

DOLOMITTENE - VAL DI FUNES OG VAL PUSTERIA, 18. – 25. SEPTEMBER 2026

HØYDEPUNKTER

- Storslått natur: taggete kalksteinstopper, glitrende turkise innsjøer og grønne skråninger
- Utmerket for vandring
- Fantastiske fjellblomster og enestående utsikt
- De berømte Tre Cime – symbolet på Dolomittene og et UNESCO verdensarvsted
- Puez-Odle naturpark

VAL DI FUNES

Dolomittene i Odle-massivet er nesten uvirkelig vakre. Lite kjente, men spektakulære, dominerer de dette uberørte hjørnet av Sør-Tyrol, på siden av Val Isarco, et steinkast fra Val Gardena. Fjellene danner et amfi av ruvende fjellrygger, som spisse spir på gotiske katedraler, noen ganger dekket av lett snø.

Bølgende enger, små låver og eldgamle fjellgårder ligger på små fjellhyller som fanger de siste solstrålene mellom landsbyene San Pietro og Santa Maddalena. Det er selve definisjonen på det perfekte fjellandskapet – det vi alle drømmer om, men sjelden ser i virkeligheten.

De daglige fotturene vil ta oss til fantastiske utsiktspunkter og gjennom vakre naturområder nede i dalen. Her er det gode muligheter for å møte alpint dyreliv og området er også rikt på geologiske skatter. Noen av turmålene tar oss innom Via delle Odle og Alta Via delle Dolomiti.

VAL PUSTERIA

I hjertet av de norditalienske Dolomittene, nær grensen til Østerrike og dominert av de berømte Tre Cime, ligger den vakre tyrolske landsbyen Dobbiaco/Toblach. Herfra kan vi utforske den majestetiske Alta Pusteria-dalen, et område kjent for sine taggete fjell på over 3000 meter og anerkjent av UNESCO som et av verdens mest spektakulære fjellområder.

Med over 1000 km med turstier er Dolomittene et paradis for fjellvandrere, og valgmulighetene er nærmest uendelige. Våre anbefalte ruter og reiseruter gjør det lettere å velge! Høydepunktene inkluderer en høyfjellsrygg langs den østerrikske grensen med 360° utsikt over både de italienske Dolomittene og de østerrikske Alpene. Vi vil også gå en rundtur der de verdenskjente Tre Cime, tre massive obelisker av ren stein, ruver i landskapet.

Mange av turene går over høysletter, beitemarker og skogstier som ble bygget av soldater under første verdenskrig. Utrolig nok er alt dette lett tilgjengelig via godt merkede stier, enten direkte fra hotellet eller via en kort busstur eller taubane.

Det blir enten pikniklunsj eller lunsj på betjente hytter.

Vi bor på to ulike hotell; Hotel Kabis a San Pietro i Val di Funes, og Braies Hotel Erika i Val Pusteria. Det serveres variert og smakfull mat fra lokale produsenter. Vi spiser frokost og middag på hotellet hver dag.

DOLOMITTENE

Dolomittene er en fjellkjede i det nordøstlige Italia, i regionene Veneto, Trentino-Alto Adige/Südtirol og Friuli Venezia Giulia. De er en del av de sørlige kalksteinsalpene og strekker

seg fra elven Adige i vest til Piave-dalen (Pieve di Cadore) i øst. Den nordlige og sørlige grensen defineres av Pusteria-dalen og Sugana-dalen.

UNESCO-VERDENSARVLISTE

Dolomittene huser Dolomiti Bellunesi nasjonalpark samt flere regionale parker. I august 2009 ble Dolomittene erklært som et UNESCO verdensarvområde.

OPPRINNELSEN TIL NAVNET

Dolomittene, tidligere kjent som "De bleke fjell"(it: Monte Palladi), har fått sitt navn fra karbonatmineralet dolomitt. Dette mineralet ble først beskrevet av den franske mineralogen Déodat Gratet de Dolomieu (1750–1801), som fjellene deretter ble oppkalt etter.

DOLOMITTENE OG FØRSTE VERDENSKRIG

Under første verdenskrig gikk frontlinjen mellom den italienske og den østerriksk-ungarske hæren gjennom Dolomittene, hvor begge sider benyttet miner i stor skala. Ved krigens utbrudd fulgte grensen mellom Italia og Østerrike-Ungarn den som var fastsatt i Wien-traktaten (1866) etter den tredje italienske uavhengighetskrigen. En del av denne grensen, Trentino, strakte seg sørover mot Po-elven og var en del av Østerrike-Ungarn.

DEN HVITE KRIGEN

"Den hvite krigen" er betegnelsen på kampene som fant sted i de høyestliggende alperegionene på den italienske fronten under første verdenskrig, spesielt i Dolomittene, Ortles-Cevedale-alpene og Adamello-Presanella-alpene. Mer enn to tredjedeler av dette konfliktområdet lå over 2000 meter, med det høyeste punktet på 3905 meter ved Mount Ortler.

