



# SENDERISMO EN LOS DOLOMITAS DE BRENTA

**ALPES**

**muntania**   
Tu agencia de viajes

## ÍNDICE

<b>1</b>	<b>Presentación</b> .....	<b>1</b>
<b>2</b>	<b>El destino</b> .....	<b>2</b>
<b>3</b>	<b>Datos básicos</b> .....	<b>2</b>
3.1	Nivel físico y tipo de terreno para este viaje .....	3
<b>4</b>	<b>Programa</b> .....	<b>3</b>
4.1	Programa resumen .....	3
4.2	Programa detallado .....	4
<b>5</b>	<b>Más información</b> .....	<b>7</b>
5.1	Incluye .....	7
5.2	No incluye .....	7
5.3	Material y ropa necesaria para las excursiones .....	7
5.4	Observaciones .....	8
5.5	Enlaces de interés.....	10
5.6	Puntos fuertes .....	10
<b>6</b>	<b>Otros viajes similares</b> .....	<b>10</b>
<b>7</b>	<b>Contacto</b> .....	<b>10</b>

## 1 Presentación

Presentamos un viaje de **senderismo** a **Italia** para conocer las **Dolomitas de Brenta**.

Emplearemos **cinco jornadas** para recorrer todos los flancos de estas bellas montañas que como dijo el célebre alpinista **Reinhold Messner**, Los **Dolomitas** son "las montañas más bellas del mundo".

La última jornada en montaña, la sexta, se desarrollará en el **Lago di Garda** en nuestro camino de regreso a **Bérgamo**.

Dormiremos en hoteles en el valle y cada día podremos caminar ligeros de equipaje.

Un viaje para disfrutar de las montañas pero también para saborear la **rica gastronomía**, pasear por sus pueblos y para los valientes, darse un chapuzón en alguno de los lagos.

## 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: Senderismo

Nivel :NF \*/\*\*inf. Tipo de terreno:\*\*.

Duración: 8 días.

Época: De junio a septiembre.

Grupo mínimo-máximo: 4-8 personas

### 3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

N.Físico	Desnivel + acumulado	Kms	Condición física
*	hasta 600 m	Hasta 16 km	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	Hasta 23 km	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1600 m	Sup. A 23 km	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

(No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel \*\*\* con 1.300 metros de desnivel positivos y que la etapa tenga 12 km).

Tipo de Terreno	
*	Pistas forestales o senderos en buen estado
**	Senderos en buen estado. Presencia de rocas y raíces que requiere la atención durante la pisada
***	Senderos con obstáculos, pedreras y fuera de camino

Observaciones. Es un viaje **de caminar y no de vías ferratas**. Ideal para personas activas que pueden caminar en la montaña y que buscan un trekking suave en cuanto a desniveles y horas de duración (entre 4 y 5 horas diarias).

## 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. Encuentro en el aeropuerto de **Bérgamo, BGY (Orio al Serio)**. Posibilidad de volar al aeropuerto de Milán, Venecia Marco Polo (VCE) y al de Treviso (TSF). En caso de no volar a BGY le gestionaremos su traslado (consultar)

Traslado en transporte privado hasta las Dolomitas de Brenta. Tiempo aproximado de viaje 2h, 40m.

Noche de hotel en el valle.

Día 2. Excursión en el Lago **di Tovel** (1.177 m).

Distancia 17 km. Desnivel + 800 m. Desnivel - 800 m. Tiempo 6 h.

Alojamiento en hotel.

Día 3. Excursión circular del **Monte Peller** (2.350 m).

Distancia 12 km. Desnivel + 500 m. Desnivel - 500 m. Tiempo 5 h.

Alojamiento en hotel.

Día 4. Excursión del **Lago di Molveno**.

Distancia 12 km. Desnivel + 700 m. Desnivel - 700 m. Tiempo 4-5 h.

Alojamiento en hotel.

Día 5. Balcones de **Brenta**. Excursión del **Lago di Nambino**.

Distancia 12 km. Desnivel + 700 m. Desnivel - 700 m. Tiempo 5-6 h.

Alojamiento en hotel.

Día 6. Excursión del eje axial del **Macizo de Brenta**. Del **Refugio Stoppani** (2.438 m) a **Madonna di Campiglio** (1.506).

Distancia 14 km. Desnivel + 350 m. Desnivel – 1.100 m. Tiempo 5-6 h.

Alojamiento en hotel.

Día 7. Excursión en el **Lago di Garda**. Del **Lago di Lebro** al **Lago di Garda**.

Tras almorzar en **Riva del Garda** emprendemos camino hacia el aeropuerto de **Bérgamo** donde pasaremos la última noche en un hotel cercano. Opción de visitar **Bérgamo** si no llegamos muy tarde.

