



# Dolomitas de Brenta en primavera

**Montañismo invernal por Brenta y Adamello-Presanella**



## ÍNDICE

1	Presentación .....	1
2	El destino .....	2
3	Datos básicos .....	3
3.1	Nivel físico requerido para este viaje.....	3
4	Programa .....	4
4.1	Programa resumen .....	4
4.2	Programa detallado .....	4
5	Precio. Incluye/No incluye .....	7
5.1	Incluye.....	7
5.2	No incluye .....	7
6	Más información.....	7
7	Puntos fuertes.....	11
8	Contacto .....	11

## 1 Presentación

### Entre las Dolomitas occidentales y los Alpes

Al norte de Italia, en un área muy extensa entre el valle del Po y los Alpes, entre Milán y Venecia, se extienden una treintena larga de macizos (denominados *gruppi* en italiano) con un origen geológico común y una fisonomía muy similar, pero separados por profundos valles e independientes entre ellos. Para el alpinista Reinhold Messner, que creció en las Dolomitas del Alto Adigio y se convirtió con el tiempo en la primera persona en conquistar los catorce "ochomiles" de nuestro planeta, estas montañas son las más bellas del mundo. Desde diciembre hasta el final de la primavera las Dolomitas se cubren de nieve, transformando su aspecto y ofreciendo una visión inédita muy diferente a la época estival. Entonces se hace imprescindible contar con esquí o raquetas de nieve.

### Lagos, cascadas, glaciares y agujas rocosas

El grupo de Brenta, protagonista de este viaje, es el macizo dolomítico más occidental. Conoceremos una de las mayores zonas protegidas de los Alpes, caminando junto a lagos nevados de gran belleza como los que se suceden a los pies del macizo Adamello-Presanella, lagos de Nambino, Serodoli, Ritorto y Tovel, con sus cercanos y acogedores refugios a los que llegaremos caminando con nuestras raquetas por un paisaje nevado de inigualable esplendor, siendo sin lugar a dudas el punto fuerte del viaje, en el que también disfrutaremos

de espectaculares cascadas como las de Vallesinella, y por supuesto podremos admirar las paredes verticales, agujas y crestas que dan personalidad a las Dolomitas y que toman al atardecer un color anaranjado único que las hace destacar aún más del resto de montañas alpinas que las rodean.

### **Madonna de Campiglio**

Situada a los pies de las Dolomitas de Brenta y junto al macizo de Adamello-Presanella, la población de Madonna de Campiglio es uno de los lugares más glamurosos de los Alpes y sin lugar a dudas el mejor punto de partida para iniciar múltiples excursiones. Su extraordinaria situación natural, entre el macizo de Brenta y las altas cumbres del Adamello-Pressanella, hace de esta localidad uno de los centros turísticos alpinos más elegantes y mejor equipados de Italia, tanto para el invierno como para la temporada estival.

## **2 El destino**

Los **Dolomitas** son "las montañas más bellas del mundo" según dijo alguien, quizá **Reinhold Messner**, el más conocido de la larga lista de alpinistas que ha dado **Italia** y leyenda viva del alpinismo. No en vano, en el año 2009, los **Dolomitas** fueron declarados por la **UNESCO** Patrimonio Natural de la Humanidad. Aunque cada uno tiene sus propias "montañas más bellas del mundo" lo que está claro es que los **Dolomitas** son un destino ideal para hacer un **trekking** de verano.

Durante la Primera Guerra Mundial los **Alpes** fueron el escenario de encarnizadas batallas. Fue justamente aquí, en "las montañas más bellas del mundo", donde hubo uno de los frentes más cruentos de la Gran Guerra. Aún hoy encontramos vestigios de aquellas contiendas, como trincheras, escalones de madera o **vías ferratas**, que formaban parte de los caminos estratégicos usados por los **Alpini**, cuerpo de la infantería del ejército italiano, para sorprender al enemigo. También es posible visitar el museo al aire libre de la Gran Guerra en **Cinque Torri** y **Monte Lagazuoi**, una perfecta combinación de historia y naturaleza.

Algunas personas nunca se han planteado el origen de las **vías ferratas** y las ven como una opción más de ocio, como pueda ser el **trekking** o el alpinismo. Este **trekking** puede ser una buena ocasión no solo para conocer "las montañas más bellas del mundo" en verano sino también para reflexionar sobre un pasado no tan lejano.



### 3 Datos básicos

Destino: Los Dolomitas de Brenta y el macizo del Adamello (Italia).

Actividad: Raquetas, senderismo.

Nivel: B.

