagne è veramente un posto magico. Merita sempre un'escursione! Il lago con il suo colore particolare è un fantastico fenomeno naturale!

Partendo dal lago di Braies saliamo per il "Buco del Giavo" alla malga Cavalli, dove ci fermiamo per una pausa pranzo. In seguito scendiamo a Ponticello.

Dato che punto di partenza e punto d'arrivo sono diversi, usiamo i mezzi pubblici per ritornare.



Dislivello in salita: ca. 800 m
Tempo previsto solo camminata: ca. 5 ore
Attrezzatura: scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione



Difficoltà:

Punto di incontro: Autostazione di Dobbiaco (di fronte al Eurospin)

* Uso dell'autobus di linea

Dai prati Kameriot all'Allwartstein „Le leggende delle Dolomiti“

“Sopra la porta delle Dolomiti e sopra tutte le acute cime dentate, che circondano il paese delle betulle, si era levato il sole, in un bel mattino di maggio senza nuvole. Quando dalla porta di Sesto, s’illuminò anche la roccia, la regina del popolo delle betulle, seduta nel loggiato del castello, parlò così al suo sposo...”

Il nostro punto di partenza è Braies Vecchia. La nostra escursione ci fa conoscere queste montagne fantastiche, che si collegano facilmente alle leggende delle Dolomiti nate in questo circondario.

La nostra meta è la cima dell' Allwartstein, che ci offre un bellissimo panorama sulle Dolomiti di Braies. Al ritorno passiamo alla malga Putz, da dove scendiamo a Villabassa.



Dislivello in salita:

ca. 500 m

Tempo previsto solo camminata:

ca. 4 ore

Attrezzatura:

scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione



Difficoltà:

Punto di incontro: Autostazione di Dobbiaco (di fronte al Eurospin)

* Uso dell'autobus di linea

Per la Val Gotres alla Forcella Lerosa e Malga Ra Stua

Il punto d'arrivo della nostra gita è il Parco Naturale delle Dolomiti d'Ampezzo, che fa parte del comune di Cortina, dove tra l'altro si trovano le Tofane, le catene montuose del Fanes, il Col Becchei, la Croda Rossa d'Ampezzo e il Monte Cristallo.

Saliamo da Cimabanche lungo la Val Grotes fino alla Forcella Lerosa. Da qui la vista verso la parete sud della Croda Rossa d'Ampezzo è veramente meravigliosa. Su questi magnifici prati alpini della Forcella Lerosa si possono avvistare e sentire le marmotte e con un po' di fortuna magari riusciamo persino a vedere alcuni camosci e delle tracce di cervi. Questi animali sono molto selvatici e schivi e durante il giorno è difficile avvistarli.

Ma non si sa mai... con un po' di fortuna...!

Dalla Forcella Lerosa scendiamo alla Malga Ra Stua dove possiamo fermarci a pranzare. Da lì scendiamo sul bellissimo Sentiero delle Cascate delle Boite fino a Sant'Uberto, dove prendiamo l'autobus di linea che ci riporta a Dobbiaco.



Dislivello in salita: ca. 500 m

Tempo previsto solo camminata: ca. 4 ore

Attrezzatura: scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione



Difficoltà:

Punto di incontro: Autostazione di Dobbiaco (di fronte al Eurospin)

* Uso dell'autobus di linea

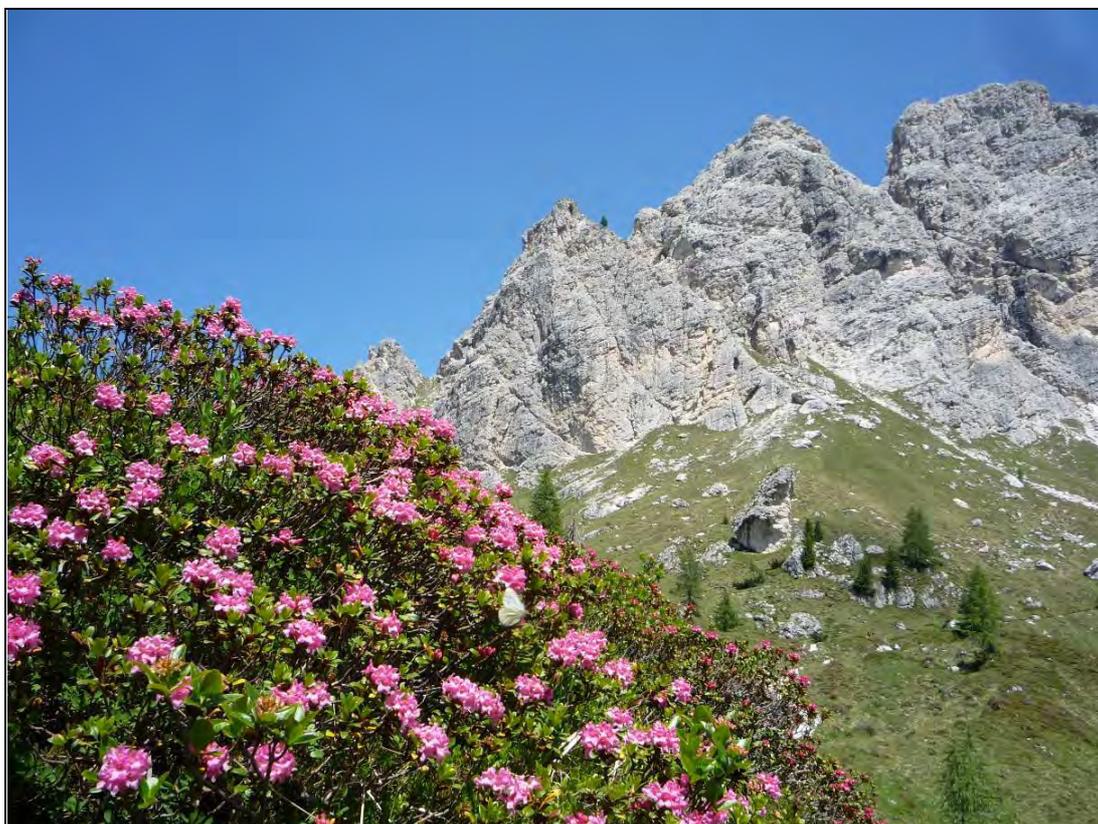
Escursione nelle valli della Rienza e Rinbianco con vista sulle Tre Cime

