

Scialpinismo nel parco naturale

Grazie al carosello sciistico del Plan de Corones con una serie di impianti ultramoderni e piste perfettamente battute e con la possibilità di innevamento artificiale per garantire la pratica dello sport bianco anche quando la neve naturale scarseggia o addirittura manca, San Vigilio di Marebbe è diventato uno dei più rinomati centri turistici invernali dell'intero arco dolomitico. Ma al turista desideroso di godersi uno o più giornate indisturbato in mezzo alla tranquillità della natura ancora intatta San Vigilio offre qualcosa in più. Esso rappresenta il punto di partenza ideale per gli amanti della natura e per gli appassionati di scialpinismo che intendono trascorrere una o più giornate lontano dalle piste battute e sovraffollate nell'arcano silenzio e nello stupendo scenario dolomitico del parco naturale FANES-SENES-BRAIES, in fondo alla romantica Valle di Rudo, attraverso la quale si snoda pure una bellissima pista da fondo.

Il vasto parco naturale offre tantissime possibilità di effettuare escursioni scialpinistiche, dalle più facili alle più impegnative, nel leggendario Regno di Fanes, a Fodara Vedla e a Senes, con piacevoli serate negli ospitali rifugi alpini, ad oltre 2.000 m di quota.

Per le gite scialpinistiche più impegnative si consiglia di farsi accompagnare da una guida esperta.

La montagna, lo sappiamo, è severa e non perdona. D'inverno il pericolo numero uno è rappresentato dalle valanghe e gran parte delle disgrazie va attribuita alla leggerezza della persona stessa.

A chi pratica lo scialpinismo si raccomanda, perciò, la massima prudenza.

I. Escursioni scialpinistiche nella zona di Fanes

1. Col Toronn (2.458m)

Dislivello: 420m – Tempo: ore 1,5 (solo salita)

Si tratta di un' escursione facile e breve, molto adatta per principianti. Per la sua caratteristica forma tondeggiante il Col Toronn viene anche chiamato "Tartaruga". Dal Rifugio Lavarella si risale il primo breve pendio verso destra, in direzione nord, fino a Plan dles Sarenes (vasta e piatta conca). Piegando a sinistra ci si innalza per moderati pendii mirando alla insellatura tra il Col Toronn e Sas dles Nö (Cima Nove). Raggiuntala, si piega fortemente a sinistra guadagnando in breve tempo la sommità.

Per quanto riguarda la discesa ognuno traccia il proprio percorso a suo piacimento e senza via obbligata, per le invitanti ondulazioni dell' altipiano.

2. Piz de Sant Antone(Monte Sella di Fanes) (2.655 m)

Dislivello: 617 m – Tempo: ore 2-3

Escursione classica, non particolarmente impegnativa, ma di grande interesse.

Dal Rif. Lavarella si risale verso destra alla vasta conca di Plan dles Sarenes che si attraversa tenendosi sulla sinistra, alle pendici di Sas dles Nö/Cima Nove. Raggiunto l'imbocco della valletta di Sant Antone, la si risale raggiungendo il Ju de Sant Antone (2.466 m); gli ultimi 100 m prima della forcella sono alquanto ripidi. Dalla forcella si prosegue a destra salendo per la cresta del monte e mantenendosi in prossimità della stessa si conquista la sommità.

La discesa si effettua lungo l'itinerario di salita. Scesi con una certa prudenza alla forcella ha inizio la divertente corsa nel fondo della valletta e con una piacevole scivolata si attraversa il Plan dles Sarenes concludendo la discesa al Rif. Lavarella.

Con condizioni d' innevamento ottimali gli sciatori più abili ed esperti possono effettuare la traversata del Monte Sella di Fanes scendendo poi per il ripido pendio e guadagnando così il fondo della Val de Sant Antone in prossimità del suo sbocco.

3. Sas dles Diesc/Cima Dieci (3.023 m)

Dislivello: 985 m – Tempo: ore 3-4

Questa ascensione classica e impegnativa non è particolarmente remunerativa sotto il profilo strettamente discesistico, ma di sicuro interesse per la grandiosità dell' ambiente in cui si svolge.

Dal Rif. Lavarella si risale il primo tratto verso destra e raggiunto il Plan dles Sarenes, si piega subito a sinistra. Dopo un tratto di leggera salita si mira alla nascosta, ma intuibile selletta che divide Sas dles Diesc dal Ciastel de Fanes. Si prosegue in direzione ovest innalzandosi poi tra grossi blocchi e per pendii molto ripidi. Raggiunte le rocce terminali della cresta, si depositano gli sci e si prosegue a piedi per la cresta esposta ed affilata fino in vetta (corda metallica fissa).

