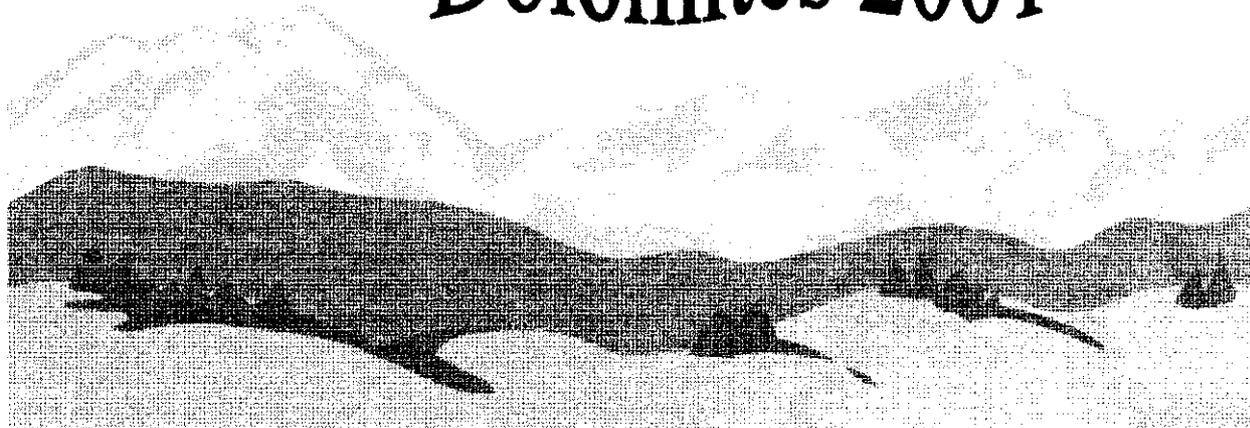


# Programme définitif Dolomites 2001



## 1<sup>er</sup> jour, samedi 7 juillet Voyage en voiture

Voyage de la Suisse à Alba di Canazei en voitures privées. La route nous conduisant à Alba di Canazei à 1450m dans le Val Fassa passe par Feldkirch, le col de l'Arlberg, Innsbruck, le col du Brenner et Gardena. Cela représente ~ 630 km.

Nuit à l'hôtel « Villa Adria\*\* » à Alba di Canazei

## 2<sup>ème</sup> jour, dimanche 8 juillet Penia - Cabane Puez

Nous partons en voiture jusqu'à San Cristina (env. 20 minutes) puis nous montons en télécabine jusqu'au col Raiser à 2107m puis un cheminement quasi plat nous conduit jusqu'à la cabane Firenze à 2037m. Nous montons ensuite jusqu'à Forc. de Sieles à 2505m puis à Forc. Nives à 2662m. Ce dernier tronçon est équipé de câbles fixes. Puis nous amorçons une descente facile jusqu'à la cabane Puez à 2475m.

Marche : ~3,5 heures    Dénivelé : + 625 - 257 = 882m    Distance : 7,8km    Effort: 16,6km

Nuit en cabane

## 3<sup>ème</sup> jour, lundi 9 juillet Cabane Puez - Hotel Frara, Passo Gardena

Quittant la cabane, nous descendons jusqu'au Forc. de Ciampac à 2366m puis nous remontons vers le lac Crèspeina au bord duquel nous dînons. Nous poursuivons notre montée jusqu'au col Crespeina à 2528m. De là nous amorçons la descente, passons le col Cir à 2469m puis la cabane Clark à 2222m pour arriver finalement à la cabane Passo Gardena à 2121m (fermée cette année !). Après le dîner, nous empruntons l'ancien sentier des Dolomites en passant par le col Frea à 2234m !

Marche : ~5 heures    Dénivelé : +626 - 516 = 1142m    Distance 9,8 km    Effort: 18,6km

Nuit en cabane

## 4<sup>ème</sup> jour, mardi 10 juillet Hotel Frara, Passo Gardena - Cabane Boè

Nous montons par le Val de Tita jusqu'à la cabane Boè à 2871m., la plus haute de notre tour.

