



# Ben ruade cà in Anpezo

Cuaderno de viaje



# "RA VAL D'ANPEZO"

In chel dì che l'Signor t'à fato  
'l ea dasén de gran bona luna,  
ma 'l à pensà de inze de El  
"De cheštes in fejo solo una!"

E con l'eštro da gran artišta  
'l à curà fora dute i materialai pì bieì.  
Saš, len, tera, aga, erba e fiore;  
ci sà pó agnó che 'l é šù ai toi.  
[...]

*(Anonimo)*

# SUMARIO

## 6. BONDÌ E BEN RUADE CÀ IN ANPEZO

Bienvenidos . UNESCO. Best of the Alps



## 10. DA NA OTA FIN ANCUOI

PASADO Y PRESENTE

Había una vez... Antiguos oficios . Un territorio por explorar  
Bajo el campanario



## 32. INDUJÌÀ A SE GODE RA CRODES

ESTAR BIEN EN LA MONTAÑA

Magnà polito...agnó che mai . Cada vez más en lo alto



## 46. IŠTADE

VERANO

Las Dolomitas . Excursiones y senderismo . Metas que no se  
pueden perder . Vías ferratas . Escalada Mountain Bike & E-Bike .  
Bicicleta de carretera . A la carrera en la montaña . Vías de acceso  
a los Montes Pálidos . Agroturismos y Explotaciones Agrícolas



## 74. CANCHE 'LÉ GNEE

INVIERNO

En la nieve . Dominios . Ski tour . Skipass . Profesionales de la nieve  
Fuera de pista . Esquí Nórdico . Más allá del esquí



## 94. OUTRO DA PODÉ FEI

DIVERTIRSE CON

Adrenalin Center . Curling . Golf . Minigolf . Nordic walking  
Estadio del Hielo . Tennis



## 100. D'AUŠUDA E D'OUTON

PRIMAVERA Y OTOÑO

Otras estaciones



## 102. PIZE E GREI

NIÑOS Y FAMILIA

Verano . Invierno . Todo el año



## 110. NA FRÉ DE DUTO

CURIOSIDADES Y EVENTOS

Un valle de película . La ardilla roja . Leyendas de Ampezzo  
No existe el mal tiempo . Principales eventos



## 126. i

Cómo moverse . Tal vez no todos sepan que... 7 lugares en los  
alrededores . Capital de provincia . Números útiles







## BIENVENIDOS IN CORTINA D'AMPEZZO

Queridos visitantes,

con sumo placer y honor les brindo el saludo del Ayuntamiento de Cortina d'Ampezzo.

Bienvenidos a la Reina de las Dolomitas, desde siempre cuna de las manifestaciones deportivas, tanto es así que en 1956 albergó las Olimpiadas invernales. Una tradición la de la hospitalidad en Cortina d'Ampezzo, que, además de hallarse en una de las más bellas cuencas de las Dolomitas, Patrimonio Mundial de la UNESCO, ha obtenido también la prestigiosa asignación de los Campeonatos Mundiales de Esquí Alpino de 2021, evento que afirmará ulteriormente a la villa entre las protagonistas indiscutibles de las mejores localidades turísticas del mundo. Pero también en el transcurso de la estación veraniega Cortina d'Ampezzo brinda muchísimas oportunidades y motivos para ser visitada, fascinando al turista

en cada uno de sus rincones: de las exposiciones a las numerosísimas citas culturales, flor y nata del verano ampezzano, a las distintas manifestaciones deportivas; tampoco hay que olvidar las emociones que cada paraje natural de las Dolomitas d'Ampezzo suscita a todos los visitantes, que quedan extasiados con los colores y las maravillas de estas montañas, donde la magia de la enrosadura es un espectáculo imperdible.

Y precisamente con la intención de que conozcan el territorio ampezzano se ha creado esta guía, con el deseo de que pueda ser una útil herramienta para su estancia.

Dándoles las gracias por haber elegido descubrir el territorio de Cortina d'Ampezzo, aprovecho la ocasión para saludarles atentamente y les deseo a todos una feliz estancia.

Dr. Carlo De Rogatis  
El comisario extraordinario

Estimados Visitantes,

gracias por haber elegido Cortina d'Ampezzo y ¡bienvenidos a las fantásticas Dolomitas! Cortina se enorgullece de una historia milenaria y de una larga tradición en el turismo. La belleza de la "Cuenca Ampezzana", rodeada por las imponentes cimas del Pomagagnon, del Cristallo, del Faloria, del Becco di Mezzodi, de la Croda da Lago, de las 5 Torri, del Lagazuoi y de las Tofanas (¡por citar sólo las principales!) atrae a visitantes de todo el mundo en cualquier periodo del año. Las numerosas actividades, las manifestaciones deportivas nacionales e internacionales, el vivaz ambiente de los locales del centro, la elegancia de las tiendas, la calidad de los restaurantes y la acogida en los hoteles la convierten en uno de los destinos

turísticos más renombrados. No por casualidad, Cortina d'Ampezzo es la única localidad italiana en formar parte de Best of the Alps, la prestigiosa Asociación Europea que agrupa a las 12 localidades de montaña más exclusivas del Arco Alpino.

Esperamos que esta guía pueda ayudarles a conocer y valorizar mejor los numerosos aspectos vinculados a nuestras bellezas naturales y ambientales, a nuestra cultura y tradición, y también a apreciar nuestro amplio abanico de especialidades gastronómicas, sin olvidar la oferta para ir de compras. Por tanto, les deseamos una agradable estancia y ¡les esperamos aún como apreciados Visitantes en Cortina d'Ampezzo!

Gramarzè e sanin dapò!  
Directora de Cortina Marketing.Se.Am., Gabriella Talamini



## UNESCO

El 26 de junio de 2009, la UNESCO incluyó las montañas calcáreas situadas en el noreste de Italia en la prestigiosa lista mundial del Patrimonio Natural de la Humanidad por su monumental belleza. Con este acto, las Naciones Unidas reconocían oficialmente mediante su organización para

la educación, la ciencia, la cultura, las peculiaridades y características únicas de las Dolomitas. Por consiguiente, ahora, también las montañas de la Reina de las Dolomitas están reconocidas con razón entre las montañas más hermosas de la Tierra.



© Paola Dandrea

## BEST OF THE ALPS

Cortina d'Ampezzo es la única localidad italiana en formar parte de la prestigiosa Asociación Europea Best of the Alps, la marca de calidad internacional que reúne a los 12 países más famosos y exclusivos de todo el arco alpino, metas codiciadas por los turistas de todo el mundo, apreciadas y estimadas por la calidad de los servicios, por la eficiencia de las estructuras y los sugestivos paisajes y, en especial, por el respeto del patrimonio

cultural y medioambiental de que son promotoras. Best of the Alps es el símbolo de la larga tradición hostelera que ha abierto el camino al turismo de montaña, tanto invernal como estival. De hecho, en cada uno de estos 12 destinos, la belleza del paisaje y la singularidad del ambiente casan perfectamente con los requisitos de las más modernas actividades y exigencias turísticas.



© Pixcube.it

# DA NA OTA FIN ANCUOI

PASADO Y PRESENTE



Había una vez... Antiguos oficios . Un territorio por explorar . Bajo el campanario



## HABÍA UNA VEZ...

La que envuelve Cortina d'Ampezzo es una historia que se pierde en la leyenda, entre alternancias de antiguos romanos y poblaciones bárbaras. Tierra de ganaderos, Cortina d'Ampezzo debe su desarrollo a la explotación de los bosques y al comercio de la madera.

Por su posición geográfica de frontera, estuvo anexionada a la Serenísima República de Venecia primero y, después, durante nada más y nada menos que 400 años, al Imperio Austrohúngaro.

A partir de 1800, gracias al ferrocarril que traía a la Cuenca a ricos viajeros anglosajones, alemanes y rusos, Cortina d'Ampezzo se fue transformando en la verdadera capital de las Dolomitas y, así, surgieron los grandes hoteles y las primeras estructuras deportivas y turísticas. Sin embargo, el conflicto mundial de 1915-1918 fue el evento histórico que más que cualquier otro trastornó el territorio, tanto es así que muchas de las vertientes dolomíticas que rodean el Valle de Ampezzo muestran todavía hoy los signos tangibles.

Pasados bajo el Reino de Italia en 1918, tras la derrota del ejército austrohúngaro, los Montes Pálidos se abrieron al mundo y, sobre todo, al deporte, lo cual hizo posible que Cortina d'Ampezzo se convirtiera

en la Reina de las Dolomitas en un lapso de tiempo muy breve. La definitiva consagración de Cortina d'Ampezzo como localidad deportiva de prestigio absoluto y meta privilegiada para las vacaciones tiene lugar con ocasión de las Olimpiadas Invernales de 1956, cuando los Juegos Olímpicos son transmitidos en directo televisivo por primera vez en Italia.

Desde entonces, Cortina d'Ampezzo es destino turístico de excelencia y el lugar elegido para numerosos eventos deportivos internacionales, con más de 25 ediciones de la Copa del Mundo de Esquí Alpino Femenino, las citas de esquí nórdico, la Copa del Mundo de Snowboard, la Copa del Mundo de Freeride y manifestaciones deportivas de numerosas disciplinas outdoor.

Actualmente, la población de Cortina d'Ampezzo es de unos 6000 habitantes, pero alcanza las 50 000 presencias en temporada alta gracias al turismo.

La Reina de las Dolomitas ha sabido conservar muy bien en el tiempo su rico patrimonio de tradiciones: son testimonio de ello el orden y el rigor que han regulado el crecimiento de la construcción respetando el territorio; el uso del traje típico femenino, lleno de color; la costumbre del dialecto ladino,





© Archivio storico Zardini

de suaves inflexiones, y el amor por las flores que, en verano, embellecen todas las viviendas de la Cuenca.

En las montañas de Cortina d'Ampezzo se escribió una parte importante de la Primera Guerra Mundial, un evento fundamental en la historia de Italia y de Europa, que marcó el fin de los imperios y el nacimiento de los Estados nación. Este acontecimiento histórico estremeció el territorio ampezzano, que, al estallido del conflicto, se encontraba todavía bajo el dominio asbúrgico.

Además de los monumentos erigidos en recuerdo de los caídos, como el Osario de Pocol, en las montañas hay numerosos testimonios de lo que fue el frente entre Austria e Italia: túneles y trincheras, fortines y posiciones militares, caminos y trincheras de comunicación son sólo algunos ejemplos de lo que se puede encontrar en una excursión al Valle de Ampezzo. Algunos de los lugares que constituyeron el escenario

de los combates entre los ejércitos, han sido parcialmente restaurados y transformados en testimonios vivos de la Gran Guerra.

La restauración de la arqueología bélica, en la que participaron también los ejércitos de los países que de 1915 a 1918 combatieron en estas mismas montañas, ha llevado a realizar el que hoy día es el más extenso museo al aire libre dedicado al primer conflicto mundial. En el área del Passo Falzarego, comprendida entre el Lagazuoi y las cimas 5 Torri, a pocos pasos de los refugios y de las palestras de roca, con la ayuda, en su caso, de modernas instalaciones de remonte o con breves caminatas, ahora es posible acercarse y conocer los túneles de guerra del Lagazuoi, las trincheras y las posiciones militares al aire libre de las 5 Torri, el Museo al aire libre del Sas de Stria o visitar el restaurado fuerte 'Forte Tre Sassi' en Valparola que alberga el Museo de la Gran Guerra.

## "REGOLE D'AMPEZZO"

Las "Regole d'Ampezzo" son la institución de Cortina d'Ampezzo que aún hoy se halla en el centro de la vida social de la comunidad. Este antiguo ordenamiento reúne a los descendientes de las familias originarias del Valle de Ampezzo (los "Regolieri") y fue creado con el objetivo de regular la relación entre el hombre y la naturaleza y permitir un uso respetuoso, colectivo y de amplias miras del territorio, encaminado a la supervivencia y al bienestar de la población. Aquí, bosques y pastizales son desde hace siglos propiedad colectiva de la comunidad originaria. Las Regole (reglas) han hecho posible que la población local prosperase durante muchos siglos, transmitiendo tradiciones y costumbres que son todavía el eje de la

colectividad. La vida en la comunidad siempre ha sido sumamente democrática, condición que ha permitido a la población vivir durante muchos siglos una ordenación privilegiada, regulada por estatutos y "laudos" surgidos del consenso de todos los consortes. Las Regole gestionan actualmente unas 16 000 hectáreas de bosque, con tala y venta de la madera y silvicultura naturalista del patrimonio forestal. Algunas cabañas alpinas se utilizan todavía para el pastoreo del ganado. La Institución está reconocida por el derecho del Estado Italiano a través de leyes específicas que protegen su singular realidad. Desde 1990, las Regole gestionan también el Parque Natural de las Dolomitas de Ampezzo.



© Archivio Cortina Turismo

## TRADICIONES NUNCA OLVIDADAS

Las tradiciones del Valle de Ampezzo tienen sus orígenes en una vida sencilla y esencial: la realidad cotidiana de un valle de montaña en un ambiente tan fascinante como severo, ha enseñado a dar importancia a todo aquello que, en la humildad y en la sencillez, crea compartición, ayuda recíproca y sentido de pertenencia. Las costumbres ampezzanas son muy similares a las de los demás valles ladinos y tirolese, ya que la historia ha sido la misma durante cientos de años.

Para cada acontecimiento de la vida, del nacimiento al matrimonio, de la enfermedad a la muerte, de las pequeñas a las grandes vicisitudes, se han transmitido costumbres como el “sbara fora”, saludo a los novios la víspera de la boda; o el “ra zarcogna”, regalo al recién nacido. A menudo, las tradiciones están vinculadas a la religiosidad, por ejemplo cada aldea tiene su Feria, con el momento de oración y a continuación la alegría “inze stua” delante de un plato de “carafoi” (dulce frito y recubierto de azúcar glas). Fiestas importantes como Corpus Domini, Primera Comunión, Confirmación o Matrimonio ven una

presencia más o menos numerosa de personas con los ropajes de la tradición: el traje ampezzano que hasta el siglo pasado se llevaba siempre. La elegancia de esto es subrayada por el corte, por la riqueza de los colores, por las joyas de filigrana de plata que adornan el cabello de las mujeres, recogido en el “ciou”. Con orgullo, los componentes del Cuerpo Musical de Cortina d’Ampezzo llevan aún hoy el “vesti a r’anzezana” y el último domingo de agosto tiene lugar “Ra festa de ra Bandes” donde se pueden admirar trajes también de los valles limítrofes, además de escuchar las melodías de los grupos musicales. El domingo de Carnaval desfilan los carros folclóricos de los Barrios “Sestieri” de Ampezzo, con sainetes en ladino ampezzano y la entrega de premios del Palio invernal, carrera de relevos con esquís de fondo entre los seis aguerridos equipos de los barrios. En Pascua de Resurrección se juega a “peta vo”, con huevos cocidos de colores, y el primer domingo de julio se vive “ra Sagra d’Anpezo”, con juegos y retos entre los barrios.

## LADINO AMPEZZANO

Cortina d’Ampezzo tiene su propia lengua, que pertenece al área del Ladino Dolomítico: naturalmente, detrás de esta lengua hay una historia.

En los tiempos antiguos, los pueblos de los valles dolomíticos, y en general de los Alpes centro-orientales, hablaban idiomas diferentes pero más o menos similares entre ellos, derivados del lenguaje de los Celtas y de los Raeti. Estas gentes aprendieron poco a poco el latín vulgar traído por guardias y legionarios romanos, tras las expansiones en época imperial. El idioma anterior no desapareció del todo: cada población mantuvo muchas voces arcaicas en su léxico y aquellas particularidades fonéticas y sintácticas que encontramos aún hoy y que hacen del Ladino una interesante materia de estudio. Con el paso de

los siglos, el Ladino de Ampezzo se ha modificado, aun manteniendo características propias. No existen documentos antiguos en nuestra lengua, pero se pueden encontrar términos ampezzanos de uso común en viejos testamentos, procesos y a menudo se trata de expresiones que todavía se utilizan. La ley 482 de 1999 tutela y protege las lenguas minoritarias a nivel nacional y ahora existe un proyecto encaminado a obtener el reconocimiento de la lengua ladina como “bien inmaterial de la UNESCO”. En 1920 aparece por vez primera la bandera ladina con los colores de la naturaleza de nuestros valles: el verde de bosques y prados, el blanco de la nieve y de las rocas dolomíticas y el azul del cielo.



© Bandoni.it



## PARQUE NATURAL DE LAS DOLOMITAS DE AMPEZZO

Instituido en marzo de 1990, el Parque Natural de las Dolomitas de Ampezzo se extiende en un área de 11 500 hectáreas al norte de la población de Cortina d'Ampezzo, en el confín del Véneto con el Alto Adigio. Creado con el consentimiento de la Asamblea General de los Regolieri, el Parque ha sido encomendado en gestión por la Región Véneto a la 'Comunanza delle Regole d'Ampezzo' "en virtud de la especificidad de las formas antiguas de gestión del patrimonio natural ampezzano, por ellas conservado y tutelado durante cientos de años".

El área protegida se configura en forma de cuña con dos ramificaciones laterales y se inserta hacia el norte en el parque altoatesino de Fanes, Senes y Braies, con el que forma de hecho uno de los más amplios complejos naturalistas en el corazón de las Dolomitas. En los territorios no están presentes zonas de viviendas ni dominios esquiabiles. En el área protegida están comprendidos los grupos montañosos de la Tofana, Fanis, Col Bechei, Croda Rossa d'Ampezzo y Cristallo, respectivamente divididos por Val Travenanzes, Val di Fanes, Alta Valle del Boite y Val Felizon.

La variedad de los hábitats de aguas

y turberas, de praderas y bosques a gran altitud, también muy envejecidos, y de ambientes rupestres de lo más dispares, así como el bajo nivel de impacto que caracteriza desde siempre la gestión "regoliera" de los ambientes silvopastoriles, constituyen el soporte para una biodiversidad de fauna y flora de inusitada riqueza, ennoblecida por una decena de especies endémicas, exclusivas de las Dolomitas, como el *Sempervivum dolomiticum* (véase la imagen de la pág. 23), flor símbolo del Parque.

En el parque viven 160 especies de animales vertebrados: entre ellos se cuentan 31 especies de mamíferos, 113 especies de aves y 16 especies de anfibios, reptiles y peces. Animales fáciles de avistar son la marmota, el corzo, el ciervo, la cabra montesa (véase imagen a continuación), el zorro, la ardilla, el águila real, otros tipos de rapaces y muchos pequeños pájaros. Pero en los bosques y en las zonas más retiradas se ocultan también el urogallo, la perdiz blanca, el búho real, algunos tipos de mochuelo, la liebre blanca y roedores como el armiño y el lirón.

Numerosísimas también las plantas, con 68 especies de árboles y arbustos,

32 especies de helechos y equisetos y más de 1000 especies de flores. Entre estas últimas, también 35 especies de orquídeas: turistas y botánicos aficionados de todo el mundo visitan

las Dolomitas para poder admirar las floraciones del Zapatito de Dama (*Cypripedium calceolus*), una de las orquídeas más bellas de la flora europea.



© Paola Dandrea

## ANTIGUOS OFICIOS

En los talleres y tiendas de Cortina d'Ampezzo, los productos artesanales dan testimonio de la más genuina y original expresión artística del valle. Los artesanos ampezzanos, apreciados por su talento, a menudo son llamados a realizar sus trabajos en toda Italia y en el extranjero. La oferta es rica y cautivadora: de la elaboración artística de la madera para mobiliario, a la producción de objetos de hierro, cobre, latón y vidrio; de la fabricación de estufas de mayólica, a la realización

de objetos de decoración embellecidos con las técnicas de la taracea y del mosaico; de las exquisitas joyas de filigrana, a la fabricación de objetos artesanales realizados con árnica, Flor de las Nieves y plantas autóctonas. Antes de dejar Cortina d'Ampezzo, les recomendamos que vayan a visitar estos talleres: estamos seguros de que encontrarán un objeto de su agrado para un simpático regalo o para llevar a su casa un poco de "sabor ampezzano".

### VIDRIO

La elaboración artesanal del vidrio con el paso de los años ha evolucionado y se ha especializado en diferentes técnicas, como el vidrio emplomado, la vidriofusión y la pintura. Dichas técnicas permiten crear objetos para la mesa, originales detalles para ceremonias, lámparas, cuadros y muchos otros objetos de preciada factura.



© Giacomo Pompanin



### HIERRO

En los talleres de los herreros podrán admirar originales creaciones de hierro forjado, latón, cobre y acero. En la elaboración de estos objetos artesanales se combina el hierro con otros materiales como madera, cerámica, vidrio y tejido para crear colecciones modernas y clásicas.

### FILIGRANA

La filigrana es una antigua técnica de elaboración que utilizaba un hilo de plata del diámetro de un cabello para crear objetos de altísimo valor..



