



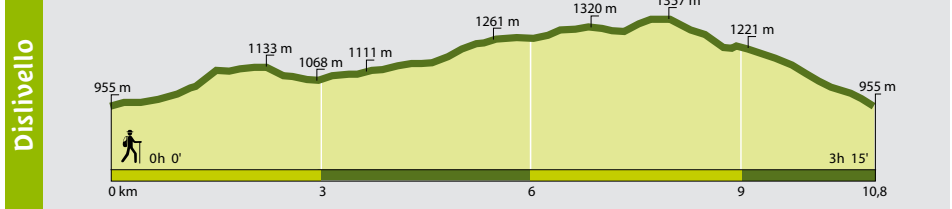
Escursioni e vie ferrate

📍 Partenza ➤ Vie ➡ Distanza ⬆ Salita ⬇ Discesa ⌚ Durata
⚡ Difficoltà ■ facile ■ medio ■ difficile

Giro del Passo

📍 Tiso ➤ 11 > Sentiero "Sunnsseitenweg" > 30 > 30A

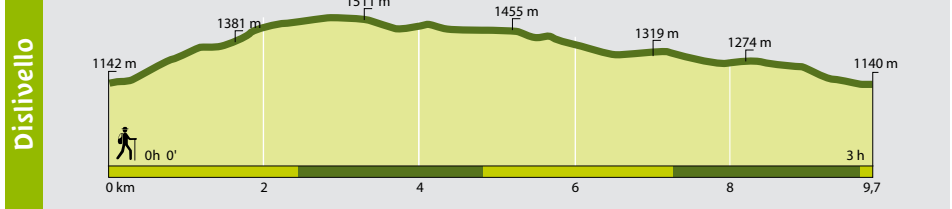
➡ 10,8 km ⬆ 528 m ⬇ 528 m ⌚ 3¼ h



Da S. Pietro a Otthöhe

📍 S. Pietro ➤ 5 > 30

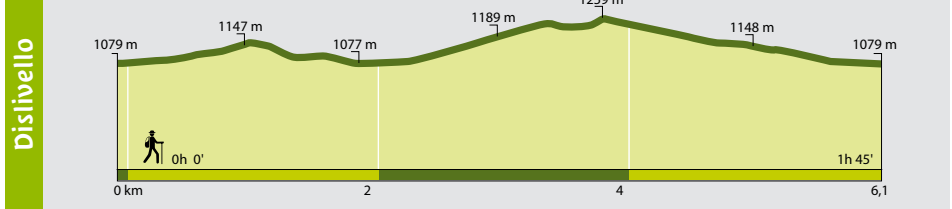
➡ 9,7 km ⬆ 5328 m ⬇ 532 m ⌚ 3 h



Alla cascata di Valluzza

📍 S. Pietro ➤ 31 > 29 > 29A > 31

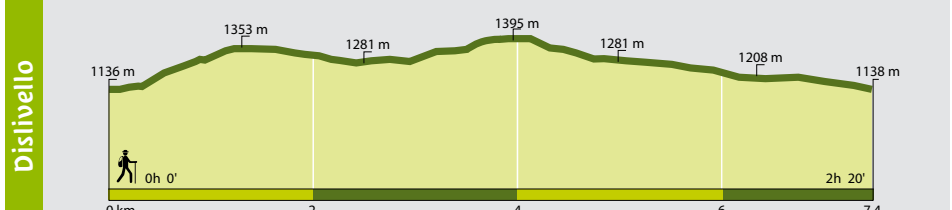
➡ 6 km ⬆ 287 m ⬇ 287 m ⌚ 1¼ h



Sentiero panoramico – sentiero “Sunnsseitenweg”

📍 S. Pietro ➤ 5 > Sentiero del Contadino > Sentiero panoramico > Sentiero del Contadino > 32 > Sentiero "Sunnsseitenweg"

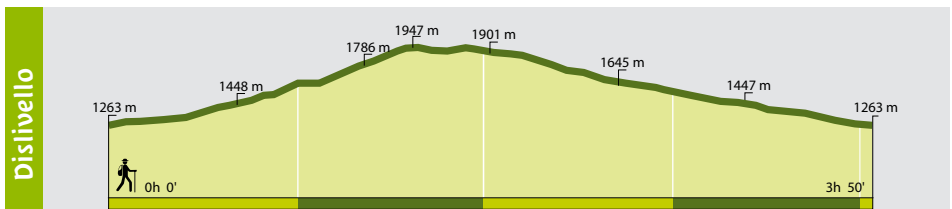
➡ 7,4 km ⬆ 371 m ⬇ 371 m ⌚ 3 h



Da S. Maddalena al Prato del Covo

📍 S. Maddalena ➤ Escursione circolare S. Maddalena > 27 > 32 > 26 > Escursione circolare S. Maddalena

