

Alessio Roccon

# Mountains



## 1. Antelao 3264 m

**Difficoltà:** Passaggi a III- (corda), PD+

**Dislivello:** 2100m (da San Vito)

**Tempo:** 6h30/7.

**Partenza:** San Vito di Cadore (1h25 da casa, Cadore)

**Traccia su git:** Si.

**Materiale:** casco.

### Tempi

San Vito impianti a Forcella piccola (2000m) 1h30.

Forcella Piccola a Bala (2500m) 30 min.

Laste inferiori (2600m) a castello (3000m): 1 h.

Castello - Cima. 30 min.

Totale salita: 3h30.

Discesa (uguale): 3h.

### Relazioni

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=3341](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=3341)

<https://ilgiupet.it/antelao-via-normale/>

### Ripetizioni

Sep. 2019 (con Marco), Jul. 2020 (solo), Sep 2020 (con Tommaso).

### Note

## 2. Pelmo 3166 m (cengia di Ball) ❤️

**Difficoltà: F+**

**Dislivello: 2100m (da Zoppe di Cadore)**

**Tempo: 6h/6h30.**

**Partenza: Zoppe di Cadore (1h25 da casa, Val di Zoldo)**

**Traccia su git: Si.**

**Materiale: casco, imbrago + longe.**

### Tempi

Zoppe - Rifugio Venezia (2000m) 1h10.

Rifugio Venezia - attacco Cengia Ball: 20 min.

Cengia di Ball: 30 min.

Uscita cengia - Salti di roccia (Vant): 45 min.

Pianoro - cime: 45 min.

Totale salita: 3h30.

Discesa (uguale): 2h30.

### Relazioni

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=91](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=91)

[https://www.planetmountain.com/Trekking/escursioni/itinerari/scheda.php?lang=ita&id\\_itinerario=206&id\\_tipologia=37](https://www.planetmountain.com/Trekking/escursioni/itinerari/scheda.php?lang=ita&id_itinerario=206&id_tipologia=37)

<https://www.abcdolomiti.com/escursione/monte-pelmo-via-normale-cengia-ball/>

### Ripetizioni

Sep. 2019 (con Marco), Jun. 2020 (solo).

### 3. Cima dei Preti 2706 m (Pian Fontana) ❤️

**Difficoltà: F+ (passaggi di I esposti)**

**Dislivello: 1800m**

**Tempo: 5h45/6h.**

**Partenza: Pian Fontana (1h25 da casa, Cimolais)**

**Traccia su git: Si.**

**Materiale: casco.**

#### **Tempi**

Pian Fontana - base canale Compol (2000m): 1h30.

Canale Compol (passaggi i I): 45 min.

Attraversamento sotto punta Compol: 30 min.

Ghiaie finali: 30 min.

Totale salita: 3h15.

Totale discesa (uguale): 2h30.

#### **Relazioni**

<https://it.wikiloc.com/percorsi-escursionismo/dolomiti-doltrepiave-gruppo-preti-duranno-forcella-compol-forcella-dei-cantoni-e-cima-dei-preti-da-28846433>

#### **Ripetizioni**

Aug. 2020 (solo).

## 4. Cima Ombretta 3011 m (Malga Ciapela) ❤️

**Difficoltà:** F (passaggi attrezzati di I)

**Dislivello:** 1500m

**Tempo:** 4h/4h30.

**Partenza:** Malga Ciapela (1h45 da casa)

**Traccia su git:** Si.

**Materiale:** no (casco?)

### Tempi

Totale salita: 2h30.

Totale discesa (uguale): 2h.

### Relazioni

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=118](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=118)

<http://www.3000dolomiti.it/dolomiti/cima-3000-dolomiti.asp?idc=72>

### Ripetizioni

Jul. 2020 (con Marco).

## 5. Pelmo 3166 m (cengia di Grohmann + Ball)

**Difficoltà:** PD-

**Dislivello:** 2100m

**Tempo:** ??

**Partenza:** Coi (Fusine) (Val di Zoldo)

**Traccia su git:** Si.

**Materiale:** casco, imbrago + longe.

### Tempi

Coi - Fessura:

### Relazioni

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=2099](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=2099)

<https://ilgiupet.it/pelmo-cengia-di-grohmann/>

<https://www.skiforum.it/forum/showthread.php?t=81834>

### Ripetizioni

### Note

## **6. Cima dei Preti 2706 m (Greselin, via comune)**

**Difficoltà: PD+ (passaggi di I/II)**

**Dislivello: 2200m**

**Tempo: 5h45/6h.**

**Partenza: Ponte Compol (1h15 da casa, Cimolais)**

**Traccia su git: no.**

**Materiale: casco, materiale x doppia.**

### **Tempi**

Ponte Compol - Biv. Greselin: 2h.

