

**Bell'escursione scialpinistica, da non sottovalutare,  
nel cuore delle Dolomiti di Sesto**

<b>Dislivello</b>	1250 m
<b>Esposizione</b>	360°
<b>Difficoltà</b>	***
<b>Tempo salita</b>	3½-4 ore
<b>Equipaggiamento</b>	attrezzatura scialpinistica normale
<b>Punto di partenza</b>	parcheggio in Val Fiscalina, 1454 m

**Accesso:** si percorre la Val Pusteria fino a S. Candido, da lì si va in Valle di Sesto. Da Sesto/Moso si svolta a destra in Val Fiscalina e si prosegue fino all'Albergo Dolomitenhof. Grande parcheggio (a pagamento).

**Ascesa:** iniziamo l'escursione lungo la strada (pista da fondo) portandoci quasi in piano al Rifugio Fondovalle, 1562 m; a sinistra dello stesso proseguiamo al centro della valle in direzione sud, entrando nell'incassata Val Fiscalina Alta (attenzione, pericolo di caduta valanghe!). Ai piedi dell'imponente elevazione de La Lista, a ca. 1900 m, prendiamo a destra (a sinistra si va al Monte Popera) e saliamo lungo un breve, ripido canalone, fino a quando possiamo uscirne a destra. Proseguiamo l'ascesa compiendo uno stretto giro a destra, passando al di sopra del Rifugio Zsigmondy-Comici, dirigendoci infine a nordovest. Il pendio sommitale, ripido ed esposto a sud, lo superiamo nel modo più agevole compiendo un giro da destra a sinistra: dapprima ci teniamo leggermente a sinistra e saliamo lungo il pronunciato avvallamento fino a quando, sempre seguendo il percorso logico, verso destra raggiungiamo la vetta.

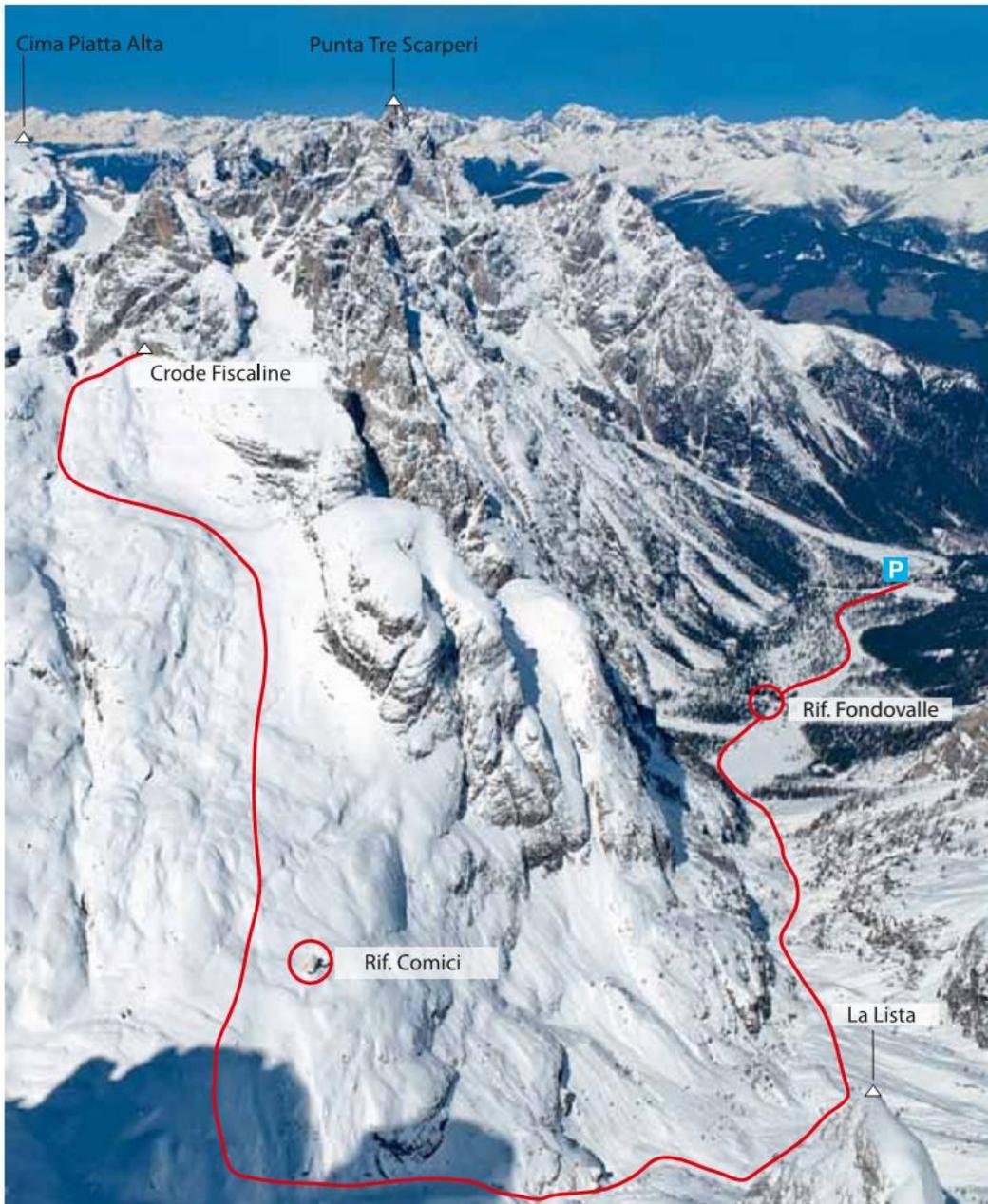
**Discesa** per la via di salita. Dal ripido pendio sommitale si può anche scendere direttamente in condizioni di neve sicure.



 3½-4 h

 360°

 1250 m



Dolomiti di Sesto