



## PROPOSTA DI SETTIMANA ESCURSIONISTICA IN VALLE D'AOSTA

27 luglio – 3 agosto

**Proponente:** Sottosezione CAI di Montaquila - Valle del Volturno

**Referenti, organizzatori, direttori, accompagnatori:**

|                    |              |                             |
|--------------------|--------------|-----------------------------|
| La Porta Carmelo   | 340 338 0962 | carmelo.laporta@gmail.com   |
| D'Alessio Roberto  | 339 610 2491 | dalessior851@gmail.com      |
| Greco Angela       | 349 411 4397 | angelagreco74@gmail.com     |
| Zaccarella Valerio | 331 890 7095 | valeriozaccarella@gmail.com |

Per informazioni dettagliate contattare i referenti.

**Proposta:** la proposta è riservata ai soli soci CAI in regola con il tesseramento 2025 con precedenza ai soci delle Sezioni molisane.

**Adesioni:** minimo 25, massimo 30. Numero massimo di adesione per il Gruppo B: 25

**Ruolo della Sottosezione:** la Sottosezione nell'espletare le finalità istituzionali, pianifica e organizza anche attività come quelle qui proposte in favore dei soci che vorranno aderire. Ricerca mediante analisi comparativa, le migliori condizioni, con lo scopo di contenere i costi e di assicurare al contempo, una proposta valida in termini di servizi, di escursionismo e di cultura. Su mandato dei soci aderenti, si impegna a prendere accordi, stipulare contratti e fare pagamenti ricoprendo il solo ruolo di intermediazione in tutte le attività, avendo cura di agire nei migliori interessi dei Soci aderenti. I soci verseranno le quote alla sottosezione. L'ammontare delle quote sarà utilizzato per coprire i costi di operatori e prestatori di servizi, secondo le modalità stabilite. La Sottosezione non percepirà alcun utile, le quote versate costituiranno una mera partita di giro.

**Percorsi:** i percorsi proposti sono tutti di difficoltà T ed E, non presentano particolari difficoltà e non richiedono specifiche conoscenze tecniche se non la buona forma fisica, un adeguato allenamento e l'attitudine all'adattamento. Sono dislocati in diverse valli della Regione con distanze anche importanti che comportano partenze dall'hotel fra le 7:30 e le 8:30 e rientri entro le 18:30

**Alloggio:** Hotel -albergo etico- Comtes de Challant, Fenis AO, Località Chez Sapin.

**Costo stimato del soggiorno per tipologia di stanza e numero di adesioni:**

|                                                                             | Gruppo A |          | Gruppo B |          |
|-----------------------------------------------------------------------------|----------|----------|----------|----------|
|                                                                             | 30 ades. | 25 ades. | 30 ades. | 25 ades. |
| In singola, mezza pensione escl. bevande: € 90/giorno (3 opzionabili).      | 906,50   | 945,80   | 920,00   | 959,30   |
| In doppia, mezza pensione escl. bevande: € 65 /pers./giorno.                | 731,50   | 770,80   | 745,00   | 784,30   |
| In tripla, mezza pens. escl. bevande: € 60/pers./giorno (2 opzionabili).    | 696,50   | 735,80   | 710,00   | 749,30   |
| In quadrupla, mezza pens. escl. bevande: € 60/pers./giorno (1 opzionabile). | 696,50   | 735,80   | 710,00   | 749,30   |
| Supplemento bevande a cena /giorno (0,25 L vino, 0.5 L acqua).              | € 6,00   |          |          |          |
| Pranzo al sacco (2 panini, 1 frutto, 0,5 L acqua).                          | € 12,00  |          |          |          |

Le quote comprendono tutti i costi necessari più una quota preventiva (€ 60,00 ca. con 30 adesioni e 69,00 ca. con 25 adesioni). Tale quota sarà confermata o detratta con il saldo. Sono esclusi tutti i costi opzionali, il pranzo al sacco e il supplemento bevande a cena.

**Trasferimenti:** Saranno effettuati con pullman a noleggio, con conducente, dell'Agenzia di noleggio bus Meridian Travel Bus con sede a Isernia. È stata prevista la partenza da Isernia, quindi anche il ritorno, ma possono essere modificate in funzione delle adesioni valutando eventuali costi aggiuntivi che potrebbero, eventualmente, variare le quote.

