

Dolomites

Val Gardena



Vie Ferrate - Klettersteige



Bënuni te Gherdëina

Le vie ferrate della Val Gardena

Intorno alla corona montuosa della Val Gardena nelle Dolomiti Patrimonio mondiale UNESCO, si snodano nove fantastiche vie ferrate da esplorare in tour giornalieri.

Anche se i percorsi delle vie ferrate sono ben protetti, l'arrampicata è adatta solo a scalatori esperti. Accertatevi di non soffrire di vertigini, di avere un passo sicuro e di essere fisicamente in forma, e ricordate: una volta raggiunta la vetta, bisogna scendere!

Salite sulle vie ferrate solo in buone condizioni meteorologiche e con il seguente equipaggiamento: casco, set da ferrata di ultima generazione, evtl. guanti protettivi, scarpe adatte, protezione dalle intemperie e provviste.

Si consiglia ai principianti di farsi accompagnare da una guida alpina delle scuole d'alpinismo della Val Gardena.

L'arrampicata sulle vie ferrate è a proprio rischio e pericolo!

Per affrontare una via ferrata con bambini è consigliabile informarsi ulteriormente e di farsi accompagnare da una guida alpina.

Le vie ferrate non sono adatte ai cani.

Cartine utili: Tabacco 05, Val Gardena - Alpe di Siusi





Die Klettersteige in Gröden

Rund um die Bergkrone des Grödnertals, mitten im Dolomiten UNESCO Welterbe, erwarten Sie neun fantastische Klettersteige zu ebensovielen Tagestouren.

Auch wenn die Klettersteige gut gesichert sind, sind sie nur für erfahrene Berggeher geeignet. Sie müssen absolut schwindelfrei, trittsicher und körperlich fit sein, und denken Sie daran: wenn der Gipfel erreicht ist folgt noch der Abstieg!

Im Allgemeinen sind Klettersteige nur bei guten Wetterbedingungen zu bewältigen und natürlich mit der entsprechenden Ausrüstung: Helm, Klettersteigset letzter Generation, evtl. Schutzhandschuhe, geeignete Schuhe, Wetterschutz und Proviant.

Für Neulinge ist es empfehlenswert, sich einem Bergführer der Bergführerschulen Grödens anzuvertrauen.

Das Begehen der Klettersteige erfolgt auf eigene Gefahr!

Um einen Klettersteig mit Kindern zu begehen, ist es ratsam, weitere Informationen einzuholen und sich von einem Bergführer begleiten zu lassen.

Für Hunde sind die Klettersteige nicht geeignet.

Nützliches Kartenmaterial: Tabacco 05, Val Gardena - Gröden - Alpe di Siusi - Seiser Alm

Val Gardena's via ferratas (fixed rope route)

Explore Val Gardena's nine impressive via ferratas in the Dolomites, a UNESCO World Heritage Site. All come with their own day tour and are well secured: however, they are meant only for experienced climbers. Make sure you do not suffer from vertigo and can deal with heights, are sure-footed and physically fit, and don't forget that once you have reached the summit, you will need to climb back down! Only climb the via ferratas if the weather is good and use the following equipment: helmet, via ferrata set of the latest generation, possibly protective gloves, proper shoes, weather protection and provisions.

We recommend newcomers hire a mountain guide to accompany them.

Climb the via ferratas at your own risk and peril!

To tackle a via ferrata with children, it is advisable to obtain further information and to be accompanied by a mountain guide.

The via ferratas are not suitable for dogs.

Useful maps: Tabacco 05, Val Gardena - Alpe di Siusi

Regole fondamentali dell'alpinismo Grundregeln des Bergsteigens - Basic rules of mountaineering



Pianificazione della gita • La scelta e la preparazione iniziano già a casa.

Tourenplanung • Die richtige Vorbereitung beginnt zu Hause.

Planning an outing • Choosing and preparing a tour starts at home.



Equipaggiamento adeguato • In montagna si sale solamente con l'attrezzatura completa.

Gute Ausrüstung • Nur mit vollständiger Ausrüstung in die Berge gehen.

Appropriate equipment • Only climb the mountain with all your gear..



In forma in montagna • Il requisito principale è essere in buone condizioni fisiche.

Fit in die Berge • Gute Gesundheit ist eine Grundvoraussetzung.

Fit for the mountains • The main requirement is to be in good physical condition.



Informare sulla meta della gita - Affinché in caso di necessità, i soccorsi siano tempestivi.

Ziel bekannt geben • Damit Hilfe auch rasch kommt.

Share your destination • So that if needed, help can be given quickly.



Attenzione ai pericoli alpini • Riconoscere il pericolo in tempo.

Alpine Gefahren beachten • Bei Gefahr rechtzeitig umkehren.