C'est une très courte étape.

Marche: ~1,5 heures    Dénivelé : +286m - 0 = 286m    Distance : 3,5km    Effort: 6,3km

Nuit en cabane

Une fois à la cabane nous avons la possibilité de faire un petit circuit passant par le refuge Piz Fass à 3152m. Il faut compter 3 heures de marche.

Une autre possibilité consisterait, en cas de grand beau temps, à gravir la Cima Pisciadu à 2985m qui se situe au milieu de notre chemin entre la cabane Pisciadu et la cabane Boè (~2heures de marche)

En restant à la cabane ou dans ses environs, l'après-midi peut aussi servir de repos bienfaisant pour les plus fatigué(e)s !

## 5<sup>ème</sup> jour, mercredi 11 juillet Cabane Boè - Cabane E.Castiglione

Nous passons au dessous du col Aut puis nous longeons une rivière jusqu'à la cabane Maria à 2950m. Là nous avons la possibilité de redescendre en téléphérique jusqu'au col Pordoi à 2242m d'altitude.

Nous remontons en direction de la cabane Fredarola à 2388m, nous passons par la cabane Viel del Pan à 2432 et redescendons le long du sentier Bindelweg jusqu'à la cabane E. Castiglione à 2044m. Cette cabane est située au bord d'un des plus grands lacs des Dolomites, le lac di Fedaiia.

Marche : ~5,5 heures (sans télé) Dénivelé : +269 -1096 = 1365m Distance : 11,5km Effort: 25,2km

Marche : ~4 heures (avec télé) Dénivelé : +269 -388 = 657m Distance : 9,7km Effort: 16,3km

Nuit en cabane

### 6<sup>ème</sup> jour, jeudi 12 juillet Cabane E.Castiglione - Cabane Contrin

En fonction de l'enneigement sur le glacier Marmolada nous déciderons entre deux variantes.

1. Nous montons à pied ou en téléphérique à la cabane Pian di Fiacconi à 2626m puis nous longeons la moraine avant de traverser et de monter sur le glacier Marmolada jusqu'à Forc. della Marmolada à 2896m. C'est un passage un peu plus difficile voir impossible s'il n'y a plus de neige (glace vive), surtout en plein été. Sur les derniers 20 mètres, nous devons descendre une échelle bien équipée. Nous poursuivons la descente jusqu'à la cabane Contrin à 2016m.

Marche : ~5,5 heures (sans télé) Dénivelé : +852 - 810 = 1662m Distance : 9km

Effort: 25,6km

Marche : ~4,5 heures (avec télé) Dénivelé : +270 -810 = 1080m Distance : 6,5km Effort: 17,3km

2. Nous passons le col Ciampieà à 1842m puis celui de Mer pour arriver à Penia à 1556m (ce tronçon peut être fait en bus). Nous montons ensuite sur un bon chemin le Val di Contrin jusqu'à la cabane Contrin à 2016m.

Marche : ~5 heures (sans bus). Dénivelé : +460 -497 = 957m Distance : 12,5km Effort: 22km

Marche : ~3 heures (avec bus) Dénivelé : +460 - 0 = 460m Distance : 5,5km Effort: 10,1km

Nuit en cabane

### 7<sup>ème</sup> jour, vendredi 13 juillet Cabane Contrin - Alba di Canazei

Pour ce dernier jour de marche, nous proposons deux itinéraires :

1. Descente tranquille par le val Contrin jusqu'à Alba di Canazei.

Marche : ~2,5 heures. Dénivelé : + 0 - 548 = 548 m Distance : 5,2km. Effort: 10,6km

2. Nous montons en direction du col San Nicolo à 2340m puis de Forcia Negra (câbles fixes) ou en cas de grand beau temps par le sommet de Colac à 2715m et redescendons sur la cabane Tobia del Jagher à 2170m. De là, nous prenons la télécabine jusqu'à Alba di Canazei

