

Trekking Ferro di Cavallo - 7 giorni sulle Alpi Sarentine

Il trekking "ferro di cavallo" è il tour ideale per tutti gli amanti delle escursioni, un'occasione per trascorrere 7 piacevoli giorni sulle Alpi Sarentine alla scoperta delle cime più belle, passando di rifugio in rifugio e ammirando splendidi panorami. Il trekking "ferro di cavallo" non presenta particolari difficoltà tecniche e si svolge senza pesanti dislivelli.

Nelle sette tappe che si chiudono ad anello presso Valdurna ci si trova a camminare in un ambiente naturale di rara bellezza che difficilmente si trova altrove. Mentre i pernottamenti sono perfettamente assicurati in ottimi alberghi o rifugi, durante il giorno ci si trova spesso a dover percorrere lunghi tratti senza possibilità di ristoro. Non si trascuri pertanto il fatto di essere in giro in ambiente di montagna.

Per questo percorso a tappe sono di primaria importanza degli scarponcini adatti, indumenti anti-pioggia e comunque il minimo indispensabile per avere una certa indipendenza.

Alcuni tratti del "ferro di cavallo" sono percorribili in tutte le stagioni, e nei mesi invernali sono spesso meta di scialpinisti e "ciaspolanti". Durante la bella stagione numerose tappe completate a cerchio si prestano bene per escursioni giornaliere. In primavera e in autunno è raccomandabile informarsi sull'apertura dei rifugi, onde evitare spiacevoli sorprese dopo una dura giornata di cammino!

La tabella di marcia qui indicata è sommaria, e tutte le informazioni vanno senz'altro integrate con buon materiale cartografico (cartina Mapgraphic 1:28.000 - Monti Sarentini – Edizione aggiornata 07/2008).

Tutto l'itinerario è segnato col simbolo del ferro di cavallo, spesso affiancato da altri numeri segnava.

Dato che il trekking compie un anello, lo si può cominciare da qualsiasi tappa. Qualunque punto di partenza può essere raggiunto mediante bus di linea o impianto a fune. È consigliabile prenotare i pernottamenti per tempo.

I tempi di percorrenza, come già accennato, sono calcolati senza le pause e devono comunque essere ristretti o dilatati in base alle condizioni fisiche del più debole del gruppo. Per un trekker ben allenato il "ferro di cavallo" offre numerose digressioni su cime vicine senza che ciò comporti pesanti ritardi.

Buona norma è partire presto la mattina, per non trovarsi a dover camminare al buio!

Numero di emergenza in caso di incidente: 118

L'autore e la casa editrice non rispondono per eventuali imprecisioni o cambiamenti.

Anche se le informazioni sono state curate nei dettagli, non mancate di aggiornarvi con precisione presso i gestori dei rifugi!

Il Tour in dettaglio

1°giorno

ponte Rethenbach, 910 m – Windlahn 1275 m – rif. Gißmann 1860 m – rif. Corno del Renon 226 m

- **dislivello:** in salita 1004m circa da Windlahn – 1350m dalla frazione Ponticino
- **tempi di percorrenza:** ore 3.30 – 4 da Windlahn; ore 4.30 – 5 da Ponticino
- **cartografia:** cartina mapgraphic 1:28.000, Monti Sarentini e/o cartina panoramica "Giro Ferro di Cavallo"
- **ristoro:** Roaner (località Gissmann)
- **pernottamento:** rif. Corno del Renono (timbro "ferro di cavallo")
- **Itinerario:** dalla frazione Ponticino si procede verso valle per 500 m ca. fino al ponte Rethenbach (segheria sulla destra); svoltare a sx. e salire per ca. 5 km fino a Windlahn (possibilità limitare di parcheggio). Dal maso Heisler per segnava nr. 2 scendere al torrente Tanzbach e proseguire fino al rif. Roaner. Da qui sempre per segnava nr. 2 al Corno del Renon.
- **Variante:** da Ponticino per segnava 19, poi 19a fino alla Sella dei Sentieri (2056 m) dove ci si ricongiunge al "ferro di cavallo" (E10 - 1 - 3 - 7 - simbolo del ferro di cavallo): È richiesta una buona condizione fisica!

