



Le Marmarole sono un importante gruppo dolomitico posto nel cuore del Cadore in splendida posizione tra alcune delle montagne più significative di tutte le Dolomiti: l'Antelao, il Pelmo, il gruppo del Sorapiss, il Cristallo, il Popera, i Cadini e, in lontananza, le Tre Cime.



Rispetto ad altri massicci più famosi e frequentati, le Marmarole, per via della minore frequentazione, mantengono integro il fascino selvaggio della montagna in un contesto comunque di facile raggiungibilità, costituendo di conseguenza una delle zone ideali per chi vuole godere le "Montagne Bianche" camminando per sentieri poco frequentati e usufruendo di rifugi non affoliati ma comunque di ottimo livello.



Durata	4 giorni
Lunghezza totale	42 km
Dislivello totale in salita	+2.200 m
Dislivello totale in discesa	-2.700
Durata prevista in movimento	~ 17 ore
Livello	EE (Escursionisti Esperti)



Marmarole Runde è un impegnativo trekking ad anello che, in un numero variabile di giorni in base all'organizzazione e alla preparazione dei partecipanti, permette di effettuare un percorso circolare attorno al gruppo delle Marmarole passando dai rifugi più significativi, dai sentieri escursionistici principali comprese alcune Alte Vie.

Nella proposta preparata dalla sezione CAI di Sesto Fiorentino, il Marmarole Runde viene effettuato in 4 tappe:

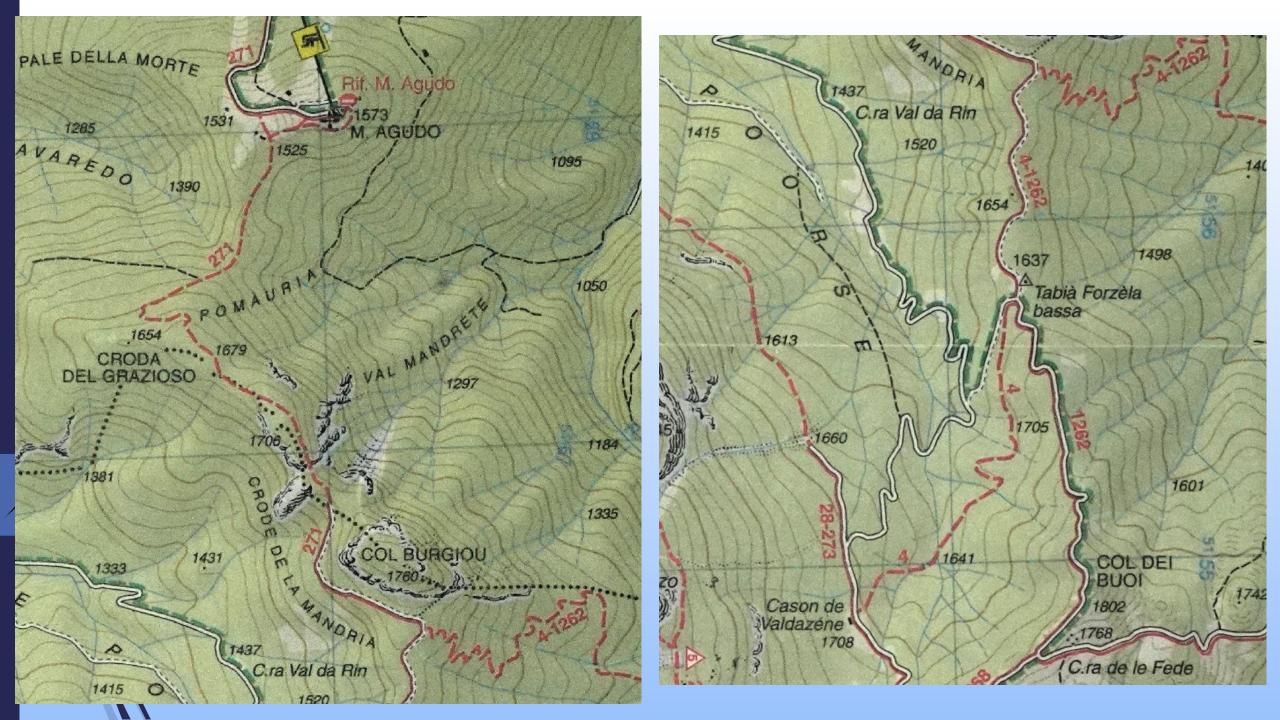
- Tappa 1 Giovedì 1 agosto: da Auronzo di Cadore al Rif. Baion;
- Tappa 2 Venerdì 2 agosto: dal Rif. Baion al Rif. Galassi
- Tappa 3 Sabato 3 agosto: escursioni sotto l'Antelao e trasferimento al Rif. San Marco;
- Tappa 4 Domenica 4 agosto: dal Rif. San Marco ad Auronzo di Cadore.

Giovedì 1 agosto: Trasferimento ad Auronzo e prima tappa



- Partenza alle 7.00 da Sesto
- Trasferimento in auto ad Auronzo di Cadore
- Salita al Rifugio Monte Agudo in seggiovia
- Escursione dal rif. M. Agudo al rif. Baion

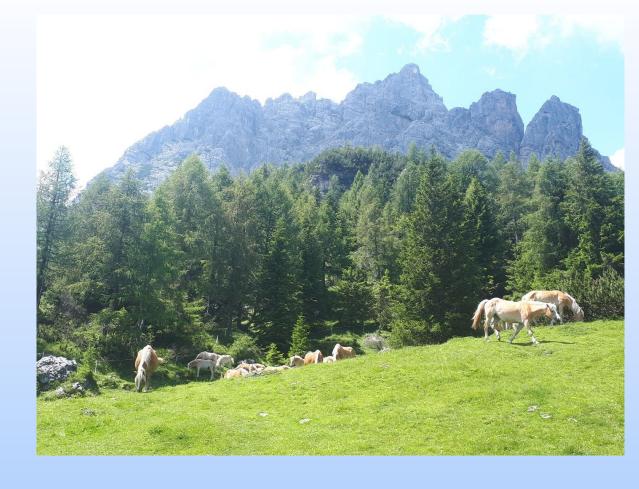
Punto e quota di partenza	Rif. Monte Agudo, 1.573 m slm
Punto e quota di arrivo	Rif. Baion, 1.826 m slm
Lunghezza	9 km
Dislivello in salita	+410 m
Dislivello in discesa	-160 m
Durata prevista	3 hh





La tappa si svolgerà prevalentemente nel bosco fino all'arrivo ai pascoli di **Pian dei Buoi**, ormai in vista del rifugio Ciaréido.

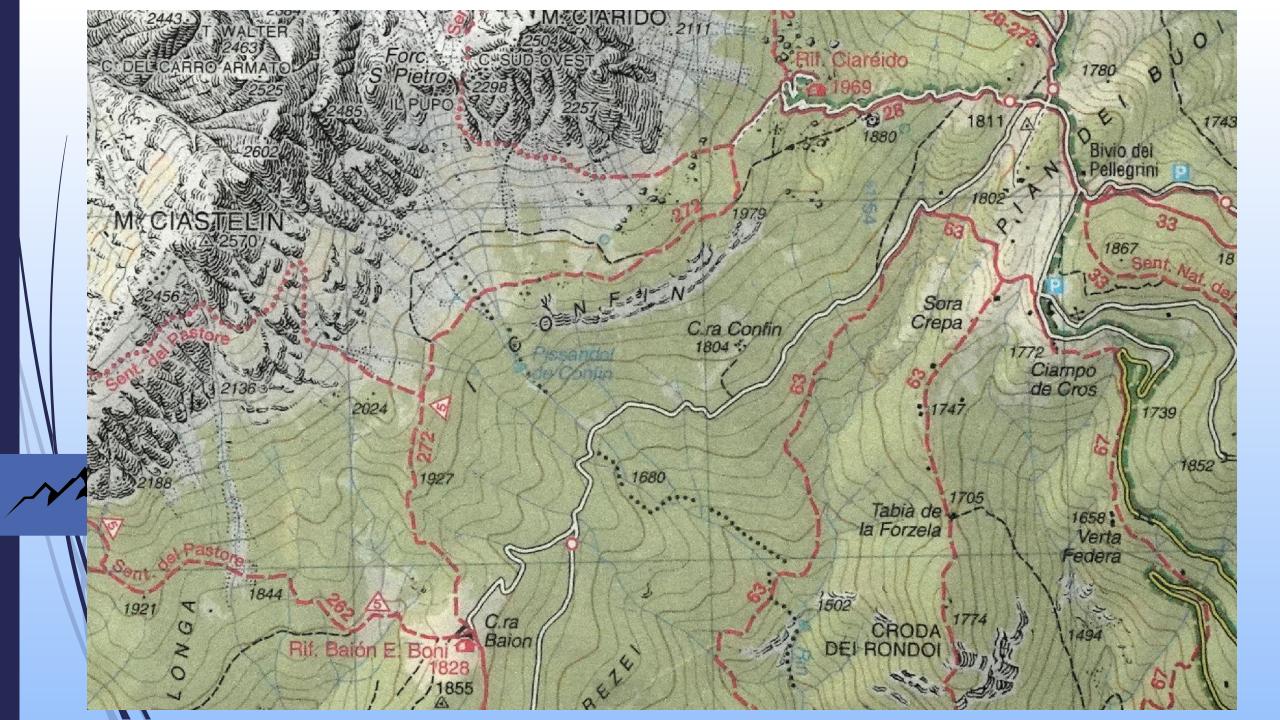
In questa parte della tappa a ovest svettano le cime principali delle propaggini orientali del massiccio delle Marmarole (sottogruppo del Ciastelin): il **M. Ciarido** (2.504 m/slm) e il **M. Ciastelin** (2.570 m).