Duración: 8 días.

Época: de marzo a mayo.

Grupo mínimo-máximo: 5-8 personas

#### 3.1 Nivel físico requerido para este viaje

Nivel físico requerido	
A	Forma física normal, con hábito de caminar No se precisa experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 600 m
A+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 700 m
B	Forma física buena, con hábito de hacer deportes aeróbicos Aconsejable experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.000 m
B+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m
C	Forma física muy buena Imprescindible experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.500 m

##### Algunas aclaraciones del nivel físico requerido

**El nivel físico exigido lo marca** el desnivel máximo acumulado a lo largo de una jornada.

El nivel físico exigido no lo marca la etapa con mayor desnivel, lo marca el promedio medio de todas las jornadas que componen la actividad.

**El tipo de terreno** varía entre terreno relativamente cómodo y sin dificultades, terreno irregular, fuera de camino y terrenos con mayor inclinación. En el caso de que haya algún tramo donde se tenga que usar las manos para superar algún obstáculo o se camine por caminos aéreos se indicará en el programa.

**El ritmo de progresión** se hace más constante y con descansos más cortos a medida que pasamos del nivel A al nivel C. En ningún caso, es necesario ir corriendo para realizar cualquier actividad en ninguno de los niveles.

## 4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa: resumen** (kilómetros, desniveles y duración de cada día) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

### 4.1 Programa resumen

Día 1. **Vuelo a Milán. Traslado a Malè.**

Volamos hacia Milán y desde allí emprenderemos el trayecto hacia la localidad de **Malè**, situada a unos 245 kilómetros.

Día 2. **Subida al lago Malghette** (Adamello-Presanella).

Distancia 12 km Desnivel + 270 m Desnivel – 270 m

Día 3. **Giro de los Cinco Lagos y Passo Ritorto** (Adamello-Presanella).

Distancia 15 km Desnivel +800 m Desnivel – 800 m

Día 4. **Subida al refugio Graffer** (Dolomitas de Brenta).

Distancia 14 km Desnivel +765 m Desnivel – 765 m

Día 5. **El Lago di Tovel** (Dolomitas de Brenta).

Distancia 14 km Desnivel +510 m Desnivel – 510 m

Día 6. **Cascadas y Torres de Vallesinella** (Dolomitas de Brenta).

Distancia 13 km Desnivel +700 m Desnivel – 700 m

Día 7. **El Val di Rabbi** (Ortles-Cevedale).

Distancia 10 km Desnivel +650 m Desnivel – 650m

Día 8. **Vuelo de regreso.**

Traslado a Bérgamo / Milán para tomar el vuelo de regreso.

### 4.2 Programa detallado

Día 1. **Vuelo a Milán. Traslado a Malè.**

Volamos hacia Milán y desde allí emprenderemos el trayecto hacia la localidad de **Malè**, situada a unos 245 kilómetros.

Día 2. **Subida al lago Malghette** (Adamello-Presanella).

En el corazón del parque natural de Adamello Brenta, y próximos al famoso Campo di Carromagno, ascenderemos hasta el refugio Malghette, situado junto al lago del mismo nombre para visitar el pequeño circo glaciar de Nambin, donde se esconde un hermoso y representativo conjunto de ibones alpinos.

Si las condiciones y las fuerzas lo permiten, completaremos la ruta subiendo hasta el cercano Lago Scuro, que nos permitirá apreciar numerosas cubetas glaciares colgadas sobre el Monte Zeledria, y que preside este

tramo del macizo de Pressanella, no sin antes pasar por el refugio de Pradalago, desde donde las vistas sobre el *gruppo* de Brenta están garantizadas.

Distancia 12 km Desnivel + 270 m Desnivel – 270 m

#### Día 3. **Giro de los Cinco Lagos y Passo Ritorto** (Adamello-Presanella).

La mejor ruta de presentación de las Dolomitas es este *Giro dei Cinque Laghi* que se desarrolla en otro macizo diferente, el de Adamello; cercano y espectacular mirador a las imponentes torres calizas de Brenta.

El punto de partida es el aparcamiento de Patascoss, desde donde nos dirigiremos al **lago Nambino**, un remanso de paz y el primero de los cinco lagos que exploraremos durante el día.

Desde ahí, comenzaremos el ascenso hacia los **lagos Serodoli y Gelato**, ubicados en la parte más elevada del recorrido. Luego, avanzaremos por un magnífico sendero de montaña que bordea la ladera hasta alcanzar el **lago Lambin** y, poco después, el **Passo Ritorto**, desde donde se puede observar el lago que lleva el mismo nombre, el último del circuito.