La discesa si effettua ripercorrendo in senso inverso l'itinerario di salita. Ci si abbassa a strette serpentine per il ripido pendio facendo attenzione alla possibilità di slavine. Raggiunta la base si scende facilmente e liberamente per le ondulazioni dell'altipiano per concludere la discesa al Rif. Lavarella.

4. Col Bechei (2.793 m)

Dislivello: 751 m – Tempo: ore 2-3

L'ascensione al Col Bechei è una delle escursioni scialpinistiche più frequentate, sicura e non difficile. La vetta costituisce un punto panoramico di eccezionale interesse.

Dal Rif. Fanes si sale al Passo di limo (2.172 m). Piegando subito a sinistra e destreggiandosi facilmente tra massi e pini mughi ci si porta alla base dei ripidi pendii occidentali che vengono superati mediante una serie di serpentine fino ad uscire alla soglia di due lunghi susseguenti valloncelli. Salendo direttamente al centro dei valloncelli si giunge ai vecchi ruderi di guerra, dove si piega decisamente a sinistra e salendo ripidamente si guadagna l'anticima occidentale. Volgendo a destra e risalendo gli ultimi facili pendii si raggiunge la panoramica vetta. Nel tratto finale occorre prestare attenzione alle eventuali cornici.

Per la discesa viene ripercorso, quasi integralmente ed in senso inverso, l'itinerario di salita.

5. Monte Castello (2.817 m)

Dislivello: 775 m – Tempo: ore 2-3

Si tratta di una escursione bellissima, abbastanza lunga, ma relativamente facile.

Dal Rif. Fanes si sale al Passo di Limo per scendere successivamente a Gran Fanes. Poco oltre la malga si piega a sinistra e per gli aperti pendii di larghi valloncelli si sale con miti pendenze in direzione del Monte Castello, che si evidenzia per la sua tozza forma cilindrica. Salendo un'ampia dorsale si giunge, dopo aver superato il tratto finale ripido e faticoso, al bivacco di Monte Castello, da dove si gode un eccezionale panorama sulle vicine Tofane.

La discesa si effettua liberamente lungo l'itinerario di salita. Da Gran Fanes si risale al Passo di Limo per scendere poi al Rif. Fanes.

Da Fanes si scende a Pederù percorrendo la strada battuta dal gatto della neve.

II. Escursioni scialpinistiche nella zona di Fodara Vedla

6. Fodara Vedla – Col Pera Maura (2.148 m)

Dislivello: 182 m – Tempo: 40 min.- 1 ora

Si tratta di una breve e facile escursione per principianti. Partendo dal Rif. Fodara Vedla si sale in direzione nordest, scegliendo le poche radure tra gli ultimi cembri e tra i pini mughi, verso la sommità del colle. Ripercorrendo più o meno lo stesso itinerario si scende al rifugio.

7. Rifugio Fodara Vedla – Rifugio Senes (2.116 m)

Dislivello: 150 m – Tempo: 45 min. -1 ora

Si tratta di una semplice passeggiata con gli sci ai piedi, molto adatta per principianti.

Si parte da Fodara Vedla verso Senes. Poco oltre il rifugio si piega a destra salendo comodamente attraverso i pini mughi per la scorciatoia che nell'ultima parte si congiunge nuovamente con la strada di Senes.

La discesa, molto facile, si effettua ripercorrendo in senso inverso, l'itinerario di salita oppure seguendo per intero la strada battuta dal gatto della neve.

8. Sas dla Para/Lavinores (2.460 m)

Dislivello: 500 , - Tempo: ore 2

L'ascensione alla Cima Lavinores – per noi marebbani Sas dla para – può considerarsi una classica nel suo genere. Scarsamente esposta a pericoli oggettivi, è indicata anche a sciatori alpinisti meno esperti.

Si parte dal Rif. Fodara Vedla aggirando la collina e, attraversata una piccola conca, si piega a destra superando alcuni saliscendi. Attraversato diagonalmente il ripido costone, in direzione est (attenzione al pericolo di slavine, quando le nevi non sono assestate!), si perviene ad una evidente forcella. Piegando a destra si sale per l'ampia schiena della montagna, senza difficoltà, in vetta. Lo sciatore alpinista viene ora ripagato da un vasto ed istruttivo panorama sugli altipiani di Senes e Fosses, sulla conca ampezzana, nonché sul massiccio della Croda Rossa, sul Gruppo delle Tofane e su tutte le cime più famose che fanno da cornice all'altipiano di Fanes.

