

Finalmente posso dire di aver completato le mie Seven Summits (*)

Sono riuscito a correre tutte le Alte Vie delle Dolomiti(**).

Dopo il primo e casuale approccio in compagnia dell'amico Pietro nel '95

in stile pressoché escursionistico, il progetto ha dormito indisturbato.

Dopo il CCC 2006 (Courmayeur - Champex - Chamonix) è germogliato.

Ha sopportato la resa davanti ad AV1 nel 2007,

l'inchino di fronte ad AV6 nel 2009,

per raggiungere finalmente la giusta maturazione 2 giorni fa.

(*) normalmente vengono intese le cime più alte di ogni continente.

(**) ho corso anche AV8 che però non ritengo omogenea alle altre.

nome	data partenza	luogo	km	D+	% (in termini di tempo) EE-EEA	punti di assistenza	tempo	note
AV7	06/08/1995	Rif.Dolada - Malga Pian Lastre	39	4000	24,2%	1	14.40	Assieme a Pietro De Nardo, con scarponcini leggeri e fotocamera reflex al seguito
AV1	10/08/2008	Lago di Braies - Piazza Duomo BL	132	7300	7,9%	7	23.46	"visita parenti" al Pramperet
AV3	10/07/2010	Villabassa - Longarone (Podenzoi)	111	5600	11,4%	5	16.58	
AV2	07/08/2010	Bressanone (Valcroce) - Croce d'Aune	153	10000	5,0%	7	40.11	compreso una serata turistica al Passo Valles
AV4	28/08/2010	S.Candido - Pieve di Cadore	86	5300	12,3%	1	15.15	totalmente in solitaria
AV5	31/07/2011	Sesto Pusteria - Callalzo	69	5200	22,9%	2	17.33	Trav.nord con P.sso del Camoscio, senza forc.Ghiacciaio
AV6	13/08/2011	Sorgenti del Piave - Vittorio Veneto	153	9200	10,5%	11	39.45	150 min su tracce di camosci, tendinite finale dal Pizzoc



(ultima rampa di scale in discesa da S. Augusta 14/08/2011)