Beware of alpine dangers • Recognise danger in time.



Prestare aiuto e assumersi le responsabilità anche per gli altri.

Hilfe leisten und auch für andere Verantwortung übernehmen.

Help and be responsible for other people.

Soccorso alpino
Berg- und Flugrettung
Mountain Rescue



I soccorritori volontari della Val Gardena sono in servizio tutto l'anno;
le chiamate d'emergenza devono passare per la centrale provinciale al **112**.
Gli interventi in elicottero sono a pagamento. **Info: www.aiut-alpin-dolomites.com**

Die ehrenamtlichen Bergretter Grödens stehen das ganze Jahr über in Bereitschaft,
alle Notrufe müssen über die Landesnotrufzentrale laufen, **Tel. 112**.
Flugrettungseinsätze sind kostenpflichtig. **Info: www.aiut-alpin-dolomites.com**

The volunteer mountain rescue team of Val Gardena is ready to go all year round.
Call 112 to place your emergency call. N.B.: payment required when a helicopter rescue mission is provided.
Info: www.aiut-alpin-dolomites.com

GUIDE ALPINE / BERGFÜHRER / MOUNTAIN GUIDES

SCUOLA DI ALPINISMO/ALPINSCHULE CATORES

Ortisei/St. Ulrich, p.zza Stetteneck Platz 5
Tel. +39 0471 798223, www.catores.com, info@catores.com



GARDENAGUIDES

Selva Gardena/Wolkenstein - p.zza Nives Platz 2
Tel. +39 0471 794133, www.gardenaguides.it, info@gardenaguides.it



MAURO BERNARDI

Selva Gardena/Wolkenstein
Tel. +39 340 2429752, www.maurobernardi.com, info@maurobernardi.com



FLORIAN GROSSRUBATSCHER DOLOMAGIC

Tel. +39 347 6261106, www.dolomagic.it, info@dolomagic.it



Leggenda - Zeichenerklärung - Legend



Orientamento
Ausrichtung
Orientation



Difficoltà (da A semplice a D difficile)
Schwierigkeitsgrad (A leicht bis D schwer)
Difficulty (A easy to D difficult)



Altezza della cima
Gipfelhöhe
Summit height



Ferrata
Klettersteig
Ferrata



Dislivello complessivo
Gesamthöhenunterschied
Total altitude difference



Tempo di accesso
Zustiegszeit
Access time



Tempo d'arrampicata
Kletterzeit
Climbing time



Tempo di ritorno
Abstiegszeit
Descent time



Tempo totale
Gesamtzeit
Total time



ATTREZZATURA:

- casco
- set da ferrata di ultima generazione
- guanti protettivi
- scarpe adatte
- protezione dalle intemperie
- provviste

AUSRÜSTUNG:

- Helm
- Klettersteigset
letzter Generation
- Schutzhandschuhe
- geeignetes Schuhwerk
- Wetterschutz
- Proviant

EQUIPMENT:

- helmet
- via ferrata set
of the latest generation
- protective gloves
- proper shoes
- weather protection
- provisions



1

SAS RIGAIS

2

NIVES

3

GRAN
CIR

4

PITLA
CIR

Gruppo
delle Odle
Geislerspitzen

Puez

Stevia

Cir

Impressum:

@2023 DOLOMITES Val Gardena

Produzione/Produktion: www.pentagon.it

Fotos: Damian Holzknicht, Diego Runggaldier,
Diego Moroder, Harald Wisthaler, Alex Filz



INDICE / INHALTSVERZEICHNIS / INDEX

1	SAS RIGAI (Odle/Geislerspitzen)	pg. 10
2	NIVES (Forcella Nives/Nivesscharte)	pg. 12
3	GRAN CIR (Cima del Gran Cir/Große Cirspitze)	pg. 14
4	PITLA CIR (Piccolo Cir/Kleine Cirspitze)	pg. 16
5	PISCIADÙ (Tridentina al Pisciadù)	pg. 18
6	MËISULES (Mesules/Pössnecker)	pg. 20
7	RODELLA (Col Rodella)	pg. 22
8	FURCELA DE SASLONCH (Forcella del Sassolungo/Langkofelscharte)	pg. 24
9	SASPLAT (Sasso Piatto/Oskar Schuster Steig/Plattkofel)	pg. 26

SAS RIGAIS

A B C D

Sas Rigais
3.025 m

! Necessita condizioni meteorologiche stabili.
Stabiles Wetter erforderlich.
Stable weather required.

! Sul versante est può esserci neve.
Auf der Ostseite kann Schnee vorhanden sein.
East side may have snow.