Greselin - Cima Preti: 3h?

Cima Preti - Greselin: 2h?

Greselin - Ponte Compol: 1h30.

Totale salita: 5h?

Totale discesa (uguale): 4h?

### **Relazioni**

<http://www.ormeverticali.it/relazioni/cima-preti/>

<http://landredaisalvadis.altervista.org/cima-dei-preti-2706m-un-sogno-che-si-avvera/>

### **Ripetizioni**

### **Note**

Nessun tiro (chiodi presenti), 2 x doppie da 25 m sul canale in discesa.

## 7. Cima dei Preti 2706 m (Anello)

**Difficoltà:** F+? (passaggi di I)

**Dislivello:** 2200m

**Tempo:** 5h45/6h.

**Partenza:** Ponte Compol (1h15 da casa, Cimolais)

**Traccia su git:** Si.

**Materiale:** casco.

### Tempi

Ponte Compol - Biv. Greselin: 2h.

### Relazioni

[https://www.curaticonstile.it/it/percorso/800/cimolais-pian\\_fontana-valle\\_dei\\_cantoni-forcella\\_compil-forcella\\_dei\\_cantoni-cima\\_dei\\_pret.html](https://www.curaticonstile.it/it/percorso/800/cimolais-pian_fontana-valle_dei_cantoni-forcella_compil-forcella_dei_cantoni-cima_dei_pret.html)

### Ripetizioni

### Note

Da Greselin a Forcella Compol unico pezzo mai fatto.



## 8. Cima dei Preti 2706 m (via dei Triestini)

**Difficoltà: AD (passaggi di III esposti)**

**Dislivello: 2200m**

**Tempo:**

**Partenza: Ponte Compol o Pian Fontana (1h15 da casa, Cimolais)**

**Traccia su git: si.**

**Materiale: casco, imbrago + materiale arrampicata (tiri e doppie)**

### **Tempi**

Ponte Compol - Biv. Greselin: 2h.

### **Relazioni**

<https://ilgiupet.it/cima-dei-preti-via-dei-triestini/>

[http://quartogrado.com/volume3/relazioni/CIMA%20DEI%20PRETI\\_Triestini\\_A.htm](http://quartogrado.com/volume3/relazioni/CIMA%20DEI%20PRETI_Triestini_A.htm)

<https://www.scuoladialpinismo.eu/spedizioni/ripetizioni-e-relazioni/4-via-dei-triestini>

<https://www.skiforum.it/forum/showthread.php?t=90905>

### **Ripetizioni**

### **Note**

Div x Punta Compol (vedi numero 3).

2 tiri da 25/30m, qualche chiodo, portare friends..

## 9. Ortles 3905 m (via normale) ❤️

**Difficoltà:** PD+ (passaggi di III esposti)

**Dislivello:** 2200m

**Tempo:** 10h

**Partenza:** Chiesetta Solda (4h da casa)

**Traccia su git:** si.

**Materiale:** casco, imbrago + materiale x doppia e ghiacciaio.

### Tempi

Solda - Taberetta: 1h30.

Taberetta - Payer: 1h.

Payer- attacco ghiaccio: 1h30.

Attacco ghiaccio - cima: 1h30.

Totale salita: 5h30.

### Relazioni

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=583](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=583)

<https://www.gulliver.it/itinerari/ortles-via-normale-da-solda-per-il-rifugio-payer/>

### Ripetizioni

2020 (con Marco)

### Note

Relazioni un pò incasinata sulla parte di misto.

Una doppia da 15 m.

## 10. Punte Penia 3342 m (Ghiacciaio) ❤️

**Difficoltà: PD**

**Dislivello: 1300m**

**Tempo: 6h**

**Partenza: Passo Fedaia (2h da casa)**

**Traccia su git: si**

**Materiale: Ghiacciaio + Ferrata**

### **Tempi**

Passo - Rifugio 1h

Rifugio - Forcella: 2h (ghiacciaio)

Forcella - Punta Penia: 1h30

Punta Penia - Rifugio: 1h

Rifugio - Passo: 1h

### **Relazioni**

### **Ripetizioni**

Aug. 2019 (con Maria), Jun 2020 (con Marco), Aug. 2020 (con Bea).

