



## Trekking vom Engadin zum Gardasee | Etappe 2: Val di Sole - Riva del Garda

Die Brenta-Dolomiten sind landschaftlich etwas vom Grossartigsten, was die Alpen zu bieten haben.

Auf der Alpenüberquerung vom Südtirol zum Gardasee trekken wir durch einsame Hangwälder, vorbei an lieblichen Almen und steil in den Himmel ragenden Formationen aus Kalkstein – anmutig und wild. Erleben Sie mit uns eine Reise zu Fuss durch die faszinierenden Brenta-Dolomiten. Die Etappen sind anstrengend und erfordern Trittsicherheit und Schwindelfreiheit, dafür bietet sich Ihnen eine Natur zum Staunen. Abends geniessen wir den Komfort der gastfreundlichen Berghütten oder Hotels im Südtirol.

**1. Tag** Anreise nach Malé. Da die Anreise etwas Zeit in Anspruch nimmt, bleiben wir heute eine Nacht in diesem kleinen Ort und treffen hier den Bergführer. Malé versprüht mit seinen Bars, Cafeterias und Gelaterias italienischen Charme.

**2. Tag** Der Anstieg von Malé in die nördliche Brenta-Gruppe führt durch dichte und schattige Nadelwälder.

**3. Tag** Nach einem gemütlichen Einstiegstag geht es heute auf anspruchsvollen Steigen in der nördlichen Brenta-Gruppe zum bezaubernden Lago di Tovel. Unterwegs erklimmen wir den Monte Peller mit seinen 2320 Metern.

**4. Tag** Eine sehr abwechslungsreiche Etappe erwartet uns heute mit Waldwegen, bizarren Kalksteinlandschaften und einem Panoramaweg mit Fernblick auf die Ortlergipfel. Unser heutiges Ziel, die Tuckethütte, liegt auf einem Logenplatz.

**5. Tag** Auf Panoramawegen geht es heute durch das Schmuckkästchen der Brenta. Wir wandern vorbei am Felsendom der Cima Mandron, durch eine Felsspalte sowie durch einen kurzen Tunnel ins Val di Brenta. Auch die heutige Hütte liegt spektakulär inmitten der Kalkriesen.

**6. Tag** Spektakulärer Steig durch die wilde Bergwelt der Brenta Dolomiten. Vielleicht können wir auf dieser Etappe Gämser erspähen - die Chancen stehen gut. Das heutige Hüttenziel liegt am Fuss eines Felsentheaters.

**7. Tag** Diese letzte Brenta-Etappe führt auf alpinen und einsamen Pfaden hoch über dem Val d'Ambiez. Vom kleinen Grasgipfel Monte Brugnol 2221m können wir heute sogar bei guter Sicht unser Ziel, den Gardasee erblicken.

**8. Tag** Durch Kulturland und vorbei an kleinen Dörfern gelangen wir heute zum Balkon über dem Gardasee, wo sich das Rifugio San Pietro befindet.

**9. Tag** Das fulminante Finale führt durch historische Dörfer, durch die Albolaschlucht und auf Serpentinenwegen nach Riva del Garda, dem Ziel dieser Alpenüberquerung.

## Anforderungen

**Technik:** Stufe 2: AlpinwandernIch habe Alpinwandererfahrung auf blau-weissen Wanderwegen (T4 gemäss SAC-Wanderskala). Trittsicherheit und Schwindelfreiheit für kurze ausgesetzte Passagen bringe ich mit.GletschertrekkingBei Gletschertrekings dieser Stufe wird erste Erfahrung im Steigeisengehen vorausgesetzt.

**Kondition:** Stufe 2: Ich betreibe Ausdauersport wie Wandern, Joggen, sportliches Radfahren. Ich bewältige bis zu 8 Stunden Gehzeit und 1400 Höhenmeter Aufstieg pro Tag. Bei einem Tempo von ca. 300 Hm pro Stunde fühle ich mich wohl.

### Schlüsselstelle:

Trittsicherheit, Schwindelfreiheit und alpine Erfahrung sind für diese Etappe unentbehrlich. An den Tagen 3, 5, 7 und 9 sind die Wege teilweise steil und ausgesetzt. Seil- oder drahtversicherte Sektoren sowie einfache Kletterstellen, die den Einsatz der Hände nötig machen, erfordern Bergerfahrung.