### PROGRAMMA

**Domenica 27/07: andata.**

**Partenze:**

Ore 6:30 da Isernia, parcheggio di Via G. Palatucci

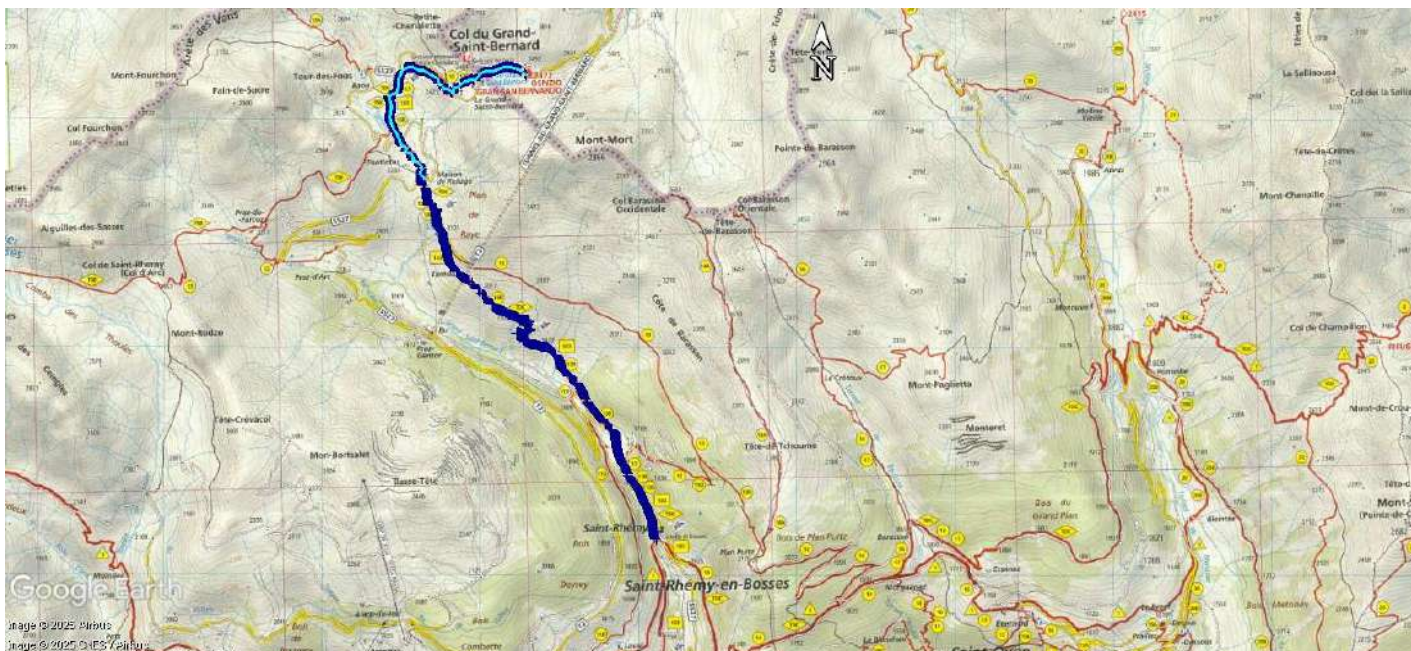
Ore 7:00 dal parcheggio adiacente la SS 85 Venafrana alla rotonda di Roccaravindola, Montaquila.

**Arrivo:**

Ore 18: 00 a Fenis AO (orario indicativo).



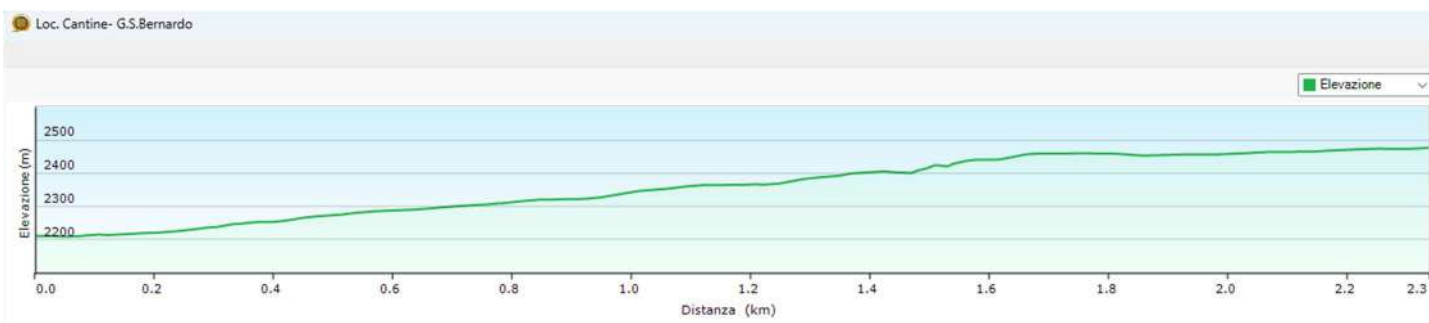
## Lunedì 28/07: Il Gran San Bernardo e la Via Francigena



**Mappa di riferimento:** Gran San Bernardo; scala 1:25000; (Geo4Map, edizione 2020)

### Percorso gruppo A

#### Da loc. Cantine (Maison de Refuge sulla mappa) al Colle del Gran San Bernardo sulla Via Francigena



|                                 |                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Difficoltà:</b>              | <b>E</b>                            | <b>Note:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Pranzo, opzionale, all'Hotel Italia.</li><li>• Visita, opzionale, al Museo e Canile (allevamento dei cani San Bernardo) presso l'Ospizio del Gran San Bernardo; costo 2024: € 12, 70</li><li>• Sulla strada del rientro visita guidata, opzionale, al Prosciuttificio De Bosses a Saint Rhémy; costo: € 5,00.</li></ul> |
| <b>Partenza (loc. e quota):</b> | Loc. Cantine; 2203 m                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Arrivo (loc. e quota):</b>   | Ospizio del G. S. Bernardo; 2472 m  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Dislivello assoluto:</b>     | + 269 m                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Dislivello complessivo:</b>  | + 300 m; - 40 m                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Quota massima raggiunta:</b> | 2472 m (Ospizio del G. S. Bernardo) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Lunghezza:</b>               | 2,3 km                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| <b>Durata escursione:</b>       | 1h 30min (soste escluse)            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |

**Breve descrizione del percorso:** Il percorso ha inizio alla località Cantine (quota 2203 m), Maison de Refuge sulla mappa, dirigendo verso NNO sulle praterie d'alta quota, incrocia alcune volte la strada carrozzabile, sale al Plan de Jupiter e infine, seguendo la carrozzabile, conduce al Colle del Gran San Bernardo. Nei pressi dello stesso è possibile ammirare il lago omonimo.