La jornada culmina con un descenso hacia la malga Ritorto, sin duda uno de los mejores miradores naturales para admirar las icónicas agujas de roca del Brenta. Disfrutar de un café caliente acompañado de una delicia típica alpina mientras se contempla esta imponente panorámica, es un placer que difícilmente se puede describir con palabras.

Distancia 15 km Desnivel +800 m Desnivel – 800 m

#### Día 4. **Subida al refugio Graffer** (Dolomitas de Brenta).

Hoy realizaremos una ruta por el corazón del parque natural de Adamello Brenta. Desde Madonna di Campiglio, ascenderemos de manera cómoda entre bosques de abetos y alerces hasta la planicie del monte Spinale, desde donde podremos disfrutar de la majestuosidad de las Dolomitas. Siguiendo un sencillo recorrido alcanzaremos el refugio Graffer a los pies del *passo Grostè*, en el cordal principal de las Dolomitas de Brenta.

Si las condiciones y las fuerzas acompañan podremos subir fácilmente hasta el *passo del Grostè* y contemplar las dos vertientes de las Dolomitas de Brenta. Desde el Refugio graffer disfrutaremos de una directa y fácil bajada pasando primero por el refugio Boch y a partir de ahí entre un tupido bosque de nuevo hasta nuestro punto de inicio, completando así una magnífica ruta circular con espléndidas panorámicas.

Distancia 14 km Desnivel +765 m Desnivel – 765 m

#### Día 5. **El Lago di Tovel** (Dolomitas de Brenta).

Hoy dedicaremos la jornada a explorar el lago Tovel, conocido tanto por la espectacularidad de su paisaje como por el curioso fenómeno que en ocasiones teñía sus aguas de rojo intenso, lo que le valió el sobrenombre de lago Rosso. Durante nuestra visita, podremos elegir si nos dejamos llevar por la magia de la leyenda o por la explicación científica que intenta resolver el misterio.

Oculto en el corazón del macizo de Brenta, este lago encierra una historia fascinante y un entorno natural de gran belleza. Sus aguas, que antaño pasaban del verde esmeralda a un rojo profundo, han alimentado relatos y estudios durante décadas.

Realizaremos una caminata alrededor de sus tranquilas orillas y luego continuaremos el ascenso por el valle hasta alcanzar la serena pradera de Malga Pozzol, un rincón apacible ideal para relajarse y disfrutar del entorno con calma. Finalizaremos la excursión regresando por el mismo sendero.

Distancia 14 km Desnivel +510 m Desnivel – 510 m

#### Día 6. **Cascadas y Torres de Vallesinella** (Dolomitas de Brenta).

Otra ruta estrella del viaje que nos llevará a alcanzar la base de las paredes más impresionantes del *gruppo* de Brenta. Allí se encuentra el refugio Brentei, donde disfrutaremos unos momentos inolvidables para terminar nuestro viaje. Desde la Malga Vallesinella di Sotto subiremos al refugio Casinei y tomaremos el precioso sendero Bogani que nos llevará, siempre con magníficas vistas a los paredones del Crozzon di Brenta y Cima Tosa (máxima altura del macizo con sus 3.173 metros de altitud), hasta nuestro objetivo de la jornada: el afamado refugio Maria e Alberto ai Brentei, donde comeremos. Regresaremos por el también encantador sendero Violi y terminaremos refrescando el ánimo al conocer las cascadas de Vallesinella y sus pasarelas, que semejan una equilibrada composición oriental.

Distancia 13 km Desnivel +700 m Desnivel – 700 m

#### Día 7. **El Val di Rabbi** (Ortles-Cevedale).

Nos adentraremos en el cercano y, sin embargo, solitario *val di Rabbi*, uno de los lugares más emblemáticos y pintorescos del parque nacional del Stelvio. Conoceremos las magníficas cascadas de Saènt y disfrutaremos de las estampas nevadas al abrigo de bosques de laricios centenarios.

Desde el aparcamiento Coler al Fontanin tomaremos el sendero de las espléndidas cascadas de Saènt, desde las que ascenderemos hasta la idílica *malga* Prà di Saènt. Subiremos a la cascada Alta y el sendero de los laricios monumentales, el cual, trazando un hermoso círculo nos llevará de nuevo a Prà di Saent, donde comeremos antes de retornar al punto de inicio por la senda de la vertiente opuesta a las cascadas.

Distancia 10 km Desnivel +650 m Desnivel – 650m

#### Día 8. **Vuelo de regreso.**

Traslado a Bérgamo / Milán para tomar el vuelo de regreso.