Marche : 4,5 heures Dénivelé : +500 -346 = 846m Distance : 9,5km Effort : 18,5km

Nuit à l'hôtel « Villa Adria\*\* » à Alba di Canazei

## Prix

En lires italiennes et par personne pour le logement et la demie-pension (prix haute saison du 7.7 au 25.8.01)

Cabane Puez : 70 000 Lires

Cabane F.Cavazza al Pisciadu : 65 000 Lires

Cabane Boè : 70 000 Lires

Cabane E.Castiglione : 70 000 Lires

Cabane Contrin : 60 000 Lires

Hôtel « Villa Adria\*\* » (2 nuits) 75 000 Lires (10 000 Lires = 8,225 FRS) = 150 000 L

**Dans les cabanes, nous devons payer cash, pas de carte de crédit ; prévoir suffisamment de lires italiennes !**

## Voyages

### Fribourg - Alba di Canazei

Départ de Beaumont-Centre à 0630 heures.

Voiture Markwalder: Markwalder(s) + Guhl(s)

Voiture Jemelin: Jemelin(s) + Piguet

Voiture Cosandey: Cosandey + Ribordy + Dousse(s)

Voiture Galli: Galli(s) en provenance directement d'Italie

### Val Gardena - Fribourg

Voiture Markwalder : Markwalder(s) + Guhl(s)

Voiture Jemelin: Jemelin

Voiture Cosandey : Cosandey + Ribordy + Dousse(s)

Voiture Galli : Galli(s)+Piguet jusqu'à ... (selon entente)

## Papiers d'identité

Chaque participant doit être en possession d'un passeport ou d'une carte d'identité valable.

## **Nourritures**

Nous disposerons de la demie-pension durant toute la marche. Dans les cabanes, nous pouvons acheter du chocolat ou des petites choses à sucer, des boissons mais en général pas de viande ni de pain. Il faut prévoir un minimum de vivres pour 5 diners (viande, fruits secs, etc.).

## **Equipement**

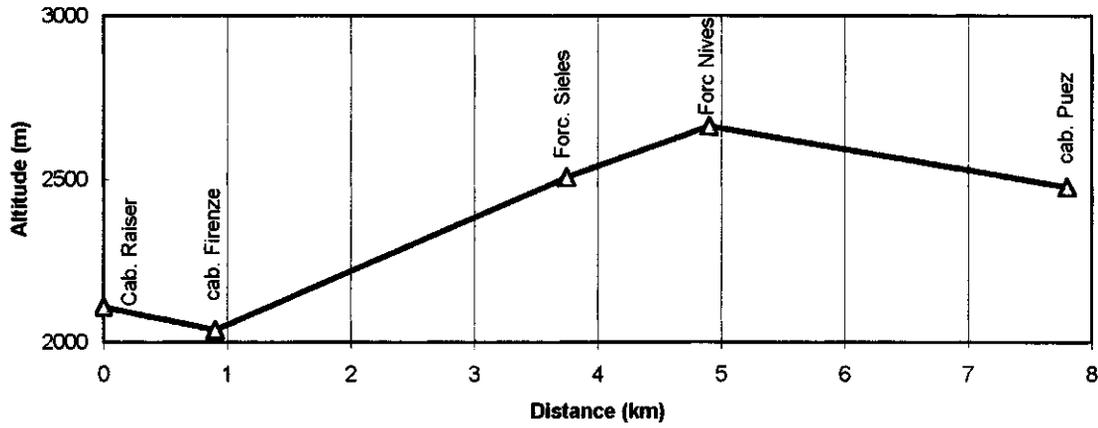
Veuillez consulter la « checklist du parfait Dolomitards » qui vous a été remise avec le programme initial. Vous n'avez pas à vous procurer de matériel technique tel que corde, mousquetons, cordelettes d'encordage et cartes topographiques.