### Percorso gruppo B

#### Da Saint-Rhémy al Colle del Gran San Bernardo sulla Via Francigena.



|                                 |                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|---------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Difficoltà:</b>              | <b>E</b>                            | <b>Note:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Pranzo, opzionale, all'Hotel Italia.</li> <li>• Visita, opzionale, al Museo e Canile (allevamento dei cani San Bernardo) presso l'Ospizio del Gran San Bernardo; costo 2024: € 12, 70.</li> <li>• Sulla strada del rientro visita guidata, opzionale, al Prosciuttificio De Bosses a Saint Rhémy; costo: € 5,00.</li> </ul> |
| <b>Partenza (loc. e quota):</b> | Saint Rhémy; 1625 m                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Arrivo (loc. e quota):</b>   | Ospizio del G. S. Bernardo; 2472 m  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Dislivello assoluto:</b>     | + 847 m                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Dislivello complessivo:</b>  | + 900 m; - 50 m                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Quota massima raggiunta:</b> | 2472 m (Ospizio del G. S. Bernardo) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Lunghezza:</b>               | 6,4 km                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| <b>Durata escursione:</b>       | 3h 50min (soste escluse)            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |

**Breve descrizione del percorso:** Il percorso imbocca, a Saint-Rhémy, l'itinerario 13B, che attraversa il borgo e raggiunge la strada carrozzabile per il Colle del Gran San Bernardo. Dopo averla imboccata sulla sinistra, la percorre per circa 250 metri e l'abbandona sulla destra per una sterrata che si sviluppa parallelamente al torrente e prende quota dolcemente. Attraversa alcuni ruscelli, fino a raggiungere il sentiero, sempre 13B, che si stacca sulla destra e si alza descrivendo alcuni tornanti.

Continua successivamente fino a raggiungere la confluenza del sentiero 13, che viene indicato come l'antica strada napoleonica, e da qui prosegue alla volta della località Cantine a quota 2203 m. Ora, piegando verso destra sulle praterie d'alta quota ed incrociando alcune volte la strada carrozzabile, sale al Plan de Jupiter e, lungo la carrozzabile, al Colle del Gran San Bernardo. Nei pressi dello stesso è possibile ammirare il lago omonimo.

## Martedì 29/07: Valle di Cogne: Costa del Pino e l'Alpe di Bardoney



**Mappa di riferimento:** Gran Paradiso: Valle di Cogne-Valsavarenche; scala 1:25000; (Geo4Map, edizione 2020)

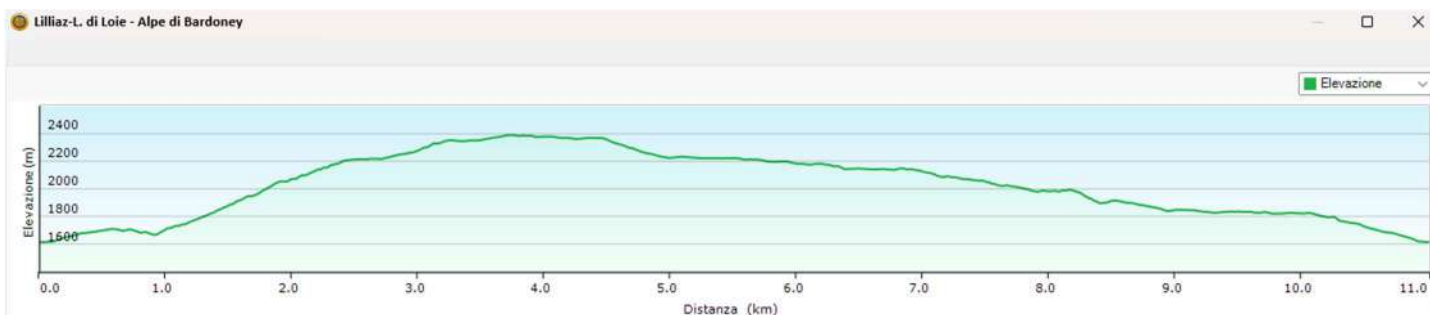
### Percorso gruppo A Costa del Pino e le miniere di Cogne



|                                 |                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
|---------------------------------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Difficoltà:</b>              | <b>T</b>                  | <b>Note:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La visita guidata alle miniere ha un costo di € 15,00. L'ingresso alle miniere è alle ore 10:30</li> <li>• Pranzo al sacco dopo la visita alle miniere nell'area attrezzata di Costa del Pino.</li> <li>• In una eventuale attesa di fine attività del gruppo B il gruppo A si intratterrà con una visita a Cogne.</li> </ul> |
| <b>Partenza (loc. e quota):</b> | Montroz 1670 m            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Arrivo (loc. e quota):</b>   | Montroz 1670 m            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Dislivello assoluto:</b>     | + 350 m; - 350 m          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Dislivello complessivo:</b>  | + 450 m; - 450 m          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Quota massima raggiunta:</b> | 2020 m (ingresso miniera) |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Lunghezza:</b>               | 5.9 km                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| <b>Durata escursione:</b>       | 3h 20min                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |

**Breve descrizione del percorso:** Un'escursione alla scoperta delle bellissime miniere storiche di Cogne, un sito ricco di storia che saprà sicuramente lasciare a bocca aperta. Dal 2017 le miniere di Cogne, a due passi dall'omonima Perla Alpina ed in una zona ricca di siti minerari, sono state riaperte al pubblico e vi si organizzano ogni giorno tour guidati. La visita al sito minerario di Cogne comincia dalla frazione di Montroz, appena 2,5 km da Cogne, con un'escursione a piedi di circa 1 ora e 40 minuti per raggiungere Costa del Pino. Appena dopo l'ingresso nelle gallerie si sale a bordo di un trenino per raggiungere, dopo 1.5 km, il cuore della miniera. L'atmosfera che si viveva in miniera (buia, umida, fredda con 7 gradi costanti tutto l'anno) viene resa molto bene da questo viaggio. Dopo 15 minuti di viaggio sul trenino giallo, originale degli anni '50 e utilizzato dai minatori fino al 1979, si arriva in fondo alla galleria di carreggio e si inizia la passeggiata tra le gallerie.