I 1917 skrev E. Alexander Powell, korrespondent for New York World:

"På ingen front – verken på de solstekte slettene i Mesopotamia, i de frosne Mazuriske myrene, eller i den blodgjennomtrukne gjørmene i Flandern – lever en soldat under så ekstreme forhold som her, på taket av verden."

LANGDISTANSERUTER

Flere langdistanseruter krysser Dolomittene. Disse kalles "Alte Vie" (tysk: Dolomiten Höhenwege) og er nummerert fra 1 til 10. Hver av rutene tar omtrent en uke å gå og er betjent av flere rifugi (fjellhytter).

Dolomittene krysses også av Sentiero Italia, en 7400 km lang sti som starter i Trieste, går rundt hele Alpene, nedover den italienske halvøya og til slutt ender på Sicilias vestligste punkt.

MATEN

Den tradisjonelle maten i Dolomittene er basert på enkle retter, men med en autentisk og særegen smak som gjenspeiler naturen i de vakre alpedalene. De samme rettene som bestemødrene lagde gjenskaptes av kokker i restauranter og på fjellhytter, alltid tro mot tradisjonen.

Mais, poteter, bygg, gresskar, sopp, bønner og andre belgfrukter er grunnleggende ingredienser i de typiske rettene fra Dolomittene. Men høydepunktet i dette området er også meieriproduktene ost, melk og smør som i århundrer har vært hovedkilden til protein for innbyggerne i Dolomittens daler.

Blant de mest kjente rettene finner vi:

- Polenta (kokt maismel med smakstilsetninger)
- Casunziei (ravioli fylt med gresskar eller spinat)
- Potetgnocchi med røkt ferskost eller gresskar
- Canederli (brødboller med speck)
- Byggsuppe

Program

Dag 1 – fredag 18. september: OSLO GARDERMOEN – VERONA – VAL DI FUNES

Vi flyr med Lufthansa fra Oslo Gardermoen kl. 06:35 til Frankfurt. Videre kl. 12:35 med ankomst Verona kl. 13:55.

Vår guide Elena venter i ankomsthallen. Vi kjører en eller to 9-seter(e) avhengig av antall deltakere. Ankomst og innkvartering på Hotel Kabis a San Pietro, Val di Funes

Måltider inkludert: middag på hotellet.

Dag 2 – lørdag 19. september: ZANNES – MALGA CASNAGO

Etter frokost drar vi ut til et område rikt på skog og små bekker. Vi følger en bekk og når etter hvert et punkt der panoramautsikten åpner seg mot det majestetiske Odle-fjellmassivet. Vi går langs den naturskjønne Adolf Munkel-stien, hvor vi kan beundre den storslåtte utsikten over Dolomittene.

Vi ankommer et område med gamle fjellhytter, opprinnelig bygget for å støtte sommerbeiteaktiviteter. Her laget gjeterne ost av nytrukken melk, rik og aromatisk takket være det friske, duftende høfjellsgresset.

Stigning: 500m – nedstigning 500m – Lengde 10km – Varighet: ca. 5,5 timer

Måltider inkludert: frokost og middag på hotellet.

Dag 3 – søndag 20. september: COL DI POMA – RIFUGIO GENOVA

Etter frokost legger vi ut på en spesielt naturskjønn fottur som fører oss forbi Rifugio Genova og opp til toppen av Col di Poma (2422 m). Herfra kan vi beundre et imponerende amfiteater av ruvende fjellrygger, av og til dekket av snø.

Fra toppen har vi utsikt mot Sass Rigais (3025 m), en del av Odle-gruppen i Dolomittene.

Rifugio Genova ligger ved Passo Poma (2340 m), på grensen mellom Val di Funes og Val Badia, i Puez-Odle naturpark.

Denne turen har noen eksponerte og relativt smale partier, men ingenting som byr på store utfordringer for de som går forsiktig.

Stigning: 850m opp og 850m ned – Lengde: 13 km – Varighet: ca. 6,5 timer

Måltider inkludert: frokost og middag på hotellet.

Dag 4 – mandag 21. september: RANUI – RIFUGIO BROGLES – TIL VAL PUSTERIA

Frokost og utsjekk fra hotellet. Vi starter vår siste fottur i Val di Funes, langs en sti som fører oss under toppene Cima Fermeda og Seceda. Gjennom spektakulært landskap når vi Rifugio Brogles, hvor vi kan ta en pause og nyte den fantastiske utsikten over dalene og Seceda-toppene.

Etter fotturen drar vi mot Val Pusteria (ca. 100 km – ca. 2 timers kjøring).
Ankomst og innkvartering på hotellet.

Stigning: 900m opp og 900m ned – Lengde: 13 km – Varighet: ca. 6 timer
Måltider inkludert: frokost og middag på hotellet.

