

# Alta Via 1 (Dolomiten Höhenweg) Die Highlights in 7 Tagen !!!

06.-12.07.19; 14.-20.09.19



## Prags-Sennes-Fanes-Lagazuoi-Nuvolau-Cortina

Nicht umsonst kommen Bergbegeisterte immer wieder auf die Alta Via 1, den Klassiker unter den alpinen Fernwanderwegen: Atemberaubende Landschaften und gemütliche Berghütten. Die faszinierende Wanderung startet am Bergsee Lago di Braies (Prager Wildsee), überschreitet den Naturpark Sennes/Fanes mit auftürmenden Kalksteingebirge und endet schließlich in der reizvollen Alpenstadt Cortina.

## Wanderprogramm

**Sa. Ankunft in Gasthof Seppi 39037 Mühlbach (BZ) Richtergasse 1**

Wer früher ankommt kann gerne mit der „AlmencardPLUS“ die Bergbahn der Meranser Alm nutzen um sich zu aklimatisieren. Am Abend (ca.16 Uhr) Informationen über die bevorstehende Tour.

**Übernachtung** [www.gasthof-seppi.it](http://www.gasthof-seppi.it)

### So. Intervalltrainingswanderung

Nach einer erholsamen Nacht fahren wir mit dem Zug/Bus zum Lago di Braies (Pragser Wildsee). Am türkisfarbenen und glitzernden See gehen wir los bergauf zur Seekofelhütte. (Wer möchte kann gerne einen Abstecher auf die Seekofel Spitze (2810 m) machen + hm 470 u. 3 km) mit herrlichen Blick auf die drei Zinnen.

**Wanderung** hm: ca. 810 km: ca.8

**Übernachtung** Senneshütte (2116m)

### Mo. Bergseen Tour

Der heutige Tag verläuft entlang einer alten Militärroute aus dem ersten Weltkrieg zu einem wunderschönen Almdorf ( Fodara -Vedla). Die perfekte Gelegenheit, um sich mit einem leckeren Stück Apfelstrudel zu stärken. Anschließend geht es erneut bergauf zur Lavarella Hütte umgeben von mehreren Bergseen wo wir unsere Unterkunft haben.

**Wanderung** hm: ca. 510 km: ca. 9

**Übernachtung** Lavarella Hütte (2044m)

### Di. Die Überschreitung mit 100 Jahre Geschichte

Zu Beginn der Etappe passieren wir den schillernden Bergsee Lago di Limo (2157m). Wenn wir die dramatischen Geröllhänge der Fanesgruppe erklimmen und mit tiefen Atemzügen die frische Bergluft genießen, werden wir ganz sicher mit einer traumhaften Aussicht belohnt.

**Wanderung** hm: ca.420 km:ca.8

**Übernachtung** Scotoni Hütte (1985 m)

### Mi. Der Nuvolau

Im Süden des Naturparks Fanes-Sennes-Prags befindet sich die bezaubernde Gebirgskette des Averau-Nuvolau. Dort haben wir einen herrlichen Blick auf die Civetta Gruppe und am Fuße das Herz der Dolomiten: die Alpenstadt Cortina.

**Wanderung** hm: ca. 995 km: ca.13

**Übernachtung** Scoiattoli Hütte (2255m)

### Do. Abstieg

Über den bezaubernden Lago di Federa wo wir einen wunderschönen Blick auf die Alpenstadt Cortina haben geht es mit einem sanften Abstieg durch Wälder u. Almwiesen nach Cortina wo unsere Tour endet. Von dort fahren wir mit dem Bus/Zug zum Gasthof Seppi zurück.

**Wanderung** hm: ca. 310 km: ca.16

**Übernachtung** [www.gasthof-seppi.it](http://www.gasthof-seppi.it)

### Fr. Arrividerci Dolomiti

**Treffpunkt:** Gasthof Seppi in Mühlbach 16,00 Uhr

**Ausrüstung:** Bergschuhe, Regen- und Sonnenschutz, Hüttenschlafsack, Kopfbedeckung, Badehose

**Mindestteilnehmer:** 4 Personen

**Preis:** Auf Nachfrage; hängt von der Teilnehmerzahl ab (Höchstpreis 790.-/ Person)

**Im Preis inbegriffen:** 6 Übernachtungen in Halbpension **ohne Getränke**

5 geführte Wanderungen

Transfer am ersten Tag zum Ausgangspunkt und am letzten Tag zum Hotel

Topographische Wanderkarte, Kartenkunde u. Orientierung

**Änderungen im Programm vorbehalten**

**Anmeldung u. Info unter:** **E-Mail** : [info@natour.it](mailto:info@natour.it); **tel.** +39 347 964 7812 **www.natour.it**



Würde mich  
auf ein gemeinsames Erlebnis  
in den Dolomiten mit euch freuen.

**Wanderleiter Günther**