



WIR MACHEN IHRE FREIZEIT ZUM ERLEBNIS

BERGWANDERN · HOCHTOUREN · KLETTERSTEIGE · KLETTERN · KURSE · SKITOUREN · SCHNEESCHUH-TOUREN

OSE
ALPINCENTER



Reisedauer: 7 Tage
Kategorie: Bergwanderung
Anforderung: Technik: **Mittel** - Kondition: **Mittel**

Dolomiten Höhenweg Nr. 2

Auf der Alta Via Nr. 2 delle Dolomiti

Der Dolomiten Höhenweg Nr. 2, der genau parallel zum Höhenweg Nr. 1 verläuft und somit zu den großen Dolomitendurchquerungen von Nord nach Süd zählt, führt durch die landschaftlich etwas gemäßigeren, jedoch kaum weniger eindrucksvollen Hauptgebiete der westlichen Dolomiten. Er beginnt in der alten Südtiroler Stadt Brixen und endet im reizvollen Städtchen Feltre, wobei insgesamt zehn Gebirgsgruppen, von denen drei geologisch nicht zu den Dolomiten zählen durchwandert werden. Die Länge des Weges beträgt rund 185 km (80 km Luftlinie). Für die Begehung benötigt man insgesamt 15 Tage, wobei wir uns in 7 Tagen auf die schönste Strecke von St. Ulrich bis S. Martino di Castrozza beschränken. Den Charakter des Höhenweges bestimmen weite, meist von großartigen Felsburgen überragte Almgebiete, ausgedehnte Karrenplateaus und einige von der typischen Dolomitennatur abweichende Regionen - es ist also mit alpinen Verhältnissen zu rechnen.

Region:
Dolomiten (Italien)

1. Tag

Treffpunkt 14.00 Uhr, St. Ulrich (1.265 m), Seilbahn Seceda an der Kasse. Auffahrt mit der Bahn. Gemütliche Wanderung über schöne Almwiesen unterhalb der Geislergruppe bis zur Regensburger Hütte (2.037 m), unserer heutigen Unterkunft.

Gehzeit ca. 1,5 Stunden, Aufstieg 0 m, Abstieg 450 m, Länge ca. 4,5 km

Wegekategorie ●●●●●●

2. Tag

Der heutige Tag beginnt mit einem Aufstieg über die Forc. Forces de Sieles (2.505 m). Auf einem schönen Höhenweg erreichen wir schließlich pünktlich zur Mittagspause die Puez-Hütte (2.475 m). Von hier geht es weiter über die Forc. de Ciampei (2.366 m) und die Forc. Cier (2.469 m) weiter zum Rifugio Frara am Grödner Joch (2.121 m), unserem heutigen Etappenziel.

Gehzeit ca. 6,5 Stunden, Aufstieg 850 m, Abstieg 800 m, Länge ca. 14 km

Wegekategorie ●●●●●●

3. Tag

Der heutige Tag führt uns auf dem steilen Steig Nr. 666, der teilweise Seilversichert ist, zur Rif. Pisciadu (2.585 m, Einkehrmöglichkeit). Vorbei an der Cima Pisciadu wandern wir über die Sellahochfläche hinauf zur Bamberger Hütte, ital. Boe Hütte (2.871 m).

Gehzeit ca. 5 Stunden, Aufstieg 1.000 m, Abstieg 250 m, Länge ca. 6 km

Wegekategorie ●●●●●

4. Tag

Von der Boe Hütte folgen wir dem Dolomiten Höhenweg zur Pordoischarte (2.829 m). Nach einem kurzen Aufstieg zum Sas de Pordoi (2.950 m) bringt uns die Seilbahn hinunter zum Pordoijoch (2.239 m). Über den Bindelweg gelangen wir schließlich zum Fedaiasee (2.057 m). Mit dem Taxi geht es zur Malga Ciapella (1.435 m) an der Marmolada Südseite. Der Blick auf diese gigantische, 800 m hohe, Wand begleitet uns beim Aufstieg zum Rif. Falier (2.074 m), einer bei den Kletterern beliebten Hütte.

Gehzeit ca. 6 Stunden, Aufstieg 950 m, Abstieg 700 m, Länge ca. 14 km

Wegekategorie ●●●●●

5. Tag

Vom Rif. Falier folgen wir dem Weg 612 zum Pas de Ombretola (2.864 m) und Pas da le Cirelle (2.683 m). Ab hier geht es bergab, vorbei an der Rif. Fuciade, bis zum Passo Pellegrino (1.920 m). Auffahrt mit der Seilbahn zum Col Margherita (2.550 m). Über die Forc. de Predazzo geht es noch zum Passo di Valles, wo wir im gleichnamigen Gasthaus übernachten.