Dopo il Ciaréido, durante la discesa verso il rifugio Baion si può osservare a nord il caratteristico **Pupo di Lozzo** (2.350 m) accanto alla **forcella S. Pietro**.







Escı	ırsione:	Marmarole Runde tappa 1:	del: 1 ag	osto 2024	Località: Marmarole - Auronzo di Cadore - M. Agudo - Pian dei Buoi - Rif. Ciareido - Rif. Baion							
7	ratto	Inizio tratto		Fine tratto		Dislivello	Azimut		Distanza	Pendenza	Tempo	Numero e tipo di sentiero,riferimenti
n°	hh:mm	Punto noto Quota		Punto noto	Quota	metri s.l.m.	Azimut	Recip.	metri	%	h mm	Numero e apo ar senaero,menmena
	14.00			Rif. Monte Agudo	1573				0		0h 00m	
1	14:00	Rif. Monte Agudo	1573	Incr. s. 4-1262	1650	77	169	349	2700	3%	0h 45m	Sent. 271 (bosco, carrareccia)
2	14:45	Incr. s. 4-1262	1650	Tabia Forzela Bassa	1637	-13	182	2	860	-2%	0h 20m	Sent. 4 - 1262 (bosco, carrareccia)
3	15:05	Tabia Forzela Bassa	1637	Pian dei Buoi (incr. s. 4, 28, 273)	1810	173	184	4	2000	9%	0h 45m	Sent. 1262 - Sent. 268
4	15:50	Pian dei Buoi (incr. s. 4, 28, 273)	1810	Rifugio Ciaréido	1969	159	274	94	900	18%	0h 30m	Sent. 28 (bosco)
5	16:20	Rifugio Ciaréido	1969	Rifugio Baion E. Boni	1828	-141	210	30	2400	-6%	0h 40m	Sent 272 - AV 5
6	17:00	Rifugio Baion E. Boni	1828									
7												_
8												
											100	

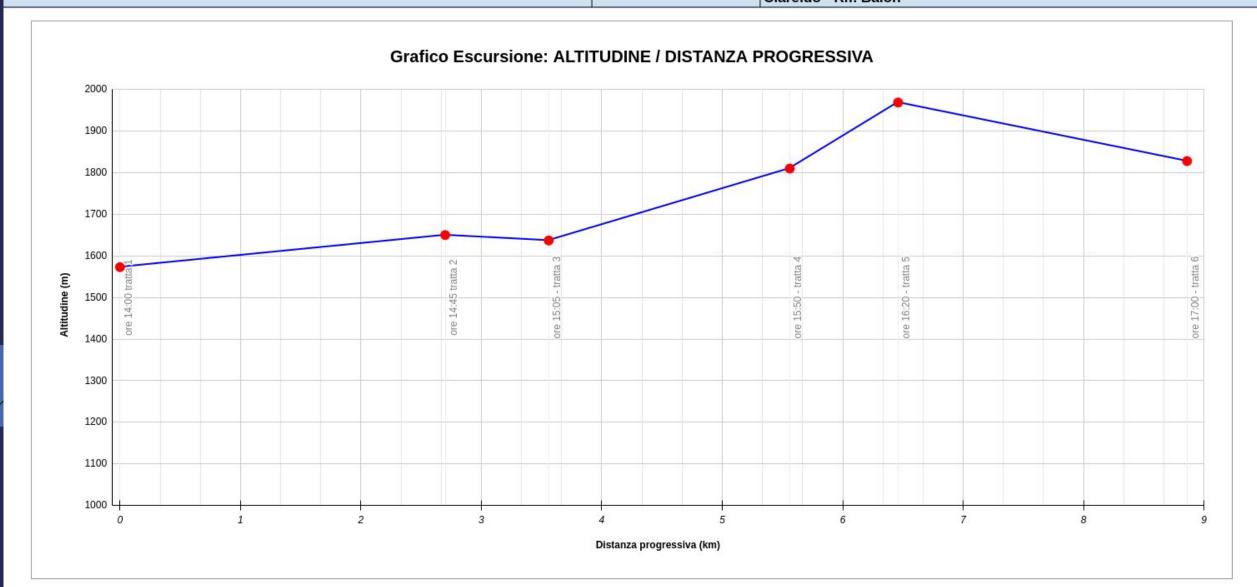
Orari escursione Riepilogo tempi			empi	Somme e	Note					
Inizio:	14:00	In movimento:	3h 00m	Dislivello positivo (m)	409	Distanza in + (m)	5.600	7%		La mattina trasferimento da Sesto F.no ad Auronzo di Cadore. Salita al
Fine:	17:00	Soste:	0h 00m	Dislivello negativo (m)	-154	Distanza in - (m)	3.260	-5%		rif. M. Agudo con seggiovia
		Totale:	3h 00m		8.860		3h 00m	0000		



Escursione: Marmarole Runde tappa 1: Dal Rif. M. Agudo al Rif. Baion

del: 1 agosto 2024

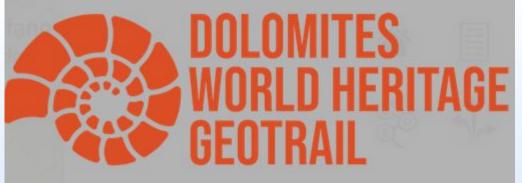
Località: Marmarole - Auronzo di Cadore - M. Agudo - Pian dei Buoi - Rif. Ciareido - Rif. Baion







Il Rifugio Ciareido e il grande blocco di dolomia con la rottura lungo strato. (foto di Dolomiti Project)



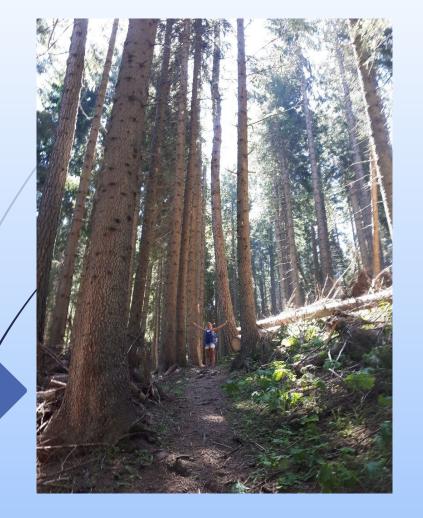
GEOSTOP 21.1

La pietra spaccata

LON 12° 23' 49,3" E | LAT 46° 30' 46,8" N

La strada sterrata che conduce al Rifugio Ciareido proprio in prossimità dello stesso gira intorno ad un grande masso diviso a metà da un'ampia fenditura, la quale segue le caratteristiche stratificazioni delle rocce sedimentarie, qui in posizione verticale. Questo masso fa parte della frana del Monte Ciarido, che diede origine al deposito di detrito, in parte nascosto dai mughi, che circonda il dosso su cui sorge il rifugio. Il masso, che si ruppe probabilmente in seguito al suo movimento verso valle, testimonia un fenomeno che contribuisce tuttora a disegnare il paesaggio dolomitico.







