

# Club Alpino Italiano

Sezione di BESANA in BRIANZA

Via Luigi Viarana, 14 - 20842 Besana in Brianza Mb - tel 0362 995524

[caibesana@tiscali.it](mailto:caibesana@tiscali.it) / [info@caibesana.it](mailto:info@caibesana.it) / [www.caibesana.it](http://www.caibesana.it)  [CAI Besana](#)







esc alpinistica

Marmolada

## MARMOLADA (m. 3343)

gio ÷ dom  
9÷12 lug 2020



difficoltà	tempo percorrenza	alt. max	dislivello	inizio escursione	luogo ed orario di partenza	mezzi
EE A 	 ore 22,00	 m. 2900	pos ↑ / neg ↓ m. 3000 / 2200	Canazei (Tn) m. 1465	Stazione FS - Besana in B.za ore 06:00	

Note

Il gruppo della Marmolada detiene, in Dolomiti, una indiscussa sovranità, da cui il nome di “Regina delle Dolomiti”, appunto per la massima elevazione dell'intero sistema dolomitico di cui ne ospita anche il più grande ghiacciaio.

1° giorno: **Canazei (m. 1465) - Rifugio Viel dal Pan (m. 2432)** m. 1000 ↑ / m. 0 ↓ h. 4,00

2° giorno: **Rifugio Viel dal Pan (m. 2432) - Rifugio Falier (m. 2074)** m. 1200 ↑ / m. 900 ↓ h. 8,00

3° giorno: **Rifugio Falier (m. 2074) - Rifugio Contrin (m. 2016)** m. 800 ↑ / m. 850 ↓ h. 7,00

4° giorno: **Rifugio Contrin (m. 2016) - Canazei (m. 1465)** m. 0 ↑ / m. 600 ↓ h. 3,00

Il periplo completo della Marmolada, con partenza ed arrivo a Canazei, è un grandioso anello escursionistico che tocca tutti i luoghi principali del massiccio, prima sulla Catena del Padon, magnifico belvedere sul Ghiacciaio della Marmolada, e poi ai piedi della mitica ed imponente parete sud. Il circuito completo richiede comunque un discreto allenamento, soprattutto nelle tappe centrali. La traversata dal Rifugio Falier al rifugio Contrin, è una classica escursione che mette in comunicazione il versante veneto con il versante trentino: l'itinerario più diretto valica il Passo d'Ombrettola (m. 2864). L'ultima tappa prevede solo la discesa dal Rifugio Contrin, lungo l'omonima valle fino a Canazei utilizzando la comoda sterrata.

**Materiale tecnico: casco, imbraco, set da ferrata, 1 moschettone ghiera, ramponi ghiacciaio.**

Zaino 30 litri, mangiare (barrette, panini, frutta secca.), borraccia o thermos, occhiali da sole (categoria 3 o 4), scarponi suola rigida, giacca gore-tex, giacca pile, pantaloni e maglia traspiranti, maglietta traspirante di ricambio, guanti leggeri e pesanti, berretto o bandana, ghette, protezione solare, pila frontale con batterie cariche.