Gehzeit ca. 7 Stunden, Aufstieg 900 m, Abstieg 1.500 m, Länge ca. 15 km

Wegekategorie ●●●●●

6. Tag

Über die Forc. Venegia geht es über sanfte Almwiesen zur Baita Segantini (2.170 m). Nach einer kurzen Pause steigen wir zum Passo Rolle ab, anschließend gelangen wir über den Sentiero Finanziari zur Rif. Rosetta (2.581 m). Am Nachmittag besteigen wir mit leichtem Gepäck die Rosetta (2.743 m). Übernachtung auf der Rif. Rosetta (2.581 m).

Gehzeit ca. 8 Stunden, Aufstieg 1.300 m, Abstieg 750 m, Länge ca. 17 km

Wegekategorie ●●●●●

7. Tag

Am letzten Tag wartet nur noch der Abstieg über den Passo di Val di Roda und den Col del Feede nach S. Martino di Castrozza (1.470 m) auf uns. Mit dem Taxi geht es durch das Fassatal zurück nach St. Ulrich. Ankunft ca. 14.00 Uhr. Rückreise oder individueller Verlängerungsaufenthalt im Grödnertal.

Gehzeit ca. 4 Stunden, Aufstieg 50 m, Abstieg 1.100 m, Länge ca. 9 km

Wegekategorie ●●●●●

Konditionelle Voraussetzungen:

Mittel: Bis zu 1200 HM im Auf - und Abstieg **oder** Tagesetappen bis zu 9 Std. reine Gehzeit. Gehintervalle von 2 Std. ohne Pause.

Technische Voraussetzungen:

Mittel: Schwindelfreiheit, Trittsicherheit und Bergerfahrung sind erforderlich.

Unterbringung:

Hütten (Gemeinschaftslager)

Leistungen:

Bergführer, 6x Halbpension, 3x Seilbahnfahrt, 2x Taxi

Zusatzkosten:

Nach persönlichem Bedarf in bar ca. € 40.- pro Tag für Getränke, Rucksackproviant, etc. Eine Kartenzahlung ist auf den Hütten nicht möglich.

Teilnehmer:

6 - 12 Personen

Landkartenempfehlung:

Kompasskarte Sellagruppe, WK 59 (1 : 50.000)

Kompasskarte Pale di San Martino, WK 76 (1 : 50.000)

Anreise nach St. Ulrich:

Nutzen Sie die guten Bus- und Bahnverbindungen ins Grödnertal. Mit dem Zug bis Brixen, weiter mit dem Bus nach St. Ulrich. Fahrplan unter <https://www.sad.it/de/siitimetablesquery>
Mit dem PKW über die Autobahn Innsbruck, Brenner, Brixen, Ausfahrt Grödnertal und dann weiter nach St. Ulrich. Gebührenpflichtiger Parkplatz an der Seilbahn (Parkgebühr ca. € 9.-/Tag). Des Weiteren befindet sich in St. Ulrich eine Tiefgarage (Stazion) diese ist ab dem Kreisverkehr in St. Ulrich ausgeschildert. Öffnungszeiten 8 – 12 Uhr und 13.30 – 17 Uhr. Tel: 0039-0471-797547 (ca. 30,-€/Woche, Wochen Abo direkt an der Kasse lösen). Stand Oktober 2017
Aus Datenschutzgründen ist es uns leider nicht erlaubt, eine Teilnehmerliste zu verschicken. Sollten Sie jedoch an einer Fahrgemeinschaft interessiert sein, besuchen Sie die Mitfahrzentrale auf unserer Homepage. Unter www.oase-alpin.de/service/mitfahrzentrale/ können Sie Ihre Suche oder Ihr Angebot einstellen.

Aufenthaltsverlängerung:

Sollten Sie vor oder nach der Tour eine Unterkunft im Grödnertal benötigen, ist Ihnen der Tourismusverein St. Ulrich gerne behilflich, Tel. 00 39 – 0471 – 777 600, www.valgardena.it.

OASE AlpinCenter:

Unser Büro, Bahnhofplatz 5, befindet sich direkt am Bahnhof in Oberstdorf, am Gleis 1.