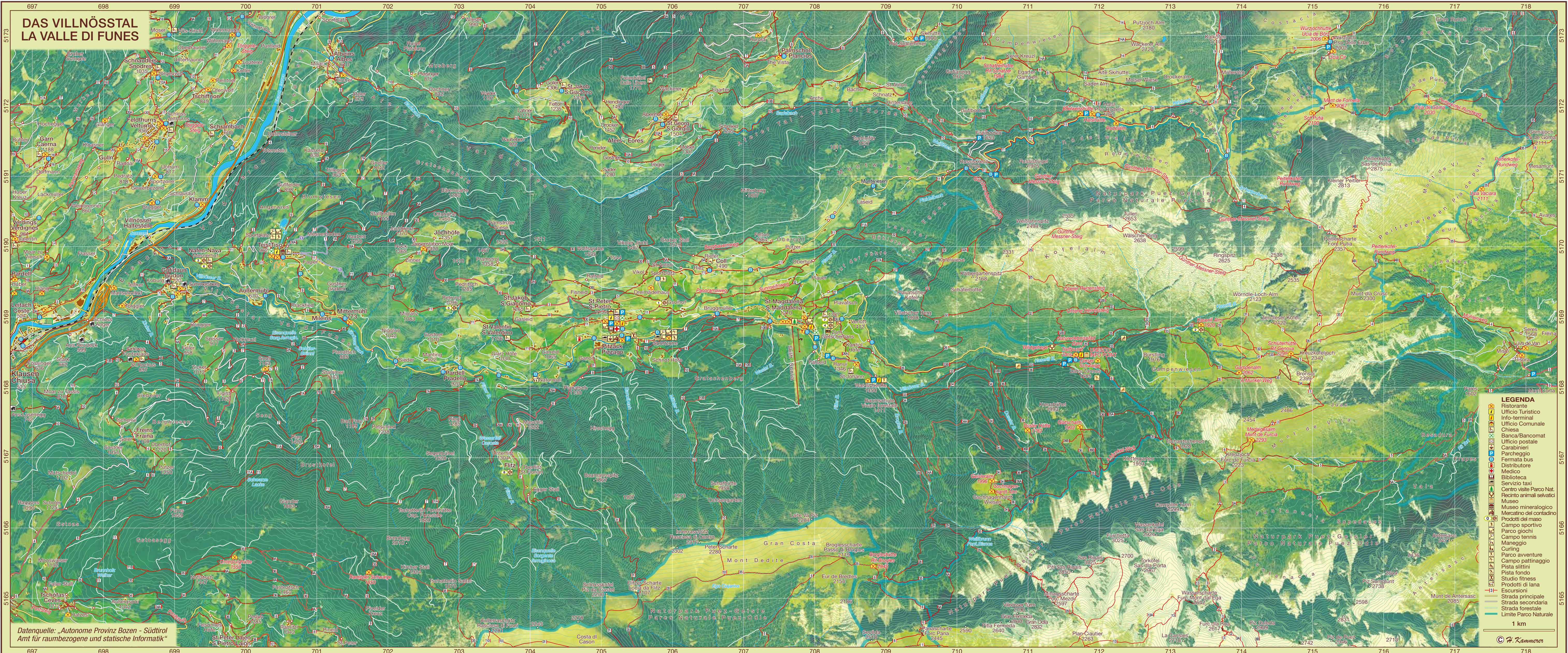
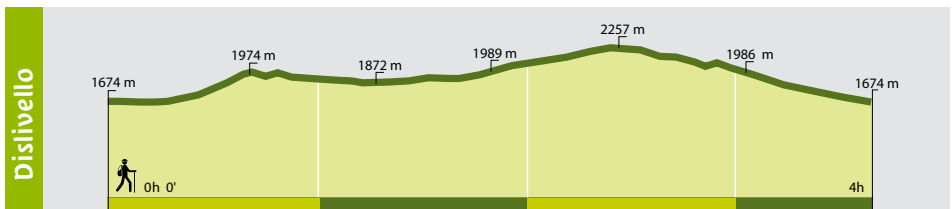
➡ 79 km ⬆ 725 m ⬇ 724 m ⌚ 3¼ h