## 5 Precio. Incluye/No incluye

Precio 1.395 €

### 5.1 Incluye

- Guía de montaña durante todo el recorrido.
- 7 noches de hotel en habitación doble con baño privado en régimen de media pensión. [Hotel \\*\\*\\* Liberty Malé](#) en Malé. Suplemento habitación individual: + 120 €
- Transporte durante el viaje.
- Raquetas incluidas (siempre que te puedas pasar por la oficina y facturarlas en tu equipaje).
- Seguro de viaje.
- Gestión de reservas.

### 5.2 No incluye

- Vuelos. Posibilidad de gestión del mismo por parte de Muntania Outdoors (ver observaciones).
- Almuerzos.
- Cualquier actividad adicional no incluida en el programa.
- Cualquier otro concepto no incluido expresamente.

## 6 Más información

### Material y ropa necesaria para este viaje

Recomendamos llevar la ropa justa ya que en Lake Louise hay lavadoras y secadoras. Es importante que las maletas no sean de gran volumen para disponer de más espacio en la furgoneta.

- Mochila (entre 25-35 litros).
- Botas de montaña y polainas.
- Raquetas de nieve y bastones.
- Piolet
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón de invierno.
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
  - Braga para el cuello.
  - Guantes finos tipo forro polar.
  - Guantes gordos.
  - Gorro para el frío.
  - Gorra para el sol.
- Gafas de sol y ventisca.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.

- Cámara de fotos.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Cantimplora y/o termo.

El resto de equipaje que no lleve en las excursiones estará en su hotel. El día o días de cambio de alojamiento, el equipaje permanecerá en el vehículo mientras realiza la excursión y/o visitas o se recogerá en el alojamiento tras finalizar la excursión.

Rogamos sean comedidos con el tamaño de su maleta ya que el espacio del vehículo así lo requiere, además de que necesitará pocas prendas de recambio tras finalizar las excursiones.

### **Flexibilidad de fechas**

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas, pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto, no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y programaremos una salida para usted.

### **Hora y lugar de encuentro**

Entre 7 a 5 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro, así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, mandaremos más información útil que le facilitará los preparativos finales.

### **Billete de avión en caso de ser necesario**

A la hora de hacer la reserva podrás ver algunas propuestas de vuelos y el coste cuando se programó el viaje. Antes de comprar el billete comprobamos si hay mejores opciones para que te salga más económico.

Si estás interesado en que gestionemos tu billete, tendrás que marcarlo en la reserva, donde verás distintas opciones en función de tu lugar de residencia. Si no ves las propuestas de vuelo, una vez confirmemos el viaje recibirás información de opciones de vuelo.

Si, cuando hagamos la compra de tu vuelo, el precio de este difiere bastante de la propuesta, te informaremos para que nos des tu confirmación. Con nuestros buscadores intentamos localizar la mejor opción y la más económica.

Si no nos dices nada al respecto, compraremos tu billete con una maleta en bodega.

Muntania Outdoors cobra 30 € en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros quienes lo compremos. Si la compra de tu vuelo requiere más de dos compras (por ejemplo, porque la ida sea con una compañía y la vuelta con otra), el coste será de 30 €.

Este servicio no incluye gestiones para hacer el check-in previo a tu vuelo (lo tendrás que hacer tú).

Si por cualquier motivo ajeno a Muntania Outdoors tuvieras que cancelar tu vuelo, será tu responsabilidad hacer los trámites con la compañía aérea.

Si la compañía aérea cancela tu vuelo y nos da otra opción similar, aceptaremos el cambio en el caso de que la información nos llegue a nosotros sin tener que consultarte, y te mandaremos el nuevo horario. Si te llega

a ti, es tu responsabilidad aceptar el cambio y, si no estás de acuerdo con el nuevo horario, tendrás que rechazarlo.

Si la compañía aérea cancela tu vuelo, te haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela tu vuelo y quieras reclamar, serás tú quien realice los trámites que te pidan.

En el caso de que quieras que te gestionemos otro vuelo, al tratarse de una nueva tramitación de billete, tendrá un coste adicional de 30 €.

Si eres tú quien compra tu vuelo, te rogamos que nos consultes los horarios para una mejor coordinación de las horas de llegada y salida con el resto del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, siempre compres el billete completo, bien a través de una compañía aérea que opere en todos los tramos del trayecto con sus propios aviones o con otras compañías que formen parte de la misma alianza, y por tanto la compra se haga con un solo pago.