## Percorso gruppo B Lillaz, Il Lago di Loie e l'Alpe di Bardoney



|                                 |                           |                                                                                                 |
|---------------------------------|---------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Difficoltà:</b>              | E                         | <b>Note:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>Pranzo al sacco lungo il percorso.</li></ul> |
| <b>Partenza (loc. e quota):</b> | Lillaz 1620 m             |                                                                                                 |
| <b>Arrivo (loc. e quota):</b>   | Lillaz 1620 m             |                                                                                                 |
| <b>Dislivello assoluto:</b>     | + 780 m; - 780 m          |                                                                                                 |
| <b>Dislivello complessivo:</b>  | + 960 m; - 960 m          |                                                                                                 |
| <b>Quota massima raggiunta:</b> | 2400 m                    |                                                                                                 |
| <b>Lunghezza:</b>               | 11 km                     |                                                                                                 |
| <b>Durata escursione:</b>       | 6h 45 min (soste escluse) |                                                                                                 |

**Breve descrizione del percorso:** Il percorso parte dal villaggio di Lillaz e attraversa un lembo di tipico bosco alpino, dopodiché è possibile ammirare le meravigliose cascate originate dal Torrente Urtier. Imbocca il vallone, supera un ponticello entrando in un bosco di conifere, per arrivare tra pingui pascoli alpini in quota nei pressi dell'Alpe Bardoney: qui a inizio estate si può osservare la grande varietà della flora alpina e avvistare facilmente le curiose marmotte. Abbandonato il sentiero che prosegue per il Colle di Bardoney, devia a destra per raggiungere il Lago di Loie, dove le probabilità di avvistare camosci e stambecchi aumentano e il panorama diventa grandioso, un'inaspettata finestra sul massiccio del Monte Bianco. Dal lago prosegue, in discesa trasversale alla china, fino a raggiungere il Torrente di Bardoney dove, a quota 2230, abbandonato il segnavia 12, segue il segnavia 13 G fino a quota 2143 dove, abbandonato anche questo, segue il segnavia 13 che, in costante discesa, prima nel bosco poi in prato aperto oltre il Torrente Urtier, riporta al punto di partenza.

## Mercoledì 30/07: La Val d'Ayas: Champoluc, Crest, Mont de Saler, Lago Blu



**Mappa di riferimento:** Monte Rosa: Valle dell'Evançon; scala 1:25000 (Geo4Map, edizione 2020)



## Percorso gruppo A

## Champoluc - Crest - i laghi Saler e Contenéry

Crest, i laghi Saler e Contenéry



|                                 |                           |
|---------------------------------|---------------------------|
| <b>Difficoltà:</b>              | <b>E</b>                  |
| <b>Partenza (loc. e quota):</b> | Crest; 1975 m             |
| <b>Arrivo (loc. e quota):</b>   | Crest; 1975 m             |
| <b>Dislivello assoluto:</b>     | + 238 m; - 238 m          |
| <b>Dislivello complessivo:</b>  | + 510 m; - 510 m          |
| <b>Quota massima raggiunta:</b> | 2213 m; Alpe Belvedere    |
| <b>Lunghezza:</b>               | 6,9 km                    |
| <b>Durata escursione:</b>       | 3h 30 min (soste escluse) |

### Note:

- Salita e discesa Champoluc-Crest con l'omonima telecabina. Costi 2024: € 11,00
- In una eventuale attesa di fine attività del gruppo B il gruppo A si intratterrà con una sosta relax a Crest oppure con una visita a Champoluc.
- Pranzo al sacco lungo il percorso.

**Breve descrizione del percorso:** Percorso molto piacevole, con una grande vista sulle cime e sui ghiacciai del Rosa e del Cervino. Il cammino inizia a Champoluc dove, scesi dal pullman, si prende la Telecabina per salire a Crest. Qui, seguendo il sentiero 13B, che è anche AV1 (Alta Via 1); GSW (Gran Sentiero Walser); TD6 (Tour des six), prende la carrareccia che poco dopo passa di lato al Crest Alpine Lodge e alla frazione Cre-Forné. Dopo un breve tratto dalla carrareccia si separa un sentiero verso destra; il 10A che segue un'altra carrareccia fino al Lago Cotenéry (*Lac Contenéry sulla mappa*). Senza mai lasciare la carrareccia il percorso porta prima al Lac de Saler Désot e poi il Lac de Saler Damon dove, abbandonato temporaneamente carrareccia e sentiero, si dirige verso nord in direzione del Rifugio Belvedere, a vista, da dove si può ammirare tutta l'alta Val d'Ayas con sullo sfondo il M. Rosa a NE e il M. Cervino a NO. Questo è il punto più alto del percorso: quota 2313 m. Ora il cammino riprende in direzione est sulla sterrata che riporta subito sul sentiero 10A che sarà abbandonato definitivamente poco dopo seguendo la carrareccia che scende, in direzione NO, nella conca del lago Contenéry. Superato il lago, vicino ad una costruzione sotto la seggiovia Ciarcerio – Belvedere, segue a ONO il segnavia 10. Raggiunge, dopo una zona alberata e con qualche morena, la loc. Taconet (*location del film "Tutta Colpa del Paradiso"*) e il Rif. Paradisia dove torna ancora su carrareccia. Sempre in discesa, dopo due ampi tornanti raggiunge il sentiero 13B; lo stesso imboccato alla partenza e poi abbandonato per il 10A. Qui, senza mai lasciare il segnavia 13B, direzione sud, su carrareccia, raggiunge il caseggiato di Soussun, supera la zona boschiva di Bois prendendo e perdendo gradatamente quota, e torna a Crest da dove, con la cabinovia, scende di nuovo a Champoluc per riprendere il pullman in attesa.