### **Note**

Chiuso temporaneamente (aug 2022)

## 11. Punta Penia 3342 m (Cresta Ovest + Ghiacciaio) ❤️

**Difficoltà: PD**

**Dislivello: 1600m**

**Tempo: 7h**

**Partenza: Passo Fedaia (2h da casa)**

**Traccia su git: si**

**Materiale: Ghiacciaio + Ferrata**

### **Tempi**

Passo - Rifugio 1h

Rifugio - Forcella: 2h (ghiacciaio)

Forcella - Punta Penia: 1h30

Punta Penia - Rifugio: 1h

Rifugio - Passo: 1h

### **Relazioni**

<https://www.ferrate365.it/vie-ferrate/ferrata-punta-penia-cresta-ovest-marmolada/>

### **Ripetizioni**

Aug. 2020 (con Bea)

### **Note**

Chiuso temporaneamente (aug 2022)

## 12. Bivacco Tomè 2860 m

**Difficoltà:**

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza:** Rif. Capanna Trieste (1h45 da casa)

**Traccia su git:**

**Materiale:**

**Tempi**

**Relazioni**

<https://www.listolade.it/bivacco-tome.html>

<https://www.caiveneto.it/bivacco/tome>

**Ripetizioni**

**Note**

## 13. Punta nera 2738 m

**Difficoltà:**

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza:** Rif. Capanna Trieste (1h45 da casa)

**Traccia su git:**

**Materiale:**

**Tempi**

**Relazioni**

<https://www.guidedolomiti.com/vie-normali/punta-nera/>

<http://www.dolomitifacili.it/nera.html>

**Ripetizioni**

Fatta fin quasi in cima (fino alla forcella con vista sul dito) a Maggio 2020 (invernale).

**Note**

## 14. Croda Bianca 2841 m (Spigolo Fanton)

**Difficoltà:** PD+/AD-

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza:** Pradecelan (1100m) o Pian dei Buoi (1800m)

**Traccia su git:** si.

**Materiale:**

### Tempi

### Relazioni

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=1206](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=1206)

<https://www.dolomiti.org/it/cadore/esperienze/vie-ferratearrampicate/via-normale-croda-bianca-marmarole/>

<https://www.gulliver.it/itinerari/bianca-croda-spigolo-fanton/>

<http://landredaisalvadis.altervista.org/croda-bianca-spigolo-fanton-e-cimon-del-froppa-in-solitaria/>

### Ripetizioni

### Note

Via Chigiato?

## 15. Tofana Rozes 3226 m (via normale) ❤️

**Difficoltà:** F+

**Dislivello:** 1300

**Tempo:** 6h

**Partenza:** Rif. Dibona (estate) o Provinciale (inverno)

**Traccia su git:** si.

**Materiale:** no (ramponi e picca se inverno)

**Tempi**

**Relazioni**

**Ripetizioni**

**Note**

Via Chiggiato?



## 16. Cima dei Bureloni 3130 m (via normale)

**Difficoltà:**

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza:**

**Traccia su git:**

**Materiale: no.**

**Tempi**

**Relazioni**

**Ripetizioni**

**Note**

## 17. Cima Busazza 2894 m

**Difficoltà:**

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza:**

**Traccia su git:**

**Materiale: no.**

**Tempi**

**Relazioni**

<http://www.ormeverticali.it/relazioni/cima-della-busazza/>

**Ripetizioni**

**Note**

## 18. San Sebastiano 2488 m (Viaz + normale) ❤️

**Difficoltà:** PD-

**Dislivello:** 900m

**Tempo:** 6h

**Partenza:** Passo Duran

**Traccia su git:**

**Materiale:** no.

**Tempi**

**Relazioni**

**Ripetizioni**

**Note**

## 19. Viaz dei Fonch

**Difficoltà:**

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza:**

**Traccia su git:**

**Materiale: no.**

**Tempi**

**Relazioni**

[http://www.intraigiarun.it/newsite/index.html.php?target=index\\_racconto&category=fuori traccia&article=fuori traccia/20150908 Un selvaggio Viaz sugli Sfornioi del /fuori traccia viaz Sfornioi Bosconero.htm](http://www.intraigiarun.it/newsite/index.html.php?target=index_racconto&category=fuori%20traccia&article=fuori%20traccia/20150908%20Un%20selvaggio%20Viaz%20sugli%20Sfornioi%20del%20fuori%20traccia%20viaz%20Sfornioi%20Bosconero.htm)

**Ripetizioni**

**Note**

## 20. Spiz Sud 2309 m

**Difficoltà: PD+**

**Dislivello: 1100m**

**Tempo: 5h (da relazione)**

**Partenza: Pian de la Fopa (1h30 da casa, val di Zoldo)**

**Traccia su git:**

**Materiale:**

### Tempi

### Relazioni

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=604](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=604)