## **Nos adresses durant le voyage**

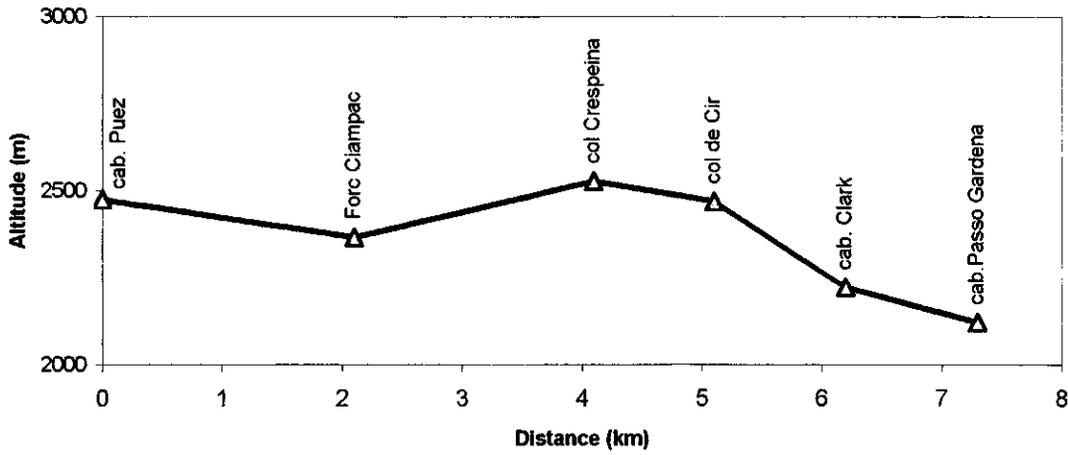
Samedi 7 juillet	Hotel Villa Adria, Alba di Canazei	tél. : 0039 0462 601 291
Dimanche 8 juillet	Cabane Puez	tél. : 0039 0471 795 365
Lundi 9 juillet	Hotel Frara, Passo Gradena	tél. : 0039 0471 795 225
Mardi 10 juillet	Cabane Boè	tél. : 0039 0471 847 303
Mercredi 11 juillet	Cabane Castiglioni E./Marmolada	tél. : 0039 0462 601 117
Jeudi 12 juillet	Cabane Contrin	tél. : 0039 0462 601 101
Vendredi 13 juillet	Hotel Villa Adria, Alba di Canazei	tél. : 0039 0462 601 291

Nous sommes atteignables tous les soirs dès ~18 heures dans les cabanes.

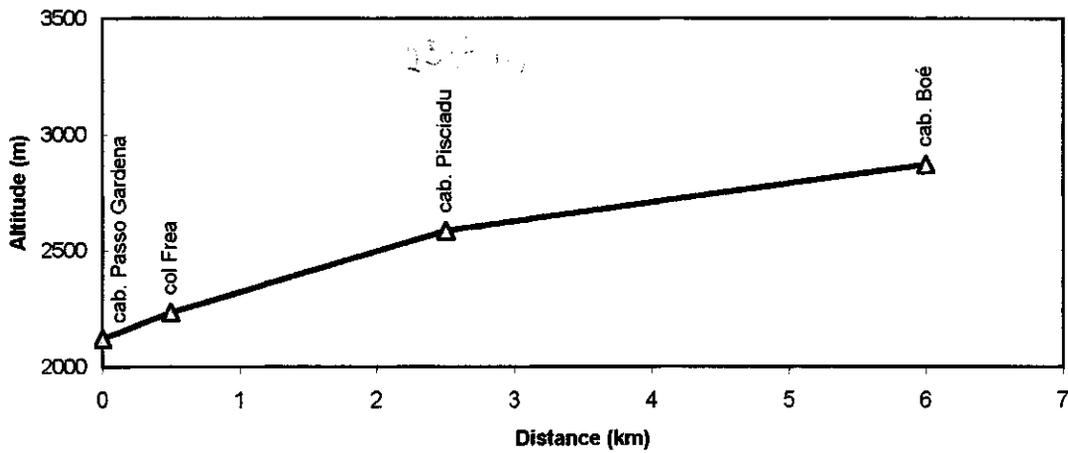
### 1er jour de marche, Cabane Raiser-Cabane Puez