## Percorso gruppo B

## Champoluc - Crest - Réty - Lago Blu - Blanchard

Crest-Cresy-Lago Blu-Blanchard



|                                 |                           |
|---------------------------------|---------------------------|
| <b>Difficoltà:</b>              | <b>E</b>                  |
| <b>Partenza (loc. e quota):</b> | Crest; 1975 m             |
| <b>Arrivo (loc. e quota):</b>   | Blanchard; 1721 m         |
| <b>Dislivello assoluto:</b>     | + 241m; - 495 m           |
| <b>Dislivello complessivo:</b>  | + 714 m; - 964 m          |
| <b>Quota massima raggiunta:</b> | 2216 m (Lago Blu)         |
| <b>Lunghezza:</b>               | 11,6 km                   |
| <b>Durata escursione:</b>       | 5h 30 min (soste escluse) |

### Note:

- Salita a Crest da Champoluc con la Telecabina Champoluc – Crest. Costo 2024: € 6,00 (corsa semplice)
- Pranzo al sacco lungo il percorso

**Breve descrizione del percorso:** Percorso molto piacevole, con dislivelli contenuti e con una grande vista sulle cime e sui ghiacciai del Rosa e del Cervino. Il cammino inizia a Champoluc dove, scesi dal pullman, si prende la Telecabina per salire a Crest. Qui, in direzione N, segue il sentiero 13B che accompagna, senza mai lasciarlo, fino a Réty. Questo sentiero è anche AV1 (Alta Via 1); GSW (Gran Sentiero Walser); TD6 (Tour des six). Il 13B, che qui insiste su una stradina, passa di lato al Crest Alpine Lodge, evita il bivio per la fraz. Cre- Forné, poi, prendendo quota, attraversata l'area boschiva di Bois per raggiungere, in discesa e dopo un ponte, il piccolo caseggiato di Soussun. Supera il caseggiato risalendo alcune placche e raggiunge di nuovo la stradina che porta, direzione nord, all'Alpe Ciarcerio, Charchéioz Dessous sulla mappa. Il cammino segue sempre il segnavia 13B, sempre nord sulla stradina ora in discesa,



passa sotto i binari della funicolare che sale da Franchey, supera il bivio che scende a sinistra verso Saint Jacques e riprende a salire diventando una pista da sci invernale. Al bivio successivo abbandona la pista per seguire per un piccolo tratto una sterrata e poi un sentiero che porta dopo circa 700 metri a Réty a quota 2060 m. Qui vi sono i rifugi Ferraro e Frachey. Ora, superato il sentiero 9 che scende a Saint Jacques, direzione nord, segnava 8B, che è anche TMR (Tour del Monte Rosa), il cammino prosegue per Pian di Verra Inferiore che dista 45 minuti di cammino. Il sentiero entra nel bosco dove, procedendo trasversale alla china, entra nella "Combe de Verraz". Qui si immette sulla stradina brecciata che sale da Saint Jacques e la segue attraversando il Torrente Verraz dove si immette sul sentiero 7. Segue, verso nord, sentiero e brecciata fino a quota 2092 dove, abbandonata la brecciata, segue su sentiero fino al Lago Blu. Il cammino riprende tornando sullo stesso sentiero dell'andata fino a quota 2040, dove il sentiero 8B si immette sul sentiero 7. Qui abbandona la brecciata fatta all'andata per seguire il sentiero con segnava 7 e 8 che accompagnerà fino alla fine del cammino ovvero a Blanchard.

