



Cari amici sportivi o amanti della montagna,
 ecco il programma per cercare di percorrere in continuità l'Alta Via n° 1 delle dolomiti.
 Inizialmente (a spanne) mi sembrava un'impresa quasi impossibile, poi forte del TV1 nel 2005
 e della corsa al Monte Bianco 2006, l'impegno si ridimensionava a "non impossibile". In realtà
 a conti fatti, le cose si sono ulteriormente complicate. Ormai non posso non tentare, e grazie
 al vostro sicuro aiuto: sperare!

Flavio.

località	tempo di sosta a ristori o tempo perso per particolari difficoltà del percorso		distanza intermedia (km)	disl. + intermedio (m)	disl. - intermedio (m)	intermedio teorico	tempi di passaggio (arrivo)	ora di arrivo (minima)	ora di arrivo (massima, prima del ritiro)	passaggio effettivo
	quota	minuti								
LAGO DI BRAIES	1495					partenza >		ven, ore 20:0:0	20:0:0	
RIF. BIELLA	2337	03 mn	7,0	900,0	58,0	1.25.49	1:25:49	ven, ore 21:25:49	21:25:49	
RIF.SENNES	2116	01 mn	4,8	30,0	251,0	0.28.04	1:53:54	ven, ore 21:53:54	21:53:54	
RIF.PEDERU'	1548	01 mn	5,2	20,0	588,0	0.30.35	2:24:29	ven, ore 22:24:29	22:24:29	
RIF.FANES	2060	01 mn	7,0	540,0	28,0	1.12.45	3:37:15	ven, ore 23:36:3	23:40:44	
MALGA GR.FANES	2102	01 mn	3,3	50,0	8,0	0.23.33	4:0:48	ven, ore 23:59:10	0:5:37	
PASSO TADEGA	2143	01 mn	1,8	60,0	19,0	0.15.25	4:16:14	sab, ore 0:14:17	0:21:56	
FORC. DEL LAGO	2486	02 mn	3,8	370,0	27,0	0.47.40	5:3:55	sab, ore 1:0:53	1:12:44	
FORC.LAGAZUOI	2573	06 mn	3,4	385,0	298,0	0.52.02	5:55:57	sab, ore 1:51:43	2:8:18	
PASSO FALZAREGO	2108	05 mn	2,3		465,0	0.21.07	6:17:4	sab, ore 2:12:23	2:30:45	
FORC.AVERAU	2435	02 mn	3,4	357,0	30,0	0.46.40	7:3:44	sab, ore 2:57:42	3:21:20	
PASSO GIAU	2236	06 mn	3,0	184,0	383,0	0.38.52	7:42:37	sab, ore 3:35:31	4:3:18	
FORC.GIAU	2360	01 mn	2,8	175,0	51,0	0.31.12	8:13:49	sab, ore 4:5:42	4:37:30	
FORC. AMBRIZZOLA	2227	02 mn	3,3	102,0	235,0	0.31.41	8:45:31	sab, ore 4:36:21	5:12:15	
RIF.CITTA' DI FIUME	1918	01 mn	5,3	80,0	389,0	0.43.51	9:29:22	sab, ore 5:18:36	6:0:46	
PASSO STAULANZA	1766	05 mn	3,0	100,0	252,0	0.33.28	10:2:51	sab, ore 5:50:58	6:37:29	
CASERA PIODA	1892		5,5	220,0	94,0	0.54.10	10:57:2	sab, ore 6:42:56	7:38:7	
RIF.COLDAI	2132		1,0	240,0	0,0	0.24.08	11:21:10	sab, ore 7:6:3	8:5:15	
FORC.COL REAN	2107	02 mn	4,0	200,0	225,0	0.45.56	12:7:7	sab, ore 7:50:5	8:56:49	
RIF.VAZZOLER	1714		5,2	150,0	543,0	0.51.08	12:58:16	sab, ore 8:38:53	9:54:48	
RIF.CARESTIATO	1834	03 mn	10,0	560,0	440,0	2.01.59	15:0:15	sab, ore 10:35:4	12:13:45	
PASSO DURAN	1601	03 mn	3,8	30,0	263,0	0.35.40	15:35:56	sab, ore 11:9:3	12:54:19	
RIF.PRAMPERET	1857	10 mn	11,5	580,0	324,0	2.28.05	18:4:2	sab, ore 13:29:41	15:44:14	
FORC.DE ZITA	2430		3,5	605,0	32,0	1.18.04	19:22:7	sab, ore 14:43:16	17:15:24	
RIF.PIAN FONTANA	1632	05 mn	4,0	20,0	818,0	0.43.35	20:5:42	sab, ore 15:24:35	18:5:37	
FORC.MARMOL	2262	08 mn	7,0	1000,0	370,0	2.34.10	22:39:52	sab, ore 17:49:47	21:5:56	
RIF. 7° ALPINI	1502	28 mn	1,8		760,0	0.47.17	23:27:10	sab, ore 18:35:52	21:56:48	
CASE BORTOT	694	06 mn	7,0	100,0	908,0	1.20.37	24:47:47	sab, ore 19:51:41	23:31:26	
PIAZZA DUOMO BELLUNO	395	05 mn	7,0	30,0	329,0	1.11.46	25:59:33	sab, ore 20:59:3	0:56:2	

totale soste o particolari difficoltà di percorso	v	km totali	D + totale	D - totale
	108 mn	131	7088	8188