3.025 m



1.000 m



2,5 h



2,5 h



1,5 h



6,5 h

Insieme alla Furchëta è la vetta più alta del gruppo delle Odle, la montagna di casa Reinhold Messner. Grandiosa vista a 360° sull'altopiano del Puez, sullo Stevia, sul Sassolungo e sulla Val di Funes. Gita impegnativa con un lungo accesso e una lunga discesa e alcuni passaggi non protetti, richiede un passo assolutamente sicuro. Presentiamo la traversata est-sud.

Accesso: dalla stazione a monte della funivia del Col Raiser al rifugio Firenze in direzione dell'Alpe Plan Ciautier (sentiero n. 13). Faticosa salita lungo la Val dla Salieries per raggiungere l'attacco delle ferrata tra la Furchëta e il Sas Rigais. Raggiungibile anche senza ovovia da Selva Gardena dal Daunei-Juac (+1 h). Oppure da Ortisei dalla stazione a monte del Seceda in direzione est sotto le Odle attraverso il sentiero n. 2B verso la Malga Pieralongia.

Discesa: a metà discesa della parete sud, a un bivio si può scegliere se proseguire verso la Forcella del Mesdi oppure per il sentiero più basso, che è un po' più facile. Poi continuare lungo la via di andata. In alternativa, la discesa può essere effettuata anche attraverso il sentiero di salita (est).

Gemeinsam mit der Furchëta der höchste Gipfel der Geislergruppe, die Bergheimat von Reinhold Messner. Grandioser 360° Ausblick auf die Puez Hochebene, Stevia, Langkofel und das Villnösstal. Die anstrengende Bergtour mit langem Zu- und Abstieg und einigen ungesicherten Passagen erfordert absolute Trittsicherheit. Wir präsentieren die Ost-Süd-Überschreitung.

Zustieg: Von der Bergstation der Col Raiser-Bahn zur Regensburger-Hütte in Richtung Plan Ciautier-Wiese (Weg Nr. 13). Mühsamer Aufstieg durch die Val dla Salieries bis zum Einstieg zwischen Furchëta und Sas Rigais.

Auch ohne Bahn von Wolkenstein aus über Daunei-Juac erreichbar (+1 h). Oder von St. Ulrich aus von der Bergstation Seceda in Richtung Osten unter den Geislern über den Weg Nr. 2B in Richtung Pieralongia-Hütte.

Abstieg: Auf halber Höhe der Südwand, an einer Weggabelung, kann man sich entscheiden, ob man in Richtung Forcella del Mesdi oder auf dem unteren, etwas leichteren Weg absteigt. Dann weiter über den Zustiegsweg. Alternativ kann der Abstieg auch über den Aufstiegsweg (Ost) erfolgen.

Together with the Furchëta, it is the highest peak of the Odle group. The Group is considered Reinhold Messner's backyard. It boasts a stunning 360° view of the Puez plateau, Stevia, Sassolungo and the Val di Funes. A demanding tour with a long ascent and descent and some unsecured passages, it requires a sure-footed approach. We are featuring the east-south trek.

Access: walk from the Col Raiser mountain station to the Rif. Firenze/Regensburger Hütte, towards Plan Ciautier meadow (path no. 13). Strenuous ascent along Val dla Salieries to reach the access of the via ferrata between Furchëta and Sas Rigais.

Can also be reached without the cablecar from Selva Gardena via Daunei-Juac (+1 h). Or from Ortisei from the Seceda mountain station in an easterly direction below the Odle trail no. 2B towards the Pieralongia hut.

Descent: halfway down the south face, at a fork you can choose whether to continue towards the Forcella del Mesdi or take the lower path, which is a little easier. Then return to the starting point. Alternatively, the descent can also be made via the ascent trail (east).

Piz Duleda
2.909 m

Forcella
Nives
Scharte

NIVES

Forcella Nives - Piz Duleda

Nivesscharte - Piz Duleda

A B C D

! Necessita condizioni
meteorologiche stabili.
Stabiles Wetter erforderlich.
Stable weather required.



2.909 m



900 m



2,5 h



1,5 h



3 h



7 h

La breve via ferrata nell'arco montuoso Puez-Odle nella valle Cisles collega la Forcella Roa (sentiero n. 3A) con la Forcella Nives e prosegue fino al Piz Duleda (sentiero n. 3B), alto 2.909 metri. La magnifica vista panoramica a 360° dal Piz Duleda spazia dal Gruppo di Fanes, Cime del Cir, Gruppo del Sella, Sassolungo, Alpe di Siusi al Monte Pic e al Gruppo delle Odle.

Accesso: dal rifugio Firenze in direzione Forces de Sieles (sentiero n. 2-3) fino alla Forcella Roa e da lì a destra all'attacco della ferrata.