© Gala Di Gallo



© Giacomo Pompanin

### MADERA

Obras únicas que atestiguan el valor del tailor made a que los artesanos de Cortina d'Ampezzo dan vida, siguiendo las antiguas modalidades de elaboración artesanal de la madera, utilizando los materiales del territorio y recurriendo a las técnicas transmitidas de generación en generación.



### TARKASHI

El Tarkashi es una técnica de elaboración de la madera introducida en Cortina d'Ampezzo alrededor de 1881 por John Coddington, a su regreso de un viaje a la India. Ésta consiste en una taracea realizada con filigrana e hilos de metal incrustados en la madera.

### FLORES

Las flores y las plantas son utilizadas por los maestros floristas para crear delicadas y perfumadas composiciones. En los talleres de estos profesionales podrán admirar y comprar los objetos artesanales realizados con árnica, flor de las nieves y muchas otras plantas que la naturaleza pone a disposición.



© Giacomo Pompanin

### CUERNO

La elaboración del cuerno permite la creación de artículos para el hogar, complementos de decoración y collares obtenidos de la elaboración de los cuernos caducos de ciervo.



© bandion.it



## UN TERRITORIO POR EXPLORAR

La Reina de las Dolomitas se distingue por una propuesta cultural de gran nivel, a la que contribuyen también las numerosas galerías de

arte, las muestras temporales y las exposiciones, que añaden encanto y prestigio a la localidad.

### MUSEO DE ARTE MODERNO MARIO RIMOLDI

El Museo de Arte Moderno Mario Rimoldi alberga una de las mayores colecciones privadas de arte figurativo del siglo XX italiano, con más de 300 obras de arte de los mayores pintores de principios del siglo pasado, entre ellos Campigli, De Chirico y De Pisis. El museo aloja también cuadros procedentes de colecciones de arte nacionales e internacionales.



### MUSEO PALEONTOLÓGICO RINALDO ZARDINI

El Museo Paleontológico Rinaldo Zardini presenta una valiosa colección de esponjas, corales y otros fósiles del Triásico hallados en el territorio de Cortina d'Ampezzo. El museo cuenta la extraordinaria aventura de la vida en los mares tropicales, de los que surgieron las Dolomitas, y está enriquecido con una sección dedicada a la botánica.



### MUSEO ETNOGRÁFICO REGOLE D'AMPEZZO

El Museo Etnográfico Regole d'Ampezzo constituye el ejemplo tangible de cómo Cortina d'Ampezzo ha sabido preservar su patrimonio cultural junto a la memoria de sus orígenes. En la colección se pueden admirar objetos de la vida cotidiana, antiguos trajes de la tradición ampezana, una fiel miniatura de la típica vivienda local y preciadas obras artísticas locales de hierro forjado, filigrana, madera taraceada y ébano.





## OBSERVATORIO ASTRONÓMICO

En el Observatorio Astronómico “Helmut Ullrich”, gracias a potentes telescopios, es posible observar directamente estrellas, planetas, nebulosas y galaxias. Situado a la llegada de la primera estación del Teleférico Freccia nel Cielo, a 1780 m, el personal del

Observatorio Astronómico organiza actividades de grupo, visitas guiadas con reserva y visitas guiadas para una “noche bajo las estrellas” observando el cielo nocturno con cena en el refugio adyacente.



© bandion.it

## PLANETARIO NICCOLÒ CUSANO

Gracias a un sofisticado ordenador, en el Planetario Niccolò Cusano están reproducidos el movimiento de las estrellas, el Sol, la Luna y los planetas. También es posible simular particulares fenómenos celestes (eclipses, conjun-

ciones, etc.) y proyectar documentales Fulldome. El Planetario se encuentra cerca del Estadio Olímpico del Hielo, a pocos minutos a pie del centro de Cortina d’Ampezzo. Posibilidad de visitas guiadas previa reserva.



## LA U.L.D.A. (L'UNION DE I LADIS DE ANPEZO)

La U.L.d'A. (l'Union de i Ladis de Anpezo) es una asociación cultural que tiene el objetivo de defender y valorizar las tradiciones originarias de Cortina d’Ampezzo, en especial la protección y el desarrollo de la lengua, las costumbres, las tradiciones y todo aquello que ha ligado y liga aún hoy la comunidad ampezzana a sus orí-

genes. Fundada en 1975, forma parte de la ‘Unione Generale di Ladins dla Dolomites’, que reúne a las distintas comunidades de los cinco valles ladinos de las Dolomitas (Val Badia, Val di Fassa, Val Gardena, Fodom, Ampezzo), con el objetivo de crear una verdadera integración del mundo ladino y sus variadas características.

## CUERPO MUSICAL DE CORTINA D'AMPEZZO

El Cuerpo Musical de Cortina d’Ampezzo fue fundado en 1861. El repertorio de la banda, interpretado en conciertos y desfiles en el país y en el extranjero, incluye marchas,

piezas clásicas, música ligera, música de películas, composiciones originales de autores contemporáneos, música sacra y navideña.

## CORO CORTINA

El Coro Cortina surge en 1965 del deseo de un grupo de amigos, amantes de la montaña, de organizar sus cantos de forma coral con varias voces. El “Coro Cortina” ha participado con éxito en concursos nacionales e internacionales y ha realizado conciertos

en las salas de toda Europa, entre otras en el Mozarteum de Salzburgo, el Concertgebouw de Ámsterdam, el Haydnsaal de Eisenstadt, el Stadthalle de Viena y de Berlín, en el Salone dei Cinquecento en Florencia y en la Sala dei Corazzieri en el Quirinal de Roma.



## CINE EDEN Y SALA DE CONGRESOS

Cortina d'Ampezzo pone a disposición también una sala cinematográfica en pleno centro: el Cine - Teatro Eden , con una programación de las últimas novedades cinematográficas, dispone de espacios para albergar importantes

## CULTURA Y EVENTOS

Tanto en verano como en invierno, Cortina d'Ampezzo propone un cartel con más de 100 eventos culturales de gran prestigio. La localidad brinda un calendario de manifestaciones centradas en la literatura, el arte, la actualidad, la historia y la música. Entre las propuestas: Coro Cortina y CortinainCanta, Cuerpo Musical de Cortina y Fiesta de las Bandas,

citadas mundanas, culturales y sociales. Por su parte, para conferencias y conciertos está el Centro de Congresos Alexander Girardi Hall , que ofrece una sala equipada para eventos de gran reclamo para el público.

Cortina InCroda, Cortinametraggio, Cortina Style - YouCortina, CortinaTerzoMillennio, eventos y exposiciones promovidos por el Ayuntamiento de Cortina d'Ampezzo, Festival de música clásica promovido por la Academia Dino Ciani, Ikonos Art Gallery, Museos delle Regole d'Ampezzo, ULd'A (Unione Ladini d'Ampezzo), Una Montagna di Libri.



© bandion.it

## BAJO EL CAMPANARIO

De la ropa a las antigüedades y a la alta joyería, de la decoración floral a los artículos para el hogar, del mundo de los tejidos a las prendas de diseño al último grito: el Valle de Ampezzo es capaz de satisfacer los gustos más refinados en un mix inigualable de pasado y futuro.

Desde los años 50, Cortina d'Ampezzo siempre ha estado en vanguardia en el campo de la moda, dictando ley sobre

los “must” del momento. Es suficiente un paseo por las calles del centro, corazón palpitante para ir de compras en Cortina entre talleres artesanales y boutiques únicas, para descubrir las tendencias de la próxima temporada. No faltan bares, pastelerías, locales y bodegas donde concederse, cómodamente sentados, un poco de descanso entre una merienda, un aperitivo o un tentempié.



© bandion.it





## 10 LUGARES QUE HAY QUE VER

1

### EL ESTADIO OLÍMPICO DEL HIELO

Construido en 1956 para los Juegos Olímpicos.

2

### CORSO ITALIA

La zona peatonal del centro.

3

### CIASA DEI PUPE

Embellecida con los frescos de los hermanos Ghedina.

4

### COMUN VECIO

El viejo ayuntamiento está decorado con los blasones de las antiguas familias ampezzanas y de las Regole (correspondientes aproximadamente a las aldeas originales, hoy denominadas Sestieri o barrios).

5

### BASÍLICA MENOR

Construida entre 1769 y 1775, está dedicada a los santos Felipe y Santiago.

6

### EL CAMPANARIO

Edificado entre 1851 y 1858 en Dolomía principal, tiene una altura de 65,80 m.

7

### 'LA CONCHIGLIA' (LA CONCHA)

Estructura en la que el cuerpo musical se exhibe durante las mayores festividades. Cuando no se utiliza, desaparece bajo tierra, dejando en la superficie únicamente el escenario.

8

### CIASA DE RA REGOLES

Sede del Museo de Arte Moderno Mario Rimoldi y de muestras permanentes y temporales.

9

### IGLESIA DE SAN FRANCISCO Y CASA CORAZZA

En el interior de la iglesia pueden apreciarse un altar de madera del siglo XVIII y un fresco de finales del siglo XIV.

10

### IGLESIA DE LA VIRGEN DE LA DEFENSA

Fundada en el siglo XV, fue reconstruida en 1743.





## FRESCOS DE LA 'CIASA DEI PUPE'

Casa donde está ubicada la Farmacia Internacional, tiene en sus muros frescos de la segunda mitad del siglo XIX. En la pared norte encontramos la representación de Leonardo da Vinci; en la fachada este, en los rosetones, están representados Rafael, Durero y Tiziano junto a las alegorías de las artes y las ciencias (de derecha a izquierda: Música, Progreso, Arte y Comercio). En la fachada sur están pintadas escenas de vida ampezzana y las

cuatro edades del hombre: Infancia (niños que se deslizan en la nieve), Adolescencia (encuentro entre novios), Madurez (padre con niño en brazos), Vejez (anciano sentado junto a una estufa). En los cuatro rosetones se distinguen Miguel Ángel, Dante, Goethe y Shakespeare. El panel blanco, al parecer, fue requerido por los hermanos pintores como desafío para quien quisiera competir con su talento.



© Paola Dandrea

## LA CASA DEL TIEMPO

Precisamente a la entrada de Via della Difesa, la antigua Vía Regia, nos encontramos con uno de los edificios más característicos de Cortina d'Ampezzo. Una casa amarilla con un gran reloj en la pared que marca las horas y recuerda la profesión de sus dueños originarios: relojeros que aquí tenían su taller de reparación y construcción de relojes de pared. La inscripción "Corazza Ampezzo", que todavía hoy aparece en

la pared, se refiere al apodo de los "Dibetto", familia de ampezzanos especializados primero en forjar 'corazas' o armaduras, después célebres como herreros y finalmente como relojeros.

Hay un pequeño detalle curioso en el balcón de la casa: termina con una pequeña mano de madera que probablemente señala en dirección a la cercana iglesia de San Francisco o al más lejano Cementerio.



© Paola Dandrea

## LOS SESTIERI (BARRIOS)

Los distintos asentamientos del municipio de Cortina d'Ampezzo se han reunido en seis distritos, que toman el nombre de "Sestieri" o barrios y tienen la función de representar a las comunidades locales. En especial, están vinculados a la organización de eventos folclóricos. Estos seis Sestieri son: Alverà, Azzon, Cadin, Chiave, Cortina, Zuel. En verano, en los meses de julio y agosto, cada Sestiere organiza "su" fin de semana de fiesta campestre, durante la cual se puede bailar, degustar especialidades gastronómicas y divertirse. Los voluntarios trabajan para que la fiesta de su Sestiere sea la más bella de todas. Además, tanto en invierno como en

verano, los Sestieri organizan muchas competiciones deportivas que todavía hoy tienen mucha importancia para los habitantes de Cortina d'Ampezzo. Los Sestieri se precian también de pequeñas iglesias, de las que las principales son: Santa Juliana en Alverà, San Andrés en Col, Virgen de la Salud en Cadin di Sotto, San Antonio de Padua en Chiave y San Rocco en Zuel di Sopra. Pero además de las pequeñas iglesias nombradas y de la Basílica Menor, de la Iglesia de San Francisco y de la Iglesia de la Virgen de la Defensa, en Cortina d'Ampezzo hay otros 12 edificios destinados al culto que merecen ser visitados.



© Dino Colli

## PERSONAJES ILUSTRES

### MAXIMILIANO I DE HABSBURGO (1459-1519)

Rey de Alemania, archiduque de Austria y emperador del Sacro Imperio Romano Germánico. Soberano erudito y poeta, fue sobre todo un gran diplomático. En 1511 conquista Ampezzo, todo el Cadore y todos los demás valles de las Dolomitas, reuniéndolos todos bajo una única bandera. En el centro de la localidad, concretamente en el Corso Italia, hay un busto en su honor.



### DÉODAT DE DOLOMIEU (1750-1801)

Geólogo y minerólogo francés, científico e incansable viajero. Para sus investigaciones asciende incluso a algunas cumbres de los Alpes. En 1729, en uno de sus viajes, recoge y estudia científicamente la roca de la que están formadas las Dolomitas, que de él tomaron el nombre. En el Estadio del Hielo se encuentra un busto dedicado a él. En el Monte Faloria, un sendero panorámico lleva su nombre (consultar la pág. 51).



### ALBERTO I REY DE BÉLGICA (1875-1934)

Un soberano enérgico, valeroso y un rey apasionado de las Dolomitas y de Cortina d'Ampezzo. Descubre la Cuenca ampezzana en 1907 eligiéndola, hasta su muerte, como meta turística imperdible. Tiene dedicado un busto ubicado en un jardincito ante el Alexander Hall, a pocos minutos a pie del centro de Cortina d'Ampezzo.



### ANGELO DIBONA (1879 - 1956)

Guía de montaña, maestro de esquí e instructor militar de las tropas de montaña austriacas, durante la Gran Guerra combate en las Tofanas. Ha sido uno de los más grandes guías de montaña de las Dolomitas, con más de 70 primeras ascensiones en todo el arco alpino. A los pies de la Tofana di Rozes, un refugio lleva su nombre y en el centro del pueblo hay un busto de bronce en su honor.



## PERSONALIDADES LOCALES FAMOSAS

*(Libremente tomado de la obra "Guida Insolita ai mestieri, ai segreti, alle leggende e alle curiosità delle Dolomiti" de Dino Dibona)*

### LEOPOLDO DE ZANNA (1721 - 1787)

Canónigo agustino en el convento de Novacella, aquí hizo construir una biblioteca, que enriqueció hasta

convertirla en una de las bibliotecas más importantes del Tirol.

### BARTOLOMEO GILARDONI (1729 - 1803)

Herrero, relojero y mecánico de precisión, inventa el fusil de aire comprimido

(sciòpo a vento) y el primer fusil militar de repetición del mundo.

### MATTIA FRANCESCHI (1789 - 1844)

Consagrado sacerdote, se convierte en confesor de la reina de Sajonia en Dresde.

### SILVESTRO FRANCESCHI (1792 - 1870)

Empresario, diseñador, proyectista, entre tantas otras obras construye la carretera de Lienz a Monguelfo y el puente de Stedandorf, cerca de

Innsbruck. Su nombre está vinculado también a la construcción del campanario de Cortina d'Ampezzo.



# INDUJIÀ A SE GODE RA CRODES

ESTAR BIEN EN LA MONTAÑA



Desde siempre tierra de frontera, Cortina d'Ampezzo encierra en sí los sabores de Italia y del Tirol. Los platos de la tradición ampezzana - y no sólo - pueden ser degustados en los numerosos restaurantes, pizzerías, agroturismos, cafeterías, bares, pastelerías, cervecerías, bodegas, cabañas alpinas y refugios que, al placer de la cocina local, añaden el ambiente y los panoramas inolvidables de la Reina de las Dolomitas. Cortina d'Ampezzo es un verdadero paraíso para gourmets. De hecho, son numerosos los restaurantes que se enorgullecen de importantes menciones en las principales guías enogastronómicas italianas y de una clientela apegada. La amplia oferta incluye platos sofisticados, sabores locales, cocina nacional refinada y cartas de vinos de excelente calidad. Numerosos los chefs premiados, incluso chefs con estrellas, que inventan recetas y mezclan ingredientes para satisfacer los paladares más exigentes con variedades de sabores todas por degustar. Entre los manjares más clásicos: los casun-

ziei, especialidad típica de la Cuenca ampezzana; los canederli, de tradición típicamente tirolesa como los spätzle; la indefectible polenta, de tradición rigurosamente véneta, combinable con el goulash, el queso fundido o las setas. Entre los segundos, en general a base de carne, los menús proponen productos típicos como el speck y platos de caza de sabor decidido como las carnes de ciervo y corzo. No obstante, destacan las recetas con carne de cerdo elaborada o curada, como el codillo de cerdo acompañado con patatas a la ampezzana o las salchichas para degustar calientes con la polenta. Dignos de mención son los dulces, realmente tantos y todos deliciosos: del Strudel de manzana a la tarta Sacher, de la tarta de requesón a la tarta con trigo sarraceno, del helado con frambuesas calientes a las tartas de pastaflora con frutas del bosque, de las omelette con mermelada de arándanos rojos a los característicos nighele, dulces de carnaval similares a bombas de crema pero más pequeños, sin relleno y espolvoreados con azúcar glas.



## MAGNÀ POLITO...AGNÓ CHE MAI



Magnà polito...agnó che mai . Cada vez más en lo alto





## SABORES DE LA TRADICIÓN

© Giacomo Pompanin



### PUCCIA

Típico pan a base de harina de centeno y semillas de comino e hinojo. Se puede encontrar como hogaza blanda o como un hojaldre plano y crujiente. Acompañado con embutidos y quesos, es un clásico de refugio alpino, excelente tentempié durante las excursiones en la montaña.

### CASUNZIEI

Raviolis en forma de media luna, son rojos si están rellenos de nabos - rigurosamente autóctonos - o verdes si están preparados con espinacas o con hierbas silvestres que crecen espontáneamente en los prados en primavera.

© bandion.it



### CANEDERLI

Gruesos ñoquis de pan duro rellenos de speck, espinacas o queso, servidos en caldo o con mantequilla derretida y queso de pasta dura.

© bandion.it



## SPÄTZLE

Pequeños ñoquis verdes de harina de trigo aderezados con nata y speck o bien con queso gorgonzola.

© Giacomo Pompanin



### SOPA DE CEBADA

Sopa preparada con cebada perlada, verduras cortadas en daditos y carne ahumada.

### GULASCHSUPPE

Sopa de origen húngaro a base de carne de buey especiada y patatas.

© Giacomo Pompanin



### PATATAS A LA AMPEZZANA

Cocinadas en sartén con abundante cebolla y perfumado speck local.

© Irene Mursia



### HELADO CON FRAMBUESAS

Frambuesas calientes con helado de vainilla.



© Giacomo Pompanin



© Irene Mursia



### FARTAIES

Buñuelos en forma de espiral cubiertos de azúcar glas y servidos con mermelada de grosella o de arándanos rojos.

© Giacomo Pompanin



### TARTA DE TRIGO SARRACENO

Tarta de sabor rústico endulzada gracias a la mermelada de arándanos rojos.

### KAISERSCHMARRN

Literalmente “tortilla del emperador”, es un grueso crepe partido que se espolvorea con azúcar glas y se sirve con mermelada de grosella o de arándanos rojos.



### STRUDEL DE MANZANA

Manzanas, pasas y piñones, al aroma de clavos de olor y canela, todo ello en un rollo de hojaldre. Se sirve caliente y acompañado con crema de vainilla, nata o una bolita de helado.



© bandion.it

### VINOS

Cortina d'Ampezzo resulta favorecida por la cercanía del valle del Piave, al sur, y del Val d'Isarco, al este, que producen vinos típicos excelentes. Por lo que respecta a los vinos vénetos, citamos el Prosecco, base para muchos aperitivos; Cabernet, Sauvignon, Merlot,

Pinot Grigio y Nero completan la oferta de los blancos y de los tintos de la zona del Piave. Por su parte, la vertiente del Alto Adigio brinda los grandes clásicos de la zona: Gewürztraminer, Muller-Thurgau, Kerner, Sylvaner, Riesling y Lagrein.



## DOS RECETAS (FÁCILES) PARA HACER EN CASA

### TARTA DE ARÁNDANOS NEGROS

Dulce auténticamente montaño y dolomítico, fácil de preparar. Es difícil que lo sirvan en cafeterías y restaurantes, por tanto para degustarlo es

necesario prepararlo en casa, tal vez después de una bonita excursión para recoger arándanos negros en el bosque en los meses de julio y agosto.

#### INGREDIENTES

- 500 g de arándanos negros de bosque frescos
- 300 g harina blanca
- 80 g de mantequilla
- 60 g de azúcar
- 50 g de azúcar glas
- 3 huevos
- ¼ de l de leche
- 1 sobrecito de levadura
- 1 pizca de sal

#### PREPARACIÓN

Amalgamar las yemas de huevo y el azúcar; agregar la harina, la levadura, la leche y la sal. Por último, incorporar las claras montadas a punto de nieve. Untar con mantequilla un molde, verter el compuesto y añadir los arándanos

dejando unos 2 cm del borde. Hornear con horno a buena temperatura y después, bajar a temperatura media. Tiempo de cocción: 40 minutos. Antes de servirla, espolvorear la superficie de la tarta con azúcar glas.