Seguiamo le orme di Paul Grohmann che per primo, nel lontano 1869, in compagnia delle guide Peter Salcher e Franz Innerkofler, raggiunse la vetta della Cima Grande di Lavaredo.

L'escursione ha inizio a Landro, con vista sulle pareti nord delle Tre Cime. Ci incamminiamo su di un largo sentiero, leggermente in salita, percorrendo così la valle della Rienza.

Imbocchiamo quindi un sentiero più ripido e procediamo poi lungo la val Rinbianco fino a raggiungere la malga omonima e poi oltre fino al lago Antorno. Da lì possiamo ammirare le pareti esposte a sud delle Tre Cime.

Dopo una breve discesa arriviamo a Misurina dove saliamo sull'autobus di linea che ci riporta a Dobbiaco.



Dislivello in salita: ca. 500 m

Tempo previsto solo camminata: ca. 4 ore

Attrezzatura: scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione



Difficoltà:

Punto di incontro: Autostazione di Dobbiaco (di fronte al Eurospin)

* Uso dell'autobus di linea

Sentiero delle malghe „Malga Nemes“

Dal passo Montecroce Comelico, valico al confine tra l'Alto Adige e la provincia di Belluno, saliamo con facilità verso la malga Nemes, ampia zona pascoliva utilizzata durante l'estate per l'alpeggio in quota.

All'andata saliamo sul Monte Covolo 1908m, da dove ci godiamo lo splendido scenario sulle Dolomiti di Sesto e le Alpi Carniche.

Dopo una pausa pranzo alla malga Nemes scendiamo di nuovo al passo Montecroce Comelico.



Dislivello in salita: ca. 400m

Tempo previsto solo camminata: ca. 4 ore

Attrezzatura: scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

Difficoltà:



* Uso dell'autobus di linea

In cima al Golfen 2476m

Se trovandoci a Dobbiaco dirigiamo lo sguardo verso nord subito ci salta all'occhio la cima del Golfen.

È lì che vogliamo salire, chissà che bella vista di Dobbiaco e delle Dolomiti potremo godere di lassù.

Il punto di partenza è Franadega, una frazione sopra Dobbiaco.

La salita si snoda nel bosco, tra i larici e i pascoli offrendo una vista mozzafiato sulle Dolomiti, la val Pusteria e il lago di Dobbiaco indorato dal sole.

Durante l'escursione non si incontrano rifugi serviti, per questo è importante portare con sé un pranzo al sacco.



Dislivello in salita: ca. 800 m

Tempo previsto solo camminata: ca. 4 -5 ore

Attrezzatura: scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione



Difficoltà:

* Uso del Taxi (8 € a persona)

Dal Passo Montecroce Comelico ai Prati della Croda Rossa

Il nostro punto di partenza è il passo Montecroce Comelico, al confine fra la provincia di Bolzano e la provincia di Belluno. Da lì saliamo ai prati della Croda Rossa, dove ci fermiamo per la pausa pranzo. Qui le nostre fatiche saranno ripagate dalla splendida vista sulla cresta carnica e le Dolomiti di Sesto. Nel pomeriggio possiamo ridiscendere a piedi verso i bagni di Moso o, in alternativa, molto comodamente far rientro a valle con gli impianti di risalita.



Dislivello in salita:

ca. 400 m

Tempo previsto solo camminata:

ca. 3 -4 ore

Attrezzatura:

scarpe da Trekking, zaino con qualcosa da bere e da mangiare, impermeabile, maglione

Difficoltà:



* Uso dell'autobus di linea