Discesa: ritorno per la stessa via o dalla Forcella Nives verso il rifugio Puez e discesa nella Vallunga fino a Selva Val Gardena (+1 h).

Der kurze Klettersteig im Bergbogen Puez-Geisler im Cislestal verbindet die Roascharte (Weg Nr. 3A) mit der Nivesscharte um dann weiter auf den 2.909 Meter hohen Piz Duleda (Weg Nr. 3B) zu gelangen. Der großartige 360° Rundblick vom Piz Duleda aus reicht von der Fanesgruppe, Cirspitzen, Sellagruppe, Langkofel, Seiser Alm bis hin zum Pic Berg und der Geislergruppe.

Zustieg: Von der Regensburger-Hütte in Richtung Forces de Sieles (Weg Nr. 2-3) bis zur Roascharte und dann rechts bis zum Einstieg.

Abstieg: Gleicher Weg zurück oder weiter über die Nivesscharte in Richtung Puez-Hütte und Abstieg ins Langental nach Wolkenstein (+1 h).

The short via ferrata in the Puez-Odle mountain range in the Cisles valley connects Forcella Roa (path no. 3A) with Forcella Nives. It then continues to the 2,909-metre-high Piz Duleda (path no. 3B). The magnificent 360° scenic view from Piz Duleda encompasses the Fanes Group, Cir peaks, Sella Group, Sassolungo, Seiser Alm, Pic Peak, and the Odle.

Access: from rifugio Firenze towards Forces de Sieles (path no. 2-3) to Forcella Roa; here, take a right to the ferrata's access point.

Descent: return the way you came or continue via Forcella Nives towards rifugio Puez and descend into the Vallunga to Selva Val Gardena (+1 h).

Gran Cir
2.592 m

GRAN CIR
Cima del Gran Cir
Große Cirs Spitze

A B C D

Pitla Cir

! La parte bassa si presenta
scivolosa dopo la pioggia.
Der untere Teil ist nach Regen
rutschig.
The lower part is slippery
after rain.



2.592 m



400 m



45 min.



30 min.



45 min.



2 h

Questa via ferrata, molto frequentata e piuttosto breve, offre una magnifica vista sulla parete nord del Gruppo del Sella, sul Sassolungo e sull'altopiano del Puez.

La Gran Cir è una via ferrata facile ma esposta, adatta ai principianti. Nella parte superiore ci sono dei passaggi facili ma non assicurati da cavo, per cui è richiesto un passo sicuro.

Accesso: dalla stazione a monte Dantercëpies, direzione baita Jimmi in ca. 45 minuti (sentiero n. 12A) o dal Passo Gardena (sentiero n. 2B). Poi si sale lungo il canalone di ghiaia fino a un'evidente ostruzione.

Ritorno: dalla via di salita.

Consiglio: a questo percorso può essere abbinata la vicina, ma più difficile via ferrata del Piccolo Cir.

Der vielbegangene und recht kurze Klettersteig bietet einen herrlichen Ausblick auf die Nordwand des Sellastocks, auf den Langkofel und auf das Puez-Hochplateau.

Dieser Klettersteig ist leicht, aber exponiert und eignet sich für Einsteiger. Im oberen Teil sind leichte Kletterpassagen ohne Sicherungen zu überwinden, deshalb ist entsprechende Trittsicherheit vorausgesetzt.

Zustieg: Von der Bergstation Dantercëpies Richtung Jimmi's Hütte in ca. 45 Minuten (Weg Nr. 12A) oder vom Grödnerjoch aus (Weg Nr. 2B). Danach ist die Geröllrinne bis zum markanten Felsblock aufzusteigen.

Abstieg: Über den Aufstiegsweg.

Tipp: Kann in Kombination mit der nahegelegenen, aber schwierigeren Kleinen Cirspitze gemacht werden.

The fairly short yet busy via ferrata boasts a magnificent view of the north face of the Sella Group, the Sassolungo and the Puez plateau. The Gran Cir is an easy but exposed via ferrata suitable for beginners. The upper part features areas (difficulty: easy) where you cannot use belays: sure-footedness is a must.

Access: from the Dantercëpies mountain station walk towards the Jimmi hut: approx. 45 min on path no. 12A; or start from Passo Gardena walking on path no. 2B. After that, climb the gully path until encountering an imposing block of rocks.

Descent: return on the paths back to the starting point.

Tip: Can be done in combination with the nearby but more difficult Piccolo Cir via ferrata.



Pitla Cîr
2.520 m

PITLA CIR
Piccolo Cir
Kleine Cirspitze

A B C D

! In caso di difficoltà è possibile uscire dalla ferrata a metà tracciato.
Bei Schwierigkeiten gibt es die Möglichkeit bei halber Strecke auszusteigen.
If there are any problems, you can always leave the via ferrata midway.



