

Sommario

	Pagina
Prefazione	5
Cenni turistici	8
Luoghi e cose interessanti da vedere	10
Mete escursionistiche	17
Bellezze naturali	19
1 Lago dell'Alpe e Alta Valle del Lago	20
2 Passo di Monte Scabro	22
3 San Martino al Monteneve	24
4 Sassi e Passo Monte Costa Alta	26
5 Dorsale del Giovo	28
6 Rifugio Petrarca all'Altissima	30
7 Rifugio di Plan	32
8 Lazins – Passo di Lazins	34
9 Maso Oberstein	36
10 Punta di Mataz	38
11 Le Coste e Stulles	40
12 Guardialta di Stulles o La Cima	42
13 Valle di Vannes	44
14 Vannes, Sentiero dei Cacciatori	46
15 Malga Pfandler	48
16 Punta Cervina	50
17 Rifugio di Punta Cervina – Mahdalm – Monte Sega	52
18 Picco Ivigna	54
19 Avelegno e Monte di Verano	56
20 Gaveis e Vernurio	58
21 Coston del Gallo	60
22 Tirolo – Rifiano	62
23 Valle di Sopranes – Osteria di Lungovalle	64
24 Castel Tirolo – Velloi	66
25 Casa del Valico e Sella Alta	68
26 Rifugio Cima Fiammante	70
27 Indice di Biagio	72
28 Passo di Lazins	74
29 Ristorante Farmerkreuz	76
30 Passeggiata Tappeiner	78
31 Tirolo – Passeggiata »Gneidweg« – »Waalweg« di Lagundo	80
32 Scena	82
33 Rifugio Mutkopf e Monte Muta	84

34	Sentiero Alpinistico »Hans Frieden«	86
35	Sentiero Alpinistico di Velloi	88
36	I laghi di Sopranes	90
37a	Sentiero Alpinistico Meranese settentrionale	92
37b	Sentiero Alpinistico Meranese meridionale.	93
38	Marlinger »Waalweg«	96
39	Sent.Alpinistico di Marlengo	98
40	San Vigilio	100
41	Monte Marlengo	102
42	Malga di Naturno	104
43	Sant'Ippolito presso Foiana	106
44	Bagni di Foiana.	108
45	Monte Luco.	110
46	Malga della Punta e Malga Seegruben.	112
47	Laghi di Covolo.	114
48	Val d'Ultimo interna.	116
49	Lago di Quaira, Passo Confinale, Orecchia di Lepre	118
50	Rifugio Umberto Canziani al Lago Verde	120
	Indice	123
	Indirizzi e numeri telefonici importanti.	126