Venerdì 2 agosto: dal rif. Baion al rif. Galassi



- Partenza di prima mattina dal rif. Baion
- Facile percorso attrezzato con cavo sotto la Croda Bianca
- Discesa fino alla Val d'Oten passando per il rifugio Chiggiato
- Risalita fino al rif. Galassi

Punto e quota di partenza	Rif. Baion, 1.826 m slm
Punto e quota di arrivo	Rif. Galassi, 2.022 m slm
Lunghezza	16 km
Dislivello in salita	+1.020 m
Dislivello in discesa	-850 m
Durata prevista	7 hh





Nella parte iniziale della tappa, davanti a noi, ad Ovest, svetta la **Croda Bianca** (2.841 s.l.m.) una delle più belle ed appariscenti cime del gruppo delle Marmarole. Il suo spigolo sud-est è visibile da tutta la valle del Cadore.

Proprio sotto la Croda Bianca affronteremo un passaggio esposto in cui dovremo fare particolare attenzione.



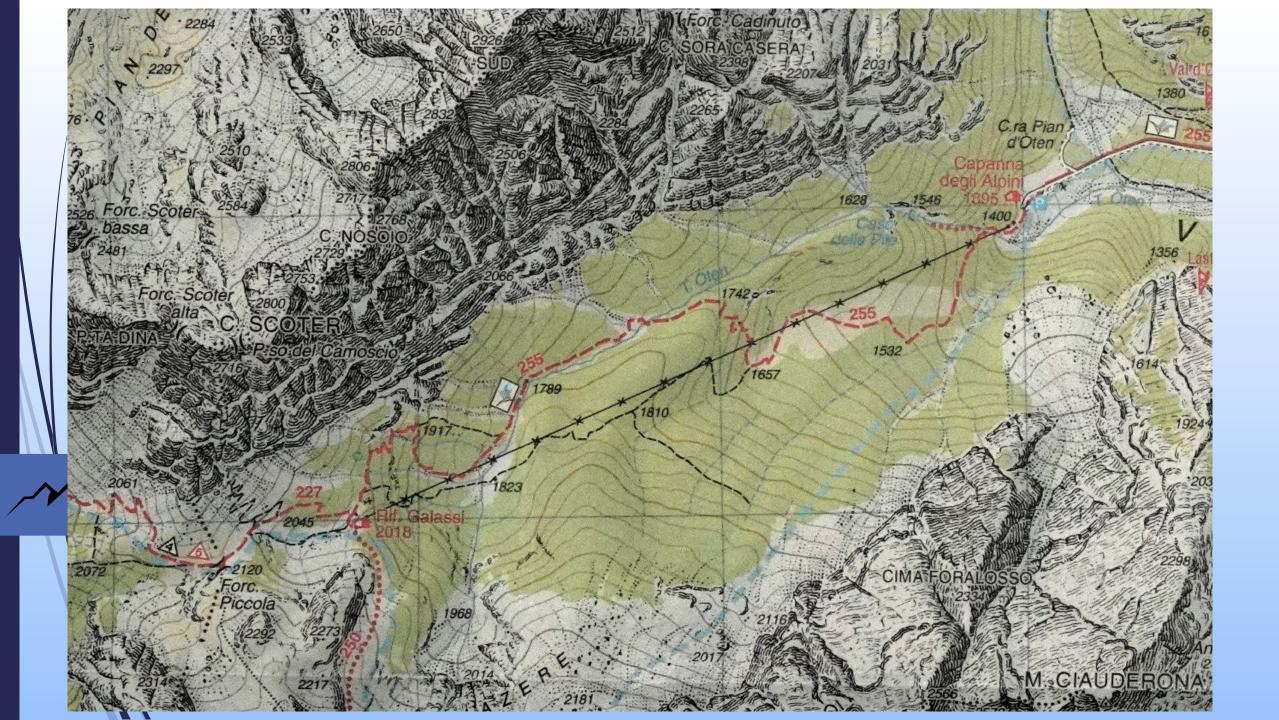




Dopo il rif. Chiggiato inizia la ripida discesa che ci porta nella **Val d'Oten** dove poi effettueremo una lunga risalita fino al rif. Capanna degli alpini e quindi al rif. Galassi.



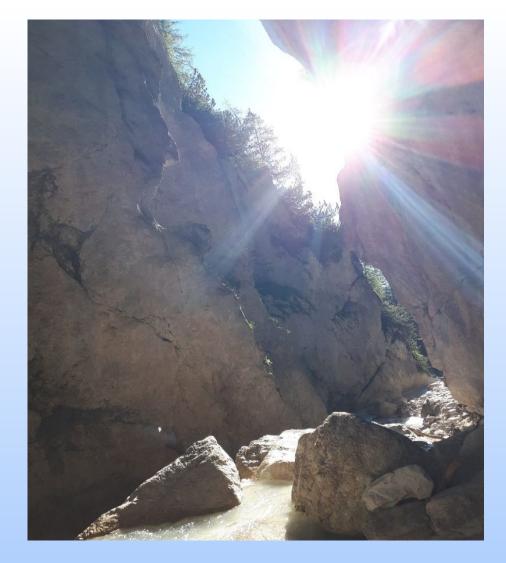
Siamo all'interno di un grandioso e severo anfiteatro di cime dolomitiche: a sinistra (SO) si erge il possente **Antelao** (3.264 m), mentre a destra, verso N, si susseguono le innumerevoli e incantevoli cime delle Marmarole. In particolare, da E verso O: **Cimon del Froppa** (2.932 m), **Monte Froppa** (2.840 m), **Monticello** (2.803 m), **Cime di Val Longa** (2.742 m), **Cima Tiziano** (2.802 m), **Pala di Meduce** (2.850 m), **Cima Vanedel** (2.797 m), seguita dall'omonima cresta sotto la quale si incunea la Val Vanedel. Di fronte si staglia invece il complesso di **Cime Bastioni** (2.926 m).



