**Najlepiej cieszyć się w pełni górami, korzystając z rad ekspertów**

**POWRÓT NA GÓRSKIE SZLAKI**

**Ponad 140 alpejskich schronisk otwartych od 20 czerwca czeka na wędrowców. W Dolomitach przebiega wiele trekkingowych tras na kilkudniowe wyprawy, prowadzące do schronisk górskich poprzez przełęcze i przejścia.**

**CZTERY AUTORSKIE SZLAKI TREKKINGOWE W GÓRACH TRENTINO**

**1) Alta Via del granito**

Trasę pokonać można zgodnie z ruchem wskazówek zegar bądź w przeciwnym kierunku. To 3-dniowy szlak w kształcie pętli, przebiegający przez wyjątkową „granitową wyspę” w masywie górskim Cima d’Asta – Cime di Rava, w południowym łańcuchu Lagorai. Trzy dni wędrówki pośród zachwycających krajobrazów, śladów I wojny światowej, górskich chat i pastwisk. Szlak biegnie wzdłuż sieci dawno wyznaczonych ścieżek i byłych dróg wojskowych z czasów I wojny światowej, łącząc dwa schroniska, jedyne na tym obszarze: Cima d’Asta “Ottone Brentari” – meta pierwszego etapu trasy, oraz Caldenave, gdzie dobiega końca drugi odcinek. Długość trasy wynosi około 28 km, z całkowitą różnicą wysokości 2030 m. Szlaki są dość łatwe do przejścia (poziom trudności EE według klasyfikacji włoskiej organizacji CAI), jednak wymagają one pewnego wysiłku fizycznego i umiejętności, zatem nie należy ich lekceważyć. Ta wyprawa trekkingowa rozpoczyna się i kończy w dolinie Val Malene, przy chacie górskiej Malga Sorgazza na płaskowyżu Altopiano del Tesino. Wędrówkę można wydłużyć, dodając odcinek biegnący do schroniska Malga Conseria, co pozwoli na lepsze poznanie masywu. [www.altaviadelgranito.com](http://www.altaviadelgranito.com)

**2) Trek-King**

Dolomiti Trek-King to fascynująca 6-etapowa wyprawa trekkingowa prowadząca do różnych schronisk po szlakach w dolinie Val di Fassa, przemierzając jednocześnie tereny alpejskie o wyjątkowym uroku. Trasa rozciąga się wzdłuż dobrze oznakowanych szlaków CAI-SAT i z każdego punktu na trasie można zejść do doliny, aby wrócić do miejscowości, z której rozpoczęto wyprawę. Dolomiti Trek King zawdzięcza swoją nazwę królowi Laurino, legendarnej postaci z wielu baśni, których akcja rozgrywa się właśnie w tych górach. To niezwykłe miejsca, w których powolne wędrówki dostarczają wyjątkowych emocji, pozwalają postrzec dźwięki i odczuwać w sposób inny niż na co dzień. To emocje, których nie sposób wyrazić słowami – aby je zrozumieć, należy ich doświadczyć. Klasyczny szlak biegnie początkowo dookoła masywu Marmolada, następnie przez obszar Passo Sella i wreszcie przez masyw Catinaccio, który pokonywany jest w całości w kierunku z północy na południe na dwóch ostatnich odcinkach wyprawy.

**3) Palaronda Trek**

Kamienisty płaskowyż Pale di San Martino, zawieszony na wysokości 2500 m n.p.m., jest pełen tajemniczego uroku. 50 km2 gołej skały przypominającej wzburzony ocean stały się inspiracją dla Dino Buzzatiego do obrazu twierdzy Bastiani w „Pustyni Tatarów”. PalaRonda Trek to trasa w kształcie okręgu zakładająca 4-6 dniową wędrówkę po oznaczonych szlakach oraz nocowanie w przytulnych schroniskach u podnóży Dolomitów. Trasę pokonuje się samodzielnie. Konieczne jest posiadanie odpowiedniego sprzętu oraz odbycie specjalnych treningów, gdyż niektóre odcinki przebiegają po klasycznych i widowiskowych żelaznych perciach (vie ferrate), znajdujących się na obszarze gór Pale – mowa o żelaznych perciach Velo, Portòn, Nico Gusella. Podstawowy wariant trasy Palaronda Trek pokonuje się w cztery dni i prowadzi on do schronisk Rosetta, Treviso i Pradidali. Natomiast trasa Palaronda Ferrata Quick Tour to 3-dniowa wyprawa, prowadząca po via ferratach w północnych partiach masywu, Farangole i Bolver Lugli na Cimòn della Pala. Podążając tą trasą nocuje się w schronisku Rosetta i Mulaz. Ewentualnie wybrać można wariant przechodzący przez południową część masywu z via ferratami Velo i Portòn. W tym wariancie dochodzi się do schronisk Velo della Madonna i Pradidali. Trasa Palaronda Ferrata 360 Tour natomiast oferuje doświadczenie najpełniejsze, emocjonujące i zapewniające moc rozrywki dla tych, którzy pragną odkryć masyw Pale di San Martino, przemierzając sieć żelaznych perci (vie ferrate) i wyposażonych szlaków z północy na południe w 8 dni, spędzając jedną lub więcej nocy we wszystkich schroniskach masywu Pale. [www.sanmartino.com/IT/palarondatrek/](http://www.sanmartino.com/IT/palarondatrek/)

