



# lavaredo ecomarathon

Km	Altitud.	Descrizione percorso
0	2330	24.06.07 ore 09.00: Partenza dal rifugio Auronzo. Si percorre la carrozzabile per 1 km fino ad incontrare una chiesetta; dopo altri 500 metri si lascia la carrozzabile e si prende a sinistra il sentiero che sale per 700 metri fino a Forcella Lavaredo.
2,2	2454	Dalla Forcella si scende a destra sullo stesso versante, ma dalla parte opposta rispetto alla salita, con le pareti nord delle Tre Cime di Lavaredo alle spalle. Lasciandosi il rifugio Lavaredo sulla destra, si svolta a sinistra seguendo il sentiero 104 fino ad incontrare il bivio sulla destra per Val Cengia (S).
4,3	2247	Si scende per il sentiero 1107 lungo la Val Cengia, inizialmente molto ripida (ATTENZIONE), fino ad incontrare una cascata (A). Dopo una salita di pochi metri si torna a scendere lungo la valle e, dopo aver guardato il Rio Cengia (A), ci si lascia sulla sinistra il Cason di Cengia (1.610 m). Più in basso si guada di nuovo il Rio (A) e, dopo circa 2 km, si raggiunge la strada asfaltata in Val Marzon (S) (R)
8,4	1280	Si segue la strada in discesa, tagliando qualche curva, fino ad arrivare al bivio a destra per la Val d'Onge (P).
9,1	1190	Si sale lungo la carrozzabile della Val d'Onge per 8 km (A) fino ad arrivare a Forcella Maraia, sulla quale sorge il rifugio Città di Carpi.
17,1	2110	Lasciandosi sulla destra il rifugio, si scende lungo il sentiero 120 fino ad arrivare al bivio a sinistra per Casera Maraia.
18,7	1950	Si continua a scendere (A), lasciandosi sulla destra un bivio per Misurina e affrontando poco dopo una curva a U sulla destra. Dopo 1 km circa si raggiunge la strada asfaltata; si lascia a sinistra la strada che porta a Casera Maraia e si prosegue a destra in discesa per circa 300 metri, fino a lasciare l'asfalto per prendere a sinistra una carrozzabile in discesa.
21,0	1546	Dopo aver guardato un ruscello su terreno fangoso e scivoloso, la strada si restringe e diventa mulattiera, per poi tornare carrozzabile 1 km circa più in basso. Si continua a scendere nel bosco prendendo due varianti segnalate che permettono di evitare due insidiosi tratti di cemento, fino ad arrivare a valle in località Stabiziane (S) (R) (P)
24,1	1110	Prima della Strada Statale si lascia la carrozzabile per deviare a destra su un prato. Si evita l'attraversamento della strada tramite un sottopassaggio e si percorre un altro tratto di prato fino ad arrivare al maneggio di Palus San Marco. Da qui si prende a sinistra una strada che dopo pochi metri porta ad un ponticello in legno sul fiume Ansiei. Si risale per pochi metri e si prende a destra la carrozzabile nel bosco fino ad incontrare una sbarra che segnala l'inizio della Foresta demaniale di Somadida. Si prosegue sulla strada pianeggiante che costeggia il fiume Ansiei e si arriva in località Ponte degli Alberi.
26,7	1150	Ai primi due bivi si tiene la sinistra, e in breve si arriva al Centro Ecologico di Somadida (A). Poco più avanti si lascia sulla sinistra il sentiero che sale al bivacco Musatti e si prosegue dritto per la strada forestale pianeggiante. Dopo 1 km si arriva ad un trivio e si prende la strada centrale, curvando a destra. Si sale leggermente in mezzo al bosco e, dopo una brevissima discesa, si curva decisamente a sinistra, lasciandosi a destra la strada in discesa che torna a Ponte degli Alberi. Poco dopo si incontra il cippo di pietra che indica la fine del bosco di Somadida e l'inizio del Comune di Cortina d'Ampezzo.
30,5	1240	La strada si trasforma in mulattiera e sale nel bosco, per poi tornare ad essere carrozzabile più avanti. Si arriva ad un trivio dove si prende la strada di destra, lasciando a sinistra il bivio per il rifugio Vandelli e a diritto la strada per il Passo Tre Croci. Si attraversa un alto ponte sopra il fiume Rudavoi e in breve si raggiungono i verdi prati di Valbona. In fondo alla strada, con il Sorapiss alle spalle, si lascia a sinistra la strada per il Passo Tre Croci e si prende a destra (A), passando davanti alla caratteristica casa con la scritta "Valbona". Pochi metri dopo si lascia la strada bianca e si prende la carrozzabile a sinistra che costeggia il fiume Ansiei e la strada statale.
31,7	1377	Si sale nel bosco fino ad incontrare la strada statale. Qui, facendo attenzione, non si attraversa, ma si rimane sulla sinistra e si sale per 150 metri fino a riprendere sulla sinistra un sentierino. Si sale nuovamente fino ad incrociare di nuovo la statale. Stavolta si attraversa (ATTENZIONE) scendendo per 50 metri e riprendendo a sinistra la strada che sale. Si prosegue fino a ritornare sulla statale attraverso uno stretto passaggio del guard-rail. NON si attraversa ma si rimane sulla destra, e dopo 200 metri si prende a destra la Strada delle Manze, che ritorna verso il bosco.
34,8	1697	Si percorre tutta la strada fino ad incontrare una chiesetta sulla sinistra e ad attraversare la seggiovia del Col de Varda. Ci si mantiene sulla strada che costeggia in alto il lago di Misurina e, in discesa, si sbucca all'albergo Miralago (P) dove si va a destra riprendendo la strada asfaltata che, poco dopo il ristorante La Baita, arriva ad un trivio (R). Si lascia a destra la strada per le Tre Cime di Lavaredo e a sinistra quella per Misurina, e si prosegue dritto verso il Monte Piana.
37,7	1757	Si sale seguendo la strada fino ad una fontana (A) e al successivo bivio si prende la strada di destra che, dopo pochi metri di salita ripida arriva a Forcella Bassa. Qui si prende a destra la mulattiera che, attraverso il bosco, torna alla strada asfaltata per le Tre Cime, poco dopo il lago d'Antorno. Si va a sinistra senza attraversare la strada e si scende fino al casello, a sinistra del quale si prende la strada bianca in discesa che porta in breve alla Malga Rin Bianco (P) (A), che si raggiunge dopo una breve ma ripida salita su un prato.
41,7	1820	Si torna verso la strada asfaltata per le Tre Cime, che si abbandona subito per prendere sulla sinistra il sentiero per la Val de l'Arghena. Al primo bivio si sta sulla destra, con il sentiero che sale ripidamente; al secondo bivio (quota 2018 m) ancora a destra, in direzione Forcella Col di Mezzo, che si raggiunge facendo attenzione ad un paio di passaggi stretti del sentiero. Si prosegue sul crinale e si scende fino alla base delle Tre Cime di Lavaredo, lasciando a sinistra il sentiero che conduce al rifugio Locatelli. Si va a destra e in breve si raggiunge il traguardo.
46,3	2330	Arrivo al rifugio Auronzo

(A) Acqua (S) Soccorso (R) Radio Club (P) Punto di ritiro