

## Tour ad alta quota

# Al Monte Upi



**DURATA**  
7-7,5 h

**DISTANZA**  
14,8 km

**DISLIVELLO TOTALE**  
1427 m

**LIVELLO DI DIFFICOLTÀ**  
medio

### Descrizione

#### Tour montano dal Glieshof attraverso la Val Upi fino alla malga e all'omonimo lago

Partendo dal Glieshof, si percorre sempre il percorso n. 9 e un ampio sentiero attraverso boschi e terreni erbosi per raggiungere in circa un'ora la Malga Upi (2225 m).

Seguendo il corso del ruscello si cammina fino allo sbarramento della valle. Attraverso una piccola gola creata dal ruscello si raggiunge un'altra zona del percorso.

Fiancheggiando un piccolo canale creato dal rio si cammina per alcune decine di m verso ovest in una depressione, poi si risale il sentiero a serpentina fino a raggiungere un'ampia cresta. Da qui si va verso sud fino al Lago Upi (2552 m) per poi proseguire alla sua sinistra lungo l'ampio bacino tra il Monte Upi e l'Hochalt. Sempre tenendo il lato sinistro, si va verso un sentiero ripido e ghiaioso, che conduce verso ripidi tornanti fino all'ampia cresta meridionale del Monte Upi.

Qui, attraverso diverse tipologie di terreno, si raggiunge l'ampio altopiano della montagna con la sua croce di vetta (3175 m).

La discesa segue la via della salita. In alternativa, avete la possibilità di fare una deviazione dal Lago Upi al sentiero selvaggio n. 9A con alcuni m di dislivello in più per tornare alla malga. Il tratto offre una vista meravigliosa.

**GLIESHOF**  
MEIN ALMHOTEL

1824 M