**Giovedì 31/07:**

## **La Valle del Lys: Castel Savoia e i Walser**



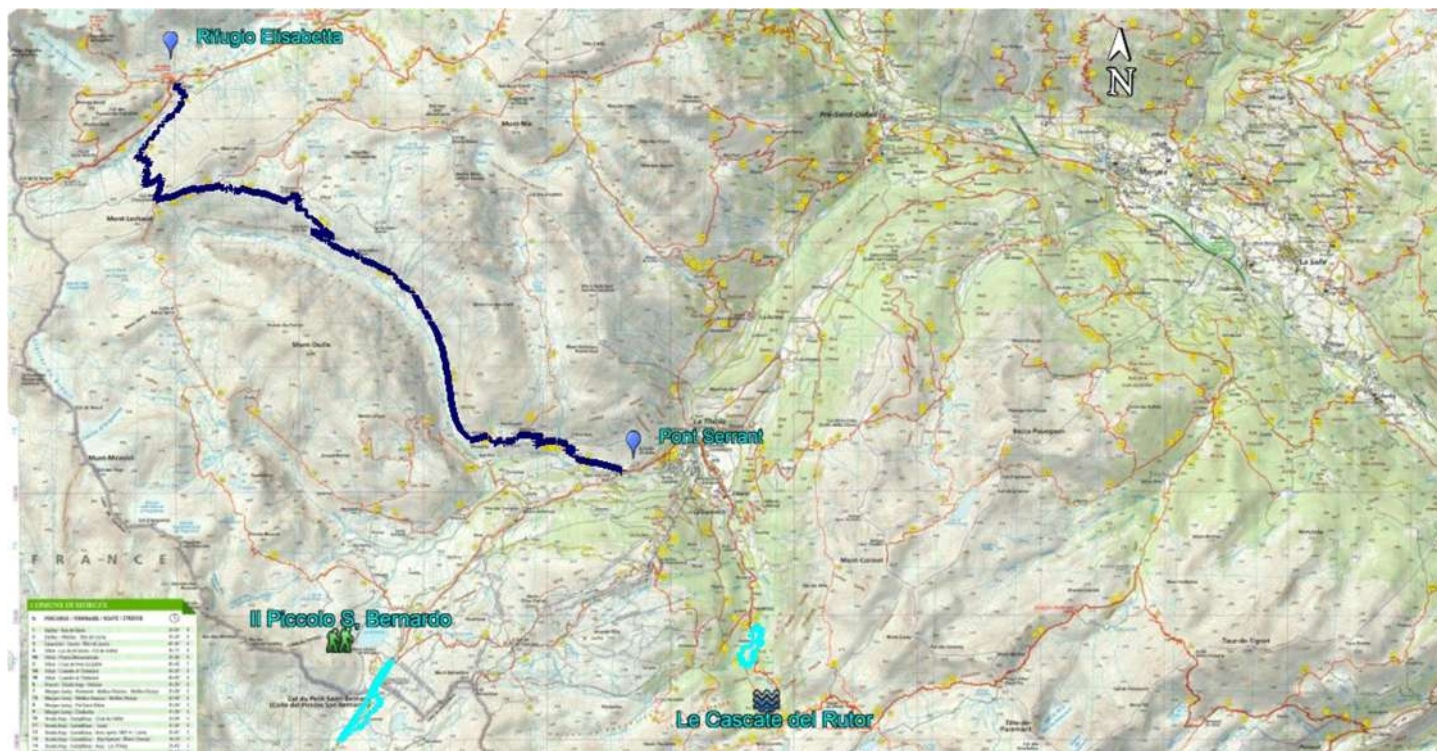
**Mapa di riferimento:**

Monte Rosa: Valle del Lys; 1:25000 (Geo4Map, edizione 2020)

### **Giornata relax, attività unica; storia e cultura di Gressoney Saint Jan e Gressoney La Trinité**

La Valle d'Aosta, terra bilingue in cui si parla francese, cela al suo interno un'isola linguistica di origine germanica. La Valle del Lys, chiamata anche di Gressoney, durante il Medioevo fu colonizzata dal popolo **Walser** come tutte le terre ai piedi del Monte Rosa. Ancora oggi qui si parla infatti un dialetto di origine germanica (il **titsch** di Gressoney-Saint-Jean, il **töitschu** di Issime). Questa graziosa località ai piedi del Massiccio del Monte Rosa fece innamorare anche la prima Regina d'Italia, **Margherita di Savoia**, che scelse Gressoney per la costruzione della propria residenza estiva: il **fiabesco Castel Savoia**. La visita condurrà alla scoperta delle più belle dimore ottocentesche tra cui la residenza dei Beck-Peccoz (oggi sede del Municipio) oltre che all'interessante Museo della Fauna Alpina e ai villaggi Walser con la loro architettura tradizionale costituita dai tipici **stadel** in legno. Si conclude con la visita all'Ecomuseo Walser a Gressoney La Trinité.

**Costi: € 7,00 ingresso al Castel Savoia; € 6,00 o 7,20 visita guidata; € 2,00 ingresso all'Ecomuseo Walser.**



Mappa di riferimento: Monte Bianco - Valdigne; scala 1:25000 (Geo4Map, edizione 2019)

## 1° Percorso gruppo A Il Piccolo San Bernardo: il sentiero della memoria

Piccolo S. Bernardo\_Sentiero della Memoria



|                                 |                                |
|---------------------------------|--------------------------------|
| <b>Difficoltà:</b>              | <b>T</b>                       |
| <b>Partenza (loc. e quota):</b> | Stazione della funivia; 2110 m |
| <b>Arrivo (loc. e quota):</b>   | Stazione della funivia; 2110 m |
| <b>Dislivello assoluto:</b>     | + 40 m; - 40 m                 |
| <b>Dislivello complessivo:</b>  | + 150 m; - 150 m               |
| <b>Quota massima raggiunta:</b> | 2150 m                         |
| <b>Lunghezza:</b>               | 3.8 km                         |
| <b>Durata escursione:</b>       | 1h 20min (soste escluse)       |

### Note:

- Escursione antimeridiana.
- Escursione accompagnata; costo: € 8,00/persona.
- Pranzo al sacco a fine escursione; in loco o altro posto adeguato lungo il tragitto per la Joux.

**Breve descrizione del percorso:** Facile passeggiata che accompagna tra Italia e Francia, con un percorso ad anello, fra gli incredibili luoghi d'interesse storico presenti al Colle del Piccolo San Bernardo. Un susseguirsi di sagome e storie che fanno da *fil rouge* della memoria: dal misterioso cromlech all'imponente Colonna di Giove, passando per la mansio romana, l'Ospizio del Piccolo San Bernardo e il Giardino Botanico Alpino Chanousia. Un viaggio nel tempo e nello spazio!!

## 2° Percorso gruppo A La 1ª Cascata del Rutor

La 1ª cascata del Rutor



|                                 |                                    |
|---------------------------------|------------------------------------|
| <b>Difficoltà:</b>              | <b>T</b>                           |
| <b>Partenza (loc. e quota):</b> | La Joux, Bar delle Cascate; 1596 m |
| <b>Arrivo (loc. e quota):</b>   | La Joux, Bar delle Cascate; 1596 m |
| <b>Dislivello assoluto:</b>     | + 94 m; - 94 m                     |
| <b>Dislivello complessivo:</b>  | + 125 m; - 125m                    |
| <b>Quota massima raggiunta:</b> | 1690 m (1ª cascata)                |
| <b>Lunghezza:</b>               | 1,8 km                             |
| <b>Durata escursione:</b>       | 1h (soste escluse)                 |

### Note:

- Escursione pomeridiana.
- Il pullman, per effetto di disposizioni comunali, lascerà il gruppo a 30 minuti di cammino dal Bar della Cascate.

Le cascate del Rutor sono tra le più belle e scenografiche della Valle d'Aosta e sono generate dall'omonimo torrente che scende dal Ghiacciaio del Rutor, uno dei più vasti di questa regione. Il percorso si snoda in mezzo a boschi di larici e abeti rossi e ponti che consentono una vista spettacolare sulle cascate.

**Breve descrizione del percorso:** Sulla sinistra del Bar delle Cascate parte il sentiero n. 3 (anche 8 e Alta Via 2) che in 20 minuti si raggiunge la prima cascata sulla quale è costruito un ponte in legno da dove si raggiunge il sentiero n. 19 che riporta a valle costeggiando l'altra riva del torrente. A valle, prima del bar, il sentiero porta al grazioso borgo di Siudara ormai disabitato ma ben custodito.