<http://www.ormeverticali.it/relazioni/spiz-sud-e-di-mezzo/>

<https://www.skiforum.it/forum/showthread.php?t=88013>

### Ripetizioni

### Note

## 21. Traversata Spiz di Mezzodi

**Difficoltà:** PD (passaggi di II esposti).

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza:**

**Traccia su git:**

**Materiale:**

**Tempi**

**Relazioni**

<http://www.ormeverticali.it/relazioni/spiz-sud-e-di-mezzo/>

<https://www.skiforum.it/forum/showthread.php?t=88013>

**Ripetizioni**

**Note**

## 22. Spiz de San Piero 2084 m

**Difficoltà:**

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza:**

**Traccia su git:**

**Materiale:**

**Tempi**

**Relazioni**

[https://www.naturamediterraneo.com/forum/topic.asp?TOPIC\\_ID=70950](https://www.naturamediterraneo.com/forum/topic.asp?TOPIC_ID=70950)

**Ripetizioni**

**Note**

## 23. Viaz dei Camorz e Camorzieri

**Difficoltà:** AD (passaggi di III/IV)

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza:**

**Traccia su git:**

**Materiale:**

**Tempi**

**Relazioni**

[http://on-ice.it/onice/onice\\_view\\_report.php?type=2&id=9619](http://on-ice.it/onice/onice_view_report.php?type=2&id=9619)

[http://www.on-ice.it/onice/onice\\_view\\_report.php?type=3&id=4658](http://www.on-ice.it/onice/onice_view_report.php?type=3&id=4658)

**Ripetizioni**

**Note**



## 24. Cima delle Nevere 2599 m

**Difficoltà:**

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza:**

**Traccia su git:**

**Materiale:**

**Tempi**

**Relazioni**

<http://bellunodolomiti.altervista.org/?p=9197>

<http://www.sentierinatura.it/easyne2/GRP.aspx?Code=SentieriNatura&ID=4345&IDNGRP=46814&MODE=MSG>

**Ripetizioni**

**Note**

## 25. Croda rossa d'Ampezzo 3146 m (via Grohmann)

**Difficoltà: PD+ (passaggi di II)**

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza:**

**Traccia su git: si.**

**Materiale:**

**Tempi**

### Relazioni

<http://www.3000dolomiti.it/dolomiti/cima-3000-dolomiti.asp?idc=36>

<https://www.albertodegiuli.com/2020/06/via-grohmann-normale-croda-rossa-ampezzo/>

<https://it.wikiloc.com/percorsi-escursionismo/croda-rossa-dampezzo-hohe-gaisl-via-normale-sud-ovest-dalle-grave-di-valbones-e-discesa-per-la-via-53931412>

[http://www.on-ice.it/onice/onice\\_view\\_report.php?type=3&id=5323](http://www.on-ice.it/onice/onice_view_report.php?type=3&id=5323)

### Ripetizioni

### Note

Via più facile da fare con neve sulla conca (fine primavera o inizio estate).

