



CLUB ALPINO ITALIANO

SEZIONE DI PARMA - APS

ESCURSIONISMO

VIALE PIACENZA 40, 43126 PARMA

www.caiparma.it



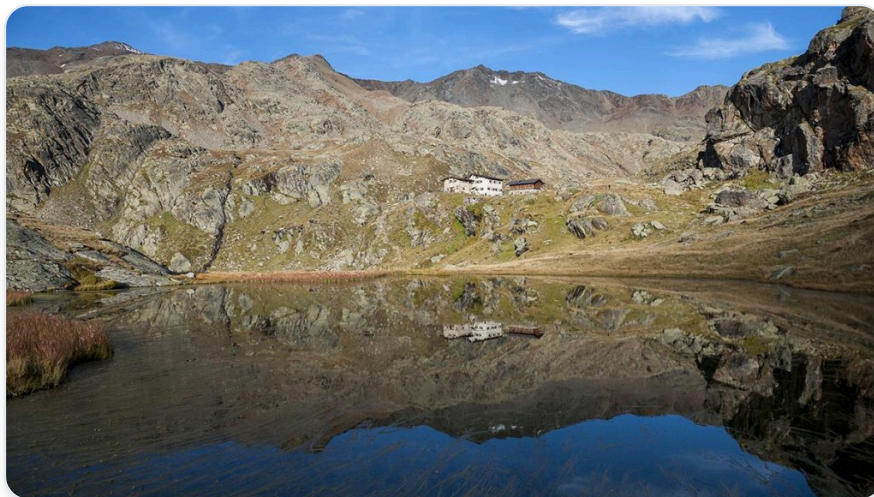
VAL DI SAENT, DALLE CASCADE ALLE ALTE QUOTE

Rifugio Dorigoni, Cima Rossa di Saent e Lago Corvo

26ESORAB

Venerdì 3 - Domenica 5 Luglio 2026

DIRETTORI DI ESCURSIONE: MARCO IEMMI - MICHELA SCHIANCHI



INFO ORGANIZZATIVE

Data e ora Ritrovo: **Venerdì 3 Luglio - Ore 5:45**

Luogo: **Parma - Parcheggio Metro Largo Ambra Cacciari, 7A, 43122 Parma PR**

Viaggio: Mezzi Propri

Apertura Iscrizioni: 01-05-2026

Chiusura iscrizioni: 26-06-2026

Posti disponibili: 18

INFO TECNICHE

Venerdì:

Difficoltà: **EE** - Dislivello: **D+ 1100m** - Dist.: 7 km

Sabato:

Difficoltà: **EE** - Dislivello: **D+ e D- 900m** - Dist.: 8 km

Domenica:

Difficoltà: **EE** - Dislivello: **D+ 500m, D- 1800m** - Dist.: 14 km

[SCALE DELLE DIFFICOLTÀ CAI](#)

EQUIPAGGIAMENTO

Abbigliamento adeguato e scarpe da escursionismo alte con suola scolpita - guscio antipioggia/antivento - cuffia, guanti e scaldacollo - borraccia con almeno 1,5 litri d'acqua - lampada frontale - sacco lenzuolo - bastoncini

QUOTE DI ISCRIZIONE

SOLO PER SOCI CAI: 170,00€

Comprende: spese organizzative, MP in rifugio, trasferimento con bus navetta in Val di Rabbi.

Non comprende ticket parcheggio Val di Rabbi.

CONTATTI

Marco Iemmi: 388 7873745

Michela Schianchi: 329 1683149

DESCRIZIONE ESCURSIONE

"Ci sono luoghi che sanno parlare alla nostra memoria.

La Val di Rabbi e la Val di Saent, dominate dal Rifugio Dorigoni e da Cima Rossa di Saent, rappresentano per noi un patrimonio di emozioni e vissuti indimenticabili.

Impossibile ignorare il richiamo di queste montagne: è tempo di tornarci.

Vi invitiamo ad unirvi a noi in questo cammino, per riscoprire insieme la bellezza di sentieri e panorami che appartengono alla nostra storia."

Marco e Michela

Situate nel cuore pulsante del **Parco Nazionale dello Stelvio**, la Val di Rabbi e la sua prosecuzione naturale, la Val di Saent, rappresentano uno degli angoli più integri e suggestivi del Trentino.

Qui regnano il silenzio, l'acqua cristallina e un verde così intenso da sembrare ritoccato con i filtri.

La **Val di Rabbi** è una valle laterale della Val di Sole, nota per aver mantenuto un carattere rurale ed autentico. È una terra di masi (le tipiche strutture in legno e pietra), pascoli ripidi e foreste fittissime.

Caratteristiche della Val di Rabbi sono sicuramente le Terme, famose fin dall'antichità per le proprietà ferruginee delle loro acque, e l'architettura tradizionale; camminando per le frazioni (come San Bernardo o Piazzola), si nota infatti come l'uomo abbia saputo integrarsi perfettamente con il paesaggio, rispettando i volumi e i materiali locali.

