

# La traversata della Marmolada

Michele Dalla Palma

**Località di partenza:**

Regione Trentino-Alto Adige

**Tipo di itinerario:**

a piedi

**Fondo stradale:**

Fuori strada

**Difficoltà a piedi:**

Escursionisti Esperti

**Dislivello in salita (m):**

1300

**Tempo (hh:mm):**

8:00

**Cartografia:**

4LAND 110 - 1:25.000

**Accesso al percorso e note:**

Località di partenza: Rifugio Contrin (2015 m)

Località di arrivo: Passo Pordoi (2239 m)

**TREKKING**  
ITINERARI E VIAGGI NELLA NATURA



## La tappa più difficile del Trekking delle Leggende porta dal Rifugio Contrin al Passo Pordoi

Dal Rif. Contrin si risale seguendo il segnavia 606 la Val Rosalia chiusa dal versante sud ovest dell'imponente parete della Marmolada che culmina con Punta Penia m 3343, la cima più alta delle Dolomiti. A quota 2400 il sentiero devia a sinistra verso un ripido canalone, attrezzato con funi e scale nell'ultimo tratto, che conduce a Forcella Marmolada m 2896. È il tratto più impegnativo dell'intero trekking e va affrontato con cautela e attrezzatura adeguata: sul versante nord, infatti, si dovrà scendere per un lungo tratto sul ghiacciaio prima di riguadagnare i lastroni di dolomia, arrotondati dai ghiacci, che scendono verso la diga di Fedaia m 2055.

Ci si porta sull'altro lato della diga per poi imboccare verso ovest, di fronte al Rif. Castiglioni, l'Alta Via n°2 delle Dolomiti / Sentiero Italia - qui identificata dal segnavia 601 - che con un lungo traverso in direzione ovest e in un ambiente spettacolare, mantenendosi intorno a quota 2400, porta al rifugio Fredarola dove inizia la breve discesa verso il Passo Pordoi m 2239.

Questo tratto di itinerario è chiamato "Il Viel del Pan" perché pare fosse l'itinerario preferito dai commercianti ambulanti che si spostavano tra la Val di Fassa e la conca di Livinallongo.

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