2.520 m



300 m



15 min.



1,5 h



30 min.



2 h 15 min.

La via ferrata del Piccolo Cir è relativamente breve, ma da non sottovalutare, ed è indicata per un'escursione di mezza giornata. La vista è spettacolare e spazia dalla parete nord del massiccio del Sella al Sassolungo, alla Vallunga e al Mont Sëura, fino all'altopiano del gruppo del Puez e alla Val Gardena.

Accesso: sopra la stazione a monte Dantercëpies in ca. 15 minuti o dal Passo Gardena (sentiero n. 2B), aggiungendo 20 minuti di camminata, a sinistra del canalone di discesa.

Ritorno: dalla base della vetta scendere in direzione nord nella forcella e attraverso il canalone. Continuare come alla salita.

Consiglio: a questo percorso può essere abbinata la vicina via ferrata Gran Cir.

Der Klettersteig auf die Kleine Cirspitze eignet sich für eine Halbtagestour, ist relativ kurz, aber nicht zu unterschätzen. Die Aussicht ist spektakulär und reicht von der Nordwand des Sellastocks, zum Langkofel, das Langental, den Mont Sëura, auf das Hochplateau der Puez Gruppe bis hinaus ins Grödnertal.

Zustieg: Von der Bergstation Dantercëpies bergauf in ca. 15 Minuten oder mit weiteren 20 Gehminuten vom Grödnernjoch aus (Weg Nr. 2B), links von der Abstiegsrinne.

Abstieg: Vom Gipfel Richtung Norden in die Scharte absteigen und durch die Rinne abwärts gehen. Weiter wie Aufstieg.

Tipp: Kann in Kombination mit der nahegelegenen, Großen Cirspitze gemacht werden.

The Piccolo Cir is a relatively short via ferrata, but not to be underestimated, and is suitable as a half-day tour. The view is spectacular and stretches from the north face of the Sella massif, Sassolungo, Vallunga, Mont Sëura through the high plateau of the Puez group and all the way to Val Gardena.

Access: above the Dantercëpies mountain station in 15 minutes or from Passo Gardena (extra 20-minute hike) on path no. 2B to the left of the downhill gully.

Descent: descend from the summit north direction and continue to the pass and down through the gully. Continue on the same paths used for the ascent.

Tip: Can be done in combination with the nearby Gran Cir.

PISCIADÙ
Tridentina

A B C D

! A inizio stagione assicurarsi
che la Val Setus sia percorribile.
Vergewissern Sie sich zu Beginn
der Saison, dass das Val Setus
begehrbar ist.
At the beginning of the season,
make sure the Val Setus is
passable.

Rifugio
Pisciadù
Hütte
2.585 m

Val Setus



2.585 m



650 m



5 min.



3 h



2 h



5 h

L'imponente scenario roccioso del Gruppo del Sella, la cascata, i passaggi d'arrampicata verticale sulla Torre Exner, un ponte sospeso e un lago di montagna fanno della via ferrata Pisciadù una delle più popolari e frequentate delle Dolomiti. Se la condizione fisica è buona, si può programmare un gratificante prolungamento del tour sull'altopiano del Sella.

Accesso: dal parcheggio al Passo Gardena in direzione Colfosco (anche fermata bus), sotto la Val Setus bastano pochi minuti per arrivare all'attacco.

Ritorno: attraverso la Val Setus (n. 666), percorso abbastanza impegnativo a causa del ghiaione e di alcuni passaggi con fune di sicurezza. Ritorno al punto di partenza.

Die imposante Bergkulisse der Sellagruppe, der Wasserfall, die senkrechten Kletterpassagen am Exnerturm, eine Hängebrücke und ein Bergsee machen den Pisciadù Klettersteig zu einer der beliebtesten und meistbegangenen Vie Ferrate der Dolomiten. Eine lohnende Verlängerung der Tour zum Sella-Hochplateau kann mit guter Kondition eingeplant werden.

Zustieg: Vom Parkplatz unter dem Grödnerjoch Richtung Colfosco (auch Bushaltestelle), unter der Val Setus in wenigen Minuten zur Einstiegswand.

Abstieg: Der Abstieg verläuft über das Val Setus (Nr. 666) und ist aufgrund des Kars und einigen mit Seilen gesicherten Passagen recht anspruchsvoll. Zurück zum Ausgangspunkt.

The imposing mountain scenery of the Sella Group, the waterfall, the vertical climbing passages at Exner Tower, a suspension bridge and a mountain lake make the Pisciadù via ferrata one of the most popular and busiest in the Dolomites. You can extend the tour to the Sella high plateau – a beautiful hike – provided you are in good physical condition.

Access: from the car park below Passo Gardena towards Colfosco (also bus stop) , below Val Setus to reach the access point in a few minutes.