Via di più facile orientamento,

## 26. Croda rossa d'Ampezzo 3146 m (via Innerkofler-Schlogel)

**Difficoltà: AD+ (passaggi di IV)**

**Dislivello: 2000**

**Tempo:**

**Partenza: Prato Piazza**

**Traccia su git: si.**

**Materiale: arrampicata + doppie.**

### Tempi

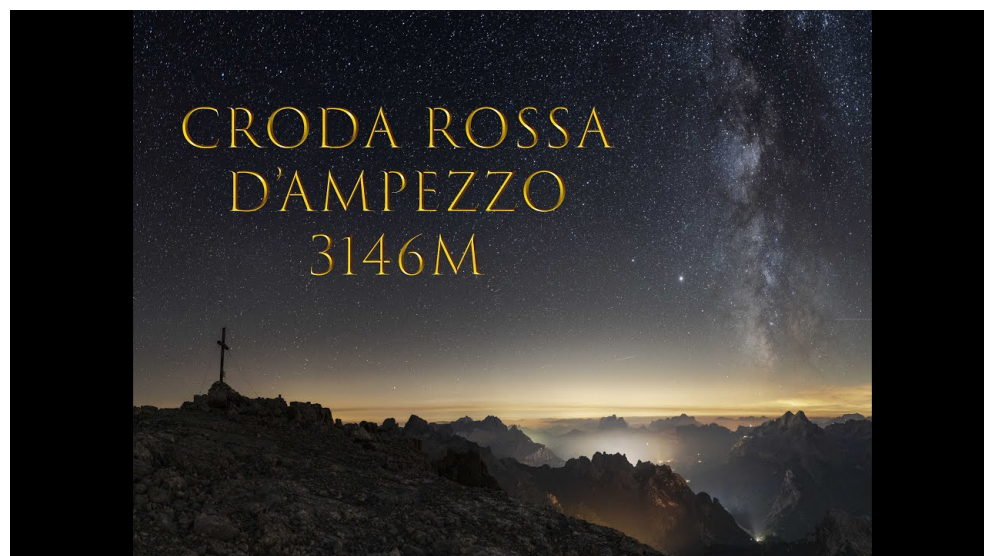
### Relazioni

<https://ilravanatore.wordpress.com/2011/05/03/croda-rossa-dampezzo-3146m-via-innerkofler-schlogel-in-parete-s/>

<https://it.wikiloc.com/percorsi-escursionismo/croda-rossa-dampezzo-hohe-gaisl-via-normale-sud-ovest-dalle-grave-di-valbones-e-discesa-per-la-via-53931412>

<https://www.summitpost.org/croda-rossa-d-ampezzo-hohe-gaisl/821130>

<https://www.suedtirolalpin.it/post/hohe-gaisl-innerkofler>



### Ripetizioni

### Note

Si può fare questa in salita e poi scendere per la Grohmann (traversata).

## 27. Croda rossa d'Ampezzo 3146 m (via Grave Valbones)

**Difficoltà:**

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza: Cima Banche**

**Traccia su git: si.**

**Materiale: arrampicata + doppie.**

**Tempi**

**Relazioni**

<https://it.wikiloc.com/percorsi-escursionismo/croda-rossa-dampezzo-hohe-gaisl-via-normale-sud-ovest-dalle-grave-di-valbones-e-discesa-per-la-via-53931412>

**Ripetizioni**

**Note**

Si può fare questa in salita (al posto della Innerkofler) e poi scendere per la Grohmann (traversata).

## 28. Catinaccio 2981 m

**Difficoltà:** PD+ (passaggi di III+)

**Dislivello:** 1030 m

**Tempo:**

**Partenza:**

**Traccia su git:**

**Materiale:** casco, imbrago + materiale x tiri e doppie

### Tempi

### Relazioni

<https://www.rifugidelcatinaccio.it/it/escursione.asp?id=1>

<https://www.gulliver.it/itinerari/catinaccio-via-normale/>

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=1372](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=1372)

### Ripetizioni

### Note

## 29. Croda dei Toni 3094 m

**Difficoltà: AD+ (passaggi di III+)**

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza:**

**Traccia su git:**

**Materiale: casco, imbrago + materiale x tiri e doppie**

**Tempi**

**Relazioni**

<http://www.3000dolomiti.it/dolomiti/cima-3000-dolomiti.asp?idc=42>

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=2532](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=2532)

**Ripetizioni**

**Note**

## 30. Cima Montanel 2461 m

**Difficoltà:** F+ (passaggi di II-)

**Dislivello:** 1400m

**Tempo:**

**Partenza:** Rif. Cercenà (1051m)

**Traccia su git:**

**Materiale:** casco.

**Tempi**

### Relazioni

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=727](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=727)

### Ripetizioni

### Note

## 31. Sorapis 3205 m ❤️

**Difficoltà:** PD+ (passaggi di III)

**Dislivello:** 2000 m (2200 con Marcora e Fopa)

**Tempo:** 8h

**Partenza:** San vito di Cadore

**Traccia su git:** si

**Materiale:** casco + materiale x doppia.

### Tempi

San Vito - San Marco: 1h

San Marco - For. Grande: 45 min

Forc. Grande - Bivacco: 45 min

Bivacco - Attacco: 30 min

Attacco - Cima: 1h min

Totale Salita: 4h

### Relazioni

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=206](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=206)

<https://www.gulliver.it/itinerari/sorapiss-via-normale-da-san-vito-di-cadore/>

<http://www.3000dolomiti.it/dolomiti/cima-3000-dolomiti.asp?idc=50>

[https://www.rifugiosanmarco.com/?page\\_id=82](https://www.rifugiosanmarco.com/?page_id=82)

<http://landredaisalvadis.altervista.org/sorapiss-3207m-croda-marcora-3154m-e-fopa-de-matia/>

### Ripetizioni

Jul (2022).