(Tomado libremente de "La cucina delle Dolomiti" de Dino Dibona)



### SOPA DE SETAS BOLETUS Y PATATAS

Durante todo el periodo veraniego, en los bosques de las Dolomitas se recogen las boletus, codiciadas por los buscadores de setas y delicia del paladar para los gourmets. Las boletus se pueden comer frescas de julio a septiembre, pero esta seta se presta

a ser desecada y de esta forma se encuentra todo el año en las tiendas de alimentación. La sopa de setas y patatas es de veras un manjar fácil de preparar que garantiza un resultado excelente.

#### INGREDIENTES PARA 4 PERSONAS

- 600 g de patatas harinosas
- 1 l de caldo\* de carne o vegetal (aproximadamente 1 pastilla o bien 2 cucharadas soperas de caldo en polvo en un litro de agua)
- 100 g de boletus frescas o bien 50 g de boletus secas\*
- 50 g de mantequilla
- 1 cebolla
- un poco de cebollino
- 2 dientes de ajo

\*en los supermercados y tiendas de alimentación de Cortina d'Ampezzo es posible encontrar el caldo en pastillas o en polvo y también las boletus secas.

#### PREPARACIÓN

Poner una cazuela grande a fuego suave con la mantequilla, echar las patatas cortadas en rodajas finas, la cebolla picada y el ajo majado y dejar dorar. Añadir el caldo, llevar a ebullición y cubrir con la tapa, bajando la llama y dejando cocer durante 20 minutos. Incorporar las setas cortadas en trozos. Si no se tienen a disposición boletus frescas, se pueden usar secas enjuagadas previamente bajo el agua

corriente y después sumergidas en un bol de agua caliente durante una hora. Para que el caldo adquiera más sabor, añadir también parte del agua donde han estado sumergidas las boletus. Subir el fuego y dejar cocer durante otros 10 minutos aproximadamente. Servir la sopa con un espolvoreo de cebollino cortado fino y, si se desea, añadir unos picatostes.

(Tomado libremente de "La cucina delle Dolomiti" de Dino Dibona)



## APERITIVO

En Cortina d'Ampezzo hay locales para todos los gustos: de las cervecerías a los locales de estilo vienes, de los antiguos cafés a los restaurantes de moda, hasta las cabañas alpinas y los tradicionales refugios de montaña. La única dificultad es elegir, del desayuno al aperitivo, de la merienda con helado

artesano al buen vino paladeado en un ambiente relajante o con música en directo. El aperitivo, con la copa de moda del momento acompañada con algo para picar, es una costumbre ya consolidada, una ocasión de encuentro y de relax. A continuación, sugerimos qué pedir para estar de moda.



### PROSECCO

Vino seco espumoso que se bebe habitualmente como aperitivo.

### SPRITZ

Aperitivo con vino Prosecco, Aperol y agua de Seltz.

### BICICLETTA

Aperitivo con poco alcohol para dos personas con Prosecco y bítter (Bicicleta para dos personas; cuando es para tres se llama Triciclo).

### HUGO

Vino blanco, Prosecco, sirope de saúco y hojas de menta.

## DESPUÉS DE CENAR

### GRAPPA

Aguardiente, licor con graduación alcohólica de unos 40° derivado de la destilación del orujo. Hay infinitas variedades, a partir de la pura hasta las aromatizadas con frutas o hierbas.

### SGROPPINO

Helado de fruta (normalmente limón o mandarina) batido con Prosecco.

## EN LAS PISTAS

### CHOCOLATE CALIENTE CON NATA

### BOMBARDINO

Bebida a base de nata, sabayón caliente, Brandy y café (la receta varía dependiendo de las zonas).



© Gary Tortello

Normalmente, los restaurantes sirven en los siguientes horarios: comida 12.00 - 14.00 / cena 19.00 - 22.00

En algunos locales es posible organizar bajo pedido Show cooking o bien degustaciones de vinos o grappas.



## CADA VEZ MÁS EN LO ALTO

Cortina d'Ampezzo ofrece muchas actividades dedicadas al bienestar, para abandonarse a un mundo de silencio lejos de los ritmos frenéticos y saborear todo el encanto y la magia de las estaciones. Son numerosos los hoteles que abren al público sus centros de bienestar y los refugios con ofertas imperdibles a gran altitud. Por lo tanto, en Cortina d'Ampezzo es posible satisfacer todos los sentidos rodeados por el paraíso natural de las Dolomitas, Patrimonio de la Humanidad. Si lo que

buscan son unas vacaciones bajo el lema del bienestar y de la forma física, sumérjanse en el agua caliente de una piscina al aire libre o relájense en una sauna a casi 2800 m de altura o, aún, abandónense entre las cumbres dolomíticas para deshacer las tensiones y vivir experiencias únicas a gran altitud: no se pierdan las propuestas que la Reina de las Dolomitas pone a su disposición tanto en verano como en invierno.



© Giacomo Pompanin

### LOS 5 CÚLMENES DEL BIENESTAR

#### TINA BARRIL EN EL RIFUGIO SCOIATTOLI (2225 m)

Una tina de madera de abeto con capacidad para 6 personas para sumergirse en el agua calentada por una estufa de leña y estar al aire libre disfrutando del

maravilloso panorama de las cimas 5 Torri, bebiendo a sorbitos una copa de champán (consultar la guía de servicios).

#### LA SAUNA MÁS ALTA DE LAS DOLOMITAS (2752 M)

El rifugio Lagazuoi es famoso en todo el mundo por sus vistas a las cumbres dolomíticas. Panorama y posibilidad de concederse unas horas de relax en una

sauna finlandesa con el perfume de la leña: he aquí el mix perfecto para una experiencia inolvidable (consultar la guía de servicios).

#### SAUNA EN EL RIFUGIO CRODA DA LAGO (2066 m)

Sumergida en un contexto único, la sauna finlandesa de barril permite caldearse ante el frío invernal gracias

a la magia del fuego y al calor de las piedras candentes (consultar la guía de servicios).

#### STARLIGHT ROOM (2055 m)

A 20 km de Cortina d'Ampezzo se puede transcurrir una noche durmiendo bajo un cielo estrellas en la "Starlight Room Dolomites" de Col Gallina y vivir

la magia del cielo nocturno rodeados por Lagazuoi, Tofana di Rozes y Sas de Stria. Reserva obligatoria (consultar la guía de servicios).

#### EL AMANE CER DESDE LA CIMA DE LA TOFANA DI MEZZO

Tanto en verano como en invierno, se organizan aperturas especiales del teleférico Freccia nel Cielo para llegar a la cima de la Tofana di Mezzo

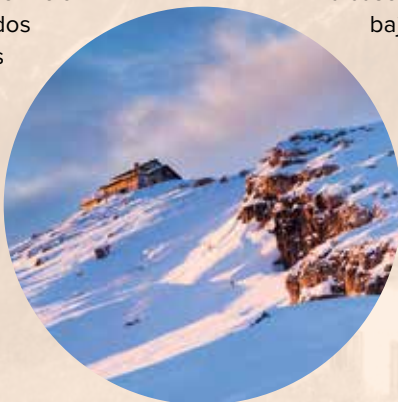
y asistir desde aquí a la salida del sol. La experiencia es de veras única y ha de ser vivida al menos una vez durante la estancia en Cortina d'Ampezzo.



## REFUGIOS ALPINOS

Los refugios alpinos surgieron como punto de apoyo para la noche para alpinistas y excursionistas, dotados también de servicios de restauración. Gracias al desarrollo del turismo, se han transformado en estructuras más modernas y equipadas. Algunos de ellos están dotados incluso de saunas o tinas externas calentadas, para que sus huéspedes puedan disfrutar de servicios de bienestar a gran altitud. Sin embargo, no han perdido su característica principal: siguen siendo ambientes cálidos y acogedores, destino codiciado por sus panoramas maravillosos, por el ambiente único y por la cocina de excelente nivel. A algunos se llega con breves excursiones o con las instalaciones de remonte, a otros con caminatas más arduas y muchos son accesibles cómodamente desde el centro de Cortina d'Ampezzo gracias a un servicio de jeeps. En casi todos los refugios es posible pernoctar admirando de cerca los colores inigualables del atardecer, viviendo la

atmósfera mágica del amanecer entre silencios inusuales, intercambiando las sugerencias de la jornada con otros excursionistas y brindando con una grappa hecha en casa por los dueños del refugio. En la estación veraniega, los refugios constituyen la meta ideal donde hacer una pausa para comer durante una excursión, mientras que en la estación invernal, se convierten en punto de descanso para esquiadores, esquiadores alpinistas y también para quien desea llegar a ellos con raquetas de nieve o con una simple caminata utilizando las pistas expresamente batidas desde los Refugios y Cabañas: Rifugio Lago d'Ajal, Malga Federa, Rifugio Croda da Lago, Rifugio Dibona, Malga Ra Stua y Rifugio Mietres. Asimismo, algunos refugios dan la posibilidad, bajo reserva, de degustar una cena a base de platos típicos y de bajar al valle al claro de luna con el trineo, los esquís de alpinismo o a bordo de una motosquí.



© Alessandro Ghinato



© bandion.it



## LAS DOLOMITAS

Hace 250 millones de años, las Dolomitas eran un conjunto de conchas, corales y algas sumergidas en un mar tropical. Emergidas hace 70 millones de años, trabajadas por el tiempo y por los agentes atmosféricos, representan hoy un magnífico tesoro geológico y brindan al paisaje una belleza incomparable. Estas montañas toman su nombre del naturalista francés Déodat de Dolomieu, que en la segunda mitad del siglo XVIII fue el primero en estudiar el singular tipo de roca predominante en esta región, bautizándola “dolomía”. El mineral regala a las montañas una singular tonalidad clara – motivo por el cual las Dolomitas toman también el nombre de “Montes pálidos”. Al amanecer y, sobre todo, al ponerse el sol, la dolomía asume un color que va del rosado al rojo fuego: el fenómeno, cuyas variaciones de tonalidad se deben a las distintas posiciones del sol durante el año y

a las condiciones de la atmósfera, es llamado “Endosadira” y es especialmente visible en las tardes de verano. Por consiguiente Cortina d’Ampezzo, cuyas montañas están protegidas por la UNESCO y por el Parque Natural de las Dolomitas de Ampezzo, representa el lugar ideal para adentrarse y descubrir un mundo único hecho de paredes verticales, agujas y picachos, verdes valles, pastos alpinos a gran altitud, bosques, arroyos, lagos, cañones y cascadas. Numerosos profesionales de la montaña están a disposición de adultos y niños, individualmente o en grupo para dar a conocer las Dolomitas, sus historias, la flora y la fauna que las habitan. Escalada y vías ferratas, excursionismo y senderismo, escuela de roca y orienteering son sólo algunas de las propuestas outdoor de estos profesionales que acompañan a las personas, garantizando su seguridad.

# IŠTADE

VERANO



## LOS PROFESIONALES DE LA MONTAÑA

### GUÍA DE MONTAÑA

Figura profesional que acompaña a excursionistas y alpinistas a lo largo de los senderos y las vías equipadas de montaña, entre ellas las ferratas; tiene

en su haber un profundo conocimiento de todas las actividades vinculadas a la montaña, incluso de emergencia.

### GUÍA NATURALISTA

Figura profesional para el acompañamiento medioambiental vinculado al

conocimiento de las especificidades de la naturaleza y la cultura del territorio.

### GUÍA ACOMPAÑANTE DE MEDIA MONTAÑA

Figura profesional habilitada para conducir individuos o grupos por terrenos de excursión sin límites de altitud y puede ejercer actividades

de Educación Ambiental con el fin de valorizar el patrimonio de una determinada área.



© giuseppeghedina.com

## EXCURSIONES Y SENDERISMO

Caminar es una de las maneras más suaves de entrar en contacto con la naturaleza y de abandonar los sentidos a panoramas restauradores y regeneradores. Los refugios pueden ser meta de una caminata para saborear un plato típico o servir de punto de apoyo para hacer senderismo varios días. Por otra parte, paseos por zonas llanas y sombreadas constituyen el recreo ideal para quien busca tranquilidad y relax o para quien opta por unas vacaciones en familia con niños. Para

las aspiraciones de los excursionistas más expertos, hay numerosas cimas y 6 cumbres por encima de los 3000 m (Tofana di Mezzo, Tofana Terza, Tofana di Rozes, Cristallo, Sorapìs y Croda Rossa d'Ampezzo). Asimismo, cómodas instalaciones de remonte permiten alcanzar puntos panorámicos como la cima de la Tofana di Mezzo, el Lagazuoi, la Forcella Staunies en el Cristallo, el Monte Faloria, Mietres y las 5 Torri, dando así acceso a recorridos a gran altitud o a vías ferratas.



© Alfredo Croce



## RECORRIDOS TEMÁTICOS Y NOVEDADES

Cortina d'Ampezzo dispone de más de 400 km de senderos marcados, controlados y mantenidos en buenas condiciones por los voluntarios del C.A.I. (Club Alpino Italiano) de Cortina. Los innumerables recorridos satisfacen las distintas necesidades; sin embargo, recomendamos comprobar

siempre los senderos en los mapas correspondientes y dirigirse a los guías de montaña/naturalistas para obtener más información sobre el recorrido elegido. A continuación, algunos recorridos adecuados para todos los excursionistas.

## EL MÁS EXTENSO MUSEO AL AIRE LIBRE DE LA GRAN GUERRA

En el área comprendida entre el Lagazuoi y las 5 Torri se han restaurado trincheras, túneles, posiciones militares y trincheras de comunicación utilizados durante la Primera Guerra Mundial por el ejército italiano y por el contrapuesto ejército austrohúngaro. Actualmente, estos recorridos se

pueden visitar con total seguridad. De particular interés son el Túnel de mina en el Lagazuoi, el Sendero Histórico de las 5 Torri y el Túnel Goiginger en el Sas de Stria. La experiencia ha de ser completada con una visita al Museo del Forte Tre Sassi.

## COL DRUSCIÈ ASTRO RING

Para apreciar un panorama único pero también para conocer lo que está más allá de las montañas, en el área limítrofe al Observatorio Astronómico se ha realizado un circuito de interés didáctico - naturalista: el "Astro Ring". Desde el Col Drusciè, accesible con el teleférico Freccia nel Cielo de las Tofanas, se

pueden recorrer el "Sendero de los Planetas" y el "Sendero del Universo" que serpentean por los bosques circunstantes. La longitud global del anillo es de aproximadamente 1,5 km, con un desnivel de unos 70 m. Todo el anillo es cómodamente recorrido en menos de 1 hora.



## DOLOMIEU TRAIL

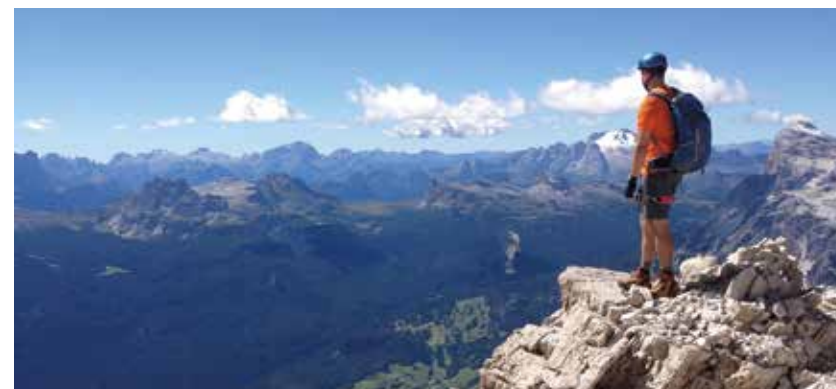
Inaugurado en 2015 y dedicado al descubridor de la dolomía, este sendero no presenta dificultades técnicas y resulta especialmente agradable de recorrer cuesta abajo desde el Faloria, después del ascenso con el teleférico con cómoda salida desde la plaza de la estación, en pleno centro. Panorámico, puede recorrerse en aproximadamente 1 hora y 40 minutos, sigue la divisoria de las Crepe di Faloria para después aden-

trarse en un bosque de alerces, pinos cembra y abetos hasta llegar al Rio Gere. Desde aquí es posible continuar el descenso hacia Cortina d'Ampezzo a lo largo del sendero C.A.I. n.º 206 hasta la estación intermedia de Mandres, donde es posible coger el teleférico para volver al aparcamiento de la estación, o bien continuar a pie con el sendero C.A.I. n.º 204 hasta Mietres y proseguir con el sendero C.A.I. n.º 211 hasta el centro.

## SENDERO DE LAS GAMUZAS

Utilizando el telesilla que sale de Piè Tofana, se puede llegar al comienzo del itinerario y explorar, cómodamente cuesta abajo, el que era el sendero marcado en el pasado por las gamuzas. El trazado recorre en zigzag la parte alta de la cañada Canalone di Tofana, con

un recorrido largo, cómodo y sostenido por troncos de madera. Desplazándose hacia las paredes de roca, el sendero se enlaza con la pista Forcella Rossa y cruza el trazado que desciende hacia Piè Tofana.



© Paolo Tassi





# METAS QUE NO SE PUEDEN PERDER

## LAGO DEL SORAPÌS

Con las aguas de mágicos colores y con el anfiteatro de cimas que lo rodea, el lago representa una de las masas de agua más bellas de todo el arco alpino. Se llega a él en unas 2 horas de camino partiendo del Passo Tre

Croci con el sendero C.A.I. n.º 215. El recorrido no tiene un gran desnivel y no es difícil, pero presenta breves tramos expuestos asegurados por cables metálicos donde es necesario prestar especial atención.



© Paola Dandrea



## SENDERO DE LOS CAÑONES Y LAS CASCADAS

Ambiente único y espectacular en su género, el formado por los cañones y cascadas del Río Fanes y del Río Travenanzes. A estos parajes se puede acceder con sencillas caminatas, pero es realmente emocionante acercarse y pasar bajo las impetuosas aguas de las cascadas con breves y fáciles

recorridos equipados que requieren la normal dotación de ferrata. El punto de partida es Pian de Loa, a la entrada del Parque Natural de las Dolomitas de Ampezzo. Desde aquí, siguiendo las señales es posible recorrer el sendero hasta llegar al salto más alto de la cascada superior.



© Alfredo Croce

## CIMA DE LA TOFANA DI MEZZO

La cima de la montaña más alta de Cortina d'Ampezzo, a 3244 m de altitud, se puede ganar con pocos minutos a pie saliendo de la estación de llegada del

Teleférico Freccia nel Cielo. Una vez en la cumbre, se sentirán extasiados por el panorama, los amplios horizontes y el aire fino.

## GIRO DELLA CRODA DA LAGO

Excursión circular en torno a una de las cimas más sugestivas de Cortina d'Ampezzo, que permite apreciar ambientes muy diferentes entre sí, como los altos pastos de Mondeval, sede del hallazgo de una sepultura mesolítica, dos desfiladeros a más de 2200 m de altitud,

el lago de Federa y espesos bosques. La excursión requiere una jornada y un discreto entrenamiento físico. El punto de partida es Ru Curto, en el camino para el Passo Giau. En verano, el lago Federa es accesible con servicio de jeeps desde la localidad Campo.



## FUENTES DEL BOITE

El paseo que desde Ra Stua va hasta Campo Croce, donde tiene su origen el torrente que cruza el Valle de Ampezzo, el Boite, es una excursión particularmente adecuada para los niños. Los animales pastando, los prados, las flores, las marmotas y los

dulces recovecos del arroyo recién brotado hacen que este lugar sea mágico y sugestivo. El área se encuentra dentro del Parque Natural de las Dolomitas de Ampezzo y es accesible en verano gracias a un servicio de lanzaderas que sale de la localidad Fiammes.



© Filippo Menardi

## ALTA VIA N.º 1

El territorio de Cortina d'Ampezzo está atravesado por la Alta Via n.º 1, el primer trazado de senderismo oficial de varios días en haber sido pensado y marcado en las Dolomitas. Todo el trayecto, de unos 125 km, está dividido en 12 etapas y se articula desde el Lago de Braies hasta Belluno pasando por las montañas más significativas de

la zona, entre ellas, sólo en Cortina d'Ampezzo: Croda del Becco, Fanis, Lagazuoi, Nuvolau y Croda da Lago. El recorrido está servido por refugios donde es posible pasar la noche. Las etapas pueden ser combinadas en función de las necesidades de los excursionistas.



## VÍAS FERRATAS

Las vías ferratas son itinerarios equipados con cables metálicos, escalerillas y otros anclajes fijos, como pasarelas de madera y puentes colgantes. Estos equipamientos artificiales permiten y

facilitan la progresión en ambientes rocosos verticales y expuestos, garantizando al mismo tiempo la seguridad del excursionista. Han de ser afrontadas con el equipamiento correcto.