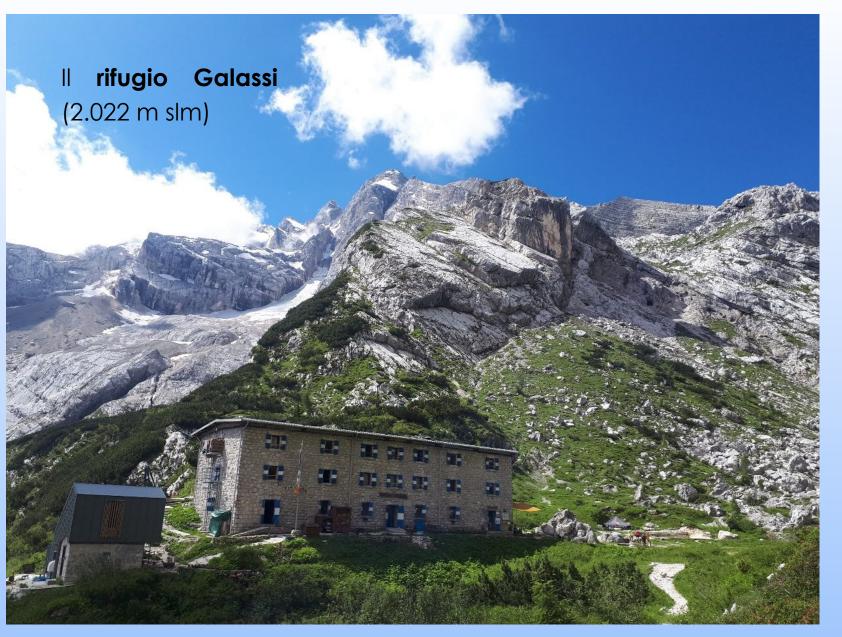


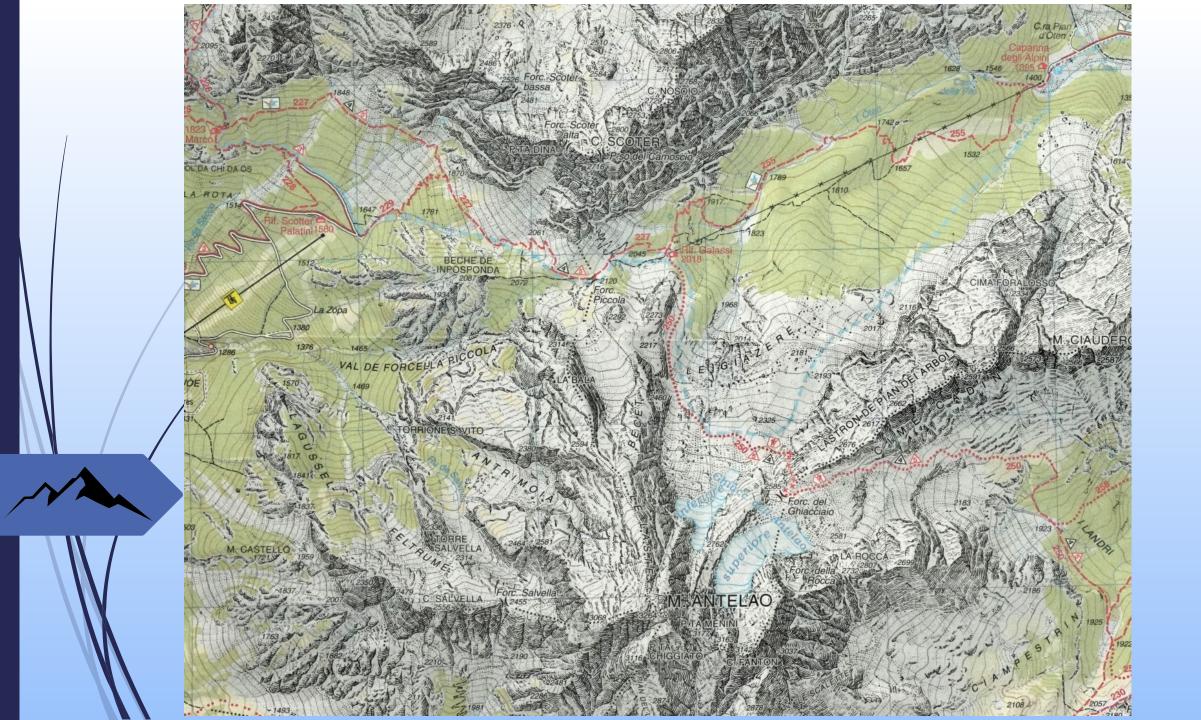
Subito dopo la Capanna degli Alpini sarà possibile fare una breve deviazione per percorrere un "canyon" che porta alla **Cascata delle Pile**













Esc	ursione	e: Marmarole Runde tappa 2	del: 2 a	gosto 2024	Località: Marmarole - Rif. Baion - Val d'Oten - Rif. Chiggiato - Rif. Capanna degli Alpini - Rif. Galassi							
7	ratto	Inizio tratto		Fine tratto		Dislivello	Azimut		Distanza	Pendenza	Tempo	Numero e tipo di
n°	hh:mm	Punto noto	Quota	Punto noto	Quota	metri s.l.m.	Azimut	Recip.	metri	%	h mm	sentiero,riferimenti
	8.00			Rifugio Baion	1826				0		0h 00m	
1	08:00	Rifugio Baion	1826	Bivio sentiero 270 per f.la Baion	1917	91	275	95	1400	7%	0h 35m	Sent. 262 (sent. del pastore)
2	08:35	Bivio sentiero 270 per f.la Baion	1917	Inizio tratto attrezzato	1964	47	268	88	1200	4%	0h 35m	Sent. 262 (AV5)
3	09:10	Inizio tratto attrezzato	1964	Forcella Sacù	1914	-50	200	20	1800	-3%	1h 00m	Sent. 262 (AV5)
4	10:10	Forcella Sacù	1914	Rifugio Chiggiato	1911	-3	190	10	800	0%	0h 15m	Sent. 260
5	10:25	Rifugio Chiggiato	1911	Loc. La Diassa	1140	-771	225	45	2900	-27%	0h 50m	Sent. 260
6	11:15	Loc. La Diassa	1140	Rif. Capanna degli Alpini	1392	252	280	100	3700	7%	1h 00m	Sent. 255 - Via Alpina (B18)
7	12:15	Rif. Capanna degli Alpini	1392	Rif. Galassi	2022	630	240	60	3900	16%	2h 00m	Sent. 255 - Via Alpina (B18)
8	14:15	Rif. Galassi	2022									
/												

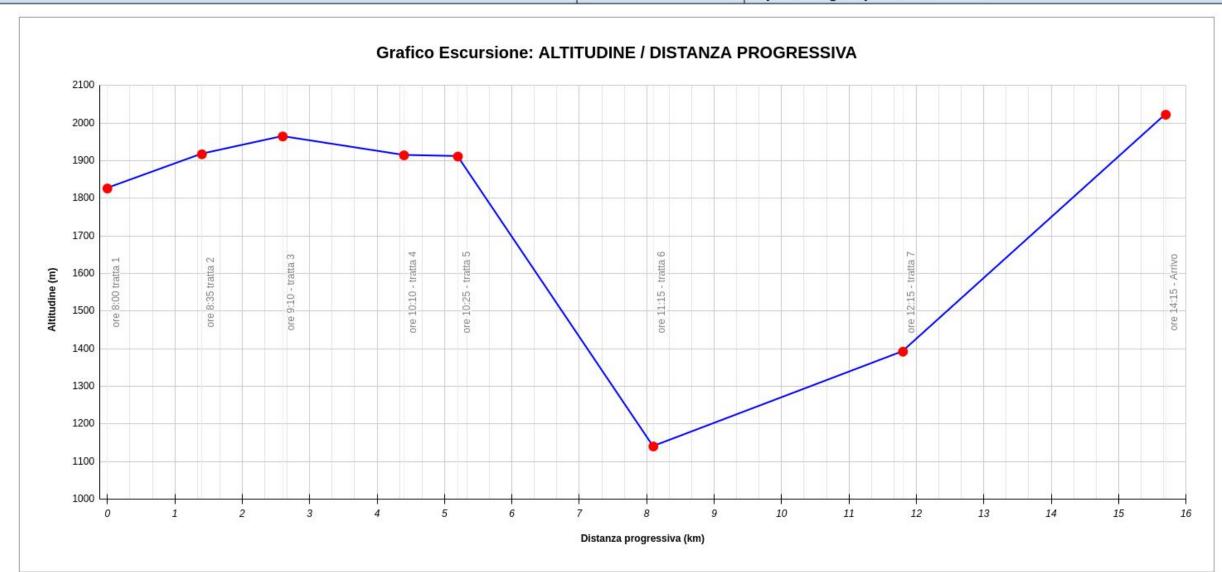
Orari escursione Riepilogo tempi			Somme e me	Note					
Inizio:	08:00	In movimento: 6h 15m	Dislivello positivo (m)	1.020	Distanza in + (m)	10.200	10%	4h 10m	
Fine:	14:15	Soste: 0h 00m	Dislivello negativo (m)	-824	Distanza in - (m)	5.500	-15%	2h 05m	
		Totale: 6h 15m	Totale (m)					6h 15m	



Escursione: Marmarole Runde tappa 2: Dal Rif. Baion al Rif. Galassi

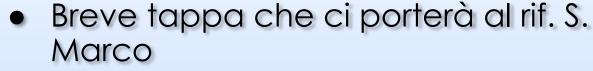
del: 2 agosto 2024

Località: Marmarole - Rif. Baion - Val d'Oten - Rif. Chiggiato - Rif. Capanna degli Alpini - Rif. Galassi





