



CLUB
ALPINO
ITALIANO

SEZIONE DI VERONA



Commissione
Escursionismo



Gruppo Seniores Cai d'Argento

GIOVEDI' 10 SETTEMBRE 2026 (*intermedia-PULLMAN*)

ALLA RODA DI VAEL (CATINACCIO)

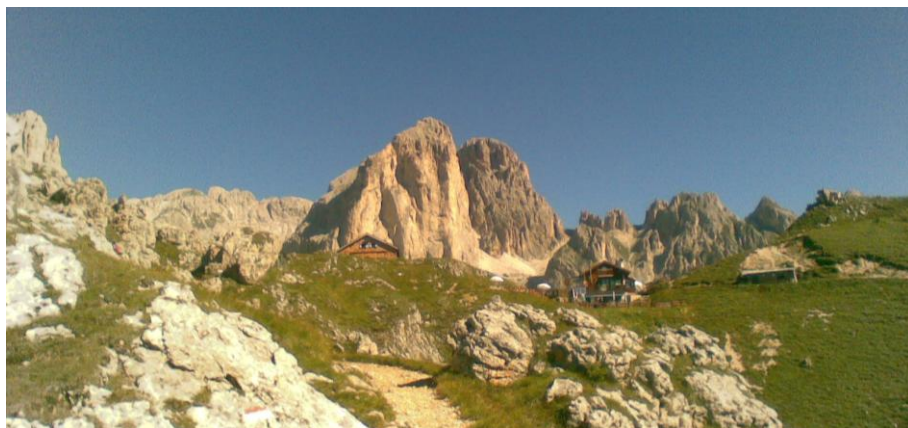
IL GIARDINO DELLE ROSE DI RE LAURINO

Da Verona raggiungiamo il casello di Bolzano Nord. Poco dopo l'uscita imbocchiamo la Val D'Ega che prende il nome dal torrente omonimo e arriva fino al passo di Costalunga (mt.1753) che porta in Val di Fiemme. Ora il tratto iniziale della valle si percorre tutto in galleria; fino a qualche anno fa la strada si insinuava nella suggestiva e stretta valle con le alte pareti di porfido, rendendola una delle strade più caratteristiche della regione. Già nel 1860 una carreggiata correva lungo l'orrido, primo pezzo di quella che, a fine '800, sarebbe stata la Strada delle Dolomiti. Con lo storico Hotel Carezza la via sancì il successo alla zona attirando personaggi famosi come la principessa Sissi, Agatha Christie e Winston Churchill. Arrivati a Passo Costalunga i massicci del Latemar e del Catinaccio-Rosengarten fanno da sfondo alla nostra escursione.

Il Gruppo del Catinaccio è situato tra il paesino di Tires al Catinaccio in Alto Adige e la Val di Fassa in Trentino. Il nome è nato dalla parola ladina "ciadinàc", che significa conca di montagna. Ancora oggi i ladini, soprattutto i valligiani di Fassa chiamano la "loro" montagna così. Il nome tedesco "Rosengarten" invece significa "giardino di rose" e deriva dalla leggenda di Re Laurino. Anche il fenomeno dell'**Enrosadira** (in ladino "diventare rosa"), l'arrossamento delle Dolomiti al tramonto, viene spiegato con questa saga. La vetta più alta del Gruppo del Catinaccio è con ben 3.004 metri di quota il Catinaccio d'Antermoia o Kesselkogel.

La nostra escursione inizia dal Passo Costalunga, nei pressi dell'Hotel Savoy, imboccando il sentiero n°1A-552. L'ambiente è caratterizzato da bosco misto (larici, abeti rossi e pini cembri) e splendide fioriture stagionali. Lungo il percorso ci sono tratti con ripide salite in qualche breve tratto anche cementate che richiedono un discreto allenamento e comunque verranno affrontate con la dovuta tranquillità. **Il sentiero non presenta particolari**

difficoltà tecniche restando comunque un sentiero di montagna con radici affioranti, sassi di diverse dimensioni, ghiaino e qualche gradone Lasciato il sentiero n°552 imbocchiamo il n°548 che procede nel bosco per poi aprirsi su pascoli verdissimi e su paesaggi



mozzafiato che spaziano dal Latemar, alla Marmolada, alle Pale di San Martino, al Lagorai al Sella e sulle cime del Catinaccio stesso. Dopo circa 4,5 km e 550 metri di dislivello raggiungiamo i rifugi Roda de Vael e Pederiva (2338m), sovrastato quest'ultimo da cima Ciampac. Una sosta è doverosa non solo per riprendere le forze ma anche per ammirare il paesaggio che qui si apre, in

senso orario, verso le cime del Catinaccio stesso: Torre Finestra, Roda de Vael, Cima Sforcella. Passo del Vaiolon, Coronelle, Croda dei Davoi, Mugoni, Zigolade e Pale Rabiouse.