### EQUIPAMIENTO

Además del equipamiento que se usa habitualmente para las caminatas por la montaña (ropa adecuada, botas de montaña, mochila, kit de primeros auxilios, comida y bebidas), para recorrer con seguridad una ferrata es preciso dotarse del equipamiento adecuado. El mismo se compone de: casco y arnés, set de ferrata y guantes de ferrata. El set de ferrata consiste en dos cuerdas, mosquetones y disipador. El disipador

tiene la función de amortiguar el golpe en caso de caída, reduciendo el peligro para la persona. El set de ferrata puede ser alquilado en las tiendas de deportes de Cortina d'Ampezzo (consultar la guía de servicios). A veces pueden resultar útiles piolet y crampones y una lámpara frontal, indispensable si se entra en los numerosos túneles excavados por los militares en época de guerra.

### DIFICULTADES Y PELIGROS

La dificultad de una ferrata viene dada por la verticalidad de la pared, por la cantidad de asideros y apoyos y por la longitud del itinerario. Un recorrido incluso fácil puede convertirse en peligroso y difícil en caso de nieve o hielo, mientras que un cambio repentino de las condiciones meteorológicas puede crear serios problemas, por esto recomendamos siempre a los alpinistas practicar las vías ferratas con la presencia de un guía de montaña (consultar la guía de servicios). Muchas de las vías ferratas de hoy siguen, en parte, los itinerarios de acercamiento

al frente utilizados por los militares durante la Primera Guerra Mundial. Son al menos 28 las vías ferratas de Cortina d'Ampezzo con diferentes tipos de itinerarios y grados de dificultad, una de las más hermosas y famosas es el camino equipado Ivano Dibona en el grupo del Cristallo. Las más fáciles, como la ferrata Giovanni Barbara en las cascadas de Fanis, son adecuadas también para niños si están acompañados por un guía de montaña o por expertos. Por otra parte, las más arduas, como la Ferrata 18 en Faloria, lograrán satisfacer a los alpinistas más exigentes.

| FERRATA                                  | ÁREA         | DIFF. |
|------------------------------------------|--------------|-------|
| Via Ferrata Averau                       | Averau       | ●     |
| Galleria Lagazuoi                        | Lagazuoi     | ●     |
| Via Ferrata Ra Gusela                    | Nuvolau      | ●     |
| Via Ferrata Grotta di Tofana             | Tofane       | ●     |
| Sentiero attrezzato Astaldi              | Tofane       | ●     |
| Sentiero attrezzato giro del Castelletto | Tofane       | ●     |
| Sentiero attrezzato Olivieri             | Tofane       | ●     |
| Via Ferrata Barbara y cascadas de Fanes  | Val di Fanes | ●     |
| Via Ferrata Renato De Pol                | Cristallo    | ●     |
| Via Ferrata Veronesi                     | Fanis        | ●     |
| Via Ferrata via della pace               | Fanis        | ●     |
| Via Ferrata Strobel - Punta Fiammes      | Pomagagnon   | ●     |
| Via Ferrata Terza Cengia                 | Pomagagnon   | ●     |
| Via Ferrata Formenton                    | Tofane       | ●     |
| Via Ferrata Ra Bujela                    | Tofane       | ●     |
| Via Ferrata Scala del Minighel           | Tofane       | ●     |
| Via Ferrata degli alpini                 | Col dei Bos  | ●     |
| Via Ferrata Berti - Cengia del Banco     | Sorapis      | ●     |
| Via Ferrata Vandelli                     | Sorapis      | ●     |
| Via Ferrata variante Tofana di Mezzo     | Tofane       | ●     |
| Via Ferrata Lipella                      | Tofane       | ●     |
| Via Ferrata Marino Bianchi               | Cristallo    | ●     |
| Via Ferrata Ivano Dibona                 | Cristallo    | ●     |
| Via Ferrata Ettore Bovero                | Col Rosà     | ●     |
| Via Ferrata Olivieri - Punta Anna        | Tofane       | ●     |
| Via Ferrata Gianni Aglio                 | Tofane       | ●     |
| Via Ferrata Sci Club 18                  | Faloria      | ●     |
| Via Ferrata Tomaselli                    | Fanis        | ●     |

● FÁCIL ● MEDIO ● MEDIO DIFÍCIL ● DIFÍCIL ● MUY DIFÍCIL

## LA PRIMERA VÍA FERRATA

La primera vía ferrata en Cortina d'Ampezzo surgió en 1907 gracias al ingenio de Luigi Gilarduzzi "Meneghel". Herrero de profesión y gestor del ex Rifugio Wolf- Glanvell, erigido en Val Travenanzes, forjó y clavó en la pared

vertical casi 200 cáncamos para llegar al Rifugio Cantore (Hoy Rifugio Giussani) con un recorrido más directo y rápido que el sendero preexistente. La ferrata es conocida todavía hoy como "Scala del Minighel".



© Archivio Cortina Turismo



## ESCALADA

En Cortina d'Ampezzo son 850 los itinerarios de escalada deportiva y más de 1000 las vías de ascenso clásicas y modernas por descubrir escalando. El área de las 5 Torri, en ambiente sugestivo y panorámico, dispone de verdaderas palestras de roca al aire libre con 108 vías trazadas, con dificultades comprendidas entre el 2° y el 8° grado, y de varios refugios que se revelan excelentes puntos de apoyo. A las palestras puede llegarse

fácilmente tanto en coche como con las instalaciones de remonte. La Reina de las Dolomitas presenta áreas dedicadas a la escalada también en Pò Crepa en localidad Pocol, en Crépe de Oucèra en el camino del Passo Giau, Rio Gere, Crepo Longo en Faloria y la pared este del Sas de Stria. Entre las paredes de roca más bellas y famosas, la pared sur de la Tofana di Rozes ofrece vías de diferente longitud y dificultad en un majestuoso ambiente.



© Archivio Guide Alpine

## ALPINISMO

El alpinismo es una actividad que se practica en la Cuenca ampezzana desde la segunda mitad del siglo XIX. Paul Grohmann, de origen vienés, fue uno de los pioneros del alpinismo en las Dolomitas. Cuando vio por primera vez estas montañas desde lo alto del Grossglockner (cima más alta de Austria) quedó embelesado y decidió que quería explorarlas y conquistarlas. En agosto de 1863, antes que nadie, ascendió a la cumbre más alta de la Cuenca ampezzana – la Tofana di Mezzo, 3244 m - acompañado por el alpinista Francesco Lacedelli. Sucesivamente conquistó otras cimas de la zona: el Monte Sorapis (3205 m) en 1864, el Monte Cristallo (3221 m) en 1865 y las Tre Cime di Lavaredo, cuya cima más alta es la Grande a 2999 m s.n.m. Paul Grohmann se

hizo así célebre en todo el mundo y contribuyó a la imagen turística de Cortina d'Ampezzo, dando a conocer la belleza de estos parajes y volviendo famosa la localidad en todo el Norte de Europa. Por lo tanto, la población de Cortina d'Ampezzo decidió dedicarle una placa y la Alta Via n.º 4. Así pues, a partir de 1865 en Cortina d'Ampezzo se dejó de vivir sólo de agricultura y ganadería y se dio la bienvenida a los primeros turistas ingleses, alemanes y del Imperio Austrohúngaro, que deseaban admirar y escalar las cumbres dolomíticas. Surgieron entonces los primeros hoteles, el ferrocarril y una nueva profesión para los amantes de la montaña y para quienes la conocían a fondo: el guía de montaña. En 1871, la Reina de las Dolomitas contaba ya con 9 guías de montaña oficiales.



© Mauro Devich

## MOUNTAIN BIKE & E-BIKE

Para todos aquellos que aman la Bici de Montaña o Mountain Bike (MTB), en Cortina d'Ampezzo la diversión está asegurada gracias a al menos 16 itinerarios adecuados para familias y aficionados. Los trazados están señalados con tablas específicas y oportunamente descritos en nuestro material informativo (consultar la Mountain Bike & E - Bike Map). En las distintas tiendas pueden alquilarse bicicletas para todas las necesidades. Para los amantes del descenso, se

ha puesto a punto un Bike pass que permite el uso de las instalaciones de remonte. Los itinerarios más arduos y las metas más codiciadas se vuelven accesibles y al alcance de todos con las E - Bike: en efecto, los puntos de alquiler de Cortina d'Ampezzo tienen a disposición estas MTB eléctricas de última generación. Para saber de guías o instructores de Mountain Bike, son numerosas las asociaciones a las que dirigirse (consultar la guía de servicios).



© Stanciu

### HIKING PASS

Una única tarjeta para todas las instalaciones de remonte de Cortina d'Ampezzo.

- Gratuito para los niños de menos de 8 años si están acompañados por un adulto que paga;
- descuento para chicos de edad comprendida entre 8 y 16 años.

Presentando la tarjeta Hiking pass del valle, acceso libre a los autobuses urbanos.

Puntos de venta en: Teleférico Tofana, Teleférico Lagazuoi, Telesilla 5 Torri, Teleférico Faloria, instalaciones Cristallo.

Para más información: [cortinadolomiti.eu](http://cortinadolomiti.eu)

### BIKE PASS

Una única tarjeta para todas las instalaciones de remonte de Cortina d'Ampezzo.

- Gratuito para los niños de menos de 8 años si están acompañados por un adulto que paga;
- descuento para chicos de edad comprendida entre 8 y 16 años.

Puntos de venta en: Teleférico Tofana, Teleférico Lagazuoi, Telesilla 5 Torri, Teleférico Faloria, instalaciones Cristallo.

Para más información: [cortinadolomiti.eu](http://cortinadolomiti.eu)

### SUPERSUMMER CARD

La exclusiva tarjeta del Dolomiti SuperSummer permite acceder a unas 100 instalaciones de remonte en los 12 valles adheridos a la iniciativa. Es posible elegir entre una tarjeta por puntos

y una tarjeta por días. Descuentos para Júnior y niños gratis.

Para más información: [dolomitisupersummer.com](http://dolomitisupersummer.com)





## SUPERPANORAMA FREERIDE

Con el teleférico, desde el centro de Cortina d'Ampezzo se llega al Faloria para emprender el recorrido cuesta abajo hasta Rio Gere, desde donde un telesilla permite subir a Son Forca para aventurarse en un freeride a lo largo del Val Padeon. Desde Ospitale, con el carril bici se llega a Cortina d'Ampezzo a la salida del teleférico Freccia nel

Cielo. Llegados a Col Drusciè, se desciende a Piè Tofana. El itinerario prosigue por senderos irregulares y breves tramos sobre asfalto hasta llegar a los pastos de Peziè de Parù, el Lago d'Ajal y las cuevas Grotte di Volpera (consultar la Mountain Bike & E Bike map).



© bandion.it

## CLIMB & RIDE

Escalada, vía ferrata y, naturalmente, MTB. Tras un arduo ascenso a lo largo de las vías ferratas del Valle de Ampezzo, se podrá experimentar el vértigo de descensos freeride con la propia Mountain Bike. Una emoción única entre la satisfacción de la

conquista de la cima y la velocidad del descenso, un nuevo modo de disfrutar de los distintos aspectos de los deportes de altura, tanto con los pies en el suelo como con la rueda al hombro acompañados por los guías de montaña.



## BICICLETA DE CARRETERA

La Reina de las Dolomitas es también ciclismo en carretera: de hecho, los puertos dolomíticos se prestan a este tipo de actividad deportiva, muy apreciada y cada vez más en boga, gracias también a la vuelta ciclista Giro d'Italia que en 2012, después de 57 años, volvió a Cortina d'Ampezzo con ocasión de la etapa Falzes - Cortina, de 187 km, trayendo de nuevo la meta de etapa al centro de la Cuenca ampezana. Con salida y llegada en el Corso Italia pueden afrontarse 7 vueltas: "Cortina - Dobbiaco Classica", "Giro del Comelico", "Cortina - Canazei", "Giro dei 6 Passi", "Giro della Badia e Pusteria", "Giro dell'Agordino", "Cortina - Tre Cime di Lavaredo" (consultar

la Roadbike Map específica). 5 los puertos protagonistas de carreras inolvidables para pedalear inmersos en extraordinarios paisajes dolomíticos entre 700 km de carreteras: el Passo Tre Croci, para llegar a las famosas Tre Cime di Lavaredo; el Passo Cimabanche, a lo largo del extraordinario itinerario Cortina - Dobbiaco; el Passo Falzarego, donde Fausto Coppi derrotó a Gino Bartali en 1946; el Passo Giau, que vio transitar en primer lugar, en 1973, al escalador español José Manuel Fuente; el Passo Pordoi que, con la Cima Coppi, ha sido 13 veces el paso más alto de la misma vuelta Giro d'Italia.



© bandion.it



## CARRIL BICI "CICLABILE DELLE DOLOMITI"

El carril "Lunga via delle Dolomiti" es un arrebatador recorrido apto para todos, sobre todo para una bonita excursión en familia con los peques de la casa. Desde Cortina d'Ampezzo es posible llegar a Calalzo, a 30 km en dirección sur, o bien a Dobbiaco, a 30 km en dirección norte, utilizando el trayecto del ex ferrocarril: el recorrido, que hoy se ha convertido en un agradable paseo para peatones y ciclistas, hasta 1964 era la directriz ferroviaria que conectaba Dobbiaco con Calalzo pasando por Cortina d'Ampezzo (consultar la Mountain Bike & E - Bike Map). A lo largo del trayecto se pueden admirar las bellezas naturales del territorio y joyas arquitectónicas pasando

por puentes, túneles, bosques, lagos y viejas estaciones de tren, algunas remodeladas y destinadas a punto de descanso. En el tramo Cortina – Cimabanche (con posible prosecución hacia Dobbiaco, 15 km) el recorrido, ligeramente cuesta arriba, comienza sobre asfalto para continuar por un camino sin asfaltar y atravesar los históricos túneles del "Trenecito de las Dolomitas". Para los niños, sugerimos el trayecto de Cimabanche a Cortina d'Ampezzo, preponderantemente en ligera cuesta abajo. En verano resulta disponible un servicio de autobús con transporte de bicicletas, con el que es posible llegar al puerto Passo Cimabanche.



© bandon.it



## A LA CARRERA EN LA MONTAÑA

En Cortina d'Ampezzo, quien practica el running en la montaña combina la variedad de los recorridos con la belleza del territorio. Decenas de kilómetros de senderos están a disposición para los aficionados a esta actividad. Subidas, largas bajadas, terrenos de difícil acceso y cómodos caminos sin asfaltar se ramifican entre cimas y valles. Las posibilidades son numerosas, pero son al menos 18 los itinerarios trazados con GPS y descritos con detalle en el Running map distribuido en el Info Point del centro. Entre los numerosos senderos recordamos: el fácil "Giro di Pian de Ra Spines", con 15 km casi llanos por recorrer a través

de un hermoso bosque con rincones que se asoman al torrente Boite; el "Giro delle Tofane" de considerable satisfacción, con 30 km de longitud y 1700 m de desnivel, muchos de los cuales por recorrer en el sugestivo Val Travenanzes. Junio es el mejor mes para correr. Precisamente en este mes se organizan dos importantes carreras: la Cortina - Dobbiaco Run, a lo largo del trazado del ex ferrocarril, y la Lavaredo Ultra Trail, tres jornadas de carreras con distancias y desniveles diferentes. En el periodo estival están disponibles campos de verano de preparación al running y a las competiciones.



© Marcos Ferro



## VÍAS DE ACCESO A LOS MONTES PÁLIDOS

Los refugios, acogedores lugares de descanso, son metas ideales para vivir la montaña desde terrazas panorámicas a gran altitud. Son fácilmente

accesibles con las instalaciones de remonte, las lanzaderas, con un servicio de jeeps, o bien con una simple excursión a pie o en Mountain Bike.



© bandion.it



### FALORIA, CRISTALLO, SORAPÌS

Al Rifugio Faloria, a 2123 m de altitud, se puede llegar desde el centro de Cortina d'Ampezzo con el Teleférico Faloria (con salida de la plaza de la estación) o bien desde Rio Gere con el sendero inaugurado en el verano de 2015 y dedicado al geólogo Déodat de Dolomieu, de quien las Dolomitas toman su nombre (consultar la pág. 64). Desde aquí, con el jeep o con un breve paseo se llega fácilmente al Rifugio Capanna Tondi (2327 m). En el puerto Passo Tre Croci arranca el sendero que lleva al Rifugio Vandelli (1926 m) con el espléndido Lago del Sorapìs, de impresionantes colores y engastado en un anfiteatro natural que jamás se repite en su variada multiplicidad. En el grupo del Cristallo, el Rifugio



Lorenzi, a casi 3000 m, es alcanzable mediante el empleo de dos instalaciones saliendo del Ristorante Rio Gere, en el camino del Passo Tre Croci. Primero se llega al Rifugio Son Forca (2235 m), punto de partida para excursiones hacia el Val Padeon o el desfiladero Forcella Zumeles, mientras que una segunda instalación (teleférico) permite llegar al desfiladero Forcella Staunies a 2932 m y afrontar así las famosas ferratas Ivano Dibona o Marino Bianchi. Un paseo para disfrutar en total relax es el hermoso sendero que lleva al Rifugio Mietres (1710 m) a través del bosque de alerces de Larieto.



### CRODA DA LAGO

El Rifugio Croda da Lago se encuentra a 2046 m y a él se llega mediante un servicio de jeeps desde la localidad de Campo o bien a pie con una caminata de dificultad media desde el Passo Giau o con un sendero más breve y empinado desde Ru Curto. No hay que perderse el paseo en torno al hermoso Lago de Federa. Por su parte, la cabaña Malga Federa, a 1800 m de altitud, se encuentra ante el Becco di Mezzodì, en mitad

de los más bellos pastos del Valle de Ampezzo. Se puede llegar a pie desde el Lago de Pianozes o con el servicio de jeeps desde la localidad de Campo. El Rifugio Lago D'Ajal (1412 m), inmerso en un hermoso bosque de abetos, resulta fácilmente accesible tanto desde Campo como desde Peziè de Parù, con paseos poco complicados de algunas horas.







## LAGAZUOI, 5 TORRI, PASSO GIAU

Al Rifugio Lagazuoi (2752 m), del que salen sugestivos recorridos por las trincheras y túneles de la Gran Guerra, se llega en pocos minutos desde el Passo Falzarego (2109 m) tomando el panorámico teleférico. Al puerto se llega desde el centro de Cortina d'Ampezzo con servicio de autobús proporcionado por Dolomiti Bus y por Cortina Express (consultar los horarios on line o en la taquilla en la plaza de la estación). En la carretera que lleva al puerto, en la localidad Col Gallina, se encuentran el Ristorante grill da Strobel y el Rifugio Col Gallina (2055 m) desde los que se puede llegar al sugestivo Lago de Limedes o Cima Gallina para visitar algunas posiciones militares y trincheras de la Primera Guerra Mundial. Evocadores históricos en traje típico están a disposición para visitar el museo al aire libre del Lagazuoi, las posiciones militares Edelweiss y Cima Gallina (para más información, cortinadolomiti.eu).

Las cimas 5 Torri son uno de los lugares más famosos de los Alpes para la escalada. Se llega a Baita Bai de Dones (1889 m) desde el centro de Cortina d'Ampezzo con las líneas extraordinarias de Dolomiti Bus y



Cortina Express para después subir con un tele-silla hasta el Rifugio Scoiattoli (2255 m); desde dicho refugio pueden realizarse paseos a todos los niveles y de todas las longitudes, entre los cuales: el fácil sendero a través de las trincheras de la Gran Guerra o bien las excursiones a los refugios cercanos Rifugio Cinque Torri (2137 m), Rifugio Averau (2413 m) y Rifugio Nuvolau (2575 m). La cabaña Malga Pezie de Parù (1512 m) se encuentra a unos 5 km del centro de Cortina d'Ampezzo y es accesible en taxi o con vehículos particulares. A poca distancia de la carretera que de Pocol asciende al Passo Giau, en los verdes pastos de Pezié de Parù, está rodeada por bosques y por las montañas Tofana de Ròzes, 5 Torri, Antelao, Nuvolau y Croda da Lago. El Rifugio Piezza da Aurelio (2175 m) y el Rifugio Fedare (2000 m), situados en las proximidades del Passo Giau y a los que se llega en taxi o con vehículos particulares, brindan una vista panorámica sobre el Nuvolau, la Marmolada y el Civetta.



## TOFANA, POCOL

El grupo de las Tofanas brinda una variedad de senderos de todas las dificultades, vías ferratas y fantásticas paredes de escalada. Todos los refugios ubicados en este área disponen de terrazas panorámicas. El Rifugio Dibona (2037 m) se encuentra a los pies de la Tofana di Rozes y es accesible con el propio vehículo o con el jeep, bajo reserva, o con un paseo de nivel medio. Desde el refugio se puede continuar haciendo senderismo de dificultad media hasta el Rifugio Giussani a 2561 m de altitud. La Tofana di Mezzo (3244 m), la más alta de las tres Tofanas, resulta accesible con el teleférico Freccia nel Cielo directamente desde el centro de Cortina d'Ampezzo. La salida del teleférico se encuentra al lado del Estadio del Hielo, y está dividida en tres tramos: el

primero lleva al Rifugio Col Drusciè (1778 m) desde donde se puede admirar toda la Cuenca ampezzana; con el segundo tramo se llega al Rifugio Capanna Ra Valles (2475 m), famoso por ser la pizzería más alta de las Dolomitas; por su parte, con el tercer tramo, abierto únicamente en verano, se gana la cima de la Tofana di Mezzo y el Bar Cima Tofana (3244 m). El Rifugio Duca D'Aosta (2098 m) y el Rifugio Pomedes (2303 m) son accesibles con un servicio de jeeps desde el centro de Cortina d'Ampezzo o con el Teleférico Freccia nel Cielo. Desde Col Drusciè, un paseo de unos 20 minutos permite llegar a Piè Tofana, desde donde un cómodo telesilla lleva directamente al destino.



