

Autour de Cortina d'Ampezzo

		● Facile		● Modéré		● Soutenu		● Difficile		plus d'information sur l'estimation de la difficulté des itinéraires pages 5, 6												
		↔ : Aller-retour		↻ : Boucle		→ : Traversée																
		🚌 : Bus		🏠 : Téléferique		🏠 : Télécabine		🏠 : Télésiège														
										Durée	Montée	Descente	Distance	Diffic.	Pages							
Introduction, conseils, remarques										1-10												
① CINQUE TORRI										11-20		⑧ PRATO PIAZZA										54-58
1.1 Cinque Torri		↻	→	1 h40	30	420	5			12	8.1 Prato Piazza		↔	↔	3 h15	570	11,5		55			
1.2 Cinque Torri par Pian dei Menis		↻		3 h15		420	8			12	8.2 Col Tondo dei Canope		↔	↔	4 h40	720	13		56			
1.3 Cinque Torri par Lago Limesdes		↻		5 h10		750	13			13-15	8.3 Monte specie		↔	↔	4 h45	800	15,5		57			
1.4 Cinq Torri - Sommet Nuvolau		↻	→	4 h30	450	820	9,5			16-17	8.4 Picco Vallandro (Dürrenstein)		↔	↔	6 h	1 300	17		58			
② PASO GIAU - CINQUE TORRI - NUVOLAU										19-23		⑨ TRE CIME DE LAVAREDO										59-62
2.1 Circuit du Nuvolau		↻		3 h30	450		9			20-22	9.1 Rifugio Lavarella		↔	↔	1 h15	100	3,5		60			
2.1Bis Le Flanc Sud-est du Nuvolau		↔		2 h	80		4			20	9.2 Rifugio Lange Alm		↔	↔	1 h30	180	5		60			
Circuit du Nuvolau + Trincee		↻		= 30'	+ 60'	+ 1,5				22	9.3 Circuit court de Tre Cime		↻	↻	2 h20	280	7,5		61			
Circuit du Nuvolau + Sommet du Nuvolau		↻		+ 25'	+ 50'	+ 1,5				23	9.4 Circuit des Tre Cime		↻	↻	3 h20	360	10,5		62			
Circuit du Nuvolau + Tour Averau		↻		+ 45'	+ 150'	+ 1,5				23												
③ LAGO FEDERA - CRODA DA LAGO										24-29		⑩ MISURINA - CADINI DI MISURINA										63-68
3.1 Cason di Formin		↔		1 h10	180		4			25	10.1 Lac de Misurina		↻	↻	1 h/1 h30	50/100	3/4,5		64			
3.2 Lago Federa		↔		3 h	500		9			25-26	10.2 Rifugio Fonda Savio		↔	↔	2 h30	540	7		65			
38.3 Tour de Croda da Lago		↻		4 h45	850		14			27-28	10.3 Forcella Rinbianco - Rifugio Fonda Savio		↻	↻	3 h15	540	8		66			
3.4 Croda da Lago + Laste di Formin		↔		6 h15	1 000		17			27-29	10.4 Forcella Rinbianco - Rifugio Auronzo		↔	↔	4 h30	560	10,5		67			
④ COL DEI BOS										30-33		⑪ LAGO DI SORAPIS										69-74
4.1 Sentier 423		↔		1 h10	120		3,5			30-31	11.1 Lago di Sorapis		↔	↔	3 h45	420	13		70			
4.2 Tour de Col dei Bos		↔		2 h30	175	770	7,5			31-33	11.2 Lago di Sorapis vis Tardeiba et Forcella Mercoira		↻	↻	4 h30	750	14		71-72			
4.3 Tour et sommet de Col dei Bos		↻		3 h30	690		10			31-33	11.3 Lago di Sorapis via Valbona		↻	↻	4 h45	800	14		73-74			
4.4 Col dei Bos et Val Travenanzes		↻		4 h45	970		13			33												
⑤ TOFANA DI ROZES										34-39		⑫ FALORIA - RIO GERE										75-80
5.1 Base sud du Tofana di Rozes		↻		3 h	500		8,5			35	12.1 Rifugios Faloria et Tond		↔	↔	- 2 h	300	4		76			
5.2 Tre Dita		↔		3 h30	670		9			36	12.2 Forcella Faloria		↔	↔	3 h	420	8		76			
5.3 Grand tour du Tofana di Rozes		↻		5 h	980		12,5			37-38	12.3 Du Rifugio Faloria à Cortina		↻	↻	4 h45	300	1 200	15,5		77-79		
5.4 Sommet du Tofana di Rozes		↔		5 h30	1 160		11			39	12.4 Forcella Faloria via Paso Tre Croci et Tardeiba		↻	↻	4 h20	720	13		79-80			
⑥ RU FANES - COL ROSA - TRAVENANZES										40-45		⑬ FORCELLA GIAU - MONTE MONDEVAL - PIZ DEL CORVO										81-88
6.1 Belvédères de Pian di Loa		↔		2 h	220		6			41	13.1 Ponte Sasso		↔	↔	3 h30	660	6,5		82-83			
6.2 Canyons et cascades du Ru Fanes		↔		3 h	500		9			42-43	13.1A Forcella Giau		↔	↔	4 h45	950	9,5		82-84			
6.3 Des canyons et cascades au Lago Fanes ou Limo		↔		4 h/6 h15	600/930	11,5/20				43-44	13.1B Forc. Giau et Monte Mondeval		↔	↔	6 h	1 100	13		82-85			
6.4 Des canyons et cascades au Val Travenanzes		↔		4 h30/5 h45	650/1 000	12/19				45	-13.2 Grand circuit de Piz del Corvo		↔	↔	7 h	1 150	15		85-86			
6.5 Sommet du Col Rosa		↔		4 h30	880		10			45	13.2A Circuit de Piz del Corvo		↻	↻	5 h	800	12		85-86			
⑦ RA STUA - FOSSES - SENNES										46-53												
7.1 De San Uberto à Ra Stua		↻		2 h30	410		7			47	13.3 Circuit de Mondeval		↻	↻	6 h15	1 050	15		87			
											13.4 Forcelle Giau et Ambrizzola		↻	↻	6 h	1 000	14,5		88			