Il nostro cammino prosegue sul sentiero n°541 verso il Pael de Sot punto di snodo per vari percorsi verso il Vaiolon, il Ciampedie e il passo delle Zigolade (fino al Pael circa 1,3 km e 160 m di dislivello). Qui al Pael, in base all'orario, potremmo fare la nostra sosta pranzo e poi decidere se proseguire almeno fino al caratteristico ponte di roccia circa 1,5 km, ed eventualmente avvicinarci, su sentiero in parte ripido e detritico, al passo delle Zigolade. (Questo passo si apre sulla valle del Vaiolet, sovrastato dai contrafforti dei Mugoni da una parte e dalle Zigolade dall'altra, e con un ripido sentiero conduce ai rifugi Preuss e Vajolet.)

Chi lo desidera può fermarsi al Pael ed attendere il ritorno dei compagni.

Per il ritorno percorriamo lo stesso sentiero fino al rifugio Roda de Vael poi imbocchiamo in falsopiano il n° 549 fino al monumento dedicato a Theodor Christomanno, (avvocato e medico sudtirolese, fautore della grande strada delle Dolomiti, quella che ancora oggi mette in comunicazione Bolzano con Cortina d'Ampezzo), qui con il sentiero n°539 raggiungiamo il rifugio Paolina. Proseguiamo sul sentiero n°552 e scendiamo fino ad incrociare nuovamente, nei pressi del passo di Costalunga, il sentiero n° 548 e raggiungere il passo stesso dove termina la nostra escursione. A discrezione dei capogita il percorso potrà subire variazioni

Avvertenze importanti

- **PRENOTAZIONE:** Obbligatoria, sul sito web CAI Seniores entro le ore 17 del giorno precedente l'escursione ; in caso di necessità telefonare al capogita entro tale orario.

- **PARTENZA:** ore **6.30** , **Park cinema Alcione (Via Verdi, Borgo S. Croce)**
ore **6.45** **Park B stadio**

- **DIFFICOLTA':** E **DISLIVELLO TOTALE:** 700 m **LUNGHEZZA:** 12 km

- **TEMPO DI PERCORRENZA PREVISTO:** 5,5 ore (escluse soste)

EQUIPAGGIAMENTO RICHIESTO: pedule (preferibilmente alte alla caviglia) munite di suola adeguata tipo VIBRAM, consigliati i bastoncini (utili alla progressione sia in salita sia in discesa); vestiario adeguato alla quota e alla stagione; protezioni antipioggia/antifreddo, provviste di acqua e generi di conforto

- **PRANZO:** esclusivamente al sacco

Si ricorda che l'eventuale disdetta dal ristorante deve avvenire entro le ore 17.00 del martedì precedente la gita; oltre tale orario potrebbe essere richiesta una cifra a copertura di eventuali spese del ristorante.

Capo gita: Cristina Montanari cell. 3492109326

Collaboratore: Donatella Righetti

Per partecipare all'escursione è necessario essere soci CAI con tessera valida.

La partecipazione alle escursioni implica la lettura delle locandine: i partecipanti confermano di essere stati puntualmente informati sulle caratteristiche dell'itinerario da percorrere e sul livello di difficoltà tecniche del percorso; di essere a conoscenza dei rischi oggettivi connessi all'attività in montagna e di assumerli a proprio carico; di non avere alcuna patologia che possa impedire o compromettere il buon andamento dell'escursione o mettere a rischio la propria incolumità o quella di altri partecipanti.

Coloro che si allontanano dal percorso programmato senza l'autorizzazione degli accompagnatori devono ritenersi esclusi dal gruppo e lo fanno a loro rischio e pericolo.

Si richiede cortesemente ai soci che risultassero in LISTA DI ATTESA di verificare, fino al Mercoledì precedente, l'eventuale proprio inserimento tra gli iscritti alla gita al fine di evitare spiacevoli disguidi (esclusione di altri in lista d'attesa e/o pagamento quota pullman).