© bandion.it





## CRODA ROSSA Y PARQUE NATURAL DE LAS DOLOMITAS DE AMPEZZO

Dentro del Parque Natural de los Dolomitas de Ampezzo encontramos el Rifugio Malga Ra Stua (1668 m), accesible tanto a pie como un servicio de lanzadera desde la localidad Fiammes (en coche en los periodos de temporada baja) y el Rifugio Biella (2327 m), accesible a pie cruzando el imponente cañón del Val Salata o bien con un recorrido más directo pero empinado pasando por los hermosos Lagos de Fosses. Son numerosos los senderos de varias dificultades que salen de la cabaña alpina, entre ellos una sencilla caminata de 1 hora aproxi-

madamente por un viejo camino de herradura hasta el Alpe di Lerosa o el paseo hasta las fuentes del Boite en localidad Ciampo de Cròsc. Por su parte, el Rifugio Ospitale (1475 m), en otros tiempos lugar de descanso para los caminantes, se encuentra en la carretera entre Cortina d'Ampezzo e Dobbiaco y es accesible también en bicicleta gracias al carril "Ciclabile delle Dolomiti".



© bandion.it



## AGROTURISMOS Y EXPLOTACIONES AGRÍCOLAS

En Cortina d'Ampezzo, los Agroturismos y las Explotaciones Agrícolas brindan la posibilidad de vivir la naturaleza en muchos de sus aspectos. Algunos crían vacas lecheras y de carne, alimentándolas con el heno

producido en el Valle. Previa solicitud se pueden visitar los establos donde están alojados los animales y asistir al ordeño de las vacas en el establo y a la elaboración de los productos típicos.

### AGRITURISMO CALDARA

Se encuentra a 1 km del centro de Cortina d'Ampezzo, es fácilmente accesible también a pie con un paseo

entre la localidad Crignes y Mortisa o con el autobús de línea (consultar el mapa de la pág. 131).

### AGRITURISMO DEGASPER GIORGIO - FATTORIA MENEGUTO

En la localidad Fraina, es accesible con un sencillo paseo desde el centro a lo largo del carril bici "Ciclabile delle Dolomiti". A los pies del monte

Faloria, se pueden practicar diferentes actividades, desde excursiones hasta equitación.

### AGRITURISMO EL BRITE DE LARIETO

Aquí es posible saborear apetitosos platos preparados con los productos de la casa, tal vez con un picnic sobre el prado al sol, y asistir al ordeño de

las vacas en el establo. Los productos degustados pueden ser comprados en la quesería Caseificio Piccolo Brite en localidad Alverà.

### AGRITURISMO JÄGERHAUS

Situado a 2 km del centro de Cortina d'Ampezzo, este agroturismo resulta accesible incluso con los medios de transporte público de línea (consultar el

mapa de la pág. 131) ofrece una terraza que se asoma a los verdes prados de Cadin di Sotto con vistas a las Tofanas.

### ALPE CORTINA

La Explotación Agrícola, en localidad Socol, es accesible con el servicio de autobús de línea o con un paseo desde el centro, a lo largo del carril

bici "Ciclabile delle Dolomiti". Toda la cadena de productos lácteos tiene lugar dentro de la explotación y los productos son obtenidos con métodos naturales.

### MALGA FEDERA

El refugio Malga Federa se encuentra a 1800 m de altitud, entre los pastos de montaña más preciosos del valle de Ampezzo y con vista del Becco de

Mezzodi. El refugio se puede alcanzar andando a partir del Lago de Pianozes o con el shuttle que parte desde la zona de Campo en Cortina.







# CANCHE 'LÉ GNEE

INVIERNO



En la nieve . Dominios . Ski tour . Skipass . Profesionales de la nieve  
Fuera de pista . Esquí Nórdico . Más allá del esquí



## EN LA NIEVE

La Reina de las Dolomitas es un verdadero paraíso para los amantes de los deportes de nieve y regala algunos de los escenarios invernales más sugestivos. Su oferta incluye 3 dominios esquiables, conectados entre ellos por un servicio de skibus gratuito: Cortina Cube, que abarca Cristallo - Faloria - Mietres, Tofana y Lagazuoi - 5 Torri, por un total de 115

km de pistas con el 95% de innivación programada. Asimismo, Cortina d'Ampezzo forma parte del dominio esquiable del Dolomitisuperski, uno de los “carruseles” esquiables más grandes del mundo, con 450 instalaciones de remonte incluidas en un único skipass para poder utilizar más de 1200 km de pistas distribuidas por 12 valles diferentes.



© bandon.it





## ESQUÍ ALPINO

Desde siempre la “joya de la corona” de la oferta deportiva de Cortina, esta disciplina, además de contemplar importantes eventos, que han entrado a formar parte definitivamente del ADN de la localidad, como la Copa del Mundo



© bandion.it

de Esquí Femenino y competiciones internacionales F.I.S., se precia de algunas pistas que han escrito la historia del esquí internacional, baste pensar en la Olympia de las Tofanas (véase la pág. 106).

## SNOWBOARD

Los irreductibles de la tabla encontrarán la horma de su zapato: en efecto, el snowboard llegó a la Reina de las Dolomitas hace ya varios años, ofreciendo numerosas posibilidades de diversión tanto a los debutantes como a



© Giuseppe Ghedina

los expertos. Para los snowboarders novatos, resultan muy adecuadas las pistas de Pocol y Socrèpes, mientras que para quien quiere desenfrenarse con saltos y descensos para quitar el aliento, 5 Torri y Faloria son lo ideal.



# CORTINA CUBE

El dominio Faloria - Cristallo - Mietres ofrece pistas de todas las dificultades, aunadas por un maravilloso panorama sobre la Cuenca ampezzana. El Faloria, fácilmente accesible con el teleférico que sale del centro de Cortina d'Ampezzo, dispone de pistas negras y rojas para esquiadores de nivel intermedio. El telesilla para el desfiladero Staunies, en el grupo del Cristallo, permite alcanzar los 2930 m de altitud y la pista Forcella Staunies, para los aficionados “La Staunies”, una larga cañada con más de 900 m de desnivel, abierta sólo en condiciones óptimas y desde mediados de febrero en adelante. Constituye la pista negra

con el tramo de mayor pendiente de todas las Dolomitas y es accesible sólo a esquiadores expertos y preparados. En Faloria hay un Snowpark para los aficionados al freestyle. Mietres es un lugar especialmente adecuado para los niños: dispone de pistas medio – fáciles inmersas en los bosques y de un recorrido destinado exclusivamente a los trineos. Los refugios y los puntos de descanso en las pistas son los siguientes: Rifugio Faloria, Rifugio Capanna Tondi, Ski - Bar Vitelli, Bar Pian Bigontina, Ristorante Rio Gere, Rifugio Son Forca, Rifugio Mietres y Rifugio Col Tondo.



© bandion.it



## DOMINIO TOFANAS

Desde las pistas para principiantes de Socrepes y Pocol, gracias al nuevo telesilla de 6 plazas “Tofana Express”, se llega fácilmente a las pistas técnicamente complicadas de las Tofanas como el Canalone y el famoso Schuss. Ascendiendo aún más con el teleférico Freccia nel Cielo, hasta los 2500 m de Ra Valles, se llega al área de esquí a mayor altitud de Cortina d’Ampezzo y, por este motivo, con garantía de nieve excelente hasta la primavera. Desde aquí se puede volver al valle con la renombrada

pista Forcella Rossa que, además de pendientes considerables, brinda un sugestivo escenario. Los refugios y los puntos de descanso en las pistas son los siguientes: Rifugio Socrepes, Rifugio El Faral, Ristorante Col Taron, El Sorei, Baita il Cervo, Ristorante Ria de Saco, La Locanda del Cantoniere, Rifugio Son Dei Prade, Ristorante Piè Tofana, Ristorante il Caminetto, Rifugio Dibona, Rifugio Col Drusciè, Rifugio Capanna Ra Valles, Rifugio Pomedes y Rifugio Duca D’Aosta.



## DOMINIO LAGAZUOI - 5 TORRI

Un skibus gratuito enlaza el área de la Tofana con el dominio Lagazuoi - 5 Torri. Esta zona ofrece una gran variedad de pistas, tanto por dificultad como por orientación, con panoramas inolvidables en todas las direcciones. Las 5 Torri impactan por sus extrañas formas y desde la terraza del Lagazuoi, la vista abarca los 360°, permitiendo contemplar las cimas más altas de las Dolomitas: Marmolada, Tofane, Sorapìs, Antelao, Pelmo, Civetta y Sella. Desde el Lagazuoi parte la pista

Armentarola que, con un trazado de 7,5 km, permite llegar al Val Badia con los esquís en los pies. Las pistas de este área son atravesadas por el “Giro del Sellaronda”, el “Giro della Grande Guerra” y el “Super 8”. Los refugios y los puntos de descanso en las pistas son los siguientes: Rifugio Lagazuoi, Rifugio Col Gallina, Grill da Strobel, Baita Bai de Dones, Rifugio Scoiattoli, Rifugio Averau y Rifugio Fedare.







## SKI TOUR

### SELLARONDA

La Sellaronda es la vuelta más larga de las Dolomitas en torno al gran macizo del Sella. Saliendo a primera hora de la mañana del Passo Falzarego, se asciende con el teleférico del Lagazuoi para descender con los esquís a través de la Armentarola y, desde aquí, llegar a las instalaciones de la Alta Badia. Por consiguiente, se recorren

muchos kilómetros de pistas en una sola jornada pasando por los puertos Gardena, Sella, Pordoi y Campolongo. El recorrido, adecuado incluso para esquiadores de capacidad media, es uno de los circuitos de esquí más fascinantes de todo el arco alpino. Para este ski tour es necesario tener el Skipass Dolomiti Superski.



© bandion.it

### SUPER 8

El super 8 es un recorrido a lo largo de las pistas Averau Troi y Armentarola, que presentan algunas características únicas y excepcionales: fáciles,

largas, panorámicas y en presencia de famosas cimas dolomíticas como Lagazuoi, Tofana, Fanis, Averau, 5 Torri y Conturines.



### GIRO DELLA GRANDE GUERRA

Recorrido histórico que pasa a través de posiciones militares y túneles construidos por los soldados italianos y austrohúngaros durante la Primera Guerra Mundial. Es accesible para adultos, niños y para los amantes del snowboard. Este tour abarca las áreas de esquí de Lagazuoi - 5 Torri,

de Arabba – Marmolada y del Civetta. Es recomendable salir pronto por la mañana, ya que la vuelta completa requiere 7-8 horas aproximadamente, incluyendo la pausa para la comida. Para este ski tour es necesario tener el Skipass Dolomiti Superski.



© bandion.it

## SKIPASS

Hay dos tipologías de Skipass: el Skipass Cortina (skipass de valle utilizable en el área de Cortina d'Ampezzo – San Vito – Auronzo – Misurina por un total de 140 km de pistas) y el Dolomiti Superski (utilizable en los 12 valles que forman parte del Dolomiti Superski).

Puntos de venta:

- en la Oficina Ski Pass, en via Marconi 15/B, delante de la estación de autobuses en el centro de Cortina d'Ampezzo;
- directamente en las salidas de las instalaciones de remonte;
- on line, utilizando el servicio Hotel Skipass Service (dolomitisuperski.com).

## DOLIMITI SUPERSKI

Se han previsto descuentos especiales junior (niños de menos de 8 años si están acompañados por un adulto

que paga) y sénior (esquiadores de más de 61 años de edad). Para más información: dolomitisuperski.com

## SKIPASS DE VALLE - DESCUENTOS

- Para chicos de hasta 16 años, descuentos en los pases de un día y de varios días;
- precio especial en preventa del skipass de temporada (controlar las fechas);
- en el skipass de temporada para niños de hasta 8 años de edad;
- para los esquiadores de más de 65 años, descuentos en los



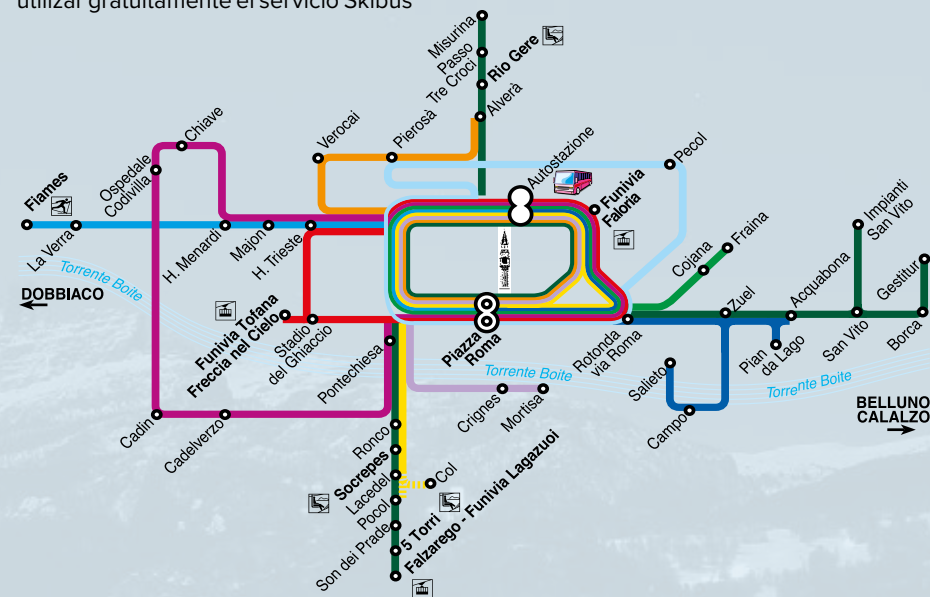
© bandion.it

- pases de un día y de varios días;
- en los periodos de temporada media y de fin de temporada (controlar las fechas);
- niños de menos de 8 años gratis si están acompañados por un adulto que paga por un periodo de validez de 1 a 31 días (para los detalles, consultar skipasscortina.com).

## SKIBUS

Para llegar a las instalaciones de remonte del dominio, durante los horarios de apertura de las mismas, los poseedores de Skipass pueden utilizar gratuitamente el servicio Skibus

mostrando previamente su tarjeta. Salidas de Piazza Roma, estación de autobuses y enfrente o en las cercanías de los hoteles.



|                                                                                                           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>LINEA URBANA N. 1</b>                                                                                  |
| Autostazione - Majon - Bivio Ospedale Codivilla - La Verra - Fiammes - ritorno in Piazza Roma             |
| <b>LINEA URBANA N. 2</b>                                                                                  |
| Piazza Roma - Cojana - Pezè - Zuel - Campo - Saliato - Pian da Lago - Acquabona - ritorno in autostazione |
| <b>LINEA URBANA N. 3</b>                                                                                  |
| Piazza Roma - Autostazione - Ronco - Lacedel - Col - ritorno                                              |
| <b>LINEA URBANA N. 4</b>                                                                                  |
| Piazza Roma - Autostazione - Majon - Verocai - Alverà - ritorno                                           |
| <b>LINEA URBANA N. 5</b>                                                                                  |
| Piazza Roma - Autostazione - Majon - Chiave - Ospedale Codivilla - Cadin - Ronco - Piazza Roma            |
| <b>LINEA URBANA N. 6</b>                                                                                  |
| Piazza Roma - Autostazione - Crignes - Mortisa - ritorno                                                  |
| <b>LINEA URBANA N. 7</b>                                                                                  |
| Piazza Roma - Via Spiga - Pècol - Piorosà - Cianderes - Piazza Roma                                       |
| <b>LINEA URBANA N. 8 SKIBUS</b>                                                                           |
| Piazza Roma - Funtiva Faloria - Majon - Funtiva Tofana Freccia nel Cielo - Piazza Roma                    |
| <b>LINEA URBANA N. 9</b>                                                                                  |
| Piazza Roma - Cojana - Fraina - ritorno                                                                   |
| <b>LINEE EXTRAURBANE</b>                                                                                  |



## DE LAS OLIMPIADAS INVERNALES DE 1956 A LOS MUNDIALES DE ESQUÍ DE 2021

### LAS PISTAS OLÍMPICAS

Esquiar por los trazados donde tuvieron lugar las Olimpiadas de 1956 es posible: en las Tofanas, la pista Olympia, donde se llevó a cabo el descenso libre masculino, la pista "A" Col Drusciè, protagonista del eslalon especial femenino y la pista Vitelli di Faloria, donde tuvo lugar el eslalon gigante masculino y femenino, que se halla todavía entre las pistas más sugestivas de la Reina de las Dolomitas. Actualmente, la pista Olympia alberga las competiciones de descenso libre

de la Copa del Mundo Femenina. Para revivir las emociones de los muros y de los panoramas que la caracterizan hay que recorrer las pistas del Schuss, Stratofana, atravesar la pista Labirinti para después entrar en Rumerlo. Estas pistas están recomendadas para todos los esquiadores expertos, aunque recorridos alternativos las vuelven accesibles también a quien desee vivir esta aventura y soñar por un día con ser un campeón olímpico.

### CAMPEONATO MUNDIAL DE ESQUÍ ALPINO EN 2012

El Mundial de Cortina d'Ampezzo seguirá al de St. Moritz de 2017 y al de Are, en Suecia, de 2019, y llegará un año antes de los Juegos Olímpicos Invernales de Pekín. Están previstos: 14 días de competiciones, más de

600 atletas de 70 naciones listos para retarse en las pistas de Cortina d'Ampezzo que han escrito la historia del esquí y centenares de eventos paralelos para miles de turistas y deportistas.



© Paola Dandrea



## PROFESIONALES DE LA NIEVE

En 1933 fue fundada en el territorio de Ampezzo la primera escuela nacional de esquí. Nació así la nueva figura profesional del maestro de esquí, verdadero profesional de la nieve. En Cortina d'Ampezzo, maestros y escuelas de esquí (consultar la guía de servicios) ofrecen un servicio heterogéneo, completo y altamente profesional: maestros de esquí especializados en telemark, freeride, freestyle, maestros de snowboard y de esquí nórdico de las numerosas escuelas del territorio pueden ser interpelados para enseñar a niños, personas con necesidades especiales

y adultos. Guías de montaña y guías naturalistas organizan diferentes actividades para grandes y pequeños, incluso en invierno. En compañía de estos expertos, los más aventureros pueden practicar el esquí alpinismo o el freeride. Por otro lado, para quien sueña con unas vacaciones tranquilas, en pos del descubrimiento, existe la posibilidad de efectuar paseos con las raquetas de nieve, las ampezzanas "ciaspes", por los legendarios bosques de la zona. Emociones verticales para quien, por su parte, quiera aventurarse con la escalada en hielo y para quien se halle en busca de la última tendencia.

### MAESTROS E INSTRUCTORES

#### MAESTRO DE ESQUÍ Y SNOWBOARD

La figura del maestro de esquí / snowboard es fundamental, tanto bajo el aspecto turístico como bajo el aspecto de la seguridad en pista. Es deber del

maestro enseñar a sus alumnos la técnica y lo fundamental para el comportamiento en pista.

#### GUÍA DE MONTAÑA

Figura profesional que desempeña la tarea de guiar a excursionistas y alpinistas a lo largo de los senderos y las vías de montaña; tiene en su haber

profundos conocimientos de escalada, de cruce de neveros y glaciares y de todas las actividades vinculadas a la montaña, incluso de emergencia.

#### GUÍA NATURALISTA

Figura profesional para el acompañamiento medioambiental vinculado al

conocimiento de las especificidades de la naturaleza y la cultura del territorio.



## FUERA DE PISTA

### ESQUÍ EN GRAN PENDIENTE Y FREERIDE

A los esquiadores experimentados que gustan de la emoción del descenso, además de algunas pistas extremas como el Canalone Staunies o la Vertigine Bianca, Cortina d'Ampezzo brinda algunos de los itinerarios de freeride más apasionantes de las Dolomitas. Los más famosos son: las Creste Bianche en el Cristallo, La Sci

18 en el Faloria y el Bus de la Tofana. Es conveniente acudir a un guía de montaña (ver la guía de servicios) porque es indispensable conocer bien los recorridos, saber evaluar las condiciones meteorológicas y de la nieve y adoptar todas las medidas de seguridad necesarias.