### Note



## 32. Croda Marcora 3154 m ❤️

**Difficoltà:** PD+ (passaggi di III)

**Dislivello:** 2000 m

**Tempo:** 8h (3 cime)

**Partenza:** San vito di Cadore

**Traccia su git:** si

**Materiale:** casco + materiale x doppia.

**Tempi:**

San Vito - San Marco: 1h

San Marco - For. Grande: 45 min

Forc. Grande - Bivacco: 45 min

Bivacco - Attacco: 30 min

Attacco - Cima: 45 min

Totale Salita: 3h45

### Relazioni

<http://www.3000dolomiti.it/dolomiti/cima-3000-dolomiti.asp?idc=48>

<http://landredaisalvadis.altervista.org/sorapiss-3207m-croda-marcora-3154m-e-fopa-de-matia/>

### Ripetizioni

Jul (2022).

### Note

### 33. Fopa di Matia 3155 m ❤️

**Difficoltà:** PD+ (passaggi di III)

**Dislivello:** 2000 m

**Tempo:** 8h (3 cime)

**Partenza:** San Vito di Cadore

**Traccia su git:** si

**Materiale:** casco + materiale x doppia.

**Tempi:**

San Vito - San Marco: 1h

San Marco - For. Grande: 45 min

Forc. Grande - Bivacco: 45 min

Bivacco - Attacco: 30 min

Attacco - Cima: 45 min

Totale Salita: 3h45

### **Relazioni**

<http://www.3000dolomiti.it/dolomiti/cima-3000-dolomiti.asp?idc=49>

### **Ripetizioni**

Jul (2022).

### **Note**

## **34. Cima Grande di Lavaredo 2999 m**

**Difficoltà: PD+/AD- (passaggi di III)**

**Dislivello: 2000 m**

**Tempo:**

**Partenza:**

**Traccia su git:**

**Materiale: casco + materiale x doppia.**

**Tempi**

### **Relazioni**

<https://www.altapusteria.com/sport/estate-attiva/vie-ferrate/cima-grande-di-lavaredo/>

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=651](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=651)

<https://www.gulliver.it/itinerari/lavaredo-cima-grande-di-via-normale-dal-rifugio-auronzo/>

[https://www.ramellasergio.it/Testo/LAVAREDO/CIMA\\_GRANDE/\\_relazione\\_via\\_normale.html](https://www.ramellasergio.it/Testo/LAVAREDO/CIMA_GRANDE/_relazione_via_normale.html)

### **Ripetizioni**

### **Note**

**35. Ciarido 2404 m** ❤️

**Difficoltà: PD? Max II.**

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza:**

**Traccia su git:**

**Materiale: casco + materiale x doppia.**

**Tempi**

## **Relazioni**

<http://www.danil.com/blog/2019/11/16/monte-ciareido-cima-so-via-normale-da-sud-marmarole-orientali-pian-dei-buoi/>

<https://dolcistradesalate.com/2018/09/15/monte-ciarido-e-la-madonna-del-ciarido-09-09-18/>

## **Ripetizioni**

## **Note**

Sembra una possibile doppia da fare in cima (ma molto breve).

## 36. Pelmetto 2996 m ❤️

**Difficoltà:** PD (passaggio di IV)

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza:**

**Traccia su git:**

**Materiale:** casco + materiale x doppia.

**Tempi**

### Relazioni

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=2428](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=2428)

<http://www.zoldoclub.it/images/Attivit%E0/Foto%20attivit%E0/Anni%20precedenti/pelmetto.htm>

<https://www.vieferrate.it/forum/viewtopic.php?f=26&t=2289>

<http://mountain360gradi.blogspot.com/2017/08/pelmetto-e-cengia-di-grohmann.html>



### Ripetizioni

### Note

Unico pezzo da arrampicare è il Salto del Mago (IV), circa 4m. In teoria ci sono anche un pezzo di corda e dei chiodi.

Doppia in fessura (occhio a non sbagliare)

In teoria è tutto attrezzato.

## 37. Cadin degli Elmi 2424 m

**Difficoltà:** F+ (passaggi di I+)

**Dislivello:**

**Tempo:**

**Partenza:** Diga lago centro Cadore (700m)

**Traccia su git:** parziale.

**Materiale:** casco?.

**Tempi**

### Relazioni

<http://www.ormeverticali.it/relazioni/cima-cadin-degli-elmi/>

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=398](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=398)

### Ripetizioni

### Note

Strada che va al Padova è una merda.

## 38. Viaz Bortolo de Lorenzo ❤️

**Difficoltà:** F+ (passaggi di II)

**Dislivello:** 1900 m

**Tempo:** 6h

**Partenza:** Vinigo di Cadore

**Traccia su git:** si.

**Materiale:** no.

**Tempi:** 5h (giro completo)

### Relazioni



<https://www.vieferrate.it/forum/viewtopic.php?f=3&t=1311>

### Ripetizioni

Nov. 2020 (solo).