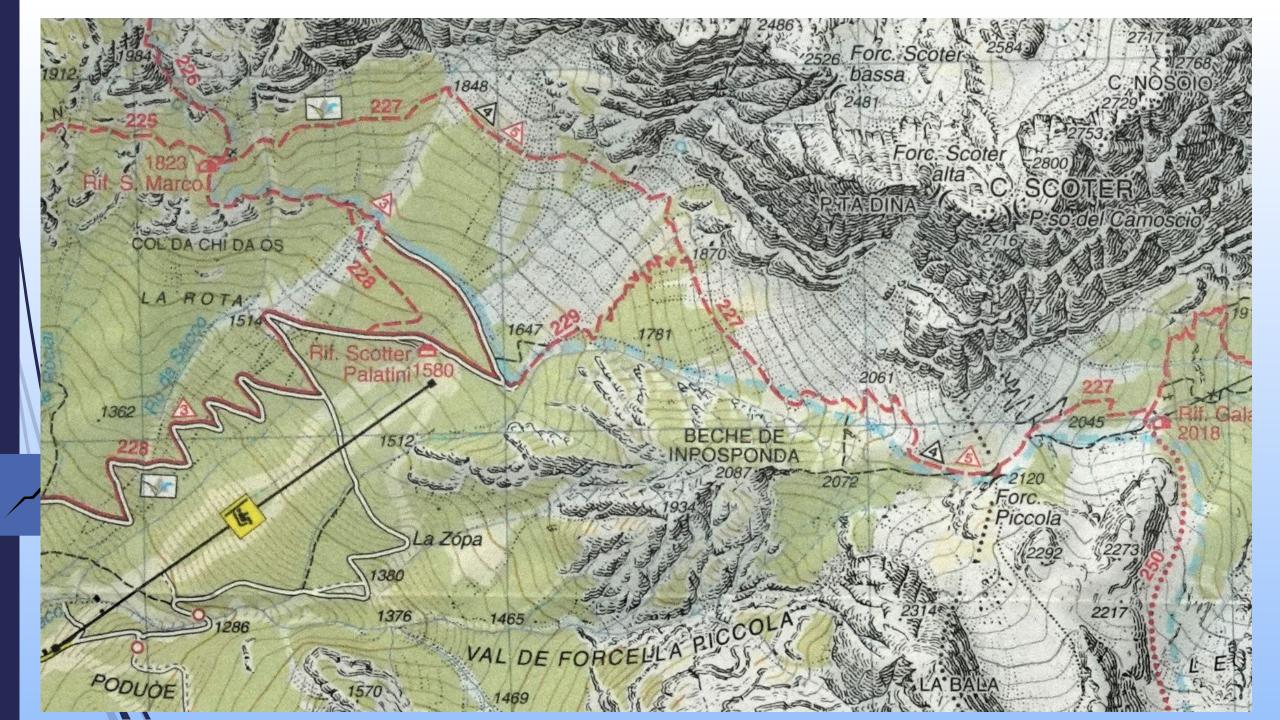
Sabato 3 agosto: dal rif. Galassi al rif. S. Marco



Possibili escursioni verso l'Antelao

 Una parte del gruppo si sposterà al rif. Scotter Palatini, dove pernotterà

Pι	ınto e quota di partenza	Rif. Galassi, 2.022 m slm
	Punto e quota di arrivo	Rif. Scotter, 1.580 m slm
	Lunghezza	5 km
	Dislivello in salita	+100 m
	Dislivello in discesa	-550 m
***	Durata prevista	2 hh





Tappa in quota tra ghiaioni, boschi di pino mugo e praterie alpine.

Saliremo fino a **Forcella Piccola** (2.120 m slm) da dove poi la vista spazierà sulla valle di S. Vito con il **monte Pelmo** (3.168 m slm) proprio di fronte a noi ad ovest, l'Antelao sempre a sud e il gruppo del **Sorapiss** che si apre a nord.







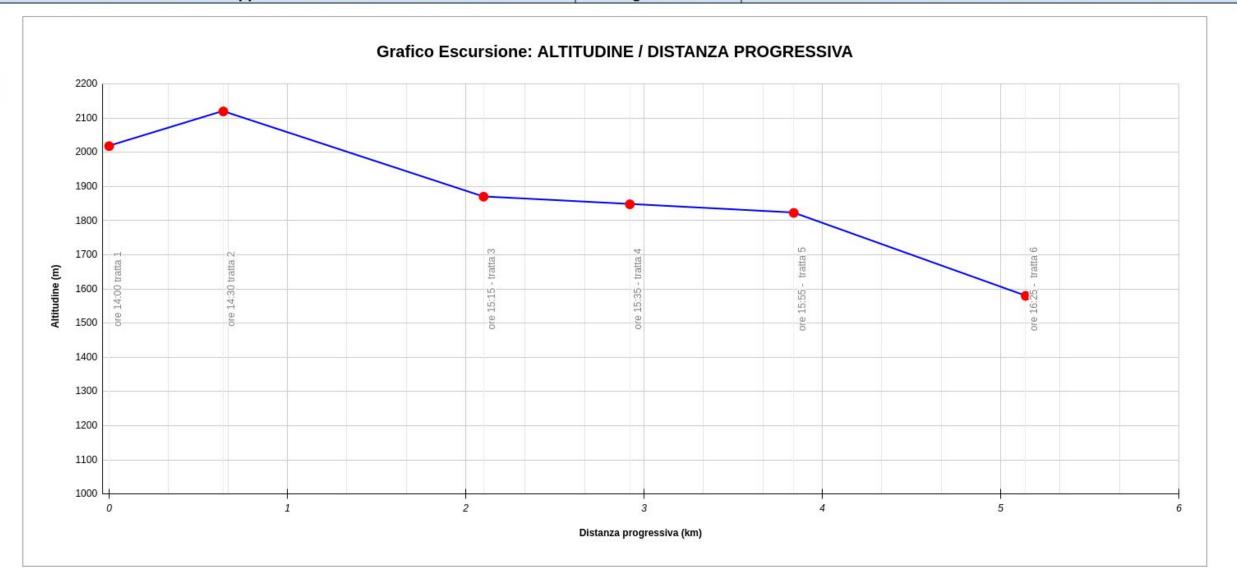
Esci	ırsione:	Marmarole Runde tappa 3: I	del: 3 aç	del: 3 agosto 2024 Località: Marmarole - Rif. Galassi - Forcella Piccola - Rif. S. Marco								
	Tratto Inizio tratto		2	Fine tratto		Dislivello	Azimut		Distanza	Pendenza	Tempo	Numero e tipo di sentiero,riferimenti
n°	hh:mm	Punto noto	Quota	Punto noto	Quota	metri s.l.m.	Azimut	Recip.	metri	%	h mm	Numero e upo ai senuero,menimenu
	14.00			Rifugio Galassi	2018				0			
1	14:00	Rifugio Galassi	2018	Forcella Piccola	2120	102	248	68	640	16%	0h 30m	Sent. 227 - AV4 - AV5 (roccia, ghiaioni)
2	14:30	Forcella Piccola	2120	Incr. sent. 229	1870	-250	298	118	1460	-17%	0h 45m	Sent. 227 - AV4 - AV5 (roccia, ghiaioni)
3	15:15	Incr. sent. 229	1870	Quota 1.848	1848	-22	300	120	820	-3%	0h 20m	Sent. 227 - AV4 - AV5 (roccia, ghiaioni)
4	15:35	Quota 1.848	1848	Rifugio San Marco	1823	-25	248	68	920	-3%	0h 20m	Sent. 227 - AV4 - AV5 (bosco)
5	15:55	Rifugio San Marco	1823	Rif. Scotter	1580	-243	124	304	1300	-19%	0h 30m	Sent. 228 (bosco, strada)
6	16:25	Rif. Scotter	1580									
7												
T- 100			*									

Orari escursione Riepilogo tempi			empi	Somme e medie (escluse soste)						Note
Inizio:	14:00	In movimento:	2h 25m	Dislivello positivo (m)	102	Distanza in + (m)	640	16%	0h 30m	Essendo la tappa molto corta, si prevede di effettuare delle passeggiate nei dintorni del rif.
Fine:	16:25	Soste:	0h 00m	Dislivello negativo (m)	-540	Distanza in - (m)	4.500	-12%	1h 55m	Galassi (p.e. verso l'Antelao) e di partire dopo pranzo. Nel caso di brutto tempo il trasferimento può
		Totale:	2h 25m			Totale (m)	5.140			essere anticipato alla mattina