Distancia 14 km. Desnivel + 50 m. Desnivel – 600 m. Tiempo 4-5 h.

Alojamiento en hotel.

Día 8. Traslado al aeropuerto. Vuelo de regreso.

## **4.2 Programa detallado**

Día 1. Encuentro en el aeropuerto de **Bérgamo, BGY (Orio al Serio)**. Posibilidad de volar al aeropuerto de Milán, Venecia Marco Polo (VCE) y al de Treviso (TSF). En caso de no volar a BGY le gestionaremos su traslado (consultar)

Traslado en transporte privado hasta las Dolomitas de Brenta. Tiempo aproximado de viaje 2h, 40m.

Noche de hotel en el valle.

Día 2. Excursión en el **Lago di Tovel** (1.177 m).

Que mejor lugar para iniciar el viaje que en este paraje donde se encuentra el **Lago di Tovel** que asombra por los colores de sus aguas y que está rodeado de majestuosas montañas.

Tomaremos el camino que remonta el fondo del valle siguiendo el río **Tresénga** hasta el fondo del valle. A partir de aquí, giraremos a izquierdas para ir remontando en la dirección a los contrafuertes de la **Cima Pra Dell 'Asino**. A media altura, respecto al fondo del valle y a las cimas que tenemos detrás, transitaremos por un camino por el **Val Strangola** hasta el **Paso Termoncello**. Tras reponer fuerzas con un agradable almuerzo en montaña, partiremos en claro descenso hasta alcanzar el **Lago di Tovel** y finalizar un recorrido circular en este bello rincón del macizo de **Brenta**.

Distancia 17 km. Desnivel + 800 m. Desnivel - 800 m. Tiempo 6 h.

Alojamiento en hotel.

Día 3. Excursión circular del **Monte Peller** (2.350 m).

**El macizo de Brenta** se levanta como si fuera el casco de un barco dado la vuelta y donde la quilla corresponde a las cimas más elevadas. El lugar escogido para la excursión nos permitirá situarnos “sobre el casco de ese barco” y ver como continua el mismo hacia el sur.

Alcanzaremos en vehículo una pradera de montaña muy cerca del **refugio Pellet** (1.990 m). En el sentido contrario a las agujas del reloj caminaremos alrededor del **Monte Peller** y nos asomaremos a la vertiente este y oeste del **macizo de Brenta**.

Nuestro punto más elevado será el **Paso della Nana** (2.195 m) y marcará el retorno al lugar de partida.

Tras finalizar la excursión, podremos degustar un plato típico de montaña en el **refugio Peller**.

Destacar de esta excursión las amplias vistas que tendremos sobre las montañas de **Brenta** y sobre otros macizos alpinos vecinos.

Distancia 12 km. Desnivel + 500 m. Desnivel - 500 m. Tiempo 5 h.

Alojamiento en hotel.

Día 4. Excursión del **Lago di Molveno**.



El **Lago di Molveno** se encuentra situado al sur del **Macizo de Brenta** y su entorno invita a adentrarse en las montañas para luego disfrutar de sus aguas tras la jornada montañera.

Desde la pequeña localidad de **Molveno** alcanzaremos el **refugio la Montanara** (1.525 m) en el teleférico. Partiremos caminando hacia la cabecera del **Valle Delle Seghe** que es un rincón alpino espectacular rodeado de enormes montañas. Pasaremos por el **refugio Croz dell'Altissimo** y el **refugio Della Selvata**. Regresaremos a **Molveno** siguiendo el fondo del valle.

Para los valientes baño y para el resto a disfrutar de un café en alguna agradable terraza.

Distancia 12 km. Desnivel + 700 m. Desnivel - 700 m. Tiempo 4-5 h.

Alojamiento en hotel.

Día 5. Balcones de **Brenta**. Excursión del **Lago di Nambino**.

Tras tres días de excursiones en el corazón de las **Dolomitas de Brenta** toca el turno de seguir en este lugar pero caminando frente al macizo principal montañoso y así tener una perspectiva frontal de gran belleza.

Partiendo muy cerca de **Madonna di Campiglio** alcanzaremos el **Lago di Nambino** y otros lagos alpinos para disfrutar de insuperables vistas.

Distancia 12 km. Desnivel + 700 m. Desnivel – 700 m. Tiempo 5-6 h.

Alojamiento en hotel.

Día 6. Excursión del eje axial del **Macizo de Brenta**. Del **Refugio Stoppani** (2.438 m) a **Madonna di Campiglio** (1.506).

Nos trasladaremos a la vertiente oeste de **Brenta**, al valle donde se encuentra la célebre población alpina de **Madonna di Campiglio**.