Descent: descend into Val Setus (path no. 666); the path is quite demanding due to the scree and some passages secured with ropes and cables. Return to the starting point.

Piz Miara

Piz Sëlva
2.941 m



MËISULES

Mesules
Pössnecker

A B C D

- ! Necessita condizioni meteorologiche stabili.
! Stabiles Wetter erforderlich.
! Stable weather required.
- ! Fino a fine giugno è probabile che la cengia mediana sia coperta di neve.
! Bis Ende Juni kann die Schuttridgee schneebedeckt sein.
! Until the end of June, the middle ledge could be covered in snow.



2.941 m



700 m



30 min.



4 h



3,5 h



8 h

La storica via ferrata Mesules è una delle più antiche delle Dolomiti (1912) e anche una delle più impegnative della zona. Il percorso, esposto e molto ripido, richiede un passo assolutamente sicuro ed è adatto solo a scalatori esperti. Al mattino la via ferrata è in ombra. Tenendo conto dell'affascinante ma lungo ritorno dall'altopiano del Sella, si tratta di un'escursione in montagna faticosa, da intraprendere solo in condizioni meteorologiche assolutamente sicure.

Accesso: in circa 30 minuti dal Passo Sella (2240 m), seguendo il sentiero n. 649 verso NE sotto le Torri del Sella. L'ingresso si trova sotto una parete nera.

Discesa: dal Piz Sëlva al Piz Miara (2964 m) verso sud-est sul sentiero in direzione della Val Lasties (n. 649, 647). Giunti in fondo della Val Lasties all'ultimo tornante della strada si scende 100 m fino alla fermata dell'autobus per il Passo Sella.

Der legendäre Pössnecker Klettersteig ist einer der ältesten der Dolomiten (1912) und zählt zugleich auch zu den anspruchsvollsten alpinen Klettersteigen der Gegend. Der exponierte, sehr steile Klettersteig ist nur für Geübte geeignet. Am Morgen liegt der Klettersteig im Schatten. Durch den reizvollen aber langen Abstieg über das Sellaplateau ist insgesamt eine anstrengende Bergtour zu bewältigen, die man nur bei absolut sicheren Wetterverhältnissen angehen sollte.

Zustieg: Der Einstieg ist in ca. 30 Minuten Gehzeit vom Sellajoch (2240 m) aus über den Weg Nr. 649 nach NO unter den Sellatürmen vorbei, erreichbar. Der Einstieg befindet sich unter einer schwarzen Wand.

Abstieg: Vom Piz Sëlva zum Piz Miara (2964 m) südöstlich auf markiertem Pfad hinunter in Richtung Val Lasties (Nr. 649, 647). Am Ende der Val Lasties, an der letzten Kehre der Passstraße 100 m abwärts bis zur Bushaltestelle zum Sellajoch.

The Mesules is legendary: it is one of the oldest via ferratas in the Dolomites (1912) as well as one of the most demanding in the area. On this exposed and very steep via ferrata, sure-footedness is non-negotiable: it is suitable only for experienced climbers. The sun does not reach this ferrata in the mornings. It is a strenuous mountain tour which develops along a charming yet long descent over the Sella plateau. Avoid it if the weather is not absolutely perfect.

Access: it takes about 30 minutes from Passo Sella (2,240 m) on path no. 649, heading NE, below the Sella's towers. The access point is located below a black wall.

Descent: from Piz Sëlva to Piz Miara (2,964 m), descend south-east on a path towards Val Lasties (path no. 649, 647). At the end of Val Lasties, at the last bend of the road, descend 100 m to the bus stop to Passo Sella.



RODELLA

A B C D



2.484 m



250 m



45 min.



1 h



45 min.



2,5 h

Percorso breve, molto vario e completamente protetto con vista sulla Val di Fassa. Grazie alla facilità di approccio, il percorso è adatto anche come escursione di mezza giornata. La ferrata pur essendo breve, richiede una certa esperienza.

Accesso: si sale dal Passo Sella, oltrepassando la Forcella di Rodella fino al rifugio Des Alpes. Poi si svolta leggermente a destra sotto la stazione a monte della funivia, seguendo il sentiero fino all'ingresso.

Ritorno: si scende dal Col Rodella seguendo il percorso dell'andata.

Kurzer, sehr abwechslungsreicher und komplett gesicherter Klettersteig mit Blick in das Fassatal. Die Ausrichtung nach Süden ermöglicht die Begehung bereits im Frühsommer und bis spät in den Herbst hinein. Aufgrund der leichten Zugänglichkeit ist er auch als Halbtages-tour geeignet und bedarf einer gewissen Erfahrung.

