

Valle Lavizzara

23. a) Piano di Peccia > Ghièiba > Corte della Froda > Lago della Froda
b) Piano di Peccia > Ghièiba > Rifugio Poncione di Braga 97
24. Lago del Narèt > Lago di Val Sabbia > Il Madone 101
25. Broglio > Lago di Tomè 104

Valle Verzasca

26. Mergoscia > Alpe di Bietri 108
27. Corippo > Monte del Corgell 110
28. Brione Verzasca > Lago del Starlarèsc da Sgióf 114
29. Brione Verzasca > Capanna Osola > Passo del Cocco 119
30. Gerra Verzasca > Veld > Conscina > Corte di sopra 123
31. Sonogno > Corte di Cima dell'Alpe di Mùgaia 126
32. Sonogno > Forcarella di Redòrta 128
33. Sonogno > Cabiói > Rifugio Barone > Lago Barone 131
34. Frasco > A coo der Preda > Alpe della Costa 135
35. Frasco > Lago d'Efra > Capanna d'Efra 139
36. Gerra Verzasca > Cortesell > Cortesell dei Morasci 143
37. Lavertezzo > Revòira 147
38. Lavertezzo > Agro 151
39. Lavertezzo > Alpe Fùmegna 153
40. Lavertezzo > Eus > Pizzo d'Eus 155
41. Vogorno > Alpe Bardughè 157
42. Vogorno > Rienza > Capanna Borgna 159
43. Via Alta della Verzasca 162

Bellinzonese

44. Gudo > Alpe Orino > Alpe Morisciolo > Cimetta d'Orino > Sementina 165

Valle Morobbia

45. Carena > Alpe di Giumello > Passo San Jorio 168

Riviera

46. Moleno oppure Preonzo > Alpe Lèis 172
47. Lodrino > Alpe Drosina di sopra > Alpe di Pianascio > Moleno 174
48. Cresciano > Ruscada > Alpe di Corótt 179
49. Osogna > Merisciolo > Alpe di Stabbiello 183
50. Biasca > Val Scura > Albat 186
51. Biasca > Negressima 188
52. Biasca > Nadro > Piansgèra 192

Valle Leventina – Valle Bedretto

53. Bacino Val d'Ambra > Miregn (Val Gagnone) 196
54. Chironico-Grumo > Garnéi > Mun > Piano di Sobrio 199
55. Lago Tremorgio > Alpe Campolungo > Valle dei Cani >
Poncione di Tremorgio 203
56. All'Acqua > Passo San Giacomo > Capanna Corno-Gries 206
57. Passo del San Gottardo > Pizzo Centrale 210
58. Lago Ritóm > Capanna Cadagno > Passo dell'Uomo 214

Val Pontirone

59. Ponte Lesgiuna > Pontironetto > Solgone 218
60. Biborgh > Pass Giùmela 222

Val Malvaglia

61. Diga del Bacino di Val Malvaglia > Alpe di Caldózz 225
62. a) Cusiè > Alpe di Quarnéi > Capanna Quarnéi
b) Dagro > Alpe di Quarnéi > Capanna Quarnéi 227

Valle di Blenio

63. Motto > Stabbio 230
64. a) Dangio > Cappella di Termine
b) Diga di Val di Carassino > Cappella di Termine 234
65. Dangio > Pradóir 237
66. Camperio-Piera > Anvéuda > Pizzo Rossetto 240
67. Alpe Casaccia > Passo delle Colombe > Val Piora > Passo del Sole 244
68. Passo del Lucomagno > Pizzo dell'Uomo 247
69. Alpe Pradasca > Capanna Boverina > Lago Retico > Pass Cristallina 250
70. Campo Blenio > Capanna Motterascio > Passo della Greina >
Rifugio Scaletta > Campo Blenio 252

Val Calanca

71. Pian d'As > Alp de Revi > La Presa d'Acqua 256
72. Valbella > Lagh de Trescolmen > Bocchetta de Trescolmen 259
73. Rossa > Lagh de Calvaresc 261
74. a) Braggio > Pian di Renten
b) Santa Maria in Calanca > Pian di Renten 263

Valle Mesolcina

75. Soazza > Alp Lughezzon 266
76. Una gita nel Rheinwald: Hinterrhein > Zapporthütte > Ursprung 269
77. San Bernardino > Strec de Vignun 272
78. San Bernardino > Bocchetta de Curciosa 275
79. Soazza > Alp de Crasteira > Alp de Quarnéi 278
80. Cama > Lagh de Cama > Lagh de Sambrog 281