Recorreremos la espina dorsal del **Macizo de Brenta**. El camino es espectacular ya que a media altura y bajo los imponentes farallones rocosos, nuestro camino nos irá mostrando un paisaje alpino magnífico. Transitaremos bajo montañas míticas como la **Cima Brenta**, **Cima Groste** y **Cima Sella**.

Pasaremos por el **refugio Tuckett** y quizá por el refugio **María e Alberto ai Brentei** (según las fuerzas que tengamos) donde haremos alguna parada para bien tomar un bocadillo o un plato de pasta italiana. En claro descenso alcanzaremos el **refugio Vallesinella** (1.513 m) donde daremos por finalizada la excursión.

Luego daremos un paseo por **Madonna di Campiglio** antes de regresar a nuestro hotel.

Distancia 14 km. Desnivel + 350 m. Desnivel – 1.100 m. Tiempo 5-6 h.

Alojamiento en hotel.

\*Para el inicio de la excursión tomaremos el teleférico que nos sube al refugio Stoppani y bajaremos en autobús desde el refugio Vallesinella a Madonna di Campiglio.

Día 7. Excursión en el **Lago di Garda**. Del **Lago di Lebro** al **Lago di Garda**.

Queremos finalizar esta semana de senderismo realizando una visita al famoso **Lago di Garda** y que mejor forma de hacerlo que caminando.

Iniciaremos la excursión en el bonito **Lago di Ledro** en la pequeña población de **Mezzolago**. En claro descenso caminaremos hacia el **Lago Di Garda** siguiendo el río que une ambos lagos. El último tramo del camino se hace en altura sobre el **Lago di Garda** y con bonitas vistas sobre la población de **Riva del Garda** que será el punto final.

Tras almorzar en **Riva del Garda** emprenderemos camino hacia el aeropuerto de **Bérgamo** donde pasaremos la última noche en un hotel cercano. Opción de visitar **Bérgamo** si no llegamos muy tarde.

Distancia 14 km. Desnivel + 50 m. Desnivel – 600 m. Tiempo 4-5 h.

Alojamiento en hotel.

Día 8. Traslado al aeropuerto. Vuelo de regreso.

## 5 Más información

Precio. Consultar.

### 5.1 Incluye

- Guía de montaña durante todo el recorrido.
- 7 noches de hotel en habitación doble en régimen de alojamiento con desayuno (consultar individual).
- Transporte durante el viaje.
- Camiseta técnica de manga corta Muntania Outdoors ideal para actividades en montaña.
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de reservas.

### 5.2 No incluye

- Viaje hasta **BGY** (Bérgamo, Orio al Serio). Posibilidad de gestión del mismo por parte de Muntania Outdoors (ver observaciones).
- Almuerzos. Picnic diario comprado en los refugios o posibilidad de comer un plato caliente en algún refugio de paso. Cenas que se harán en restaurantes de la zona.
- Traslado del hotel junto al aeropuerto al aeropuerto el último día (está a 5 minutos del aeropuerto, opción de traslado por el mismo hotel o en taxi).
- Cualquier actividad adicional no incluida en el programa.
- Teleféricos de acceso en dos excursiones y bus de bajada a Madonna di Campiglio.

### 5.3 Material y ropa necesaria para las excursiones

- Mochila de día (entre 25-35 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña (recomendamos no usar zapatillas de correr en montaña).
- Ropa técnica:
  - Calcetines.
  - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
  - Camiseta térmica (primera capa).
  - Forro polar o similar (segunda capa).
  - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
  - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
  - Gorra para el sol.
- Gafas de sol.
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback mínimo 1 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastones telescópicos (si habitualmente los utiliza).

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.

## 5.4 Observaciones

### **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**

Si está interesado en que gestionemos su billete rogamos nos lo comunique, informando del **aeropuerto de salida y regreso y si quiere facturar una maleta en la bodega del avión**. Si puede meter los bastones telescópicos dentro de su maleta no tendrá que facturar una segunda maleta. Antes de comprar el billete le informaremos de su precio. Con nuestros buscadores intentamos localizar el precio más bajo posible. En caso de que usted gestione el billete, debe preguntarnos el lugar de encuentro (aeropuerto u hotel) y hora antes de comprarlo, al igual que el regreso, para coordinar el encuentro del grupo y del guía del viaje.

Recomendamos que en la mochila de cabina lleve lo indispensable para que si no llega su maleta pueda realizar las excursiones.

Muntania Outdoors cobra 25 € en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que hagamos los trámites de compra del mismo. Este servicio no incluye gestiones para hacer el checking previo a su vuelo (lo tendrá que hacer usted). Si por cualquier motivo, ajeno a Muntania Outdoors, usted tuviera que cancelar su vuelo, será responsabilidad suya hacer los trámites con la compañía aérea. Si la compañía aérea cancela su vuelo y nos da otra opción similar aceptaremos el cambio sin tener que consultarle y le mandaremos el nuevo horario. Si la compañía aérea cancela su vuelo, le haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela su vuelo y quiere reclamar, será usted el que realice los trámites que le pidan realizar. En el caso de que quiera que le gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 25 € adicionales.