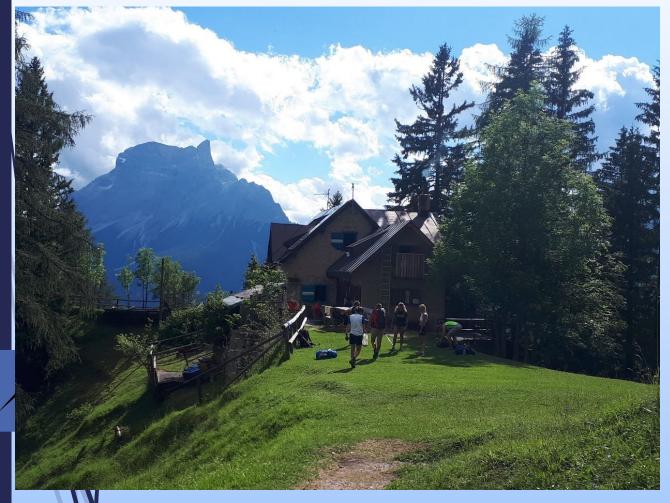
Escursione: Marmarole Runde tappa 3: Dal Rif. Galassi al Rif. S. Marco

del: 3 agosto 2024

Località: Marmarole - Rif. Galassi - Forcella Piccola - Rif. S. Marco





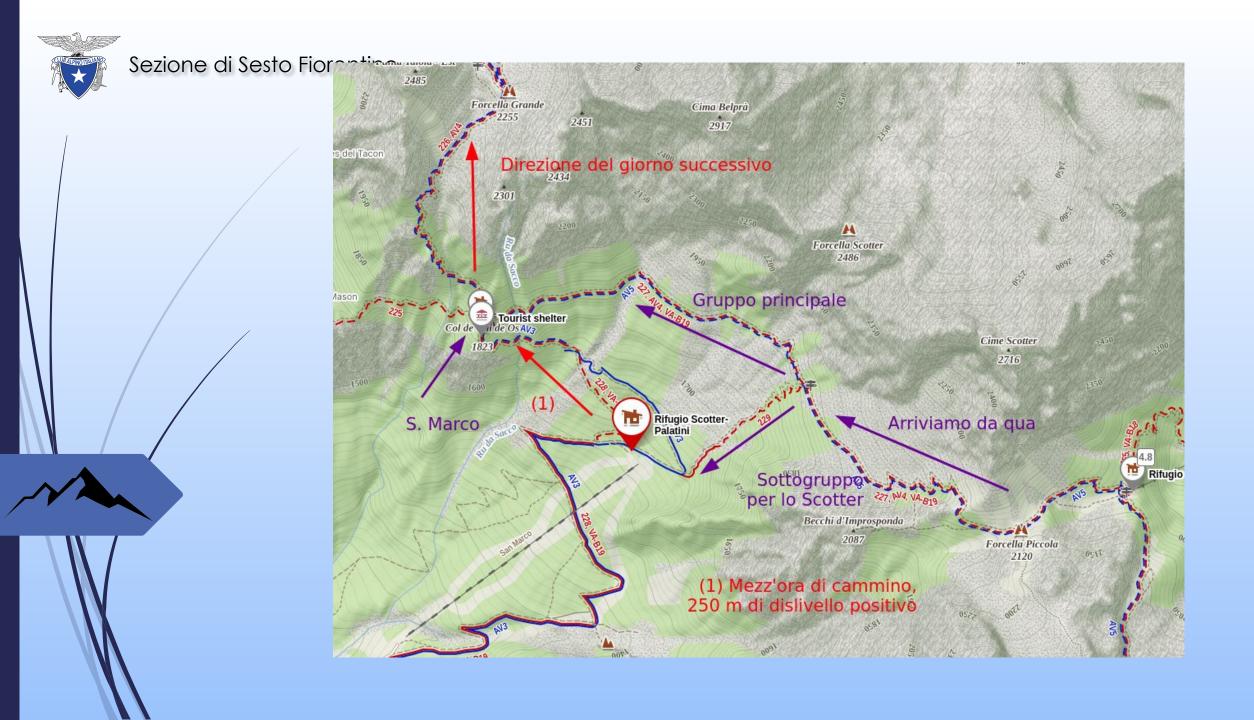






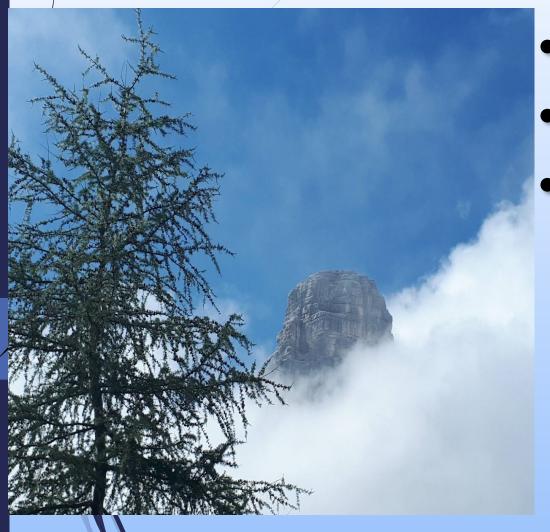








Domenica 4 agosto: dal rif. S. Marco alla val d'Ansiei e ritorno a Sesto Fiorentino



- Discesa nella selvaggia Val de S. Vido tra il Sorapiss e le Marmarole
- Arrivo alla statale dove con l'autobus rientreremo ad Auronzo
- Rientro a Sesto Fiorentino

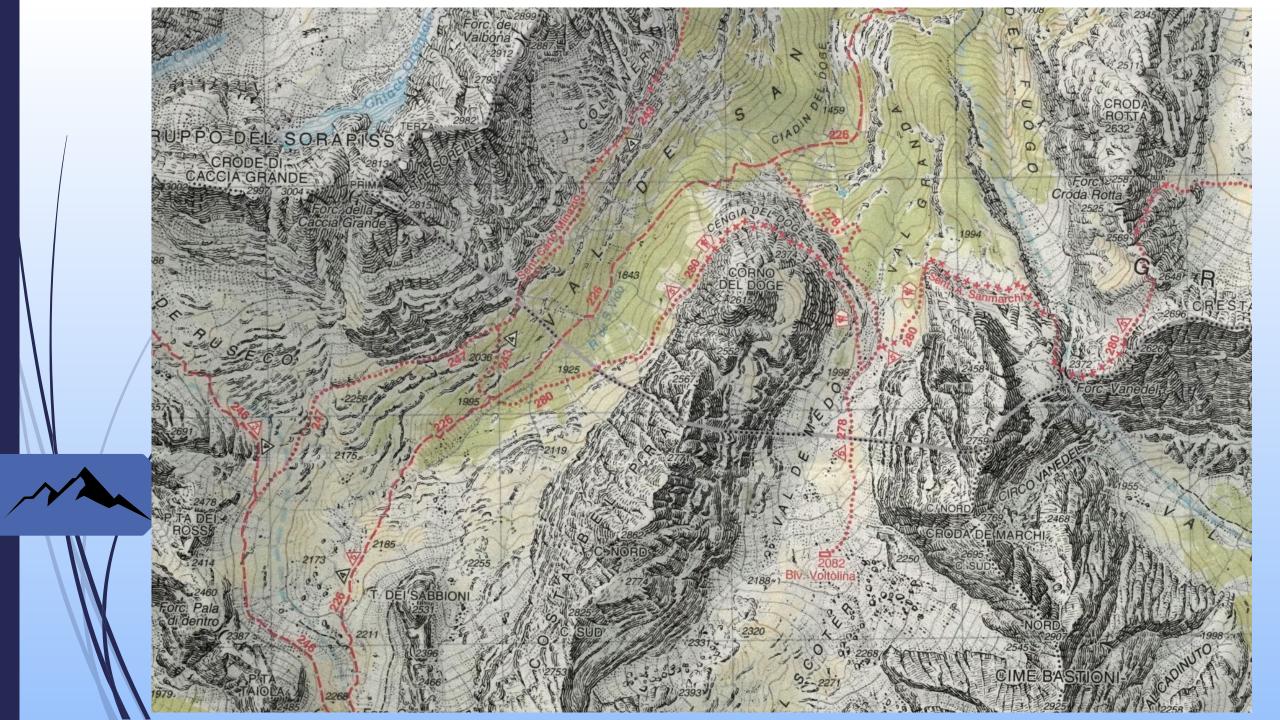
Punto e quota di partenza	Rif. Scotter, 1.580 m slm
Punto e quota di arrivo	Ponte degli alberi, 1.130 m slm
Lunghezza	12 km
Dislivello in salita	+700 m
Dislivello in discesa	-1.200 m
Durata prevista	5 hh