2°giorno

Rif. Corno del Renon, 2261m – rif. Croce di Latzfons, 2311m

- **dislivello:** in salita ca. 350m, in discesa ca. 300m
- **tempi di percorrenza:** ore 5-5.30
- **cartografia:** cartina mapgraphic 1:28.000, Monti Sarentini e/o cartina panoramica “Giro Ferro di Cavallo”
- **ristoro:** malga Pfroder, rif. Stöffl (ca. 30min.)
- **pernottamento:** rifugio Croce di Latzfons (timbre “ferro di cavallo”)
- **Itinerario:** dal rif. Corno del Renon per segnavia 1 - 3 - 7, simbolo del ferro di cavallo fino alla Gasteiger Sattel (Sella dei Sentieri). Da qui per segnavia 1, simbolo del ferro di cavallo fino al Rittner Bildstock, 2149 m, poi per 1, E10 simbolo del ferro di Cavallo, fino al rif. Croce di Latzfons.
- **Particolarità:** la zone umida presso la malga di Villandro e lo splendido panorama verso le Dolomiti (Totenkirchlein)
- **Variante d’accesso:** in macchina o bus di linea fino a San Martino (Reinswald), presso la stazione a valle dalla telecabina. Segnavia nr. 7a malga di Gedrum, oppure dalla stazione a monte della telecabina per segnavia nr. 11 fino a malga Gedrum poi per la nr. 7 fino al rif. Croce di Latzfons. Oraria cabinovia: feriali (fine giugno a inizio ottobre) ore 9.00-12.30 e 16.00-17.00; festivi 8.00-12.30 e 13.30-18.00; orario festivo tutti i giorni da fine luglio a fine agosto (orario aggiornato chiedere presso l’Ass. Turistica Val Sarentino).

3°giorno

Rif. Croce di Latzfons, 2311m – rif. Forcella Vallaga, 2481m

- **dislivello:** in salita ca. 450m, in discesa ca. 150m
- **tempi di percorrenza:** 5 ore
- **cartografia:** cartina mapgraphic 1:28.000, Monti Sarentini e/o cartina panoramica “Giro Ferro di Cavallo”
- **ristoro:** non ci sono ristori sul percorso
- **pernottamento:** rif. Forcella Vallaga (timbro “ferro di cavallo”)
- **particolarità:** l’ itinerario si snoda sotto 12 crime, rinomato comprensorio per tour sugli sci
- **Itinerario:** dal rif. Croce di Latzfons alla forcella di s. Cassiano (2299 m, segnavia simbolo del ferro di cavallo) in discesa, poi per nr. 13, simbolo del ferro di cavallo attraverso la malga Kofeljoch fino al Tellerjoch (2520 m) da cui alla forcella Vallaga e all’omonimo rifugio.
- **Variante d’accesso o gita giornaliera:** dalla località Valdurna lungo il lago fino al “Fischerwirt”, poi per segnavia nr. 16 risalire la valle Seebach passando la malga Seeb (ristoro) per giungere alla forcella Vallaga (ca. ore 3.30) oppure tenersi a dx. del lago proseguire fino al Tellerjoch (segnavia D, ripido e faticoso), da cui per nr.13, simbolo del ferro di cavallo al rifugio Forcella Vallaga.

4°giorno

Rif. forcelle Vallaga, 2481m – Alpenrosenhof, 2215m

- **dislivello:** in salita ca. 350m; in discesa ca. 650m
- **tempi di percorrenza:** 6 ore
- **cartografia:** cartina mapgraphic 1:28.000, Monti Sarentini e/o cartina panoramica “Giro Ferro di Cavallo”
- **ristoro:** nin ci soni ristori sul percorso
- **pernottamento:** rif. passo Pennes (timbro “ferro di cavallo”)
- **particolarità:** numerosi splendidi laghetti montani
- **Itinerario:** dal rif. Forcella Vallaga per segnavia 13 - 15, simbolo del ferro di cavallo lungo la riva dx. del laghetto, poi giù per una valletta (un po’ esposto, ma con fune di sicurezza) per risalire successivamente alla forcella Hörtlahner, 2603 m. Sempre per 13, simbolo del ferro di cavallo fino al bivio per la valle di Tramin (Laste), da cui si prosegue per segnavia simbolo del ferro di cavallo fino sotto di Dosso Basso. Proseguire verso sx per segnavia 14A, simbolo del Ferro di Cavallo fino al Passo Pennes.
- **Variante:** dalla località Laste seguire il segnavia 13 (che inizia in prossimità della fermata dell’autobus). Risalire la valle di Tramin fino a raccomandarsi al segnavia simbolo del ferro di cavallo, che si seguirà verso sx. fino al passo Pennes. Ritorno a Laste per segnavia 14 (totale ore 7.30)