Zustieg: Vom Sellajoch aufwärts, vorbei an der Rodella Scharte bis zur Des Alpes-Hütte. Leicht rechts unterhalb der Bergstation der Seilbahn dem Pfad folgend bis zum Einstieg.

Abstieg: Der Abstieg vom Col Rodella erfolgt auf dem gleichen Weg wie der Aufstieg.

Short, very varied and completely secured with a view of Val di Fassa. Its southern orientation enables access already at the start of summer until late in autumn. Due to its easy accessibility, it is also suitable as a half-day tour. The via ferrata is short, but requires a certain amount of experience.

Access: from Passo Sella head upwards, past Forcella di Rodella to the rifugio Des Alpes. Here, take a right below the cable car mountain station until you reach the access point.

Descent: the descent from Col Rodella develops along the same path as the ascent.



Furcela de
Saslonch
2.685 m

FURCELA DE SASLONCH

Forcella del Sassolungo
Langkofelscharte

A B C D

! In caso di difficoltà è possibile uscire dalla ferrata a metà tracciato.
Bei Schwierigkeiten gibt es die Möglichkeit bei halber Strecke auszusteigen.
In the event of difficulty, it is possible to exit the via ferrata halfway.

Passo Sella/Sellajoch



2.685 m



200 m



25 min.



2 h



5 min.



2,5 h

La via ferrata “Furcela de Saslonch” (ladino) - “Forcella del Sassolungo”, che è stata costruita di recente, offre un’arrampicata ricca di variazioni su cenge e rampe, ma anche alcune ripide salite. L’arrampicata ha come sfondo un magnifico e impressionante scenario roccioso, che è racchiuso dalle ripide pareti della Punta delle Cinque Dita e dal massiccio del Sassolungo, con una vista mozzafiato sulle Torri del Sella e sulla Marmolada.

Accesso: a sud della Forcella del Sassolungo, l’ingresso è raggiungibile dal vicino rifugio Toni Demetz in circa 25 minuti percorrendo il sentiero in discesa. Se si preferisce andare a piedi, senza prendere l’ovovia, la salita dal Passo Sella dura circa 45 minuti (sentiero n. 525)

Ritorno: la via ferrata termina nel ghiaione poco sopra il rifugio Toni Demetz. Il ritorno può essere effettuato in ovovia fino al Passo Sella, oppure a piedi (ca. 1 h) fino al Passo Sella.

Der kürzlich neu installierte Klettersteig “Furcela de Saslonch” (ladinisch) - “Langkofelscharte”, bietet eine abwechslungsreiche Kletterei über Bänder und Rampen sowie einige steile Aufschwünge. Er verläuft inmitten einer großartigen Felskulisse umgeben von den steil aufragenden Wänden der Fünffingerspitze und des Langkofels mit Blick auf die Sellatürme und der Marmolada.

Zustieg: Südlich der Langkofelscharte ist der Einstieg von der nahen Toni Demetz-Hütte in etwa 25 Minuten abwärts zu erreichen. Möchte man auf die Gondelbahn verzichten und den Einstieg zu Fuß erreichen, geht es vom Sellajoch etwa 45 Minuten über den Weg Nr. 525 hinauf.

Abstieg: Der Klettersteig endet im Kar kurz oberhalb der Toni Demetz-Hütte. Der Abstieg zum Sellajoch kann mit der Gondelbahn oder zu Fuß (ca. 1 h) .

The recently installed “Furcela de Saslonch” (ladin) - via ferrata “Forcella Sassolungo” boasts ledges and ramps as well as some steep ascents delivering a varied climbing experience. It develops against the backdrop of a breathtaking mountain landscape, enclosed by the steep walls of the Punta delle Cinque Dita and the Sassolungo massif, overlooking the Sella towers and the Marmolada.

Access: located to the south of the Forcella del Sassolungo, it can be reached from the rifugio Toni Demetz in a 25-minute downhill walk. If you do not want to take the cable car, the hike from Passo Sella takes around 45 minutes on path no. 525.

Descent: the via ferrata ends in the scree just above the rifugio Toni Demetz. To descend to Passo Sella, you can either take the cable car or walk (approx. 1 h).

Sasplat - Sasso Piatto - Plattkofel
2.969 m

SASPLAT
Sasso Piatto
Oskar Schuster Steig

A B C D

! Necessita condizioni meteorologiche stabili.
Stabiles Wetter erforderlich.
Stable weather required.

! Attenzione a neve rimanente a inizio e fine stagione.
Achtung auf Schneereste zu Beginn und Ende der Saison.
Watch out for leftover snow at the beginning and end of the season.

! Alcuni tratti di facile arrampicata non sono attrezzati.
Einige kurze Kletterpassagen sind ungesichert.
Some easy climbing sections are not equipped.