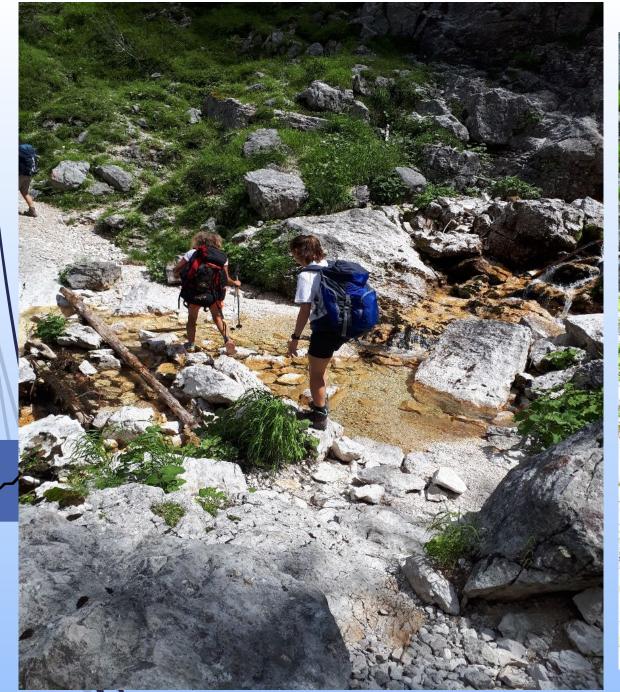


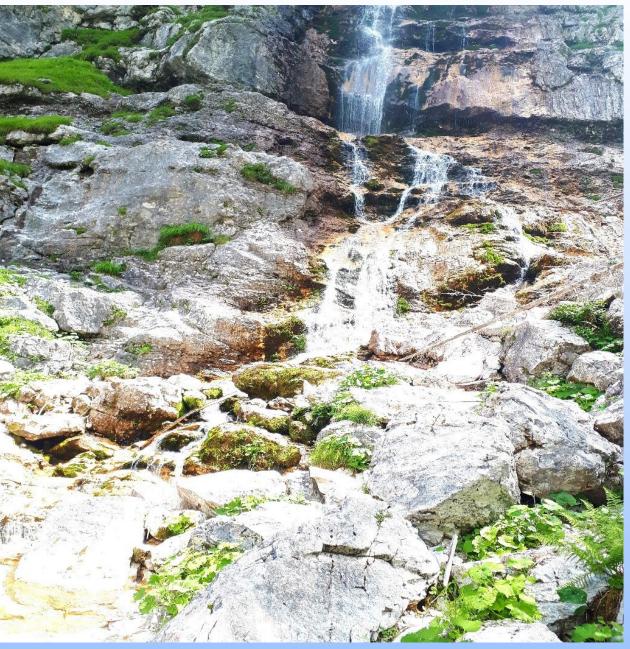


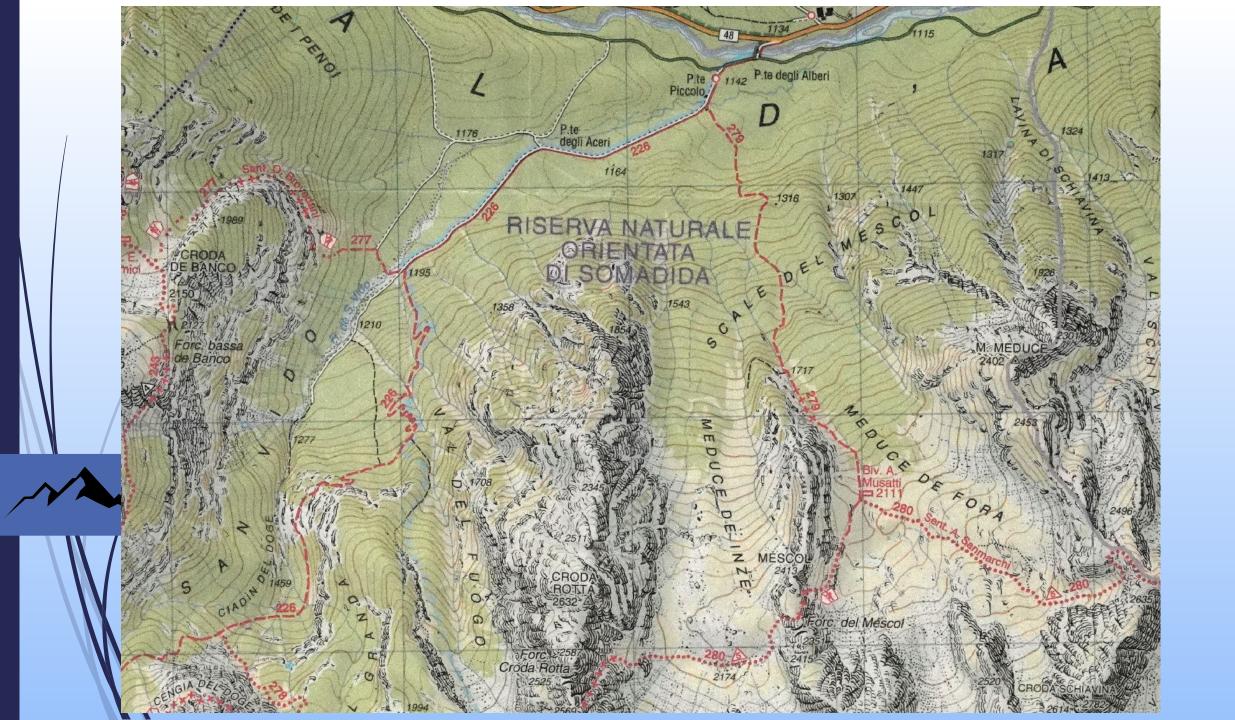
Nella parte iniziale della tappa affrontiamo la salita fino alla **Forcella Grande** (2.256 m slm, punto più alto toccato nei 4 giorni) seguendo le Alte Vie 3, 4 e 5. Siamo nel pieno di un severo anfiteatro dolomitico tra il **Sorapiss** e le Marmarole. Passeremo accanto alla isolata e spettacolare **Torre dei Sabbioni** (2.531 m slm) e alla **Costa Bel Pra**.













Scenderemo quindi lungo la Val de San Vido, attraversando prima boschi di pini mughi e quindi, dopo aver superato il selvaggio Ciadin del Doge, splendide faggete che ci porteranno alla Riserva Naturale Orientata di Somadida, stupenda, secolare e lussureggiante foresta demaniale.

Arrivati al **Ponte degli Alberi** nella **Val d'Ansiei**, raggiungeremo **Palus S. Marco**.

Qua con il servizio pullman torneremo ad Auronzo per recuperare le automobili e tornare a Sesto.