Herrnstieg inferiore e superiore (Sentiero del Signore)

📍 Parcheggio Zannes ➤ Sentiero Natura Zannes > 32B > 32 > 32A > Alta Via Günther Messner > Sentiero del Signore superiore > 25 > 32 > 32B > Sentiero Natura Zannes

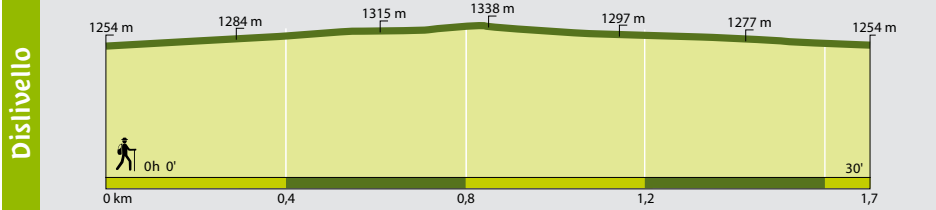
➡ 10,8 km ⬆ 798 m ⬇ 798 m ⌚ 4 h



Escursione circolare S. Maddalena

📍 S. Maddalena ➤ 27 > Escursione circolare S. Maddalena

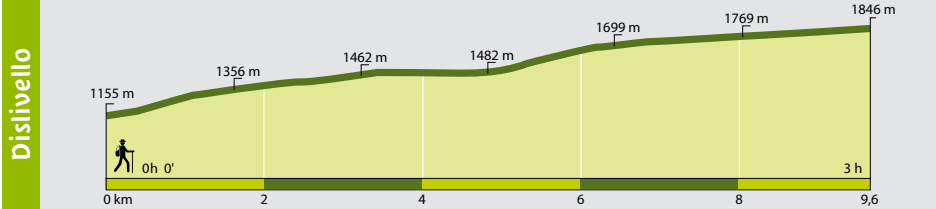
➡ 1,7 km ⬆ 83 m ⬇ 83 m ⌚ ½ h



Al Passo Rodella/Halsl via Munt

📍 S. Pietro ➤ Sentiero del Contadino > 11 > Sentiero del Contadino > 11

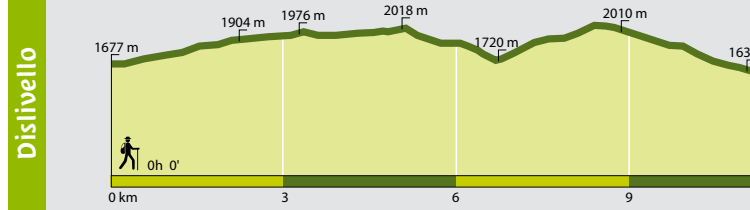
➡ 9,6 km ⬆ 743 m ⬇ 51 m ⌚ 3 h



Sentiero Adolf Munkel

📍 Parcheggio Zannes ➤ 6 > Sentiero Adolf Munkel > 28

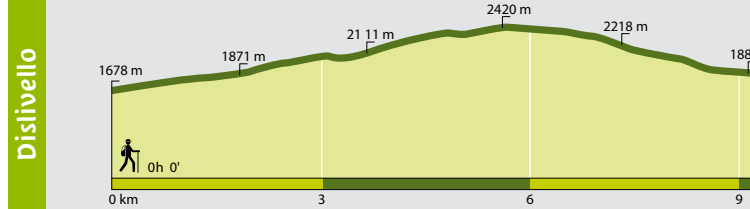
➡ 13 km ⬆ 724 m ⬇ 1080 m ⌚ 4¼ h



Zannes – Rifugio Genova – Furcela Furcia

📍 Parcheggio Zannes ➤ 25 > 32 > 33 > 3 > 6

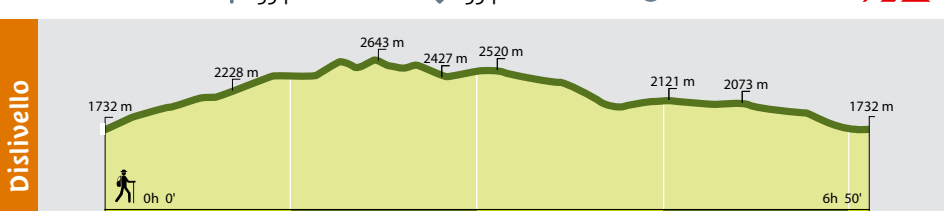
➡ 10,8 km ⬆ 759 m ⬇ 759 m ⌚ 4 h



Via ferrata Günther Messner

📍 Croce Russis ➤ Alta Via Günther Messner > 11 > Alta Via Günther Messner

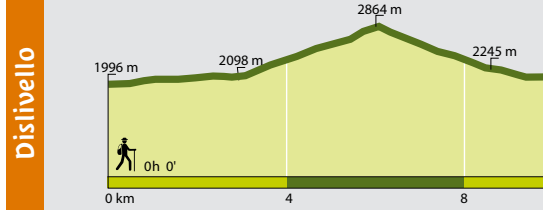
➡ 16 km ⬆ 1354 m ⬇ 1354 m ⌚ 6¼ h



Via ferrata Al Sas Putia

📍 Parcheggio Passo delle Erbe ➤ 8A > 4 > 4B

➡ 10,8 km ⬆ 759 m ⬇ 759 m ⌚ 4 h



Guide alpine

www.bergfuehrer-suedtirol.it

Astner Oswald
C 328 219 39 95
oswald.astner@inwind.it

Fischnaller Josef
C 380 728 07 34

Niederwolfgruber Hubert
C 349 619 14 01
hubert@globalpin.com

Weirather Engelbert
C 348 819 38 51
weirather.e@brennercom.net

Schatzer Walter
T 0472 840 602, C 338 410 04 59
sport@schatzerwalter.it

Zema Marco
C 340 181 36 37
marco.zema@gmail.com

Dorfmann Walther
T 0472 847 602, C 348 316 72 15
walther.dorfmann@athesia.it

Vettori Günther
C 347 964 78 12
info@naturatour, www.naturatour.it

Guide escursionistiche

Fischnaller Lorenz
C 334 662 71 60
l.fischnaller@rolmail.net

Hafner Georg
C 388 668 88 66
georghafner@hotmail.com

Profanter Paul
T 0472 840 107
info@ganolhof.com

Schatzer Walter
T 0472 840 602, C 338 410 04 59
sport@schatzerwalter.it

Zema Marco
C 340 181 36 37
marco.zema@gmail.com