© bandion.it



### HELISKI

Una verdadera aventura para los apasionados de freeride. Una manera diferente de afrontar el fuera de pista, sustituyendo el helicóptero por las instalaciones de remonte tradicionales. Recordamos que el uso del helicóptero en las Dolomitas está autorizado sólo en algunos lugares limitados y bien

definidos y recomendamos acudir a maestros de esquí y de snowboard o a guías de montaña para un descenso con total seguridad. Se requiere un buen nivel de esquí. El recorrido será elegido en función de las condiciones de la nieve.

### ESQUÍ ALPINISMO

Una emocionante actividad para conjugar el placer de una excursión con la pasión por el esquí. En función de las propias capacidades se pueden elegir itinerarios fáciles con desniveles no demasiado complicados, en ambientes soleados o a lo largo de las pistas de acceso a los refugios y cabañas alpinas situados a gran altitud como el Rifugio Scoiattoli, la Malga Federa, el Rifugio Croda da Lago, el Rifugio Dibona o

la Malga Ra Stua, en el Parque de las Dolomitas de Ampezzo. Muchas también las posibilidades para los esquiadores de montaña expertos, con muchas cimas por ganar, cañadas y amplias pendientes. Los guías de montaña están a disposición para acompañar con total seguridad, en cada itinerario, a los apasionados de este deporte (ver la guía de servicios).



© Nicolo Miana





## ESQUÍ NÓRDICO

Desde hace algunos años, la popularidad del esquí nórdico registra un marcado incremento y la Reina de las Dolomitas se presenta de una manera completamente renovada: pistas y servicios capaces de satisfacer a los deportistas más exigentes, la garantía de la innivación programada, preparados maestros de esquí especializados tanto en la técnica clásica como en el skating, el ambiente exclusivo del Parque Natural de las Dolomitas de Ampezzo y del Passo Tre Croci. El polo de referencia del esquí nórdico está representado por el centro deportivo de Fiammes Sport

Nordic Center (ver la guía de servicios). Aquí es posible esquiar por varios recorridos circulares de diferentes longitudes. El mayor atractivo es el trazado de 30 km a lo largo del ex ferrocarril, que enlaza Cortina d'Ampezzo con Dobbiaco y está caracterizado por un largo túnel iluminado, un puente y un ambiente frente a las cimas dolomíticas y los lagos helados. Donde las pistas están abiertas se requiere el pago de un tique de validez diaria, o bien es posible utilizar una tarjeta semanal o tarjeta de temporada de zona. Para más información, consultar el sitio [cortinadolomiti.eu](http://cortinadolomiti.eu)



## MÁS ALLÁ DEL ESQUÍ

### "RA CIASPES"

Natural prosecución del excursionismo veraniego, las caminatas con raquetas de nieve constituyen una sencilla pero espléndida actividad que abre al descubrimiento de la montaña nevada, permitiendo adentrarse en el corazón de ambientes incontaminados. Accesible a todos, ya que no se requieren

características técnicas ni dotes físicas especiales, este deporte se está granjeando un gran éxito. Es necesario conocer y saber arreglárselas con seguridad sobre los diferentes tipos de nieve y pendientes y es útil acudir a los profesionales del sector para afrontar algunos trazados más inusuales.



### FAT BIKE

Nueva actividad, la bicicleta de las "ruedas gordas" permite moverse sobre la nieve y no tener que abandonar las dos ruedas durante la estación invernal. Son numerosas las tiendas que alquilan estas especiales Mountain Bike. Es posible practicar el Fat Bike por algunos

senderos y carreteras transitables a pie. En Col Gallina, a las espaldas de las instalaciones, han sido abiertas las dos primeras pistas de Fat Bike con cambios de rasante y curvas parabólicas para imperdibles descensos gravity.





## TRINEO

En la localidad Guarné, cerca del centro de Cortina d'Ampezzo, una pista específica para trineos permite emocionantes descensos con los bobs de nieve y ascensos



© Bandion.it

en telesilla. La pista tiene aproximadamente 1 km de longitud y está servida por el telesilla Mietres, a los pies del cual se pueden alquilar los bobs.

## VÍAS FERRATAS EN MODALIDAD INVERNAL

Ascender una vía ferrata en invierno es mucho más arduo que ascenderla en verano, si bien es algo inusual y gratificante. Incluso en condiciones óptimas de innivación, el empeño físico requerido es considerable, por este motivo es una actividad reservada a alpinistas con experiencia. Teniendo en

cuenta las peculiaridades de la escalada invernal de una ferrata, es oportuno y vivamente recomendado aventurarse en estos recorridos confiando en las capacidades y en la experiencia de un guía de montaña (para más información, cortinadolomiti.eu).

## EQUIPAMIENTO RECOMENDADO

Ropa invernal adecuada y equipamiento clásico de ferrata son indispensables. Además, en la mochila no deben faltar: guantes de recambio,



© Dolomiti Ski Rock

pala de nieve, piolet, crampones de mixto, algunos cordones y mosquetones, cuerda y las raquetas, casi siempre indispensables para el acercamiento.



## CASCADAS DE HIELO

Esta disciplina consiste en escalar las cascadas de hielo con la ayuda de piolets y crampones. Por tanto, permite entrar en una dimensión única y fascinante para prac-

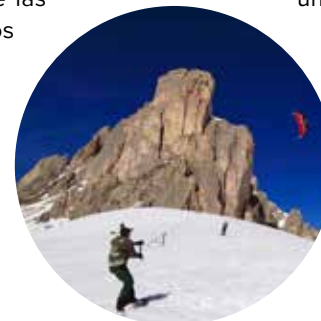


© Dolomiti Ski Rock

ticar con toda seguridad, confiando en la competencia de los guías de montaña que sabrán elegir los recorridos ideales. El equipamiento técnico es el mismo de la escalada veraniega.

## SNOW KITE

Passo Giau es una de las zonas favoritas por los amantes del snowkite en Cortina, ideal para dejarse llevar por la fuerza del viento con



un aquilón: viento perfecto, amplias zonas nevadas y la posibilidad de descansar en el refugio al lado.

## SOBRE LA NIEVE DE NOCHE

No hay que perderse una excursión al resplandor de la luna a realizar a pie, con las "ciaspes", el trineo o con los esquís de alpinismo. Son numerosos los refugios que organizan veladas especiales con cena

y descensos de noche bajo el cielo estrellado. Para más información, consultar la lista de los eventos o contactar directamente con los refugios (ver la guía de servicios).





Cortina d'Ampezzo, zona de Col



# OUTRO DA PODÉ FEI

DIVERTIRSE CON



Adrenalin Center . Curling . Golf . Minigolf . Nordic walking . Estadio del Hielo . Tennis



## OTRAS ACTIVIDADES

Las ocasiones para vivir la naturaleza y el deporte de forma auténtica son variadas y su estancia en Cortina

d'Ampezzo puede enriquecerse con las alternativas propuestas por las estructuras del territorio.

### ADRENALIN CENTER

El Parque de Aventuras Adrenalin Center ofrece a todos la posibilidad de probar la experiencia y la emoción llena de adrenalina de estar suspendidos entre los árboles. Hacen falta valor, equilibrio y nervios de acero para entusiasmarse en esta dimensión vertical. El parque dispone de 13 recorridos equipados para todas las edades y habilidades, con 120 pasos de un

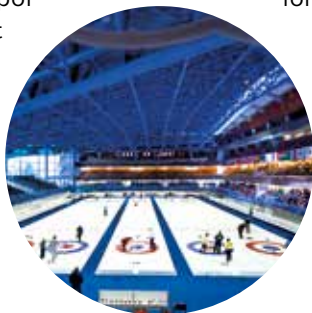
árbol a otro. Las travesías, siempre diferentes, prevén tirolinas, puentes tibetanos, cables y redes, todo ello con total seguridad y respetando al máximo la naturaleza. El Adrenalin Center está dotado también de un espacio de juegos reservado exclusivamente a niños que no alcanzan los 120 cm de altura, y que permite acceder a los recorridos en los árboles.





## CURLING

Ya a principios del siglo XX en Cortina d'Ampezzo se practicaba este deporte, que con el tiempo ha crecido y se ha desarrollado sobre las pistas heladas de los prestigiosos Miramonti Majestic Grand Hotel y Cristallo Hotel SPA & Golf, frecuentados por personajes del jet set internacional como Alberto Sordi y Brigitte Bardot. Cortina d'Ampezzo - curling es mundanidad y es una historia hecha de amistad y de competitividad deportiva: de



© Dino Colli

hecho, desde hace casi medio siglo, en el mes de junio, la Reina de las Dolomitas alberga el “Trofeo Città di Cortina”, competición que ha visto y que ve la participación de equipos procedentes de todo el mundo, formados por atletas que en el transcurso de su carrera han alcanzado los máximos niveles de competición. En 2006, los atletas ampezzanos participaron en los XX Juegos Olímpicos Invernales de Turín.

## GOLF

Creado gracias a la voluntad de amigos aficionados y asiduos visitantes de la Cuenca ampezzana, el Cortina Golf es activo desde el verano de 2010: la oferta prevé un campo de 9 hoyos. La estructura se encuentra en el área cercana al histórico campo de prácticas del Hotel Miramonti Majestic, donde ya desde los años Treinta jugadores de todo el mundo se han ejercitado en los tees a los pies del Monte Faloria. Corazón palpitante del Cortina Golf es

el Club House, donde los deportistas pueden transcurrir su tiempo en un lugar dotado de todas las características necesarias para brindar hospitalidad a los socios del club, para una pausa entre un partido y el siguiente o para una cena entre compañeros de juego. Cortina Golf es un recorrido técnico de alto nivel entre panoramas únicos en el mundo, en un territorio que preserva con esmero todas las características de los prados alpinos.



© Giacomo Pompanin



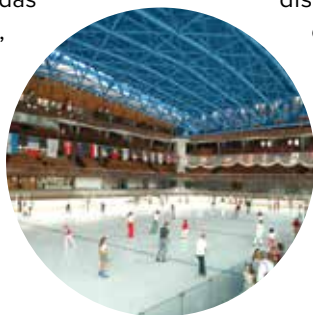
## MINIGOLF

Una tarde de juego y habilidad en el campo de 18 hoyos del Minigolf Helvetia constituye una oportunidad para familias y amigos de divertirse al aire libre. El campo se halla a pocos minutos a pie del centro, goza de un

hermoso panorama de las montañas que rodean Cortina d'Ampezzo y está abierto de mediados de junio a mediados de septiembre. El Minigolf dispone también de un pequeño bar para tomar algo.

## ESTADIO DEL HIELO

En el Estadio Olímpico del Hielo, estructura construida con ocasión de las VII Olimpiadas Invernales de 1956, la pista de patinaje puede utilizarse todo



el año. Es posible patinar en autonomía o aprender los secretos de esta disciplina con instructores cualificados. Además, está disponible un servicio de alquiler de patines.

## TENIS

En la Reina de las Dolomitas es posible practicar el tenis: en el Tennis Country Club Cortina (centro afiliado a la Federación Italiana de Tenis) en 5 canchas exteriores de tierra batida inmersas en la naturaleza, de las



© Dino Colli

cuales una dotada de iluminación para encuentros nocturnos y una cancha cubierta abierta todo el año; y también en el Estadio Apollonio, abierto de mayo a septiembre con 5 canchas descubiertas.



## NORDIC WALKING

Una alternativa al simple caminar que activa todo el aparato muscular sin sobrecargar las articulaciones gracias al uso constante de bastones que, a

diferencia de las caminatas normales, son utilizados para darse impulso y no como apoyo.



© Paola Dandrea



# D'AUŠUDA E D'OUTON

PRIMAVERA Y OTOÑO



Otras estaciones



## OTRAS ESTACIONES

La primavera y el verano tienen mucho que ofrecer por el ambiente más tranquilo y con el centro de la

Reina de las Dolomitas que, menos abarrotado, permite relajantes paseos entre las tiendas.

### PRIMAVERA

Es seguramente la estación de las floraciones: desde finales de abril, en los prados empiezan a brotar espléndidas flores que, con el paso de las semanas, llevan sus colores cada vez más a lo alto regalando paisajes únicos. En los meses de mayo y junio, el contraste entre los verdes prados florecidos y

las cimas blanqueadas es ya de por sí un espectáculo imperdible. Sugerimos contemplar los arroyos que, tras el deshielo, son más caudalosos y no perder la ocasión para una excursión a las fuentes del Boite o a las cascadas de Fanès en el Parque Natural de las Dolomitas de Ampezzo.

### OTOÑO

En otoño, los alerces comienzan a teñirse de amarillo sobre los 2000 m para, gradualmente y de forma espectacular, colmar toda la Cuenca ampezzana de tonos amarillos, marrones y rojos en pocas semanas. Tal vez éste sea el periodo más bello para visitar lugares como el Lago de Federa en la Croda da Lago, el bosque

de alerces de Larieto, llegando quizá hasta Mietres, o bien los prados de Lerosa con una caminata desde Ra Stua. La mayor parte de los remotes y de los refugios están cerrados, pero algunos de los refugios que permanecen abiertos son accesibles gracias al servicio de jeeps.

# PIZE E GREI

NIÑOS Y FAMILIA



Verano . Invierno . Todo el año



## VERANO

Con los niños, las vacaciones en Cortina d'Ampezzo son bajo el lema del deporte, el juego y las actividades dedicadas al conocimiento del medio ambiente y la naturaleza, sin renunciar al relax. Los niños pueden elegir si

transcurrir el tiempo con la familia o con los coetáneos, utilizando los servicios de las escuelas de esquí, de los guías de montaña y guías naturalistas, de las numerosas asociaciones y de los instructores deportivos.

### CAMINAR

La Reina de las Dolomitas brinda numerosos senderos adecuados para los más peques. A continuación, la descripción de algunos itinerarios especialmente adecuados para niños, por los descubrimientos que podrán hacerse durante la excursión. Campo Croce, lugar ideal para ver las marmotas y escuchar sus agudos silbidos, es accesible con una caminata de media hora aproximadamente en el Parque Natural de las Dolomitas de Ampezzo saliendo de Ra Stua. Cerca de Campo Croce pueden contemplarse las fuentes del Boite, el torrente que cruza Cortina d'Ampezzo. La exaltación de ganar la Cima Lagazuoi Pizo, a 2762 m, puede ser llevada a cabo fácilmente por los más jóvenes con una breve (unos 20 minutos) pero sugestiva caminata desde la llegada del teleférico del Lagazuoi, con salida del Passo Falzarego. Una vez en la cima, déjense sorprender por el panorama y por la posibilidad de extender la mirada a 360° y no olviden sacarse una foto junto a la cruz de la cumbre. Entre los lagos de montaña, el Lago de

Limesdes permite hacer un bel pícnic en su orilla. El lago resulta accesible en menos de 1 hora con el sendero C.A.I. n.º 44 desde el Passo Falzarego. Un paseo preponderantemente llano y a la sombra de los alerces es el que desde Larieto lleva a Mietres, con la posibilidad de ver animales pastando y visitar, previa reserva, una verdadera granja donde se ordeñan las vacas. Por otra parte, las instalaciones de remonte constituyen una excelente solución para alcanzar metas a gran altitud y no cansar demasiado a los niños, que podrán disfrutar de caminatas exclusivamente cuesta abajo. Entre los numerosos senderos disponibles, el histórico de las 5 Torri, con punto de partida en la llegada del telesilla hasta Bai de Dones (duración 1,5 - 2 horas), entre las posiciones militares de la Primera Guerra Mundial, y la solitaria Val Padeon (duración 3 - 4 horas) que, accesible con el telesilla de Rio Gere, lleva hasta Ospitale, desde donde es posible volver a Cortina d'Ampezzo utilizando el cómodo servicio de autobuses de Dolomiti Bus.





## ESCALAR

Escaladas y vías ferratas son actividades que pueden hacer también los más jóvenes, ya que los movimientos son especialmente adecuados para los niños, instintivamente dotados para escalar. Con los cursos específicos organizados por los guías de montaña, el acercamiento a la roca será un juego realizado con total seguridad y una experiencia inolvidable. Hay distintos lugares donde ejercitarse: paredes equipadas, fáciles ferratas adecuadas incluso a los más pequeños, el parque de aventuras preparado por los guías

de montaña y el Adrenaline Center en la localidad Ronco. Los parques de aventuras están equipados con estructuras suspendidas entre los árboles como tirolinas, puentes tibetanos, cables y redes para 10 recorridos accesibles a niños y adultos, diferenciados por altura y dificultad. Asimismo, durante las tardes de verano los más pequeños pueden experimentar los movimientos de la escalada en la palestra de roca montada en el centro de Cortina d'Ampezzo, justo debajo del Campanario de la Basílica Menor.



© Paolo Tassi



## PEDALEAR

La bicicleta representa otra atracción para los niños y para las familias. Las vacaciones son bajo el lema de ritmos relajantes si se elige el carril bici "Lunga via delle Dolomiti" (consultar la pág. 79), tanto en el tramo de Cortina d'Ampezzo a Calalzo (30 km) como en el que va de Cortina d'Ampezzo a Dobbiaco (30 km) o bajo el lema de la aventura en el bosque si se prefiere el "Giro di Pian de Ra Spines" con poco desnivel y con bellísimos rincones que se asoman al Boite; el anillo de Pian de Ra Spines es accesible desde el centro de Cortina d'Ampezzo directamente con el carril bici o con el autobús de línea para Fiammes (véase la pág. 164). Numerosos los recorridos de MTB

adecuados para los más expertos (consultar la específica Mountain Bike & E - Bike map), mientras que para los jóvenes aficionados al downhill, el Cortina Bike Park presenta cuatro trazados diferentes, para experimentar emociones siempre nuevas en el escenario natural de Col Drusciè, en las laderas de las Tofanas. Por su parte, el Skill Park de Col Gallina propone obstáculos, pasarelas, saltos y trazados técnicos de diferente dificultad, preparados con esmero y atención para permitir a los baby biker (6-15 años) aprender a montar en Mountain Bike, mientras los padres disfrutan del sol en una de las terrazas panorámicas de los refugios de los alrededores.



© Bandion.it



## Y ADEMÁS...

Otras actividades para practicar en verano: el canyoning, con equipamiento y acompañantes especializados; el golf para jugar y tomar lecciones en el green del Golf Cortina en la localidad Fraina o para apasionantes retos en el minigolf de via del Castello; el patinaje sobre hielo, con la posibilidad de reservar lecciones; el skateboard entre las rampas del parque equipado en el Estadio del Hielo; el tenis, con la posibilidad de lecciones individuales o de grupo; la equitación en la granja 'Fattoria Meneguto'; la natación en las piscinas de algunos hoteles; el baloncesto y el voleibol con cancha a disposición previa reserva; los parques de juegos para los más peques en el Estadio del Hielo en el Dolomiti Paradise con columpios, toboganes y pequeñas casetas y los Baby Park en las localidades Guarnè y Piersò.



© Bandion.it

Y esto no es todo: también pesca libre con licencia y pesca deportiva en el lago; la posibilidad de vivir un día de halconero en la Cetrería "Falconeria Dolomiti" en la localidad Vervei, con demostraciones de vuelo abiertas al público cada día a horarios prefijados (véase la pág. 121); recorridos con los caballos islandeses en la granja didáctica Enrosadira. A estas propuestas se añaden las de bares y restaurantes, que han creado áreas de juego al aire libre para entretener a los pequeños visitantes, entre las cuales: Area 51, Bar Col Tondo, Bar Fiammes, La Locanda del Cantoniere, Fattoria Meneguto y Malga Ra Stua. No hay que perderse la oportunidad de contemplar el cielo y ver de cerca las estrellas con las visitas guiadas al Observatorio Astronómico de Col Drusciè y al Planetario, cerca del Estadio Olímpico del Hielo.



## INVIERNO

No hay estación más mágica para los niños como el invierno, con sus paisajes únicos y extraordinarios. Esquí alpino, snowboard, telemark en pistas de todos los niveles, esquí nórdico con anillos de diferente

dificultad en Fiammes, gracias a los profesionales del sector resultan al alcance de niños y jovencísimos. En Guarnè y en Socrepes, dos instalaciones dedicadas están a disposición de los principiantes.

### CAMINAR CON "RA CIASPES"

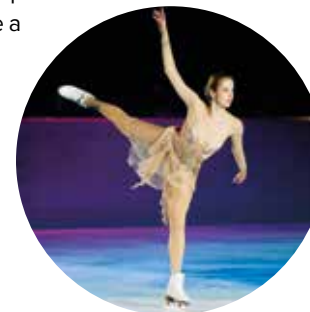
Por otra parte, para los más peques que desean descubrir los secretos del bosque o experimentar la sensación de caminar sobre la nieve fresca, las "ciaspes", o raquetas de nieve, son divertidas y relajantes porque no

requieren técnicas complicadas para su uso. Guías de montaña y asociaciones deportivas organizan actividades de grupo, acompañando a los más pequeños en esta experiencia.

### PATINAR

En el Estadio Olímpico del Hielo, abierto todo el año, es posible patinar con patines propios o alquilados y apuntarse a lecciones para aprender

o perfeccionarse en el patinaje artístico, o bien experimentar el Curling con posibilidad de lecciones para grupos.