Dag 5 – tirsdag 22. september TRE CIME DI LAVAREDO

Etter frokost kjører vi ca. 35km til Rifugio Auronzo, hvor vi parkerer.
Vi er «midt i smørøyet», og her starter dagens tur. Dette er uten overdrivelse, en av de vakreste i Dolomittene. Vi følger en flat og behagelig sti, mellom enger og fjellfuru, som leder oss rundt tre verdensberømte topper. Fjellmassivet er dannet av Crodarossa, Cimi undici og de mektige sagtannede Punta dei Tre Scarperi (3152 moh).
Vi begynner nå å «klatre» langs siden av Crode Fiscaline, som danner et ekte teatralisk bakteppe foran den spektakulære Tre Cime di Lavaredo. Etter flere fotostopp, vil stien ta oss tilbake til utgangspunktet. Vi spiser en lett lunsj på Rifugio Auronzo.

Stigning: 400m opp og 400m ned – Lengde: 10 km – Varighet: ca. 4 timer
Måltider inkludert: frokost og middag på hotellet.

Dag 6 – onsdag 23. september MOT STRUDELKOPF

Etter frokost kjører vi til utgangspunktet for dagens vandring som går til toppen av Strudelkopf (2307m). Vi går en rundtur, og kommer etter hvert ned til Durrenstein Hütte. Her spiser vi lunsj.
På klare dager kan vi nyte synet av Tre Cime, Monte Piana og Monte Cristallo. Vi lover at fotomotivene står i kø denne dagen.

På vei tilbake til hotellet besøker vi «Latteria tre cime – Mondolatte», en lokal osteprodusent. Her får vi smake på godsakene (ikke omvisning, kún smaking).

Stigning: 530m – nedstigning 530m – Lengde 10,5km – Varighet: ca. 4 timer
Måltider inkludert: frokost og middag på hotellet.

Dag 7 – torsdag 24. september MOUNT ELMO OG KLAMMBACHHÜTTE

Denne fantastiske turen tar oss langs den imponerende ryggen av de Karniske Alpene. Vi starter med en kort busstur, deretter tar vi taubanen opp til Monte Elmo (2041 m).
En gammel militærrute fører oss over grensen til Østerrike og til Sillianerhütte. Denne fjellryggen markerer grensen mellom Italia og Østerrike og gir spektakulære panoramautsikter over de østerrikske Alpene.
Vi spiser en lett lunsj, før vi går ned langs en steinete sti gjennom de vakre fjellbeitemarkene til Klammbachalm, og videre til den idylliske Klammbachhütte. Herfra følger vi en skogssti tilbake til landsbyen Moos og til slutt Sesto.

Stigning: 530m – nedstigning 1170m – Lengde: 14 km – Varighet: ca. 5,5 timer
Måltider inkludert: frokost og middag på hotellet.

Dag 8 – fredag 25. september HJEMREISE

Frokost og utsjekk fra hotellet. Transfer til flyplassen i Verona. Avreise med Lufthansa kl. 13:40 til München. Videre kl. 15:45 med ankomst Oslo Gardermoen kl. 18:00.

Pris pr. person i dobbeltrom, kr 25 919,- som inkluderer:

- Lufthansa, Oslo Gardermoen – Verona tur/retur
- Flyskatter (refunderes ikke ved avbestilling)
- Fellestransport ifølge program
- 3 netter i Val di Funes; [Hotel Kabis a San Pietro](#)
- 4 netter i Val Pusteria; [Hotel Erika](#)
- 7 buffet frokoster
- 7 middager på hotellet
- Drikke: vann til lunsj og vann/kaffe til middag
- Ostesmaking på det lokale ysteriet
- Vandringer ifølge program
- Billett til taubane/kabelbane/tog
- Engelsktalende lokalguide: Elena Zolin
- Teknisk reiseleder fra Til Fots *)

Ikke inkludert:

- Tips
- Drikke til maten (bortsett fra vann)
- Lunsjer

Tillegg for enkeltrom, kr. 3525,- (begrenset antall).

På denne turen har [3 støvler](#), og det kreves rimelig god fysisk form. Vi går på opparbeidede stier med variert underlag. Se dag-for-dag programmet. Vi tar bare med oss den oppakningen vi trenger til selve vandringsturen. Det angitte tidsforbruket er ca. timer og uten pauser.

Våre bosteder:

[Hotel Kabis a San Pietro](#), Val di Funes

[Hotel Erika](#), Val Pusteria

Påmelding senest 45 dager før avreise.

Depositum kr 5000,- pr. person vil bli fakturert etter at vi har mottatt påmelding.

Minimum antall deltakere er 6.

*) Dersom deltakerantallet er under 9, går turen med lokalguide og uten representant fra Til Fots.

Husk reise- og avbestillingsforsikring – kontakt ditt forsikringsselskap!

Vi tar forbehold om prisendring p.g.a. endrede flyskatter/oljetillegg og/eller valutakurs samt endring i rutetidene hos flyselskapet og i program. Vi tar også forbehold om endringer på grunn av vær- og vindforhold.

Teknisk arrangør: TIL FOTS AS



TIL FOTS

VANDRETURER FOR DEG