## Leistungen inbegriffen

- Leitung durch dipl. Bergführer
- Übernachtungen in Hütten, Gasthäusern in Zweier- oder Mehrbettzimmern, Hotel in Malè und Stenico im Doppelzimmer mit DU/WC
- 8x Halbpension, Tourentee

## Leistungen nicht inbegriffen

- Anreise nach Malé
- Heimreise ab Riva del Garda
- Zwischenverpflegung (kann unterwegs eingekauft werden)
- Allfällige Bus-, Bahn- oder Taxifahrten
- Getränke unterwegs und in den Unterkünften
- Trinkgelder

# Reiseprogramm

## Vorgesehener Tourenablauf

### 1. Tag Malé

Treffpunkt in Malé. Die Anreise über das Trentino nimmt einige Zeit in Anspruch. Deshalb nehmen wir es heute gemütlich und schlafen im Dorf.

### 2. Tag Malé - Rifugio Peller

Nachdem wir das Örtchen hinter uns gelassen haben, führt uns der Anstieg in die nördliche Brenta-Gruppe durch dichte und schattige Nadelwälder des Naturparks Adamello-Brenta. Allmählich lichtet sich der Wald und macht kleinen Lichtungen und Weideflächen Platz. Über eine Bergwiese erreichen wir dann unser erstes Quartier, das Rifugio Peller, von welchem wir einen wunderbaren Blick ins Val di Tovel geniessen können.

**Aufstieg 1330Hm, Abstieg 50Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 5.5 Std.**

### 3. Tag Rifugio Peller - Albergo di Lago Rosso

Dieser Tag hat es in sich: über seilversicherte Passagen und eine kurze Leiter geht es über eine Felsnase auf den Monte Peller, 2320m. Schwindelerregende Tieflücke ins Val di Sole und auf fide gesamten Ortlergipfel sind bereits das erste Highlight des Tages. Dann wandern wir auf dem hochgelegenen Almboden zur Abbruchkante über dem Vali di Formiga. Felsstufen, Geröllfelder und Grashänge erfordern auf dem Abstieg unsere volle Aufmerksamkeit. Das berühmte Tüpfelchen auf dem i erwartet uns am Ziel der Tour: der Lago di Tovel, ein kristallklarer Bergbadesee.

**Aufstieg 360Hm, Abstieg 1210Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 5 Std.**

### 4. Tag Albergo di Lago Rosso - Rifugio Tuckett

Vom blauen Lago di Tovel geht es zuerst recht gemütlich auf Waldwegen und kleinen Trampelpfaden zur Malga Pozzol. Nun folgt der steile Teil durch Nadelmischwald. Schritt für Schritt geht es weiter bergauf und wir tauchen ein in eine verkarstete Kalksteinlandschaft mit bizarren Formationen. Vom Passo del Grosté könnte der Blick und der Weg nicht schöner sein. Auf einem Panoramaweg mit Fernblick auf die Ortlergipfel erreichen wir das Rifugio Tuckett.

**Aufstieg 1370Hm, Abstieg 280Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 6.5 Std.**

### 5. Tag Rifugio Tuckett - Rifugio ai Brentei

Die Königsetappe liegt vor uns: Auf Panoramawegen geht es um den Felsendom der Cima Mandron, 3040m, und durch eine Felsspalte soie einem kurzen Tunnel ins Val di Brenta. Wie eine mächtige Felsenkathedrale wachen die Massive de Sima Francinglo, 2880m und des Cima Tosa 3173m über dem tiefen Taleinschnitt. Auf diesem Höhenweg überwinden wir verblocktes Gelände, Schneefelder und Felsriegel. Unser Übernachtungsort, das Rifugio ai Brentei, liegt schlichtweg spektakulär inmitten dieser Kalkriesen.

**Aufstieg 570Hm, Abstieg 350Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4.5 Std.**

### 6. Tag Rifugio ai Brentei - Rifugio Al Cacciatore

Heute geht es auf schmalen Steigen am Felsendom der Cima Tosa und an der Cima d'Ambiez entlang, wo wir auch gute Chancen haben, Gämsen zu erspähen. Auch diese Etappe belohnt uns mit atemberaubenden Aussichten. Vor unserem Tagesziel erreichen wir die Baumgrenze. Das Rifugio ai Cacciatore liegt am Fuss des Felsentheaters und im Talschluss.