© Flavio Valle





## DESGLIZARSE

¿Y por qué no probar la emoción de bajar con el trineo por una ladera cubierta de nieve? En Mietres hay una pista dedicada, con la posibilidad de alquilar un bob, y un cómodo telesilla para



© bandion.it

el remonte. Por su parte, otros refugios ponen a disposición pistas batidas para descensos por el bosque después de una agradable caminata y una merienda con las delicias del lugar.

## Y ESTO NO ES TODO...

Aventuras entre los árboles en el Adrenalin Center, con una serie de recorridos suspendidos entre los alerces del bosque de Ronco, Fat Bike con trazado dedicado en el Col Gallina, con alquiler in situ o en otros puntos de alquiler en el centro, y tenis para practicar en Sopiases en la cancha cubierta, son actividades adicionales que no pueden dejar escapar durante una estancia en familia. Los más pequeños, acompañados por sus



© bandion.it

padres, tienen a disposición: el parque infantil Dolomiti Paradise en el Estadio del Hielo con columpios, toboganes y pequeñas casetas para jugar al aire libre; los parques de juegos sobre la nieve en Guarnè, Col Tondo y Pierosà; el Cortina Snowpark en el dominio de las Tofanas; el Freestyle Station con BigAirBag en el Faloria; la granja didáctica Enrosadira, con recorridos con caballos islandeses y el paintball en el Estadio del Tenis Apollonio.



# TODO EL AÑO

## CINES Y MUSEOS

El Cine Eden proyecta durante todo el año también dibujos animados y películas aptas para un público de jovencísimos. El Museo Etnográfico "Regole d'Ampezzo", el Museo

Paleontológico Rinaldo Zardini y el Museo de Arte Moderno Mario Rimoldi proponen muestras temporales con talleres didácticos.



© bandion.it

## TALLERES CREATIVOS

Hay talleres creativos realizados por las numerosas asociaciones depor-

tivas del territorio y por los maestros floristas de Cortina d'Ampezzo.

# NA FRÉ DE DUTO

CURIOSIDADES Y EVENTOS



Un valle de película . La ardilla roja . Leyendas de Ampezzo  
No existe el mal tiempo . Principales eventos

IX

## UN VALLE DE PELÍCULA

Esta es Cortina d'Ampezzo, escenario natural de extraordinaria belleza. Desde el primer largometraje de Luis Trenker y Karl Hartl, "Montañas en llamas" de 1931, las cimas y la Cuenca ampezzana han seguido prestándose al mundo del cine como en "Pian delle stelle" de Giorgio Ferroni (1946) y en "Montaña de Cristal" de Anton y Cass. En 1959, Alberto Sordi con "Vacaciones de invierno" inaugura el filón del cine vacacional - verbenero, llevado al éxito en los años ochenta por "Vacaciones de Navidad" de los hermanos Vanzina. De la comedia a la italiana a la divertidísima "Pantera rosa" de Black Edwards: en la histórica película, con Claudia Cardinale y Peter Sellers, los actores se mueven entre las nieves ampezzanas dando vida a vicisitudes amorosas, intrigas y golpes de efecto. Si durante muchos años Cortina d'Ampezzo ha sido teatro de historias cómicas, malentendidos y amores de risa, Sergio Corbucci elige las cumbres del Lagazuoi y del Passo Falzarego para "El Gran Silencio" (1968), western ambientado en el descarnado y gélido paisaje del estado de Utah. 1968 es también el año en que llegan

a Ampezzo Totò y Peppino de Filippo para rodar "Cama de tres plazas". Ni siquiera Vittorio de Sica se resiste a la llamada de la Reina de las Dolomitas, que alberga las tomas de "Amantes" con Faye Dunaway, así como Roger Moore que viene a Cortina d'Ampezzo para rodar "Sólo para sus ojos", episodio de la saga de James Bond con una de sus más temerarias persecuciones precisamente en la pista de bob construida para las Olimpiadas del 56. Y cuando, en 1993, Sylvester Stallone decide abandonar su personaje de Rambo, elige Cortina d'Ampezzo como set para "Cliffhanger - Máximo Riesgo". En 2013 es Ernst Gossner quien, para rodar "La Montaña Silenciosa" (The Silent Mountain), vuelve a traer a Claudia Cardinale a la Reina de las Dolomitas junto a los actores William Moseley, Eugenia Costantini y Corrado Invernizzi, intérpretes en la película. El último filme rodado en el Valle de Ampezzo es "Point Break" en 2015: para el remake de "Le llaman Bodhi", gran éxito de 1991, el director elige las Dolomitas de Ampezzo para persecuciones con impresionantes vistas y escenas adrenalinicas.



© Andrea Gris



## LA ARDILLA ROJA

El logotipo de Cortina d'Ampezzo está constituido por una ardillita roja, situada sobre el rótulo en letra cursiva que indica el nombre del Municipio. La ardilla, que ya está tan asociada a la localidad que se ha convertido en su símbolo, debe su suerte a un grupo de escaladores no profesionales (no necesariamente guías de montaña), los Scoiattoli (ardillas) de Cortina, comprometidos en múltiples actividades que van de

la promoción del alpinismo, al rescate alpino voluntario, a la organización de manifestaciones deportivas. Los miembros del grupo son reconocibles porque llevan una ardilla blanca bordada en el brazo izquierdo de un jersey rojo. Este logotipo está vinculado a muchas hazañas de alpinismo, entre las que se recuerda la conquista del K2 que tuvo lugar el 31 de julio de 1954 por obra de Lino Lacedelli.



## LEYENDAS DE AMPEZZO

### LA FLOR DE LAS NIEVES (EDELWEISS)

Cuando Dio creó la Tierra, decidió cubrirla de flores y plantas. Creó flores de todos los colores y perfumes, plantas con frutos de todos los sabores y hierbas con fabulosas propiedades que distribuyó por todas partes. Prados y colinas se convirtieron en maravillosas alfombras de colores y bosques lozanos llenos de vida. Sólo las altas cimas rocosas de los Alpes estaban aún desnudas y silenciosas. Nada podía crecer a tanta altitud, con el frío entre las piedras. Las montañas, entristecidas, pidieron ayuda al cielo. En una noche de luna llena, los ángeles capturaron las estrellas que iluminaban la oscuridad y

las esparcieron sobre las rocas, entre los barrancos. Las montañas, felices, las envolvieron inmediatamente en una suave pelusa para resguardarlas del frío y ofrecieron un poco de tierra para que pudieran aferrarse entre las piedras con las frágiles raíces; entonces la Luna, desde el cielo, encandilada por aquel espectáculo de estrellas entre los montes, mandó su luz y regaló a las flores su blancura. Al salir el sol, las montañas por fin habían florecido y estaban resplandecientes de alegría: habían nacido las primeras Flores de las Nieves o Edelweiss.



## LOS MONTES PÁLIDOS

Había una vez un hijo de rey cuyo reino se encontraba entre los Alpes Orientales. El reino era rico de pastos verdes, bosques umbríos, montañas altas y rocosas, pero el príncipe era infeliz porque le atormentaba el deseo de ir a la Luna. Un día, habiéndose perdido en el bosque, el príncipe llegó a un altiplano florecido de rododendros donde se durmió y soñó que hablaba con una bellísima muchacha, quien dijo ser la hija del rey de la Luna. Al despertar del sueño, al príncipe le pareció oír voces lejanas: ocultos por una nube en la cima de un peñasco estaban dos ancianos que se presentaron como habitantes de la Luna y le invitaron a ir al satélite con ellos. Fue así que el príncipe pudo llegar a la Luna y, cuando encontró a la princesa que había visto en sueños, se casó con ella. Después de años felices en la Luna, el príncipe, a pesar de todo, se vio obligado a dejar el satélite con

su bella esposa y a volver a la Tierra, donde pasaron otros tantos largos años felices, hasta que la princesa enfermó de tristeza y tuvo que volver a la Luna para no morir. El príncipe, desesperado, se retiró a una gruta donde encontró al rey de los Salvanos, los enanos habitantes de las cavernas y de los bosques, con el que hizo un pacto: los enanos habrían hilado la luz de la Luna para vestir con la clara luz de las regiones lunares todas las montañas del reino, mientras que el príncipe se comprometía a reconocer al rey de los Salvanos un territorio todo para ellos en los montes y en los bosques. Fue así que el príncipe pudo traer de nuevo a su esposa al reino de los Montes Pálidos y los Enanos, obtener lo que se les había prometido. Los Montes Pálidos hoy se llaman Dolomitas y los Salvanos viven aún en los matorrales, las cavernas y los bosques de estas montañas.



© Giacomo Pompanin

## LA ENROSADIRA

Al atardecer, las cimas de las Dolomitas pueden teñirse de un sorprendente color rosa. El fenómeno, debido a la peculiar composición mineral de las paredes rocosas, es llamado Enrosadira, el 'volverse de color rosa'. Una antigua leyenda local narra la historia de un mágico reino del pueblo de los enanos gobernados por el rey Laurino, que tenía en el Catinaccio un espléndido jardín de rosas. Laurino tenía una hija bellísima, Ladina. Un buen día, el príncipe del Latemar, despertada su curiosidad por la presencia de aquellas estupendas

rosas en un lugar tan inhóspito y salvaje, se adentró en el reino de los enanos, vio a Ladina, se enamoró perdidamente y decidió raptarla y llevarla al Latemar para casarse con ella. Laurino, desesperado, maldijo las flores que lo habían traicionado revelando la posición de su reino y ordenó a las rosas que no florecieran más, ni de día ni de noche, olvidándose del atardecer. Desde aquel día, a aquella hora, en las espléndidas montañas de las Dolomitas se pueden admirar las rosas florecer.



© bandion.it



## NO EXISTE EL MAL TIEMPO EXISTE SÓLO EL EQUIPAMIENTO EQUIVOCADO

En un día de lluvia, muchas de las actividades deportivas son practicables como con el sol, pero es posible organizar, con los amigos y la familia, un reto a minigolf o un partido de tenis en la cancha cubierta o, también, concederse una jornada de relax en las estructuras y los hoteles que proporcionan un servicio Spa. Para los aficionados al hielo, el Estadio Olímpico dispone de una pista de patinaje utilizable todo el año, con servicio de alquiler de patines. Dar un relajante paseo a poca altitud entre los bosques, con los árboles protegiéndonos de los chaparrones veraniegos, puede ser una experiencia para estar en contacto con la naturaleza y ver animales como zorros, ciervos y ardillas que, en la quietud de la jornada de lluvia, salen de sus guaridas en busca de comida. Quien no quiere renunciar a la exaltación de la gran altitud puede dejarse fascinar por los panoramas de las Dolomitas con una comida en un refugio: de hecho, los refugios alpinos, con instalaciones de remonte o con servicio de jeeps, están abiertos para acogerles y brin-

darles descanso y refrigerio. Por su parte, el centro de Cortina d'Ampezzo ofrece diferentes posibilidades para entretenerse entre los talleres de los artesanos, como entre las numerosas tiendas y boutiques o para pasar de forma agradable el propio tiempo visitando las colecciones de arte del Museo de Arte Moderno Mario Rimoldi y las galerías de arte que proponen exposiciones temporales con artistas internacionales. Por otro lado, para conocer la historia del territorio es posible visitar el Museo Etnográfico "Regole d'Ampezzo" o bien el Museo Paleontológico Rinaldo Zardini, donde se puede admirar una interesante colección de fósiles. Numerosos los eventos culturales de gran alcance centrados en la literatura, el arte, la actualidad, la historia y la música. Es posible consultar la página de las noticias en el sitio [cortinadolomiti.eu](http://cortinadolomiti.eu) o bien dirigirse al Info Point para pedir el programa.

El Cine - Teatro Eden, en pleno centro, propone una programación de las últimas novedades cinematográficas.



## PRINCIPALES EVENTOS

A continuación, los principales eventos del año. Recomendamos consultar el sitio [cortinadolomiti.eu](http://cortinadolomiti.eu) o

bien solicitar el calendario actualizado en el Info Point del Corso Italia.

### ENERO

#### COPA DEL MUNDO DE ESQUÍ ALPINO FEMENINO

La espectacular pista Olympia de las Tofanas alberga las competiciones de la Copa del Mundo de Esquí Femenino.



© Paola Dandrea

### FEBRERO

#### CARNAVAL AMPEZZANO

Un profuso programa de deporte, música, disfraces y especialidades gastronómicas para vivir intensamente la fiesta más alegre del año. El domingo y el martes de carnaval, sketches en ampezzano con los Šmatisón y los carros folclóricos de los Sestrieri (Barrios) de Cortina d'Ampezzo.



© Dino Colli

#### GRAN FONDO DOBBIACO - CORTINA

El Maratón de Esquí de Fondo, que desde siempre une en el deporte a atletas profesionales y amateurs, tiene lugar en el recorrido del ferrocarril abandonado en 1962.



© Dino Colli

### MARZO

#### FREERIDE CHALLENGE PUNTA NERA

Una emocionante competición de freeride que confirma año tras año tres jornadas de adrenalina con la imperdible combinada freeride - boulder y la competición dedicada a los más jóvenes.



© bandon.it

#### CORTINAMETRAGGIO

Festival cinematográfico dedicado a obras del género corto, Cortinametraggio es una cita fija para jóvenes artistas y curiosos amantes del cine.



© George Secrieru

#### WINTERACE

Cita con la Super Clásica ACI Sport reservada a 80 vehículos construidos antes de 1976. Los participantes se desafían a lo largo de un recorrido de 400 kilómetros en 70 pruebas cronometradas en horas diurnas.



© Fabian Gallucci

### MAI

#### TROFEO FALORIA SKI CHALLENGE

El Faloria Ski Challenge es un Eslalon Gigante pero es también una fiesta para concluir la estación de esquí en Faloria, la más larga del Dolomiti Superski.



© Dino Colli

#### CORTINA FOOD LOVERS - QUOTA 2120

Cocina gourmet con panorama desde una de las terrazas sobre Cortina d'Ampezzo: cita en el Rifugio Faloria para el evento organizado por los Restauradores de Cortina d'Ampezzo.



© Giacomo Pompanin





### CONCIERTO DE PRIMAVERA DEL CUERPO MUSICAL DE CORTINA

Tradicional concierto dedicado a la primavera en la concha de Piazza Dibona.

### FESTIVAL INTERNACIONAL CIAK JUNIOR

El Festival, creado para premiar los mejores cortometrajes producidos por estudiantes de escuelas secundarias de todo el mundo, con el paso de los años se ha enriquecido con muchísimas iniciativas. Una de las propuestas más completas del mundo audiovisual dedicado a la televisión para los jóvenes.



## JUNIO



### PEDALATA IN ROSA

La carrera no competitiva a lo largo del carril bici "La lunga via delle Dolomiti" con salida de Cortina d'Ampezzo. La pista ha sido trazada a lo largo del ex ferrocarril y representa uno de los recorridos de bicicletas más espectaculares en Italia, entre los pintorescos burgos cadorinos del Val Boite, con sorpresas musicales y culinarias organizadas expresamente para el evento.

### TORNEO FESTIVAL INTERNACIONAL DE CURLING

60 equipos procedentes de todo el mundo con atletas y aficionados del histórico deporte se dan cita en el Estadio Olímpico del Hielo para cuatro arrebataadores días de competiciones y diversión.



### CORTINA - DOBBIACO RUN

Carrera internacional a lo largo del trazado del antiguo ferrocarril de las Dolomites, con espectacular salida a los pies del campanario de Cortina y llegada a Dobbiaco. Miles de atletas se dan cita para esta histórica competición.

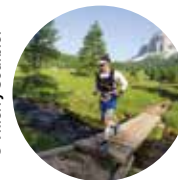
### BEST OF THE ALPS CLASSIC CAR RALLY

Coches de rally, fabricados entre 1950 y 1987, cruzando algunas de las localidades más bellas y renombradas del Best of the Alps, de St. Anton a Chamonix, hacen su entrada en Cortina bajo el campanario.



### CORTINA SKYRACE

Competición dedicada a los excursionistas rodados. El recorrido, con un tiempo máximo de 3 horas y 30 minutos, es de 20 km, con 1000 metros de desnivel positivo. Se parte del corazón de Cortina d'Ampezzo, en Corso Italia, para después aventurarse por los senderos de las Dolomites, Patrimonio de la UNESCO.



### CORTINA TRAIL

La competición que cada año precede la histórica Lavaredo Ultra Trail: 47 km de recorrido, con un desnivel positivo de 2650 m.

### THE NORTH FACE LAVAREDO ULTRA TRAIL

Atletas procedentes de todo el mundo afrontan un recorrido de 119 km (con 5850 m de desnivel positivo) en una extraordinaria carrera nocturna, con salida de Corso Italia, que cruza los lugares más espectaculares de las Dolomites.



### CORTINA INCANTA

Manifestación cultural de música encaminada a proponer eventos que involucran al Coro Cortina y a tantos otros conjuntos vocales e instrumentales de comprobada experiencia procedentes de Italia y del extranjero.

## JULIO

### FERIA DE AMPEZZO

Tradicional fiesta paisana en el primer domingo de julio con el "Il Palio Estivo dei Sestieri", espectáculos y un gran mercado.



© Dino Colli

### COPPA D'ORO DELLE DOLOMITI

13 puertos dolomíticos, 4 regiones atravesadas, 76 vehículos participantes, una carrera nocturna y 509 km de recorrido global para esta célebre competición de regularidad clásica.



© Giacomo Pompanin

### CORTINA INCRODA

De julio a septiembre, numerosas citas con grandes alpinistas, exploradores y con el cine de montaña.



## AGOSTO

### BEST OF THE ALPS GOLF CUP - DRIVEN BY BMV XDRIVE

La competición en los diez campos de golf más fascinantes y arduos de los Alpes europeos. Cortina d'Ampezzo es la única localidad italiana entre los 12 destinos del circuito, por tanto alberga la etapa italiana del torneo.



© Giacomo Pompanin

### FESTIVAL Y ACADEMIA DINO CIANI

Festival de música clásica que trae a Cortina d'Ampezzo a los más grandes nombres del panorama musical contemporáneo.



### FIESTAS CAMPESTRES DE CORTINA D'AMPEZZO

Tradicionales ferias veraniegas de los Sestieri o Barrios de Cortina d'Ampezzo con un profuso programa de manifestaciones, eventos, tenderetes, muchos juegos y competiciones deportivas en trajes tradicionales.



© Dino Colli

### INTERNACIONALES DE TENIS - ATP CHALLENGE TOUR

Grandes campeones se retan en las canchas de tierra batida del Tennis Country Club. En el transcurso de la semana, partidos y eventos paralelos involucran a toda la localidad.



© Dino Colli

### CORTINA FABULOUS RACE

Una carrera-no carrera a bordo de coches y motos especiales, entre cenas con baile, photo booth, castillos de caza, desfiles en Corso Italia. Una nueva forma de hacer turismo para redescubrir las joyas ocultas del territorio.



### FIESTA DE LAS BANDAS

Una semana de conciertos interpretados por el Cuerpo Musical de Cortina d'Ampezzo y por las diferentes formaciones nacionales e internacionales.



© bandilon.it

### CORTINA STYLE - YOUCORTINA

Una tertulia cultural con ponencias cualificadas e ideas recogidas del web, con más de 1100 participantes, 18 encuentros y 53 ponentes de nivel internacional.



© Giacomo Pompanin



## DICIEMBRE

### CORTINA FASHION WEEKEND

3 días de citas y eventos entre vernissages, primicias, encuentros, aperturas extraordinarias, cócteles, DJ set y muchas sorpresas, diferentes cada año.



© Giacomo Pompanin

### COPA DEL MUNDO DE SNOWBOARD

Cortina d'Ampezzo alberga la Copa del Mundo de Snowboard Cross. En la pista Tondi del Faloria, dos días de deporte y diversión, una ocasión mundial para conocer el lado más "salvaje" de la Reina de las Dolomitas.



© giusepppegghedina.com

### DÍA DE SAN NICOLÁS

El 5 de diciembre en la Plaza Angelo Dibona se celebra el día de San Nicolás. Acompañado de ángeles y diablos, San Nicolás lleva regalitos a los niños.



### MERCADO DE NAVIDAD

En el mes de diciembre, a lo largo del Corso Italia, en casetas de madera productores locales proponen artículos enogastronómicos y artesanales.



© bandion.it

### CONCIERTO DEL CUERPO MUSICAL EN LA IGLESIA

Desfile en trajes históricos con un repertorio de piezas de tema navideño. A continuación, el tradicional Concierto de Navidad en la Basílica Menor de Cortina d'Ampezzo.



© bandion.it



© bandion.it

*i*



Cómo moverse . Tal vez no todos sepan que... 7 lugares en los alrededores  
Capital de provincia . Números útiles





## CÓMO MOVERSE

Cortina d'Ampezzo está atravesada por la carretera nacional S.S. 51 de Alemagna en dirección norte-sur y por la carretera nacional S.S. 48 bis de las Dolomitas en dirección este-oeste. Las salidas de la autopista son A27 – Belluno en el sur (72 km) y A22

Bressanone en el norte (87 km). Las líneas interurbanas de autobuses, diarias anuales de Cortina Express y ATVO, enlazan Cortina d'Ampezzo con el aeropuerto de Venecia y con la estación ferroviaria de Venecia - Mestre.