**4) La Via delle Normali**

6-etapowa trasa **“La Via delle Normali”**, biegnąca w samym sercu Dolomitów Brenta, przeplata wspinaczkę z trekkingiem i łączy 10 szczytów, podążając normalnymi drogami wytyczonymi przez pionierów alpinizmu w Dolomitach. Prowadząc po klasycznych trasach, niedawno ponownie wyposażonych i odnowionych przez przewodników alpejskich z sekcji Trentino, trasa „La Via delle Normali” prowadzi do najbardziej sugestywnych szczytów grupy górskiej Brenta: szczytów Cima Tosa, Cima Brenta, Cima Falkner, Cima d'Ambiez oraz Campanile Alto. Spośród **10 szczytów** na tej trasie **5** dochodzi do **3000 m** wysokości, a pozostałych **5** **powyżej** **2900 m**, przy czym maksymalny poziom trudności wspinaczki nie przekracza **stopnia III+**. Wzdłuż trasy można przenocować w **8 schroniskach alpejskich**, do których doliczyć należy biwak Castiglioni na szczycie Cima del Crozzon di Brenta. Łączna długość całej trasy to ponad **45 km** przebiegających pośród skalnych wież i ścian, żlebów i przełęczy, z czego 15 km samej wspinaczki. Przejście tą trasą to 60 godzin bezpośredniego kontaktu z górami, **7 dni przygody** i alpejskie przeżycie w pełnym wymiarze w samym sercu Dolomitów Brenta, wpisanych na Listę Światowego Dziedzictwa UNESCO. Dla każdego pojedynczego etapu trasy zostały zapisane ślady GPX, zmierzone odległości i różnice wysokości, długość podwójnych lin lub zjazdów, poza tym szczegółowo oznaczono wszystkie zabezpieczenia dostępne na miejscu. Na szczyty dotrzeć można samodzielnie lub w asyście miejscowych przewodników alpejskich (wł. guida alpina). Przygodę dostosować można do ilości dni do dyspozycji oraz do poziomu własnych umiejętności.

**W SCHRONISKU BOCCA DI TRAT “NINO PERNICI” NAJMŁODSZA ZARZĄDCZYNI SCHRONISKA GÓRSKIEGO**

**Valentinie Santoni**, która nie ukończyła jeszcze 23 lat, powierzono zarządzanie schroniskiem alpejskim **Bocca di Trat – “Nino Pernici”.** Nowa zarządczyni, od dzieciństwa członkini Towarzystwa Alpinistów Trydenckich (SAT), aktywnie działająca w sekcji Arco również jako przewodniczka dla młodzieży, zasiliła tym samym szeregi najmłodszych zarządców schronisk górskich we Włoszech. Do schroniska położonego u podnóży Cime di Pichea łatwo dotrzeć można z doliny Val Concei, odchodzącej od doliny Val di Ledro. Inną opcją jest bardziej męczące podejście ze zbocza od strony Campi di Riva.

**OSTROŻNOŚĆ W GÓRACH**

W tworzeniu projektu **„Prudenza in Montagna”** („Ostrożność w górach”) współpracowały takie organizacje i instytucje jak: Trentino Marketing, Trydenckie Towarzystwo Alpinistycznego (Società Alpinistica Tridentina, w skórcie SAT), Stowarzyszenie Schronisk Trentino (Associazione Rifugi del Trentino), Zrzeszenie Przewodników Alpejskich Trentino (Collegio delle Guide Alpine Trentino), Ratownictwo Alpejskie i Jaskiniowe Trentino (Soccorso Alpino e Speleologico Trentino), Fundacja Dolomiti UNESCO (Fondazione Dolomiti Unesco), Zrzeszenie Instruktorów Narciarstwa Prowincji Trydentu (Collegio Provinciale Maestri di Sci del Trentino), Autonomiczna Prowincja Trydentu (PAT), Guardia di Finanza, Carabinieri i Policja.

U podstaw projektu leży inne niż dotychczas przyjmowane podejście do głównego problemu związanego z przebywaniem na terenach górskich, a mianowicie chodzi o świadomości ryzyka. Punktem wyjścia projektu było zatem pojęcie **ostrożności**, a nie **bezpieczeństwa**, ponieważ obiektywnie rzecz ujmując niemożliwe jest całkowite wyeliminowanie wszelkich zagrożeń w górach, również w odniesieniu do zawodowców. Jeśli natomiast pod uwagę brane jest pojęcie ostrożności, oznacza to **tworzenie kultury uważności, której kluczowymi elementami są znajomość środowiska oraz świadome zachowanie w danym środowisku,** przy jednoczesnym poleganiu na radach i doświadczeniu osób, które na co dzień dane środowisko zamieszkują i dobrze je znają, czyli zwracaniu się do zarządców schronisk górskich i przewodników alpejskich. [TUTAJ](https://www.visittrentino.info/it/articoli/trekking-ed-escursioni/prudenza-in-montagna)