**Aufstieg 360Hm, Abstieg 1020Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 4 Std.**

### 7. Tag Rifugio Al Cacciatore - Stenico

Die letzte Brenta-Etappe führt uns in eine wilde, einsame Gegend. Hier können wir Gämsen, Greifvögel und Murmeltieren begegnen. Auch der Braubär fühlt sich hier wohl, hat vor uns Wanderern aber Angst. Unter den schroffen Bergketten der südlichen Brenta ruht der kleine Bergsee Lago di Asbelz. Vom kleinen Grasgipfel Monte Brugnol 2221m haben wir eine wunderbare Aussicht auf die hinter uns liegende Brenta-Region, sowie nach Süden ins Sarcatal. Bei klarer Sicht können wir sogar schon unser Ziel, den Gardasee erblicken. Ab diesem Punkt wandern wir nun stetig bergab, bis wir ins historische Stenico 665m gelangen.

**Aufstieg 650Hm, Abstieg 1800Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 7-8 Std.**

## **8. Tag Stenico - Rifugio San Pietro**

Von Stenico erreichen wir über einen Schotterweg das Valle die Molini und die Schlucht des Sarcaflusses. Auf breiten Wanderwegen und schmalen Strässchen durchqueren wir heute kleine Dörfer, die sich durch ihren ländlichen Charakter und einen traditionellen Baustil auszeichnen. Zwischen den Streusiedlungen werden vor allem Äpfel, Mais und Kartoffeln angebaut. Schritt für Schritt erreichen wir die ersten Gardaseeberge. Über das langgezogene üppig-grüne Tal wandern wir auf der bewaldeten Westflanke des Monte San Pietro zum Rifugio San Pietro. Dieser Logenplatz bietet einen wunderbaren Blick über den gesamten oberen Gardasee.

**Aufstieg 780Hm, Abstieg 470Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 7 Std.**

## **9. Tag Rifugio San Pietro - Riva del Garda**

Wir wandern heute durch verträumte Bergdörfer mit herrlich historischen Gebäuden hinab in die wildromantische Albolaschlucht. Auf dem letzten Streckenabschnitt am Monte Oro führt uns ein Serpentinenweg nach Riva del Garda. Nun können wir den Gardasee berühren und geniessen an der Seepromenade ein Eis. Wir sind am Ziel angekommen! Individuelle Rückreise oder individuelle Verlängerung am Gardasee.

**Aufstieg 310Hm, Abstieg 1220Hm, Gehzeit ohne Pausen ca. 5 Std.**

# **Wichtige Informationen**

## **Anforderungen**

Als Vorbereitung auf das Trekking betreiben Sie idealerweise ein regelmässiges Ausdauertraining wie Wandern, Biken oder Joggen. Die täglichen Gehzeiten betragen im Schnitt 6 Stunden. Zwei Tagesetappen jedoch bis 8 Stunden. Die angegebenen Gehzeiten beziehen sich auf die reine Gehzeit ohne Pausen.

Die technischen Anforderungen entsprechen meist dem Schwierigkeitsgrad T1-T2 der Schweizer Schwierigkeitsskala für Wanderwege (rot-weiss markierte Wege). 4 Tagesetappen jedoch weisen Passagen bis T4 (weiss-blau-weiss markierte Wege) auf und erfordern Trittsicherheit und Schwindelfreiheit. Sie sollten Erfahrung auf Alpinen Wanderwegen mitbringen.

## **Unterkunft**

Wir übernachten vorwiegend in Hütten, manchmal in Gasthäusern und Hotels, gemäss den beschriebenen Tagesetappen. Die Unterkunft in den italienischen Hütten ist einfach, jedoch werden wir dort mit sehr gutem Essen und Trinken verwöhnt. Wenn möglich buchen wir Doppelzimmer, ansonsten Mehrbettzimmer. Die meisten Hütten verfügen über Duschen und Duschtücher.

## **Treffpunkt**

Unser Bergführer erwartet Sie um 18:00 Uhr am Bahnhof Hotel Malé. Fahrplanwechsel vorbehalten.

## **Anreise/Bahnbillet**

Von Ihrem Wohnort nach Hotel Malé. Die Rückreise erfolgt am 9. Tag ab Riva del Garda ca. 14:00 Uhr.