Per la discesa sono possibili due soluzioni:

- a) la prima per sciatori meno esperti ripercorrendo in senso inverso l'itinerario di salita, scendendo cioè nuovamente alla forcella per piegare poi tutto a sinistra.
- b) La seconda per sciatori più abili scendendo direttamente per il versante nord. La discesa si conclude comunque, in ambedue i casi, al Rif. Fodara Vedla, dopo aver attraversato due ampie radure.

Dal Fodara Vedla si scende a Pederü lungo i tornanti della strada battuta dal gatto della neve oppure per Val dal Sé, se le condizioni d'innnevamento lo permettono. Per raggiungere la piccola forcella che immette nella Val dal Sé si sale leggermente in direzione sud (10 minuti)

III. Escursioni scialpinistiche nella zona di Senes

9. Col de Lasta (2.311 m)

Dislivello: 195 m – Tempo: 30 min. -1 ora

Trattasi di una breve e non impegnativa divagazione, poco più di una piacevole sgranchita di gambe. Dal Rif. Senes si attraversa obliquamente l'avvallamento dell'aperta spianata fino a pervenire alla base dell'ampia cresta sud-est del colle. Piegando a destra si sale per moderati pendii, tra pini mughi, in direzione della vetta superando, a metà strada, un corto pendio leggermente più ripido. In dolce pendenza e su terreno aperto si raggiunge in breve la sommità.

La discesa è molto facile, adatta quindi anche per principianti e sciatori meno esperti.

10. Col dles Sciores (2.333 m)

Dislivello: 218 m – Tempo: 45 min. 1 ora

Anche qui si tratta di una breve e facile escursione, poco impegnativa, che richiede però, un sicuro assestamento delle nevi. La vetta costituisce un istruttivo punto panoramico sugli altipiani di Senes e Fosses. Dal Rif. Senes si parte in direzione nord mirando a raggiungere la forcella a sinistra del Col dles Sciores. Poco prima si piega a destra e si rimonta a serpentine il largo pendio. Procedendo progressivamente in direzione della cresta si raggiunge la vetta senza difficoltà. La discesa lungo l'itinerario di salita è relativamente facile. Gli sciatori più abili ed esperti possono anche scendere direttamente al Rif. Senes per i ripidi pendii, premesso che le condizioni d'innnevamento siano ottimali.

11. Muntejela de Senes/Monte Sella di Senes (2.787 m)

Dislivello: 671 m – Tempo: ore 2-3

È indubbiamente una delle più remunerative ascensioni con gli sci dell'intera regione di Senes. La vetta costituisce un punto panoramico di eccezionale interesse. L'escursione è particolarmente adatta per sciatori alpinisti di medio livello.

Dal Rif. Senes si rimonta, in direzione nordovest, una serie di ondulazioni per discendere poi nella vasta conca di Munt de Senes. Superate le malghe si piega leggermente a sinistra puntando, attraverso dolci ondulazioni successive, allo sperone del Monte Sella di Senes che si aggira a sinistra fino ad inoltrarsi in un ampio catino. Questo viene superato con una serie di serpentine su terreno sempre più ripido fino all'uscita in cresta (attenzione al pericolo di eventuali slavine!). Per ampi pendii a moderata pendenza si prosegue ora comodamente in direzione della vetta.

Sciatori di medio livello sceglieranno, per la discesa, l'itinerario già descritto in salita. Sciatori più abili, invece, possono effettuare la traversata completa e scendere lungo il versante est, molto ripido (prudenza!), e raggiungere la Munt de Senes attraverso la Val de San Berto. La scelta dei percorsi può ovviamente anche essere invertita.

12. Picio Sas dla Porta/Piccola Croda del Becco (2.762 m)

Dislivello: 646 m – Tempo: ore 2-3

L'ascensione si svolge in un ambiente suggestivo ed è altamente panoramica. Dal Rif. Senes si procede in direzione della Forcella Riodalato (Seitenbach-Scharte). Attraversata la zona più pianeggiante si piega a destra mirando a raggiungere, dopo aver risalito un ripido e faticoso pendio, la depressione di cresta compresa tra la Cima Cadin di Senes ad ovest e la Piccola Croda del Becco ad est. Poco prima di raggiungerla si piega a destra, in direzione del caratteristico tavolato inclinato che si risale superando una strettoia. La vetta, le cui rocce cadono a piombo sul versante settentrionale, è un aereo pulpito affacciato sul sottostante Lago di Braies.