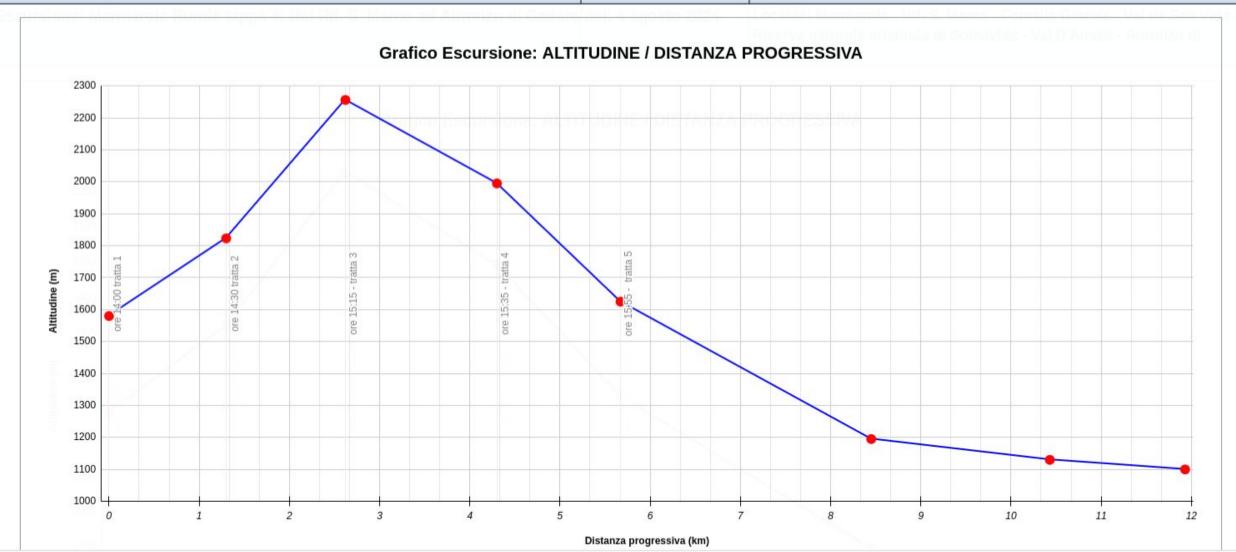


Esc.		Marmarole Ru	ınde tappa 4: [Dal Rif.	S. Marco ad Auronzo di	del: 4 aç	gosto 2024						nde - Val de San Vido - Riserva ronzo di Cadore	
Een	Tratto	Jarmarola Di	Inizio tratto	Tal Pit	Fine tratto		Dislivello	Azimut		Distanza	Pendenza	Tempo	Numero e tipo di sentiero,riferimenti	
n°	hh:mm	Punto	o noto	Quota	Punto noto	Quota	metri s.l.m.	Azimut	Recip.	metri	%	h mm	Numero e apo di sentiero, nienmenti	
	7.00		inizio fratto		Rifugio Scotter	1580	Dislivello	Azi	nut.	0,,,,,	Pendenza			
1	07:00	Rifugio Scotter	nota	1580	Rifugio S. Marco	1823	243	304	124	1300	19%	0h 30m	Sent. 228	
2	07:30	Rifugio S. Marco		1823	Forcella Grande	2256	433	2	182	1320	33%	0h 45m	Sent. 226 - AV 3, 4, 5 (roccia)	
3	08:15	Forcella Grande		2256	Quota 1.995 - Incr. s. 243 e 280	1995	-261	16	196	1680	-16%	0h 45m	Sent. 226 - AV 3, 4, 5 (roccia, pr. alpina)	
4	09:00	Quota 1.995 - In	cr. s. 243 e 280	1995	Ciadin del Doge - Incr. s. 278	1625	-370	44	224	1370	-27%	0h 40m	Sent. 226 (bosco)	
5	09:40	Ciadin del Doge - Incr. s. 278		1625	Incr. strada forestale (q. 1.195	1195	-430	22	202	2780	-15%	1h 00m	Sent. 226 (bosco, passaggi su roccia)	
6	10:40	Incr. strada fores	stale (q. 1.195	1195	Ponte degli alberi	1130	-65	52	232 1980	1980	-3%	0h 40m	Sent. 226 (bosco, carrareccia)	
7	11:20	Ponte degli albe	ri	1130	Fermata autobus Palus S. Marco	1100	-30	54	234	1500	-2%	0h 30m	Strada statale 48 "delle Dolomiti"	
8	11:50	Fermata autobu	ıs Palus S. Marc	1100	mur. strada forestale (g. 1.195	1195	-430	22	202	2780	-15%	1h 00m	Sent 220 (busco, passaggi su roccia)	
6	10:40	Incr. strada (ore:	state (q. 1.195	1195	Ponte degli alberi	1130	-65	.52	232	1980	-396	0h 40m	Sent. 226 (besco, carrareccia)	
	Orari escursione Riepilogo		Riepilogo te	empi	Fermata autobus Palus S. Marco	Son	nme e medie	(escluse s	oste)				Strada statale Note	
8	Inizio:	07:00	In movimento:	4h 50m	Dislivello	positivo (m)	676	Distan	za in + (m)	2.620	26%	1h 15m	In località Palus S. Marco il gruppo (o solo gli autisti) prendono l'autobus fino	
	Fine:	11:50	Soste:	0h 00m	Dislivello n	egativo (m)	-1.156	Distar	nza in - (m)	9.310	-12%	3h 35m	and Assessment Contains described	
		ursione	Totale:	4h 50m		Son	nne e medie	(escluse si	Totale (m)	11.930		4h 50m	Secto Cigroptino nel pemeriagio	



Escursione: Marmarole Runde tappa 4: Dal Rif. S. Marco ad Auronzo di Cadore del: 4 agosto 2024

Località: Marmarole - Rif. S. Marco - Forcella Grande - Val de San Vido -Riserva naturale orientata di Somavida - Val D'Ansiei - Auronzo di Cadore



Tutte le escursioni in programma sono classificate di tipo **EE (escursionisti esperti)**.

CARATTERISTICHE

Percorsi quasi sempre segnalati che richiedono capacità di muoversi lungo sentieri e tracce su terreno impervio e/o infido (pendii ripidi e/o scivolosi di erba, roccette o detriti sassosi), spesso instabile e sconnesso. Possono presentare tratti esposti, traversi, cenge o tratti rocciosi con lievi difficoltà tecniche e/o attrezzati, mentre sono escluse le ferrate propriamente dette. Si sviluppano su pendenze medio-alte.

Può essere necessario l'attraversamento di tratti su neve, mentre sono esclusi tutti i percorsi su ghiacciaio.

ABILITA' E COMPETENZE

Necessitano di ottima esperienza escursionistica, capacità di orientamento, conoscenza delle caratteristiche dell'ambiente montano, passo sicuro e assenza di vertigini, capacità valutative e decisionali nonché di preparazione fisica adeguata.



E' richiesto equipaggiamento e attrezzatura adeguati all'itinerario programmato.

In particolare durante le escursioni è necessario il seguente equipaggiamento:

- Scarponi da trekking alti con suola ben scolpita e non usurata (tipo "Vibram")
- Abbigliamento da trekking "a cipolla" con almeno tre strati nella parte superiore del corpo e pantaloni lunghi da trekking di buona fattura
- Guscio antivento e antipioggia con cappuccio
- Cappello e guanti in pile nel caso di abbassamento della temperatura
- Crema solare e occhiali da sole
- Bastoncini da trekking
- Un ricambio completo a portata di mano in caso di precipitazioni intense durante il percorso
- Alimentazione e idratazione: i pranzi saranno al sacco e potremo comunque usufruire dei rifugi che troveremo lungo il percorso. Per l'acqua considerare almeno 2-3 litri per ogni tappa da portare con se nello zaino.

Per il pernottamento in rifugio è necessario il seguente materiale

- Sacco letto (non è necessario il sacco a pelo)
- Ciabatte leggere (nelle camerate non è permesso entrare con gli scarponi)
- Asciugamano e materiale per l'igiene personale (tenere conto che non sempre nei rifugi è possibile fare la doccia e comunque l'acqua è un bene scarso e prezioso e non va sprecata)
- Torcia frontale (utile anche per l'escursione in caso di problemi che causino un ritardo nel completamento del percorso)

Va tenuto conto del fatto che l'itinerario dura 4 giorni per cui occorre portare con sé vestiti e biancheria di ricambio, tenendo però presente che va trovato un compromesso tra la comodità e il comfort e l'ingombro e il peso dello zaino. Per questo motivo considerare **uno zaino di massimo 32/35** litri eventualmente espandibile con il cappuccio rialzato a pieno carico. Il peso complessivo dello zaino non dovrebbe superare i 10 kg acqua compresa.

Non essendo previsti passaggi su sentieri attrezzati (a parte un breve passaggio il secondo giorno), non è necessario dotarsi di materiale per escursionismo attrezzato (casco, imbragatura, kit da ferrata) ne materiale da alpinismo.

Infine per i soci CAI: ricordasi di portare la Tessera in regola per l'anno in corso.

Il costo complessivo dell'attività è di 180 € per i soci CAI e di 240 € per i non soci.

La quota di iscrizione comprende:

- Il soggiorno nei tre rifugi dell'anello.
- L'assicurazione socio del Club Alpino Italiano.
- L'accompagnamento per i trek

Lø quota **NON** comprende:

- I costi del viaggio A/R ad Auronzo di Cadore (da suddividersi fra gli occupanti delle auto)
- La seggiovia Auronzo Monte Agudo
- I pranzi al sacco.
- Le bevande e gli eventuali extra alla cena.