## **Verschiedenes**

Wenn Sie gerne noch ein wenig am Gardasee verweilen möchten, können Sie einen Aufenthalt problemlos anhängen. Für die Hotelbuchung können Sie sich direkt auf der Webseite [www.booking.com](http://www.booking.com) informieren.

Zwischenverpflegung lässt sich unterwegs einkaufen. Zusätzlich liegen vielfach immer bewirtete Hütten am Weg, wo Sie essen und trinken können.

## **Reiseliteratur-Tipp**

Passend zur Alpenüberquerung empfehlen wir Ihnen den Rother Wanderführer [»Alpenüberquerung Bodensee-Gardasee«](#).

## **Durchführung**

Wir senden Ihnen eine Woche vor Reisebeginn einen Direktlink an Ihre Mailadresse mit den aktuellsten Informationen zu Ihrer bevorstehenden Reise. Für registrierte Benutzer sind die Last Infos zudem im Memberbereich unter 'Bevorstehende Touren' verfügbar.

# Ausrüstung

## Bekleidung

- Soft Shell oder Fleecejacke
- Gore Tex Jacke und Wetterschutzhose
- Hochtouren- oder Trekkinghose
- Funktionelle Unterwäsche kurz/lang
- Funktionelle Socken (1 Ersatzpaar)
- Dünne, winddichte Fingerhandschuhe
- Mütze, ev. Stirnband oder Buff

## Diverses

- Rucksack mit Hüftgurt (30-40l)
- Regenhülle für Rucksack
- Trinkflasche, mit Vorteil Thermosflasche
- Sonnen- und Lippencrème, Sonnenhut
- Sonnenbrille
- LED Stirnlampe mit neuer Batterie
- Etwas Bargeld für Getränke
- Bargeld in Euro
- SAC/DAV-Ausweis, wenn vorhanden
- Heftpflaster und Compeed
- Taschenmesser
- Identitätskarte/Personalausweis
- Ev. Fotoapparat
- Kleiner Regenschirm/Knirps

## Technische Ausrüstung

- hohe Wander- oder Bergschuhe (über die Knöchel reichend) mit fester Sohle Ist mein Wanderschuh geeignet? <https://www.bergundtal.ch/Fit-fuer-den-Sommer>
- Verstellbare Trekkingstöcke

## Verpflegung

- Zwischenverpflegung: Diese wird zwischen Frühstück und Abendessen gegessen. Gut geeignet sind Dörrobst, Schokolade, Nüsse, Käse, Vollkornbrot und Energieriegel. Damit der Rucksack nicht zu schwer wird, sollte nicht zu viel Essen mitgenommen werden. Auf den meisten Hütten kann zusätzliche Zwischenverpflegung gekauft werden.
- Tourentee: Der Tourentee wird von der Unterkunft jeweils am Morgen bereitgestellt und ist im Preis inbegriffen.
- Halbpension: Bei dieser Tour ist Halbpension (Abendessen/Frühstück) inklusive.

## Übernachtung in Hütte/n

- Toilettenartikel im Kleinformat und Erfrischungstüchlein zur Körperpflege
- Ohrenpfropfen
- Innenschlafsack aus Seide oder Baumwolle (aus Hygienegründen)
- Die meisten Hütten verfügen über Duschen und Duschtücher.
- Hüttenfinken/Hausschuhe: nicht alle Hütten verfügen über Hüttenfinken

## Packtipps

- Light bringt weit! Der Rucksack sollte nicht mehr als 8-9 Kg wiegen. Dies vor allem bei Höttentouren.
- Wir zeigen Ihnen im Internet wie es geht: [bergundtal.ch/packvideo](https://www.bergundtal.ch/packvideo)

# Kontakt

**Haben Sie noch Fragen? Wir beraten Sie gerne!**

Telefon: +41 41 450 44 25

E-Mail: [info@bergundtal.ch](mailto:info@bergundtal.ch)

Homepage: <https://www.bergundtal.ch/>

## Büro-Öffnungszeiten

Montag bis Freitag

09:00–12:00 Uhr

13:30–17:00 Uhr

Programm- und Preisänderungen vorbehalten.

Allgemeine Geschäftsbedingungen: <https://www.bergundtal.ch/AGB>

Druckdatum: 27.01.2026 23:50