Dorfmann Walther
T 0472 847 602, C 348 316 72 15
walther.dorfmann@athesia.it

Vettori Günther
C 347 964 78 12
info@naturatour, www.naturatour.it

LE 10 REGOLE PIÙ IMPORTANTI PER IL COMPORTAMENTO IN MONTAGNA

In caso di EMERGENZA

112

- Organizzate qualsiasi tour in montagna che volete intraprendere in base alle vostre condizioni personali, ma soprattutto, se si hanno bambini, in base a quelle dei bambini.
- Ogni tour deve essere pianificato con cura. Dove ci sono rifugi lungo il giro, quanto lontano sono le distanze e, soprattutto, informativi sulle condizioni meteo.
- L'attrezzatura deve essere adeguata. Con voi dovete avere, a partire da una buona calzatura, uno zaino impermeabile, crema solare, abbigliamento caldo e antiveicolo, cibo e bevande a sufficienza, fino a un piccolo kit di pronto soccorso, mappe e un telefono cellulare.
- Dite al padrone di casa o a conoscenti dove volete andare, e comunicate anche più o meno quando intendete fare ritorno. In caso di emergenza, potrebbe essere utile anche registrarsi nei libri dei rifugi e di vetta.
- Evitate di camminare troppo velocemente. Il ritmo deve essere adattato al membro più debole del gruppo. Fate sempre piccole pause.
- Rimanete sui sentieri segnati.
- Non spostate eventuali pietre, che possono mettere in pericolo altri escursionisti. Nei terreni sassosi, spesso anche gli animali come i camosci possono provocare una frana. Quindi state attenti.
- Nel caso si avvicini un temporale, tornate subito indietro. Se un temporale dovesse comunque coglierli alla sprovvista, state lontano dagli alberi isolati, non rimanete sulla vetta o sulla cresta del monte, cercate avallamenti o valli. Solo un alloggio sicuro vi fornisce protezione durante un temporale in montagna.
- In caso di emergenza, mantene la calma. Chiamate aiuto con il cellulare o chiamando a voce, oppure attirate l'attenzione agitando i capi di abbigliamento più evidenti. Non lasciate da soli eventuali feriti e cercate di portarli fuori dalla zona di pericolo.
- Tenete pulite le montagne e rimuovete i rifiuti portandoli con voi.