Rifugio Vicenza
Langkofelhütte
2.256 m



2.969 m


750 m
1.000 m


2,5 h



2 h



4 h



8,5 h

Splendida ma impegnativa via ferrata su una delle sette cime del gruppo del Sassolungo. La salita attraversa l'anfiteatro della conca del Sasso Piatto con vista a nord sulle cime delle Odle. La fatica di compiere la salita, in parte non protetta, è ripagata da un panorama unico sulla Marmolada e sull'Alpe di Siusi. Con la lunga discesa sul dorsale del Sasso Piatto è un'escursione in montagna che richiede un buon allenamento e dovrebbe essere affrontata solo in condizioni meteorologiche assolutamente sicure. Attenzione: Pericolo di caduta sassi!

Accesso: partendo dal Monte Pana/Mont Sëura attraverso l'anfiteatro del gruppo del Sassolungo fino al rifugio Vicenza (sentiero n. 525B, dislivello 1000 m) oppure dal Passo Sella con la cabinovia al rifugio Toni Demetz (dislivello 750 m) per poi scendere al rifugio Vicenza. Dal rifugio Vicenza proseguire nella conca del Sassopiatto fino all'attacco.

Ritorno: la faticosa discesa si snoda dai gradini rocciosi del versante sud-occidentale del Sasso Piatto sul sentiero nr. 527 fino al rifugio Sasso Piatto (2300 m). Da qui si prosegue sul sentiero 527 per tornare al Monte Pana o sul sentiero Federico Augusto (n. 527) per tornare al Passo Sella.

Wundervoller, aber anspruchsvoller Klettersteig auf einen der sieben Gipfel der Langkofelgruppe. Der Aufstieg verläuft durch das Amphitheater des Plattkofels mit Blick gegen Norden zu den Geislerspitzen. Der teils ungesicherte Aufstieg wird mit einem einzigartigen Panorama auf die Marmolata und die Seiser Alm belohnt. Durch den langen Abstieg über den Plattkofelrücken ergibt sich eine lange Bergtour, die man nur mit guter Fitness und bei absolut sicheren Wetterverhältnissen angehen sollte. Achtung Steinschlaggefahr!

Zustieg: Vom Monte Pana/Mont Sëura ausgehend durch das Amphitheater der Langkofelgruppe zur Langkofelhütte/rifugio Vicenza (Weg Nr. 525B, Höhenunterschied 1000 m) oder vom Sellajoch aus mit der Gondelbahn zur Toni Demetz-Hütte (Höhenunterschied 750 m), dann Abstieg zur Langkofelhütte. Von der Langkofelhütte in das Plattkofelkar durch Schotterfelder bis zum Einstieg.

Abstieg: Der mühsame Abstieg verläuft über die steinigen Felsstufen der Südwestflanke des Plattkofels auf dem Weg Nr. 527 zur Plattkofelhütte (2300 m). Von dort entweder über den Weg Nr. 527 zurück zum Monte Pana oder über den Friedrich-August-Weg (Nr. 527) zurück zum Sellajoch.

Wonderful but demanding via ferrata on one of the seven peaks of the Sassolungo Group. The climb develops along the Sassopiatto plateau and, turning to the north, you can admire the view of the Odle. The partly unsecured climb is rewarded with a unique view of the Marmolada and the Alpe di Siusi. This is a long mountain tour due to its descent over the Sasso Piatto ridge. Avoid it if the weather is not absolutely perfect.

Pay attention! Potential rockfall – keep your eyes open.

Access: start from Monte Pana/Mont Sëura and cross the Sassolungo group plateau to rifugio Vicenza (path no. 525B, altitude difference 1000 m); you can take the cable car from Passo Sella to rifugio Toni Demetz (altitude difference 750 m); from here, descend to rifugio Vicenza. From here, cross the Sasso Piatto cirque's slopes of gravel to the access point.

Descent: the arduous downhill descent develops over the stony rocky steps of the south-west flank of the Sasso Piatto on path no. 527 to rifugio Sasso Piatto (2,300 m). Once there, either take path no. 527 back to Monte Pana or the Friedrich August path (no. 527) to Passo Sella.

Associazioni Turistiche / Tourismusvereine / Tourist Offices

Selva Val Gardena / Wolkenstein
Str. Mëisules 213
Tel. +39 0471 77 79 00
selva@valgardena.it

S. Cristina / St. Christina
Str. Chemun 9
Tel. +39 0471 77 78 00
s.cristina@valgardena.it

Ortisei / St. Ulrich
Str. Rezia 1
Tel. +39 0471 77 76 00
ortisei@valgardena.it



Follow us: [@dolomitesvalgardena](https://www.instagram.com/dolomitesvalgardena)



www.valgardena.it