Information und Anmeldung:

Bei weiteren Fragen zur Tour erreichen Sie uns persönlich von:

Juni – Sept.: Montag – Freitag von **9 – 12 Uhr** und von **14 – 18 Uhr**

Oktober – Mai: Montag – Freitag von **9 – 12 Uhr**

Sie können auch gerne eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter hinterlassen, wir rufen Sie dann umgehend zurück.

Tel.: 0 83 22 - 8000 980

Fax: 0 83 22 - 8000 98-19

Online: www.oase-alpin.de

E-Mail: bergschule@oase-alpin.de

OASE-Packliste:

Rucksack ca. 35 l Volumen, Gesamtgewicht ca. 8 kg

* Wir empfehlen Markenkleidung und Ausrüstung unserer Partner

Das trage ich bereits am Körper

Funktionelle Unterwäsche und Funktionssocken

Funktionelle Wanderhose

Funktionsshirt (Icebreaker Merinowolle)*

Funktionelle Jacke aus PrimaLoft oder Fleece (Arc'teryx)*

Knöchelhohe Wanderschuhe mit guter Profilsohle, **Kategorie BC** (Meindl)*

	Gewicht ca. (in Gramm)	habe ich eingepackt	mein Gewicht
Das ist unverzichtbar			
• Rucksack (Deuter)*, mit Regenhülle	1730	<input type="checkbox"/>	_____
• Wechselshirt kurz (Icebreaker Merinowolle)*	160	<input type="checkbox"/>	_____
• Wechselshirt lang (Icebreaker Merinowolle)*	220	<input type="checkbox"/>	_____
• 3 Unterhosen kurz	140	<input type="checkbox"/>	_____
• 1 Paar Funktionssocken	60	<input type="checkbox"/>	_____
• Wasser- und winddichte Jacke evtl. Gore-Tex (Arc'teryx)* (kein Poncho)	690	<input type="checkbox"/>	_____
• Wasser- und winddichte Hose, evtl. Gore-Tex (Arc'teryx)*	310	<input type="checkbox"/>	_____
• Mütze und Stirnband	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Dünne Handschuhe	80	<input type="checkbox"/>	_____
• Kurze funktionelle Hose	210	<input type="checkbox"/>	_____
• Sonnencreme LSF 30 und Lippenchutz	70	<input type="checkbox"/>	_____
• Cap oder Buff* (*gibt's vom OASE AlpinCenter als Begrüßungsgeschenk)	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Sonnenbrille	30	<input type="checkbox"/>	_____
• Trinkflasche oder Trinkblase (1 Liter)	180	<input type="checkbox"/>	_____
• 1 Liter Flüssigkeit	1000	<input type="checkbox"/>	_____
• Elektrolyt- / Magnesium Tabletten (Röhrchen)	150	<input type="checkbox"/>	_____
• Nüsse / Trockenobst / Müsliriegel (Seeberger)*	210	<input type="checkbox"/>	_____
• Persönliche Medikamente, Blasenpflaster	220	<input type="checkbox"/>	_____
• Ausweise, Bargeld, EC-Karte, Auslandsversicherung in wasserdichtem Beutel mit ziploc-Verschluss	40	<input type="checkbox"/>	_____
• Hüttenschlafsack	250	<input type="checkbox"/>	_____
• Waschbeutel mit Wasch-Set (Proben verwenden) und Oropax	220	<input type="checkbox"/>	_____
• Kleines Microfaser-Handtuch ca. 30x60 cm	60	<input type="checkbox"/>	_____
Das ist empfehlenswert			
• Teleskopstöcke (Leki)*	520	<input type="checkbox"/>	_____
• Messer (Victorinox)*	60	<input type="checkbox"/>	_____
• Leichte Hose	320	<input type="checkbox"/>	_____
• T-Shirt für die Hütte	170	<input type="checkbox"/>	_____
• Leichte Turnschuhe oder Badeschlappen für die Hütte	200	<input type="checkbox"/>	_____
• Plastikbeutel für Abfall und/oder Dreckwäsche	20	<input type="checkbox"/>	_____
• Fotoapparat	250	<input type="checkbox"/>	_____
Gesamtgewicht (inkl. Rucksack):	7650		_____

Unser Tipp:

Nehmen Sie bei Regenwetter einen Bergschirm (Göbel)* mit und kleiden Sie außerdem Ihren Rucksack innen mit einem Müllbeutel aus.