### Note

## 39. Trittico Tofane ❤️

**Difficoltà: PD**

**Dislivello: 2400 m**

**Tempo: 10h**

**Partenza: Rif. Dibona**

**Traccia su git: si.**

**Materiale: kit ferrata o imbrago + longe.**

### **Tempi**

Di Bona - Giussani: 1h.

Giussani - Vallon Tofana: 2h00.

Vallon Tofana di Mezzo: 30 min

Tofana Mezzo-Tofana Dentro: 1h30

Tofana Dentro - Giussani: 1h

Giussani - Rozes - Giussani: 2h20

Giussani - Dibona: 40 min

### **Relazioni**

### **Ripetizioni**

Jul. 2019 (con Marco).

### **Note**



## 40. Cridola 2580 m

**Difficoltà: PD+**

**Dislivello: 1300 m**

**Tempo:**

**Partenza: Rif. Padova (o da diga Centro Cadore?)**

**Traccia su git:**

**Materiale:**

**Tempi**

### **Relazioni**

<https://www.gulliver.it/itinerari/cridola-via-normale-dal-rifugio-padova/>

<http://www.ormeverticali.it/relazioni/cridola/>

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=120](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=120)

### **Ripetizioni**

### **Note**

**41. Civetta 3220 m (via normale) ♥**

**Difficoltà: PD**

**Dislivello: 1800 m**

**Tempo: 6h**

**Partenza: Pecol Vecchio (1400 m)**

**Traccia su git: si**

**Materiale: Imbrago + Longe.**

**Tempi**

**Relazioni**

**Ripetizioni**

Aug. 2019 (con Marco), Jul. 2021 (solo, fino al rifugio).

**Note**

## 42. Civetta 3220 m (Alleghesi) ❤️

**Difficoltà: PD**

**Dislivello: 1800 m**

**Tempo: 6h30 (rientro per via normale)**

**Partenza: Pala Favera (1500 m)**

**Traccia su git:**

**Materiale:**

**Tempi**

Pecol - Rif. Coldai: 1h00 min.

Rif. Coldai - attacco: 30 min.

Ferrata - cima: 2h30.

Totale salita: 4h00.

Totale discesa 2h30 (per via normale).

**Relazioni**

<https://www.vieferrate.it/pag-relazioni/relazioni-regione-veneto/56-gruppo-civetta/256-alleghesi.html>

<https://www.ferrate365.it/vie-ferrate/ferrata-alleghesi-civetta/>

**Ripetizioni**

2021 (con papà).

**Note**

## 43. Piccola Civetta 3207 m

**Difficoltà: PD**

**Dislivello: 2000 m**

**Tempo:**

**Partenza: Pala Favera (1500 m)**

**Traccia su git:**

**Materiale:**

**Tempi**

### **Relazioni**

<http://www.3000dolomiti.it/dolomiti/cima-3000-dolomiti.asp?idc=60>

<https://www.sassbaloss.com/pagine/uscite/civetta1/civetta1.htm>

### **Ripetizioni**

### **Note**

## 44. Cristallo 3220 m ❤️

**Difficoltà:** PD+ (passaggi di III-)

**Dislivello:** 1400 m

**Tempo:** 5h

**Partenza:** Passo tre croci (1850 m)

**Traccia su git:** si.

**Materiale:** casco, mat. per calate in caso.

### Tempi

Passo - Fine sentiero 221: 40 min.

Pianoro fine 221 - passo del cristallo: 1h.

Passo del cristallo - cima: 1h..

Totale salita: 2h40.

Totale discesa 2h20.

### Relazioni

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=238](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=238)

<https://lamontagna.org/monte-cristallo-3221-m-via-normale/>

<http://www.ormeverticali.it/relazioni/cristallo-cima-principale/>

### Ripetizioni

2021 (solo).

### Note

Sul ghiaione stare lato Piz Popena (ghiaia). Numerose soste già preparate per eventuali calate. Passaggi di III evitabili, max. II+. Cresta relativamente esposta.