Per scendere si ripercorre in senso inverso l'itinerario richiedendo di conseguenza una certa prudenza. Progressivamente la pendenza va attenuandosi e si scende liberamente e piacevolmente all'altipiano di Senes e successivamente all'omonimo rifugio.

Da Senes si scende a Pederü passando per Fodara Vedla oppure approfittando della scorciatoia.

Utili consigli per affrontare lo sci alpinismo

- Abbandonati e prolungate nevicate provocano un pericolo generale di valanghe. Se durante o subito dopo una nevicata soffia il vento, il pericolo si accentua di molto.
- Il pericolo diminuisce solo, quando la neve fresca si assesta facendo corpo con il sottostante appoggio. La temperatura mite accelera il consolidamento, mentre il freddo consistente lo ritarda.
- Oltre alle condizioni atmosferiche è la struttura del manto nevoso che condiziona il pericolo di valanghe.
- Nel 90% dei casi le valanghe vengono staccate dagli infortunati stessi o dai loro compagni che, tagliando il pendio, fanno partire gli strati di neve instabile.
- Dato che dalle statistiche risulta che pochi dei travolti riescono a sopravvivere, è di fondamentale importanza prevenire il pericolo stesso ascoltando il bollettino delle valanghe tenendo conto dei consigli di esperti locali.
- Poiché le insidiose valanghe di lastroni di neve non possono essere sempre previste, è opportuno tracciare una pista come se il pericolo di valanghe fosse sempre imminente (seguire costoni e creste – evitare lunghe traversate di pendii – traversare brevi pendii ripidi più in alto possibile – passare da un posto sicuro al prossimo – suddividersi in piccoli gruppi e sostare solo in luoghi sicuri)

Orari

I tempi impiegati per la salita dipendono dalla qualità del fondo nevoso, dalle condizioni meteorologiche e soprattutto dall'allenamento, dall'esperienza e dalla capacità dello sciatore alpinista.

Nella discesa, invece, il tempo impiegato è in relazione all'abilità dello sciatore.

Equipaggiamento e materiali

La scelta del vestiario, dell'equipaggiamento e dei materiali è legata al tipo, alla lunghezza e alla difficoltà dell'escursione. Il rapido evolversi delle tecniche e dei materiali di impiego, la moda ed altri fattori contribuiscono ad un miglioramento continuo dell'equipaggiamento individuale. Pertanto, fermi restando i concetti di base, ovvero funzionalità e confortevolezza, ognuno sceglierà in conseguenza al genere di escursione, ai propri gusti e alle proprie possibilità economiche.

Equipaggiamento standard necessario per la pratica dello scialpinismo

- b) vestiario:
 - calzamaglia oppure mutande lunghe
 - pantaloni di tessuto impermeabilizzato
 - maglia e maglione di lana oppure giacca felpa
 - berretto in lana o passamontagna
 - giacca a vento per alta montagna
 - guanti in lana o cuoio felpato, del tipo a manopola
 - occhiali da sole o da ghiacciaio
 - scarponi da scialpinismo, con soles in gomma scolpita
- c) attrezzatura:
 - sci corti e leggeri
 - attacchi di sicurezza speciali per scialpinismo
 - bastoncini metallici, possibilmente regolabili
 - pelli di foca ad aggancio rapido
 - sacco da montagna di idonea capienza, con cinghie per il trasporto degli sci
 - guida alpinistica e carte topografiche
 - eventualmente bussola, altimetro, cordino da valanga ...

Nel catalogo dello scialpinismo esistono tante altre raffinatezze, più o meno utili. Lasciamo alla fantasia ed al portafoglio dei singoli l'opportunità di sbizzarrirsi nella scelta.

Non intendo qui fare un elenco esauriente e completo delle gite scialpinistiche che si possono effettuare nel territorio marebbano, più precisamente nel parco naturale FANES-SENES-BRAIES; voglio solo limitarmi alla descrizione di alcune fra le più classiche.

Punti di partenza sono rispettivamente i rifugi alpini di Fanes e Lavarella, Fodara Vedla e Senes.

Partendo dal fondovalle, cioè dall'Albergo Alpino Pederù, tutte le escursioni scialpinistiche a Fanes e a Senes diventano molto lunghe e impegnative, in quanto richiedono due ore di ascensione in più.