Superato l'abitato di Piazzola e salendo fino al termine della strada carrabile (località Coler), si entra nella Val di Saent. Se la Val di Rabbi è il corpo, la **Val di Saent** è l'anima selvaggia di questo territorio con le sue cascate, tra le più belle dell'intero arco alpino, una conca glaciale d'alta quota che toglie il fiato (il Prà di Saent), i larici monumentali e le marmotte.

(itinerario dettagliato nella pagina successiva)

MODALITÀ DI ISCRIZIONE

Compila il modulo online!

<https://iscrizioni-cai-parma.netlify.app/?id=26ESORAB>

oppure inquadra il QR Code.



MODALITÀ DI PAGAMENTO

Pagamento tramite bonifico, da inviare solo dopo aver ricevuto conferma di iscrizione, al seguente IBAN

IT44D0623012781000036408533

intestato a CLUB ALPINO ITALIANO SEZIONE DI PARMA - APS con causale "26ESORAB Cognome Nome"

Inviare ricevuta a
marco.iemmi@icloud.com

DESCRIZIONE (SEGUE)

L'ITINERARIO NEL DETTAGLIO

Venerdì:

Partiremo da Parma e raggiungeremo la Val di Rabbi, dove lasceremo le auto e saliremo su un bus navetta che in pochi minuti ci porterà al parcheggio in **Località Coler (1386 m)**. Questo sarà il punto di partenza della nostra escursione a piedi e il luogo in cui terminerà ufficialmente la Val di Rabbi per aprirsi nella Val di Saent.

Imboccheremo il sentiero 106 passando, con una deviazione, nelle vicinanze delle belle Cascate Basse di Saent e raggiungendo il punto panoramico del **Dos de la Cros (1799 m)**. Percorreremo quindi il Prà di Saent e poi il Sentiero degli Alpinisti con la Cascata Alta di Saent, fino a raggiungere il punto panoramico de **La Palina (2150 m)**.

Da qui resterà da percorrere il sentiero 106 a fianco del torrente Rabbies fino al **Rifugio Dorigoni (2436 m)**. Una volta giunti al rifugio, valuteremo la possibilità di percorrere, facoltativamente, una traccia di sentiero che in poco più di 1 km e 150 m di dislivello positivo ci porterà ad ammirare lo splendido **Lago Sternai (2600 m)**, per poi ridiscendere alla struttura per la cena e il pernottamento.

Sabato:

Imboccheremo il sentiero 101 in direzione del Passo di Saent e lo seguiremo restando sempre a fianco del torrente fino ad arrivare a un piccolo ponte in legno, che attraverseremo.

Inizieremo da questo punto l'ascensione tramite il sentiero 104, che cambierà caratteristiche man mano che saliremo di quota: attraverseremo le ultime praterie erbose estese fino ai 2600 m e proseguiremo poi su sfasciumi di roccia fino alla **Bocca di Saent Sud (3125 m)**. Qui si aprirà il panorama sulla bianca **Vedretta del Careser**, antico bacino glaciale circondato da numerose cime tra cui la Cima Rossa di Saent, nostro obiettivo ormai ben visibile.

Da qui in avanti non vi sarà più un sentiero ben segnato e numerato, ma solo una traccia su un'ampia cresta di sfasciumi che porterà ad affrontare la parte terminale della salita, passando da **Cima Mezzena (3160 m)** fino alla suggestiva **Cima Rossa di Saent (3347 m)**, dalla quale potremo spaziare con la vista su tutto il gruppo dell'Ortles-Cevedale.

Infine, torneremo sui nostri passi e ripercorreremo a ritroso lo stesso itinerario fino al Rifugio Dorigoni.

Domenica:

L'ultimo giorno della nostra escursione sarà incentrato sul rientro in valle, che avverrà percorrendo un itinerario diverso da quello di salita del venerdì.

Saluteremo il Rifugio Dorigoni e, tramite il sentiero 107, passeremo a fianco della vicina torbiera per iniziare la risalita verso il **Passo del Giogo Nero (2833 m)**, che segna il punto di passaggio tra la Val di Saent e la Val d'Ultimo. Con un ultimo breve tratto in salita raggiungeremo quindi il punto più alto di questa ultima giornata, **Cima Collecchio (2957 m)**, che ci offrirà una bella vista sia verso i laghi della Val d'Ultimo che verso i Laghi Corvo in direzione della Val di Rabbi.

Il sentiero 145 ci porterà in discesa fino ad osservare da vicino i **Laghi Corvo** per poi condurci al **Rifugio Stella Alpina (2425 m)**.

Imboccheremo infine il sentiero 108 (che in questo tratto corrisponde anche al Sentiero Italia) e continueremo a scendere attraversando gli ultimi boschi fino a raggiungere nuovamente le nostre auto in Val di Rabbi.