## 45. Cima Eotvos 2825 m ❤️

**Difficoltà:** PD+ (un passaggi di IV)

**Dislivello:** 1000 m

**Tempo:**

**Partenza:** Misurina (1800 m)

**Traccia su git:** si.

**Materiale:**

**Tempi**

**Relazioni**

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=2408](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=2408)

**Ripetizioni**

**Note**

## 46. Cadin di San Lucano 2839 m ❤️

**Difficoltà:** PD (passaggi di II)

**Dislivello:** 1000 m

**Tempo:**

**Partenza:** Misurina (1800 m)

**Traccia su git:** si.

**Materiale:**

**Tempi**

**Relazioni**

<https://www.gulliver.it/itinerari/cadin-di-san-lucano-cima-via-normale-da-pian-degli-spiriti/>

<https://www.camptocamp.org/outings/1123658/it/cima-cadin-di-san-lucano-via-normale>

**Ripetizioni**

**Note**

## 47. Spiz Gallina 1545 m ❤️

**Difficoltà:** PD (passaggio di III+)

**Dislivello:** 1000 m

**Tempo:** 4h

**Partenza:** Provagna (400 m)

**Traccia su git:** si.

**Materiale:** Imbrago + Longe (eventualmente mat x doppia)

### Tempi

Provagna - Casera 1h.

Casera cima: 1h.

Totale salita: 2h

### Relazioni

[https://www.somariteam.it/montagna/docs/relazioni/Dol\\_Oltrepieve\\_SpizGalina.pdf](https://www.somariteam.it/montagna/docs/relazioni/Dol_Oltrepieve_SpizGalina.pdf)

<http://landredaisalvadis.altervista.org/spiz-galina-1545m-lanello-da-provagna/>

### Ripetizioni

### Note

Dopo il passaggio di III+, non salire il bosco verticale tra le due pareti ma aggirare la parete di dx. Ci sono poi vari ometti, e alla fine si sbuca proprio sotto la cima principale.



## 48. Punta Taiola Ovest 2485 m ❤️

**Difficoltà:** F+ (passaggio di I)

**Dislivello:** 1400 m

**Tempo:** 6h.

**Partenza:** San Vito di Cadore (1000 m)

**Traccia su git:** si.

**Materiale:**

### Tempi

San Vito - San Marco 1h20.

San Marco - F. Grande 1h.

F. Grande - Forcella Pala di Dentro 40 m.

F. Pala di Dentro - Cima 25m.

Totale salita: 3h25

### Relazioni

[https://www.vienormali.it/montagna/cima\\_scheda.asp?cod=3162](https://www.vienormali.it/montagna/cima_scheda.asp?cod=3162)

### Ripetizioni

### Note

Fatta in invernale, da F. Grande fino a F. Pala di dentro è tutto a Nord (accumuli).  
Probabilmente la cima è più in là? Scendere e risalire?.

## 49. Piz Popena 3152 m ❤️

**Difficoltà:** PD+ (passaggio di II/II+)

**Dislivello:** 1400 m

**Tempo:** 6h.

**Partenza:** Misurina (1800 m)

**Traccia su git:** si.

**Materiale:** Possibile doppie (corda 50m + materiale), Piccozza e ramponi per canale (pendente).

### Tempi

Misurina - Ex rifugio Popena 1h00.

Rifugio - Ghiaione 30min.

Ghiaione - Attacco via: 30 min

Attacco via - cima: 2h

Totale salita: 4h00

### Relazioni

<http://www.3000dolomiti.it/dolomiti/cima-3000-dolomiti.asp?idc=47>

[https://www.somariteam.it/montagna/docs/relazioni/Dol\\_Ampezzo\\_PizPopena.pdf](https://www.somariteam.it/montagna/docs/relazioni/Dol_Ampezzo_PizPopena.pdf)

### Ripetizioni

Jul. 2022 (solo)

### Note

## 50. Strada degli Alpini (anello)

**Difficoltà:**

**Dislivello:** 2000 m

**Tempo:** 7h

**Partenza:** Padola (1400 m), Rif. Lunelli?

**Traccia su git:** si.

**Materiale:** Kit ferrata

**Tempi**

**Relazioni**

**Ripetizioni**

**Note**

Lunelli, ferrata Roghel, Cengia Gabriella, Sentiero Degli Alpini, Passo Della Sentinella, Lunelli

## 51. Giro delle Marmarole (anello)

**Difficoltà:**

**Dislivello: 3500 m**

**Tempo: 10/11h**

**Partenza: Pradecian (1000 m)**

**Traccia su git: si.**

**Materiale: Kit ferrata**

**Tempi**

**Relazioni**

**Ripetizioni**

**Note**

Circa 40km

## 52. Giro delle tre Forcelle (anello)

**Difficoltà:**

**Dislivello: 1900 m**

**Tempo: 7h**

**Partenza: Pradecian (1000 m)**

**Traccia su git: si.**

**Materiale: Kit ferrata**

**Tempi**

**Relazioni**

**Ripetizioni**

**Note**