### AIR SERVICE CENTER

Se puede aterrizar en Cortina d'Ampezzo con un traslado en helicóptero gracias al Helipuerto de Fiames.

### ATVO S.P.A. AUTOBUSES

ATVO brinda un servicio de conexión desde Venecia, Mestre y Treviso con Cortina d'Ampezzo y las principales localidades dolomíticas, entre las cuales Tai di Cadore y San Vito di Cadore. Además, en el periodo veraniego, están previstas coincidencias con la empresa Dolomitibus. Desde Cortina d'Ampezzo es posible continuar hasta Dobbiaco y San Candido con la empresa SAD. Los autobuses empleados son de nueva construcción y están dotados de aire acondicionado y amplio maletero.



### CORTINA EXPRESS BUS



Los autobuses de largo recorrido conectan todos los días, todo el año, Cortina d'Ampezzo y el Cadore con Treviso, el aeropuerto de Venecia y la estación ferroviaria de Mestre. En temporada alta de verano e invierno, las líneas interurbanas de autobuses se prolongan al sur con Rovigo, Ferrara y Bolonia y al norte hacia Alta Pusteria, Alta Badia, Auronzo di Cadore, Sappada. La reserva es obligatoria y es contextual a la compra del billete. Cortina Express permite también llegar cómodamente al Passo Falzarego y al Passo Cimabanche y ofrece un servicio de Bike & Bus en los meses de verano.



### DOLOMITIBUS

La empresa brinda un servicio de transporte público extraurbano con conexión entre Cortina d'Ampezzo y los principales centros del Cadore y Dobbiaco. Servicio de traslado hacia Belluno. Efectúa servicio Skibus en los meses invernales. Este último servicio es gratuito para los poseedores de Skipass de 08.00 a 17.30 horas para las líneas que llegan a las instalaciones de remonte y retorno. En verano está a disposición el servicio Bike'n Bus: un transporte de personas y bicicletas con autobús dotado de carro, capaz de llevar más de 30 bicicletas. El servicio comienza en la estación ferroviaria de Calalzo di Cadore y prosigue hacia Cortina d'Ampezzo, Cimabanche y Carbonin.



### SAD BUS

La SAD Trasporto Locale Spa es la empresa que se ocupa del transporte público local en la región del Alto Adigio. Enlaza Cortina con Dobbiaco y el Alto Adigio.

### TAXI Y NCC

Servicio de radiotaxi urbano, traslados de y a los aeropuertos - estaciones de tren; todoterrenos para excursiones a los refugios alpinos. Servicio de alquiler de coches con conductor (NCC, por sus siglas en italiano) para desplazarse y llegar a los aeropuertos, las ciudades de arte, las estaciones ferroviarias.



### TRENES

Las estaciones ferroviarias más cercanas se encuentran en Calalzo di Cadore (35 km), conectada por Dolomiti Bus, y en Dobbiaco (31 Km) enlazada por SAD.



En Cortina d'Ampezzo es posible desplazarse fácilmente utilizando el servicio de autobuses urbanos gestionado por la empresa Servizi Ampezzo (Se.Am.). Los billetes pueden ser comprados en la oficina de la Estación

de autobuses, en el Info Point de Corso Italia, en algunos comercios autorizados o directamente en el autobús. La taquilla de la Estación de autobuses proporciona un servicio de consigna, durante los horarios de apertura.







## TAL VEZ NO TODOS SEPAN QUE...

### ALTITUD

1224 m

### PROVINCIA

Belluno

### REGIÓN

Véneto

### DESNIVEL

1715 m, desde los 2939 m del desfiladero Forcella Staunies, en el Monte Cristallo, hasta los 1224 m del pueblo.

### ESTACIONALIDAD

**Verano:** de junio a septiembre.

**Temporada alta:** agosto.

**Otoño:** de mediados de septiembre a mediados de octubre.

**Invierno:** de diciembre a Semana Santa (marzo/abril).

### WIFI

En el centro, a lo largo de Corso Italia, está activa la conexión wifi gratuita para todos. De forma fácil, smartphone y ordenadores pueden acceder al

### VOLTAJE

230 V - tipos de enchufe: C, F, L

### SUPERFICIE

25541 hectáreas

### HABITANTES

6097

### DIVISA

€ (Euro)

**Temporada alta:** S. Ambrosio (8 de diciembre), Navidad, Nochevieja, Carnaval y Semana Santa.

**Primavera:** de abril a mayo.

servicio a través de la red social favorita, con pocos y sencillos clics. Gratuito, fácil y mobile friendly (solicitar información en el Info point).

### CONDICIONES METEOROLÓGICAS Y CLIMA

El clima ampezzano es intermedio entre el clima oceánico, típico de la zona subalpina, y el continental. Por lo general, los inviernos son bastante largos y nevados de noviembre a abril y entre finales de diciembre y primeros de enero de cada año, se registran algunas de las temperaturas más bajas de Italia. En cambio, los veranos son más breves, pero soleados; nunca hay que excluir un chaparrón a última hora de la tarde, sobre todo en las jornadas muy calurosas. Los periodos de entretiempo alternan jornadas lluviosas, muy ventiladas, con un clima templado y agradable. Recomendamos a los

deportistas llevar ropa adecuada a la actividad elegida y dotarse de elementos para resguardarse de imprevistas lluvias o nevadas. Para estar al día sobre el tiempo en Cortina d'Ampezzo, son muchas las webcams que desde el centro y desde los refugios alpinos informan tempestivamente sobre la situación meteorológica. Para programar una excursión y preparar la mochila con el equipamiento apropiado, pueden consultar las previsiones facilitadas por ARPAV - Meteo Dolomiti, que proporciona una situación actualizada cada 6 horas.

Arpav Servizio Meteorologico

Arpav Servizio Meteorológico

☎ (+ 39) 049 8239399

✉ cmt@arpa.veneto.it

🔍 arpa.veneto.it

## QUÉ LLEVAR EN LA MOCHILA PARA UNA EXCURSIÓN DE UN DÍA

- Funda para mochila, en caso de lluvia.
- Bastones telescópicos (o varas), descargan una parte del peso de los hombros a los bastones y mejoran el equilibrio en la caminata.
- Plano topográfico o mapas; brújula y altímetro; una linterna; una cantimplora de un litro.
- Un cambio de ropa interior: lluvia y sudor pueden ser un problema, sobre todo cuando nos encontramos a gran altitud.
- Bandana o calentador de cuello, son lo ideal cuando se levanta el viento y pueden ser usados en lugar del gorro si hace frío; gafas de sol, crema protectora y gorra.
- Para comer: alguna fruta, frutos secos, chocolate o bien pan y queso. Se recomienda hacer varias pausas durante el recorrido pero sin atiborrarse de comida.
- Lo necesario para primeros auxilios, como tiritas, gasas y desinfectante. Además, es aconsejable llevar consigo medicinas para fiebre y dolor de vientre o dolor de cabeza.

## PARA UN EXCURSIONISTA IMPECABLE

En la montaña hay que vestirse con varias capas de ropa, para poder ponerlas y quitarlas en base al clima que se

encuentra y que en la montaña varía muy rápidamente.

- Chaqueta impermeable, si es posible cortavientos: es la denominada "cáscara". Puede ser suficiente también un simple chubasquero.
- Pantalón largo; si se tiene intención de andar por los bosques, mejor no vaquero. En verano, bien el pantalón corto, pero de todas formas es recomendable llevar un pantalón largo en la mochila por si el tiempo cambiase repentinamente.
- Botas de montaña.
- Un forro polar o un jersey grueso y uno de medio espesor: a menudo, la lluvia conlleva un fuerte descenso de la temperatura.



© Filippo Menardi

## CÓMO VESTIRSE EN LA NIEVE

Cada deporte invernal tiene su propia ropa adecuada, pero si quieren ir a esquiar, he aquí algunas sugerencias

sobre cómo vestirse para afrontar una jornada en la nieve.

- Ropa interior térmica.
- Una segunda capa puede ser un forro polar grueso o más ligero al que se añade un pantalón interior, o pantalón térmico.
- La tercera capa debe ser impermeable y aislar térmicamente del exterior. Para los más frioleros, chaqueta y pantalón con capa interior acolchada.
- Gorra o casco (el casco es obligatorio para los niños y está recomendado también para los adultos), guantes impermeables, calentador de cuello o pasamontañas y calcetines térmicos.
- Preferir siempre prendas con apertura sencilla, como la cremallera.
- Todo el equipamiento técnico puede ser alquilado en las tiendas de deportes de Cortina d'Ampezzo.
- Skipass.



© bandion.it





## 7 LUGARES EN LOS ALREDEDORES

### MUSEO DEL FORTE TRE SASSI EN PASSO VALPAROLA

(desde Cortina d'Ampezzo: 17 km)

El Fuerte, construido entre 1897 y 1901 para bloquear un probable acceso al Val Badia al ejército italiano, actualmente es sede del Museo de la Gran Guerra. El museo, que desea contar

la historia por parte de los soldados y no de los generales, o de la política, por parte de los vencidos y no de los vencedores, fue inaugurado el 27 de septiembre de 2002.

### MUSEO DELL'OCCHIALE (DE LAS GAFAS) EN PIEVE DI CADORE

(desde Cortina d'Ampezzo: 30 km)

En agosto de 2007 abrió sus puertas el nuevo 'Museo dell'occhiale' en el edificio denominado COS.MO en Pieve di Cadore. El museo contiene diferentes colecciones entre gafas, lentes, fundas, prismáticos, letreros, catalejos, abanicos, estatuillas y volúmenes de la época, procedentes sobre todo de Francia; numerosos ejemplares de

gafas orientales; una documentación de la evolución tecnológica en la producción de gafas, fundas y lentes en Cadore entre finales del siglo XIX y los años sesenta del siglo XX a través de máquinas, herramientas, una fragua completa, productos semielaborados, gafas y fundas, recogidos por el autógrafo Giuseppe Del Favero.

### ZONA ARQUEOLÓGICA DE LAGOLE Y LAGO DE CENTRO CADORE

(desde Cortina d'Ampezzo: 37 km)

La zona arqueológica de Lågole es, seguramente, la más interesante de la zona alta de Belluno y es definida con razón 'La fuente de la civilización del Cadore'. El lago de Centro Cadore y la colina boscosa son la meta perfecta para una breve excursión al

área naturalista de Lågole, donde se podrán admirar las fuentes de agua sulfurosa y los laguitos a los pies de las cimas Tose. Los restos hallados son custodiados en el Museo Arqueológico de Pieve di Cadore.

### CASA DE TIZIANO EN PIEVE DI CADORE

(desde Cortina d'Ampezzo: 30 km)

Se halla en Pieve la residencia familiar de Tiziano Vecellio. Escapada a las devastaciones y a las represalias de los soldados alemanes en tiempos de

las guerras cambraicas del siglo XV, la casa puede visitarse con una entrada múltiple que permite el acceso también al adyacente Museo Arqueológico.

### TRE CIME DI LAVAREDO Y LAGO MISURINA

(desde Cortina d'Ampezzo: 15 km)

Consideradas entre las maravillas naturales más célebres en el mundo del alpinismo. Entre 1915 y 1917, las cumbres constituyeron un importante frente de

guerra. De este periodo quedan todavía restos evidentes (trincheras, túneles, campamentos) en el macizo y en el cercano monte Paterno.

### CIBIANA DI CADORE

(desde Cortina d'Ampezzo: 27 km)

Cibiana "Pueblo de los Murales" es accesible tomando desde la carretera nacional SS 51 de Alemania, a la altura de Venas di Cadore, la carretera nacional SS 347 del Passo Duran. El conjunto de estas obras constituye un

museo al aire libre que anualmente es enriquecido con nuevos sujetos, a cuya realización han contribuido artistas italianos y extranjeros, llegados incluso de Japón y de Rusia.

### MUSEUM LADIN

(desde Cortina d'Ampezzo: 48 km)

El Museum Ladin está constituido por dos museos: el Museum Ladin Ćiastel de Tor y el Museum Ladin Ursus ladinicus en San Cassiano. El primero, que proporciona información sobre la historia, la lengua, la cultura y la artesanía de los valles dolomíticos ladinos,

presenta una sección dedicada a la filigrana ampezzana. El segundo está dedicado al oso prehistórico de hace 40 000 años, cuyo esqueleto fue hallado en la cueva de las Conturines, y a la geología de las Dolomitas.



## CAPITAL DE PROVINCIA

Belluno (Belùn en véneto bellunese, Belum en ladino) es una población italiana de 35 703 habitantes, capital

### GEOGRAFÍA

La Provincia de Belluno, con sus 3.678 km<sup>2</sup> en gran parte montañosos, es la más extendida del Véneto, pero al mismo tiempo la menos poblada. Linda al este con las Provincias de Pordenone y Udine (Región Friuli Venecia Julia), al sur con las Provincias de Treviso y Vicenza, al oeste con las Provincias de Trento y Bolzano (la Región Trentino – Alto Adigio) y al norte con Austria. El río principal es el Piave, que nace en las laderas del Monte Peralba y que divide la provincia de Belluno en dirección noreste-suroeste. Los principales afluentes del Piave son el torrente Boite, que acaricia Cortina d'Ampezzo, y el torrente Cordevole, que fluye a lo largo del valle del Agordino. Las montañas están divididas en la franja prealpina y en la cadena dolomítica en

de provincia, a una distancia aproximada de 70 km de Cortina d'Ampezzo.

la parte central y norte. Las cimas más altas de la cadena prealpina alcanzan 1763 m con el Col Visentin y 1775 m con la Cima Grappa, mientras que las cimas más altas de las Dolomitas son: La Marmolada (3343 m), el Monte Antelao (3263 m), el Monte Cristallo (3153 m), el Monte Sorapìs (3154 m), el Monte Civetta (3220 m), las Tofanas (3243 m), las Tre Cime di Lavaredo (3001 m), el Piz Boè (3152 m) y el Monte Pelmo (3168 m). El área más septentrional del territorio municipal forma parte tanto del Parque Nacional de las Dolomitas de Belluno (desde 1988) como del patrimonio de la humanidad de las Dolomitas, declarado por la UNESCO en 2009. Asimismo, Belluno fue distinguida con el título de ciudad alpina en el año 1999.



### HISTORIA

Los asentamientos humanos más antiguos del territorio se remontan a la primera mitad del I milenio a.C., mientras que la cultura paleovéneta florece en el siglo V a.C., recibiendo influencias célticas. No hay datos precisos sobre la fundación de la ciudad, pero la datación más coherente para su construcción está entre el 220 y el 200 a.C., por lo tanto antes de la conquista romana que, en el Trivéneto, comenzó en el 181 a.C. con la edificación de Aquileia. De hecho, los romanos estaban interesados en dominar la región por motivos puramente comerciales, ya que el territorio bellunés era rico en hierro y cobre. Tras la decadencia de Roma, también Belluno sufrió varias invasiones bárbaras: pasó bajo el dominio bizantino y de los Longobardos, que la tomaron en el 568, llegando del Friuli. En 1404, la ciudad se concedió espontáneamente al dominio de la República de Venecia, pero pasó al Imperio Asbúrgico en 1797 con el Tratado de Campoformio, cuando Napoleón Bonaparte cedió el

Véneto a Austria. Durante la Primera Guerra Mundial, Belluno sirvió de centro de la retaguardia en el frente italiano pero, después de la derrota de Caporetto, las tropas austriacas saquearon y conquistaron la ciudad, que fue liberada por el general Giuseppe Vaccari tras la victoria de los soldados italianos en la batalla del Piave del 23 de mayo de 1918. En el transcurso de la Segunda Guerra Mundial, en los años 1939 - 1945, el territorio de Belluno fue escenario de largas guerrillas entre el ejército alemán y los partisanos que se refugiaban en las montañas: fueron numerosas las represalias sobre la población civil. Belluno recuerda estos eventos dedicando la vieja "Piazza Campedel", ahora "Piazza dei Martiri" o plaza de los Mártires, en recuerdo de los civiles que fueron ahorcados en las farolas. En 1963, la Provincia estuvo tristemente en candelero a causa de la tragedia del Vajont, que causó más de 2000 muertos.





## NÚMEROS ÚTILES EMERGENCIAS

Número único para emergencias  
☎ **+39 112**

Emergencia sanitaria  
Servicio médico permanente  
(Guardia medica) y SUEM (Servicio  
de Urgencias y Emergencia Médica)  
☎ **+39 118**

Hospital Codivilla Putti  
☎ **+39 0436 883111**

Cuerpo forestal  
☎ **+39 1515**

Cuerpo forestal Cortina d'Ampezzo  
☎ **+39 0436 866239**

Rescate alpino  
☎ **+39 0436 866022**

Policía de Estado  
☎ **+39 113**

Policía de Estado Cortina d'Ampezzo  
☎ **+39 0436 882811**

### OFICINA DE CORREOS

Via Olimpia, 23  
De lunes a viernes: 08.20 - 13.35  
Sábado: 08.20 - 12.35  
Julio - agosto / de diciembre a marzo  
De lunes a viernes: 8.20 - 19.05  
Horario continuado

### MERCADO DE BARRIO

Piazzale Marconi  
Cada martes y viernes: 8.00 - 13.30

Jefatura de Policía local  
☎ **+39 0436 866200**

Policía municipal,  
Departamento viabilidad  
☎ **+39 0436 866666**

Bomberos  
☎ **+39 115**

Bomberos Destacamento provincial  
de Cortina d'Ampezzo  
☎ **+39 0436 5722**

Policía Financiera  
(Guardia di Finanza)  
☎ **+39 117**

Policía Financiera (Guardia di Finanza)  
Cortina d'Ampezzo  
☎ **+39 0436 2895**

Ayuntamiento de Cortina d'Ampezzo  
Oficina secretaría  
☎ **+39 0436 3688**

### MUSEOS DE LAS "REGOLE"

Corso Italia, 69  
☎ **+39 0436 866222**  
✉ [museo@regole.it](mailto:museo@regole.it)  
🔍 [musei.regole.it](http://musei.regole.it)

### DIRECCIÓN PARQUE NATURAL DE LAS DOLOMITAS DE AMPEZZO

☎ **+39 0436 2206**  
✉ [info@dolomitiparco.com](mailto:info@dolomitiparco.com)  
🔍 [dolomitiparco.com](http://dolomitiparco.com)



### OFICINA SKIPASS

via Marconi 15/A  
☎ **+39 0436 862171**  
✉ [skipasscortina@dolomiti.org](mailto:skipasscortina@dolomiti.org)  
🔍 [skipasscortina.com](http://skipasscortina.com)

### SE.AM - DEPARTAMENTO OPERATIVO Y GESTIÓN DE INSTALACIONES

Via Bonacossa, 1  
☎ **+39 0436 881812**  
✉ [seam@dolomiti.org](mailto:seam@dolomiti.org)  
🔍 [serviziampezzo.it](http://serviziampezzo.it)

### HORARIOS DE FUNCIONES RELIGIOSAS

Basílica Menor en Corso Italia  
Para más información, consultar el Info Point.

San Roque en Zuel di Sopra  
Para más información, consultar el Info Point.

### FARMACIAS Y PARAFARMACIAS

Farmacia Internazionale  
Corso Italia, 151  
☎ **+39 0436 2223**

Farmacia Cristallo di Basso Dr. Gianluca  
Corso Italia, 242  
☎ **+39 0436 861313**  
Cerrado sábado por la tarde y domingo

Farmacia San Giorgio Dott. Premuda Nicola  
Corso Italia, 25  
☎ **+39 0436 2609**  
Cerrado sábados por la tarde y domingos

### DOLOMITI NORDICSKI

Infos und Tickets  
c/o Fiames Sport Nordic Center  
☎ **+39 0436 4903 | 0436 881 811**  
🔍 [www.serviziampezzo.it/it/impianti\\_strutture/nordic\\_center.htm](http://www.serviziampezzo.it/it/impianti_strutture/nordic_center.htm)  
🔍 [www.dolomitinordicski.com](http://www.dolomitinordicski.com)

En el Santuario de Nuestra Señora de la  
Defensa (B.V. Della Difesa)  
Para más información, consultar el Info Point.

Parafarmacia Herboristería La Genziana  
Via Cesare Battisti, 37  
☎ **+39 0436 860870**  
Cerrado los domingos

Sanitas Gianighian  
Via Castello, 8  
☎ **+39 0436 861169**  
Cerrado los domingos

[illegible]

Cortina Marketing



**INFO POINT CORTINA**

Corso Italia, 81

I - 32043 Cortina d'Ampezzo - BL

T +39 0436 869086

infopoint@cortinadolomiti.eu

**CORTINA MARKETING Se.Am.**

**Press & Trade**

**Uffici Comunicazione e Promozione**

Via G. Marconi 15/B

I - 32043 Cortina d'Ampezzo - BL

T +39 0436 866252

info@cortinadolomiti.eu



**cortinadolomiti.eu**