## Percorso gruppo B

## La Via delle Gallie: Pont Serrand – Rifugio Elisabetta

Pont Serrand - Rif. Elisabetta (la Via delle Gallie)



|                                 |                             |
|---------------------------------|-----------------------------|
| <b>Difficoltà:</b>              | <b>E</b>                    |
| <b>Partenza (loc. e quota):</b> | Pont Serrand; 1605 m        |
| <b>Arrivo (loc. e quota):</b>   | Rifugio Elisabetta; 2195 m  |
| <b>Dislivello assoluto:</b>     | + 987 m; - 397 m            |
| <b>Dislivello complessivo:</b>  | + 1220 m; - 670 m           |
| <b>Quota massima raggiunta:</b> | 2592 m (Cole des Chavannes) |
| <b>Lunghezza:</b>               | 15,7 km                     |
| <b>Durata escursione:</b>       | 7h 30 min (soste escluse)   |

### Note:

**Cena e pernottamento al Rifugio Elisabetta in Val Veny.**

Costi 2024 (con tessera CAI):

- € 46,00 mezza pensione in dormitorio
- € 52,00 mezza pensione in camera 4-7 pax
- € 60,00 mezza pensione in camera doppia

**Breve descrizione del percorso:** Il percorso inizia dal bivio a 200 m prima del villaggio di Pont Serrand, arrivando da La Thuile. Segue il segnavia 11, anche AV2 (Alta Via 2) e Sentiero Italia tratta SI F06, senza mai lasciarlo fino al Rif. Elisabetta. Questo percorso è l'antica Via delle Gallie. Al bivio gira a destra e prosegue, su strada asfaltata, fino all'agriturismo Le Lapin nella frazione di Orgères. Da qui la strada diventa sterrata. Raggiunge l'alpeggio di Porassey ed entra nel lungo vallone di Chavannes. Continuando sempre sulla sterrata, che prosegue a mezza costa, raggiunge prima l'alpe di Berrio Blanc (Berrio Blanc Désot sulla mappa) poi gli alpeggi di e Chavanne Inferiore e Chavanne Superiore per arrivare, infine, al Col des Chavannes (quota 2592 m) dove si arresta anche la sterrata. La fatica del lunghissimo vallone viene ripagato dal fantastico panorama sulla catena del Monte Bianco. Qui il percorso entra in Val Veny su sentiero. Scende il versante, tra pendii erbosi e pietrosi fino a rimpianare a valle dove segue la destra orografica del Torrente Dora di Val Veny per circa 1,3 km in direzione NNE. Attraversa il torrente su un ponte e dopo una piccola salita arriva al Rifugio Elisabetta Soldini.



## Sabato 02/08: Valdigne: Val Vény - Courmayeur

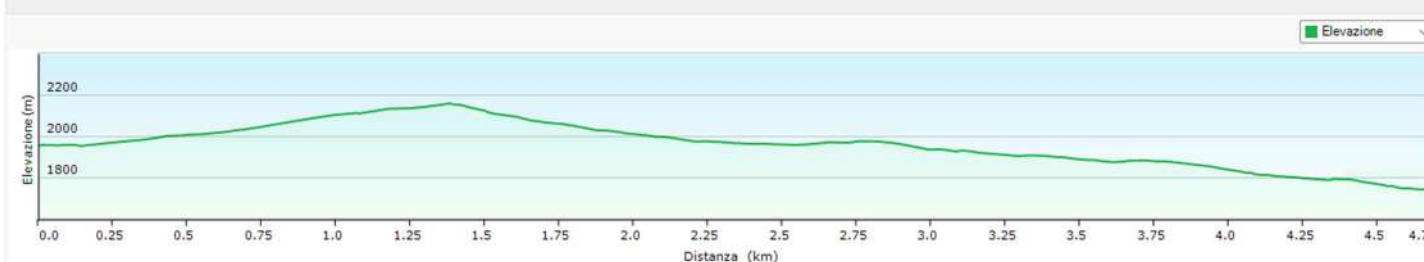


**Mappa di riferimento:** Monte Bianco-Valdigne; scala 1:25000; (Geo4Map, edizione 2019)

### Percorso gruppo A

### Courmayeur – Plan Chécrouit – Maison Vieille – Lago Chécrouit

Rif. Maison Vieille - L. Chécrouit - Plan Chécrouit



|                                 |                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|---------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Difficoltà:</b>              | <b>T</b>                    | <b>Note:</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>Salita al Rif. Maison Vieille (telecabina + seggiovia). Costo 2024: € 16,00.</li> <li>Discesa a Courmayeur da Plan Chécrouit con telecabina Dolonne. Costo 2024: € 10,50.</li> <li>Pranzo, opzionale, al Rifugio Maison Vieille.</li> </ul> |
| <b>Partenza (loc. e quota):</b> | Rif. Maison Vieille; 1956 m |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Arrivo (loc. e quota):</b>   | Plan Chécrouit; 1715 m      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Dislivello assoluto:</b>     | + 209 m; - 450 m            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Dislivello complessivo:</b>  | + 250 m; - 500 m            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Quota massima raggiunta:</b> | 2165 m (Lago Chécrouit)     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Lunghezza:</b>               | 4,7 km                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Durata escursione:</b>       | 2h 30 min (soste escluse)   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

