

# Il Giro delle Cingolade

Michele Dalla Palma

**TREKking**  
ITINERARI E VIAGGI NELLA NATURA

img non disponibile

## Località di partenza:

Regione Trentino-Alto Adige, Provincia di Trento, Vigo Di Fassa

## Tipo di itinerario:

a piedi

## Fondo stradale:

Fuori strada

## Difficoltà a piedi:

Escursionistica

## Dislivello in salita (m):

600

## Tempo (hh:mm):

5:30

## Periodo consigliato:

giugno/ottobre

## Segnavia:

segnavia 545, 541, 546, 540

## Punti di appoggio:

Rifugi al Ciampedie e al Gardeccia, rif. Roda de Vael e Baita Marino Pederiva

**Questo itinerario escursionistico ci porta in Val di Fassa lungo un percorso agevole ricco di spunti paesaggistici.**

Raggiunto il Ciampedie (1998 m) con la funivia, ci si dirige verso il rifugio Ciampedie e scendendo nel sottostante avvallamento si risale poi verso il rifugio Nigritella. Si prosegue a sinistra su sentiero n. 545 lungo il tracciato della pista invernale e superata una paretina rocciosa si entra a destra nel bosco. Si cammina agevolmente su un terreno per lo più pianeggiante e privo di ostacoli. Si oltrepassano, con sentiero incassato nella parete, gli speroni rocciosi delle Rondolae.

Attraversato il ruscello che raccoglie le acque della Buja de Vael si prende a salire vincendo in ultimo il gradone roccioso che costituisce la base su cui poggia tutto il gruppo del Catinaccio e si raggiungono i rifugi Baita Pederiva e Roda di Vael a 2283 metri.

Qui ci si avvia a destra sul sentiero n. 541, attraversando il pianoro erboso dominato dalla Roda de Vael. Si inizia quindi a risalire il non facile sentiero ghiaioso che si insinua nella stretta gola fra le strapiombanti pareti dei Mugoni e le sbrecciate Cingolade per giungere infine al passo omonimo a quota 2553. Si scende il versante opposto con ripidi tornanti, poi il sentiero diventa pianeggiante. Incrociato il sentiero n. 550 che a destra taglia ripido verso la sottostante conca di Gardeccia e a sinistra conduce verso il Passo Coronelle, si seguita sino a confluire sulla strada sterrata (segnavia n. 546) che sale ai rifugi Vajolet e Preuss. Si scende a destra fino a raggiungere i rifugi Stella Alpina e Gardeccia. Presso quest'ultimo si imbecca l'ampio e comodo tracciato che porta al Ciampedie.

[www.trekking.it](http://www.trekking.it)