5°giorno

Passo Pennes, 2211m – Riobianco, 1335m – Mules, 1253m

- **dislivello:** in salita ca. 350m; in discesa ca. 1200m
- **tempi di percorrenza:** ore 5.30- 6
- **cartografia:** cartina TABACCO 1:25.000, foglio 40, monti sarentini
- **ristoro:** non ci sono ristori sul percorso
- **pernottamento:** Murrerhof (loc. Riobianco); Hotel Feldrand (loc. Corvara) oppure Rabensteinerhor
- **particolarità:** l' imponente piramide del Corno Bianco di Pennes, il "Cervino" della val Sarentino; i laghetti Steinwand, sorgenti del torrente Talvera.
- **Itinerario:** dall'Alpenrose per segnavia 12 A, simbolo del ferro di cavallo si procede verso ovest e, passando presso il laghetto di Passo Pennes e i laghi Steinwand, si raggiunge il Giogo delle Frane, 2257 m. Direttamente sopra il Giogo si erge il Corno Bianco, riservato ad escursionisti esperti (ora 1 dalla forcella). Dal Giogo delle Frane scendere per segnavia 9, simbolo del ferro di cavallo (ghiaioni) fino a raggiungere la malga Oberberg. Proseguire per la valle di Oberberg fino a Riobianco. Da qui con autobus di linea fino alla fermata Feldrand (Corvara) oppure Rabensteinerhof.

6°giorno

Riobianco, 1335m – Mules, 1253m – rifugio Merano, 1980m

- **dislivello:** in salita 850m; in discesa 200m
- **tempi di percorrenza:** ore 4-4.30
- **cartografia:** cartina mapgraphic 1:28.000, Monti Sarentini e/o cartina panoramica "Giro Ferro a Cavallo"
- **ristoro:** malghe Durr e Kaserwies
- **pernottamento:** rif. Merano (timbro "ferro di cavallo")
- **particolarità:** questo tratto offre uno spaccato sulla vita dura dei contadini di montagna, e l' ambiente alpestre delle malghe Durr e Kaserwies
- **Itinerario:** dal Rabensteinerhof per segnavia 13, simbolo del ferro di cavallo, passando accanto ad un laghetto artificiale, si raggiunge la frazione di Aberstückl (Sonvigo). Sempre per 13, simbolo del ferro di cavallo attraverso una gola si raggiunge la malga Durr in valle della Sega. Si prosegue per il giogo di Pietramala (Missensteinejoch, 2128 m) passando la malga Kaserwies, sempre per 13, simbolo del ferro di cavallo. Dalla forcella scendere direttamente per segnavia nr. 4 al rif. Merano, oppure risalire lungo la dorsale per 13, simbolo del ferro di cavallo fino al Rif. Valcanova, 2300 m per poi attraversare per 14, simbolo del ferro di cavallo al rif. Merano, 1980 m (calcolare ore 1.30 in più).

7°giorno

Rif. Merano, 1980m – passo della Croce (Kreuzjöchl), 1984m – giogo dei Prati (Auener Jöch), 1926 – rif. Sarentino, 1614m – Sarentino, 961m

- **dislivello:** in salita ca. 100m; in discesa ca. 1050m
- **tempi di percorrenza:** ore 4-4.30
- **cartografia:** cartina mapgraphic 1:28.000, Monti Sarentini e/o cartina panoramica "Giro Ferro a Cavallo"
- **ristoro:** Auener Alm, rif. Sarentino, Auener Hof
- **particolarità:** "Stoanerne Mandl" (uomini di pietra)
- **Itinerario:** dal rif. Merano per E5 (sentiero europeo), simbolo del ferro di cavallo per uno splendido plateau si raggiungono il passo della Croce di giogo dei Prati. Da qui si inizia a scendere verso NE per segnavia 2, simbolo del ferro di cavallo fino a raggiunger la Auener Alm e il rif. Sarentino da cui, sempre per 2, simbolo del ferro di cavallo si scende a Sarentino paese.
- **Variante:** dal giogo dei Prati si può proseguire per segnavia P agli "Stoanerne Mandl" (uomini di pietra) che, oltre ad offrire un punto d'osservazione a 360°, sono un simbolo del Tschöglberg e della Val Sarentino.