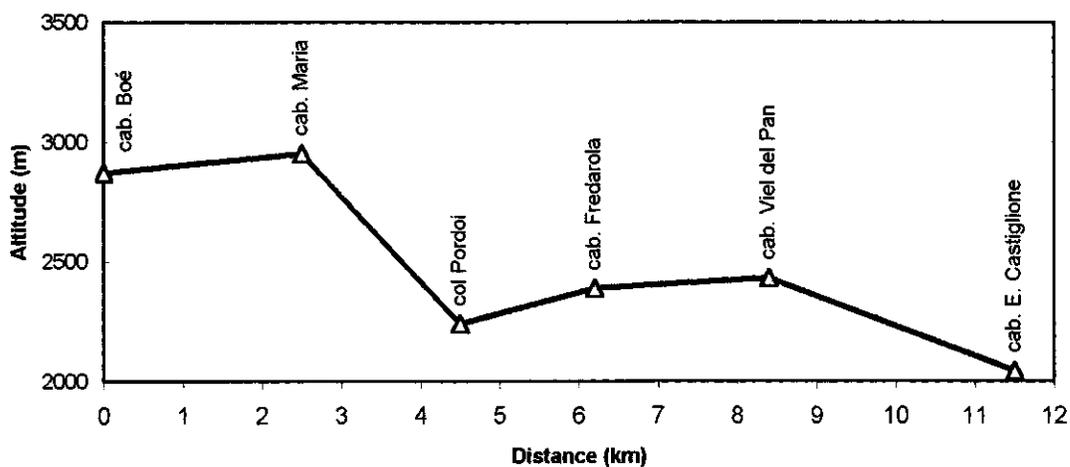
### 2ième jour de marche, Cab. Puez-Cab. Passo Gardena



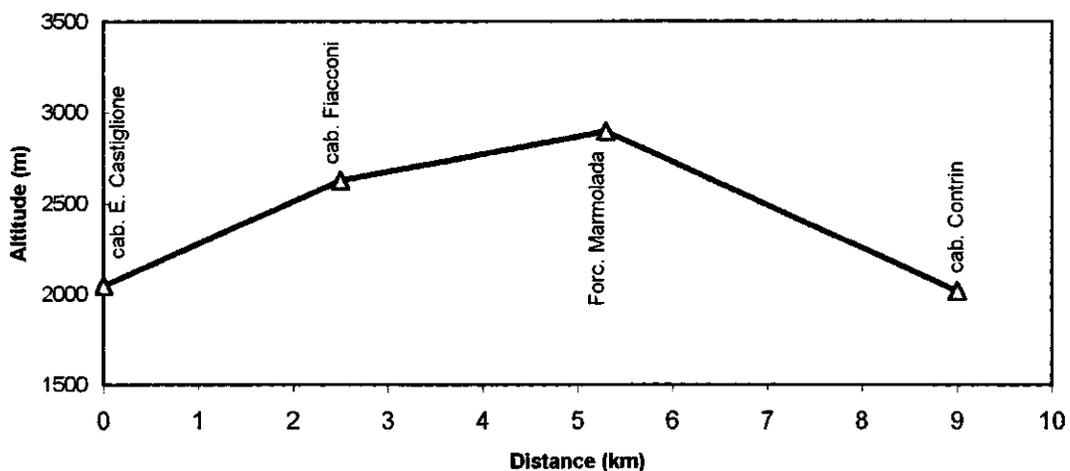
### 3ième jour de marche, Cab. Passo Gardena-Cab.Boé



### 4ième jour de marche, Cab. Boé-Cab.E.Castiglione



### 5ième jour de marche, Cab. E.Castiglione-Cab.Contrin



### 6ième jour de marche, Cab. Contrin-Cab.Tobia del Jagher