**Breve descrizione del percorso:** L'escursione da Courmayeur, fraz. Dolonne, raggiunge prima Plan Chécrouit poi Maison Vieille con gli impianti di risalita (Telecabina Dolonne + seggiovia Maison Vieille). Qui incredibili scenari immersi nel verde accompagnano la camminata al cospetto della catena del Monte Bianco. Il percorso a piedi inizia dietro il rifugio Maison Vieille e segue il segnavia del TMB (Tour del Monte Bianco) che è anche AV2 (Alta Via 2) e Sentiero Italia tratta SI F07. Sale dolcemente tra praterie e boschi, fino a raggiungere il Lago Chécrouit, a quota 2165 m, che è un belvedere d'eccezione su tutta la catena del Monte Bianco e sulla Val Vény. Torna indietro sullo stesso percorso fino al Rif. Maison Vieille. Riprende intersecando alcune piste da sci e l'impianto di risalita "Pra Neyron" fino a raggiungere la stazione della Telecabina Dolonne a Plan Chécrouit. Discesa a Courmayeur con la telecabina.



|                          |                                           |
|--------------------------|-------------------------------------------|
| Difficoltà:              | E                                         |
| Partenza (loc. e quota): | Rif. Elisabetta; 2195 m                   |
| Arrivo (loc. e quota):   | Plan Chécrouit; 1715 m                    |
| Dislivello assoluto:     | + 247 m; - 727 m                          |
| Dislivello complessivo:  | + 690 m; - 1340 m                         |
| Quota massima raggiunta: | 2442 m (vers. N di Pointes des Charmonts) |
| Lunghezza:               | 13.2 km                                   |
| Durata escursione:       | 5h 50 min (soste escluse)                 |

- Note:**
- Pranzo, opzionale, al Rifugio Maison Vieille.
  - Discesa a Courmayeur da Plan Chécrouit con telecabina Dolonne. Costo 2024: € 10,50

**Breve descrizione del percorso:** Il cammino segue, senza mai lasciarlo fino a Plan Chécrouit, il sentiero TMB, Tour del M. Bianco, anche AV2 (Alta Via 2) e Sentiero Italia tratta SI F07. Dal rifugio, scende in direzione est, intersecando più volte la sterrata, fino al ponte che attraversa la Dora di Veny portando sulla sua destra orografica. Ora segue la sterrata pianeggiante che corre parallela al torrente fino a raggiungere i Laghi Combal, bassi sulla sinistra, e il bivio per il Lago del Miage. Qui abbandona temporaneamente il sentiero per far visita al lago, per poi tornare di nuovo sul sentiero allo stesso punto. Tralascia la sterrata, a est, che porta a La Visaille per seguire sempre il TMB che risale il versante nord di Pointes des Charmonts. Raggiunge e supera gli alpeggi di Arp Vieille Désot e Damon, non segnati in mappa, per portarsi in quota a 2442 m. Ora segue trasversale alle pendici, in discesa e direzione ENE, fino a raggiungere il Lago Chérout che rimane basso sulla destra del sentiero. Prosegue nella stessa direzione, sempre in discesa, raggiungendo in poco il rifugio Maison Vieille. Riprende intersecando alcune piste da sci e l'impianto di risalita "Pra Neiron" fino a raggiungere la stazione della Telcabina Dolonne a Plan Chécrouit. Discesa a Courmayeur con la telecabina.

### Domenica 03/08: viaggio di ritorno.

**Partenza:**

Ore 8:30 da Fenis (AO)

**Arrivi (orari orientativi):**

Ore 20:00: al parcheggio sulla SS 85 Venafrana alla rotonda di Roccaravindola, Montaquila.

Ore 20:30 a Isernia, parcheggio di Via G. Palatucci

**Adesione:**

- **L'adesione va effettuata entro il 26 febbraio 2025** con il versamento dell'acconto ed è intesa confermata con la comunicazione, tramite e-mail sempre entro il 26/02, all'indirizzo di posta elettronica della Sottosezione ([sottosezione@caimontaquila.it](mailto:sottosezione@caimontaquila.it)) allegando il dimostrativo di versamento. La mancata comunicazione entro i termini indicati sarebbe considerata una non adesione.
- Il Socio con la conferma di adesione, come su intesa, dichiara di aver letto, compreso e approvato tutte le soluzioni e condizioni proposte, che si impegna a rispettarle e che dà mandato alla Sottosezione a prendere accordi, stipulare i contratti previsti in questa scheda e ad effettuare i pagamenti. Inoltre dichiara di avere compreso le caratteristiche e difficoltà delle attività proposte, che ha abbigliamento e attrezzatura adeguati e sufficienti, che ha valutato che le stesse sono conformi alle proprie capacità tecniche e attitudini fisiche e che non ha patologie tali da renderlo non idoneo alle attività proposte.
- Il diritto di prelazione è dato dall'ordine cronologico della comunicazione di adesione.
- Per motivi organizzativi è fissato a 25 il limite massimo di adesioni al Gruppo B; in caso di eccedenze l'organizzazione assegna al Gruppo A con il criterio della cronologia di adesione oltre che dell'oggettiva condizione fisica e allenamento.
- Nella comunicazione di adesione va indicato anche:
  - Numero di telefono personale e indirizzo di posta elettronica al quale si desidera ricevere le informazioni inerenti questa attività.
  - Eventuali intolleranze o allergie alimentari.
  - Tipologia di stanza: singola, doppia, tripla o quadrupla. In caso di alloggio in stanza multipla comunicare i nominativi con i quali si intende condividere la stanza; la condivisione deve essere reciproca. In mancanza di indicazione o di reciprocità sarà l'organizzazione a gestire la sistemazione\*. In caso di esaurimento delle stanze multiple l'organizzazione, in collaborazione con il socio aderente, tenterà una nuova sistemazione in stanza fino a esaurimento delle possibili soluzioni. Esasperito il tentativo rimetterà al socio ogni altra soluzione.

- \*Il criterio adottato sarà l'ordine cronologico di adesione come innanzi inteso.*

A 4x7 grid of buttons. The first three rows are full, containing buttons numbered 1 through 26. The fourth row contains buttons numbered 27 through 29, followed by a button labeled 'H'. To the right of the grid, there is a button labeled 'A' and a vertical stack of three empty rectangular buttons.