Si, por el contrario, optas por comprar un trayecto de ida o vuelta en el que hay escalas y cada escala supone una compra con distintas compañías, en caso de que una compañía cancele el vuelo o llegue con retraso impidiendo coger el siguiente vuelo, será difícil o imposible que una compañía se haga responsable de la pérdida del siguiente vuelo. La opción de la ida con una compañía distinta a la de vuelta también puede ser una buena alternativa para encontrar mejores horarios.

Recomendamos que en la mochila de cabina lleves lo indispensable por si no llega tu maleta, de modo que puedas realizar las excursiones.

Los bastones, raquetas y crampones no se pueden llevar en cabina; tendrás que facturarlos.

### Seguro de viaje incluido

La actividad tiene **incluido un seguro de viaje con Iris Global** que incluye:

- Rescate hasta 6.000 €
- Gastos médicos por enfermedad o accidente: hasta 30.000 € (opción de contratar una cobertura mayor, consultar).
- Repatriación o transporte sanitario: ilimitado.
- Regreso anticipado por causas justificadas: ilimitado.
- Pérdida, robo o daños de equipaje: hasta 600 €.

También tienes la opción de contratar un **seguro de cancelación** por causas justificadas con el **seguro Iris Global** que le incluimos en el viaje con un coste de 20 € por cada 1.000 € asegurados con un **máximo asegurado de 3.000 €**. La contratación tiene que hacerse en el momento de la reserva de su viaje. Si no se hace en tiempo hay **72 horas de carencia** en el que en caso de tener que cancelar por una causa justificada no le cubriría.

Además, ofrecemos un **seguro anual con Intermundial** que además de cubrir su viaje también cubre cualquier otro viaje dentro del periodo de contratación de este. **Intermundial** también ofrece este seguro con la **opción de cancelación** por las causas justificadas en sus condiciones.

#### Seguro de viaje incluido

\* Teléfono de asistencia 24h de Iris Global: 91 572 43 43

\*\* Cualquier otra comunicación relacionada con el siniestro con la compañía aseguradora será responsabilidad del accidentado.

\*\*\* Según donde ocurra el incidente, si el centro médico o cualquier otra entidad que actúa en el accidente pide el pago de alguna cantidad de dinero, será el accidentado el que tendrá que abonarlo. Posteriormente el accidentado tendrá que ponerse en contacto con la aseguradora para reclamar la devolución del importe pagado. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L.U. (Grupo Global Adventure Team S.L.) no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

Además, ofrecemos un **seguro anual con Intermundial** que además de cubrir su viaje también cubre cualquier otro viaje dentro del periodo de contratación de este. **Intermundial** también ofrece este seguro con la **opción de cancelación** por las causas justificadas en sus condiciones.

Consulte los precios y condiciones en el siguiente enlace: [Información de seguros](#)

#### Más información

\* Teléfono de asistencia 24h de Iris Global: 91 572 43 43

\*\* Cualquier otra comunicación relacionada con el siniestro con la compañía aseguradora será responsabilidad del accidentado.

\*\*\* Si tiene algún otro seguro contratado de este tipo, tiene la obligación de informar a todas las compañías del nombre y número de póliza de sus seguros y también tendrá que dar parte. Las compañías se pondrán en contacto unas con otras y se repartirán los costes generados por su accidente. En caso de no proceder de esta forma, los aseguradores no estarán obligados a pagar la indemnización.

\*\*\*\* Segundo donde ocurra el incidente, si el centro médico o cualquier otra entidad que actúa en el accidente pide el pago de alguna cantidad de dinero, será el accidentado el que tendrá que abonarlo. Posteriormente el accidentado tendrá que ponerse en contacto con la aseguradora para reclamar la devolución del importe pagado. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L.U. (Grupo Global Adventure Team S.L.) no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

#### **Otras cuestiones**

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

## Enlaces de interés

- [Campiglio Dolomiti](#)
- [Destino Trentino](#)

## 7 Puntos fuertes

- Paisaje único de gran belleza.
- Las Dolomitas con nieve,
- Excursiones variadas y situadas en distintas ubicaciones para conocer bien los distintos macizos.

## 8 Contacto

**Muntania Outdoors/Geographica. Grupo Global Adventure Team S.L (CICMA 4720)**

[+34 629 379 894](tel:+34629379894) [info@muntania.com](mailto:info@muntania.com) [www.muntania.com](http://www.muntania.com) [www.geographica.es](http://www.geographica.es)

C. de Miguel Yuste, 3, 3º E, Madrid, 28037 Madrid