Numeri telefonici e apertura rifugi e alberghi

Rifugio Corno del Renon, 2261m

CAI Bolzano, tel. 0471 356207, cell. 340 3755700

aperto: da inizio giugno a fine ottobre;
24 posti letto, acqua, corrente elettrica

accesso:

- dalla stazione a monte della seggiovia Schwarzsee (2070m), dislivello in discesa 50m; in salita 230m, 1 ora, segnavia 1
- da Villandro, per Gasserhuetten (1744m), dislivello in salita 520m, ore 2 segnavia 7
- da Barbiano (830m) dislivello in salita 1430m, ore 4, segnavia 3
- da Windlahn (1257m), dislivello in salita 1004m, ore 3.30, segnavia 2

Rifugio Latzfonser Kreuz, 2311m

della parrocchia di Latzfons, tel/fax 0472 545017 cell. 348 7042722, www.latzfonserkreuz.com

aperto: da inizio giugno a fine ottobre;
15 letti in camere + 32 posti letto in camerine, riscaldamento, acqua calda, luce elettrica

accesso:

- dal parcheggio Kuhof (presso Latzfons in valle d' Isarco); dislivelli in salita 720m, ore 2, segnavia 2, 17
- da S. Martino in Sarentino / stazione a monte dell' impianto a fune (2130m), dislivello in salita 290m, in discesa 110m, ore 1.30, segnavia 11,7
- da Valdurna (1510m) in Val Sarentino, dislivello in salita 800m, 3 ore, segnavia 5, 17

Rifugio Forcella Vallaga (Flaggerschartenhütte), 2481m

CAI sez. di Fortezza, tel. 0471 625251, cell. 347 9691381

aperto: da metà giugno a metà settembre;
40 posti letto, riscaldamento, acqua calda, luce elettrica

accesso:

- da Valdurna (1510m); dislivello in salita 970m, ore 3, segnavia 16
- da Asten (Pennes) (1524m), dislivello in salita 957m, ore 3 segnavia 13
- da Mittewald (810m), dislivello in salita 1680m, ore 5, segnavia 16

Albergo Alpenrosenhof, 2215m

privato, tel. 0472 647170 o 0472 765622

aperto: da inizio maggio a fine ottobre;
20 posti letto, riscaldamento, acqua calda, luce elettrica

accesso:

- situata direttamente alla Strada del Passo di Pennes (Passo di Pennes 2211m)
- da Asten (Pennes) (1524m), dislivello in salita 691m, ore 2. segnavia 14

Rifugio Merano (Meranerhütte), 1980m

Alpenverein Südtirol sez. di Merano, tel. 0473 279405

aperto: dal 1. maggio alla 1. domenica in novembre;
50 posti letto, riscaldamento, acqua, luce elettrica

accesso:

- dalla stazione a monte della funivia Merano 2000, anche stazione a monte della cabinovia di Falzeben, dislivello in salita 120m, in discesa 60m, ore 1

Rifugio Sarentino, 1614m

proprietà privata, Tel. 0471 623228, cell. 339 1539997

aperto: dal 1 maggio all'1 domenica in novembre
10 posti letto, riscaldamento, acqua, luce elettrica

accesso:

- da Sarentino – 7 km in macchina o a piedi, dislivello in salita 644 m, 2 ore, segnavia 2

Hotel Auener Hof, 1614m

proprietà privata, Fam. Schneider, Tel. 0471 623055

aperto: tutto l'anno
25 posti letto, riscaldamento, sauna, ristorante, equitazione

accesso:

- da Sarentino – 7 km in macchina o a piedi, dislivello in salita 644 m, 2 ore, segnavia 2

Informazioni aggiuntive:

Tutti i punti di partenza sono raggiungibili da bus di linea e comunque dotati di parcheggio.

Punto di partenza ottimale per il “ferro di cavallo”:

Dalla stazione a monte della seggiovia “Schwarzsee” (2070m) al Renon; 40m dislivello in discesa, poi segnavia nr. 1 al Corno del Renon, 1 ora.