Si es usted el que compra su vuelo, rogamos nos consulte 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 compre 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 alianza de compañías a la que pertenece y por tanto la compra se haga con un solo pago. Si, por el contrario, opta por comprar un trayecto de ida o vuelta en la 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 opción para encontrar mejores horarios.

### **Alojamientos**

Se estará durante 6 noches en un hotel o dos hoteles en la zona del Macizo de Brenta y la última noche en un hotel entre Bèrgamo y el aeropuerto.

Tiene la opción de habitación individual si hay disponibilidad. Ruego nos solicite información al respecto en el caso de que esté interesado.

Si no quiere pagar el suplemento de habitación individual, ruego nos comunique que quiere habitación compartida. Dependerá de que otra persona también esté interesada en compartir tomando como orden la fecha en el que hace el pago de la reserva. Siempre que podamos se compartirá habitación con alguien del mismo sexo pero si no es así, previamente le avisaremos para que tome la decisión de compartir con alguien de distinto sexo o bien elegir individual. Si el grupo queda impar y todos quieren compartir habitación, la última persona en apuntarse tendrá que pagar suplemento de individual.

### **Recogida en el aeropuerto y llegada al aeropuerto el último día**

Ya que no siempre los participantes llegan a la misma hora al aeropuerto, la hora de recogida la marcará el que llegue más tarde y la hora en la que el guía dejará al grupo en el aeropuerto lo marcará el que despega antes.

Si no se quiere esperar en el aeropuerto se puede dejar la maleta en consigna y pasar una hora en Bèrgamo.

Siempre intentamos que la horquilla de vuelos entre los participantes sea lo más estrecha posible.

### **Tipo de seguro que se incluye en el viaje y otras opciones**

#### **Seguro de accidentes/viaje**

La actividad tiene **incluido un seguro de accidentes y rescate**, pero **no seguro de viaje ni seguro de cancelación**. Si usted practica deportes de montaña u otros deportes de forma regular y además viaja **le recomendamos un seguro de viaje**, que además de cubrir accidentes y rescate tenga mayores coberturas en su viaje.

También tiene la opción de contratar únicamente un **seguro de cancelación**.

Si no dispone de uno, tiene la opción de contratarlo a través de nuestra agencia de viajes. Muntania Outdoors tramita los seguros con **Galia** y **Intermundial**. El coste de estos seguros es menor si lo hace a través de Muntania que si lo hace usted de forma directa con estas compañías.

Consulte los precios y condiciones <https://www.muntania.com/seguros>

#### Seguro de accidentes y rescate incluido

\* Seguro de accidentes y rescate incluido. Nº PÓLIZA 4020006195 Muntania Outdoors. Teléfono de asistencia 24h 902 09 15 57 (es el número de contacto de la empresa aseguradora Prebal, Previsión Balear M.P.S).

\*\* Es responsabilidad del cliente dar parte del accidente a la aseguradora con la mayor brevedad posible. En el email de última información le daremos de nuevo el número de póliza y teléfono de asistencia para que lo lleve consigo.

\*\*\* Según donde ocurra el incidente, el cliente tendrá que adelantar el pago si la compañía aseguradora lo indica siendo devuelto por parte de esta posteriormente dentro de los límites que tiene la póliza. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L. no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

\*\*\*\* El seguro de accidentes y rescate tiene una cobertura ilimitada en centros concertados en actividades de ámbito nacional y hasta 12.000 euros en el extranjero, siendo el pago contra reembolso.

### 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.

### 5.5 Enlaces de interés

- <https://www.campigliodolomiti.it/en>

### 5.6 Puntos fuertes

- Paisaje único de gran belleza.
- Excursiones variadas y situadas en distintas ubicaciones para conocer bien la zona.
- Acabar el viaje con una excursión en el **Lago di Garda** y dando un paseo por Bérgamo.
- Alta frecuencia y económicos vuelos a Bérgamo o Milán.

## 6 Otros viajes similares

- Senderismo suave en Chamonix. Macizo del Mt. Blanc
- Senderismo en las Dolomitas de Brenta. Italia
- Dolomitas, senderismo suave por las montañas más bellas del mundo
- Senderismo en Eslovenia. Alpes Julianos
- Senderismo en el Parque Nacional de la Selva Negra. Alemania
- Senderismo en la Selva Negra y Alpes Bávares

## 7 Contacto

**Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608**

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

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).