



QUATTRO GIORNI FRA I MONTI DELLA VALLE D'AOSTA 24-25-26-27 giugno 2020

CUORE BATTICUORE - ONLUS

PROGRAMMA:

Mercoledì 24 giugno	-	Partenza da Bergamo (parcheggio Croce Rossa) in pullman per Buisson in Valtournenche. Ore 6,30	Per tutti: Salita con funivia a Chamois ed al lago di Lod. Per gli escursionisti: Dal lago di Lod a Cheneil. Arrivo in albergo a Sarre alle 17.30 circa e assegnazione camere.
Giovedì 25 giugno			Per gli escursionisti: Le cascate del Rutor e il Rifugio Deffeyes. Per i turisti e camminatori Dal Colle San Carlo al lago d'Arpy.
Venerdì 26 giugno	-		Per tutti: Rifugio Benevolo Per gli escursionisti Dal rifugio Benevolo al lago di Goletta.
Sabato 27 giugno	-		Per gli escursionisti: Al rifugio Vittorio Sella Per i turisti : Da Cogne a Lillaz.

DESCRIZIONE DELLE ESCURSIONI E DELLE PASSEGGIATE .

Mercoledì 24 giugno – Per tutti i partecipanti: da CHAMOIS al LAGO DI LOD.

Come arrivare a Chamois. Percorrere l'autostrada A5 Torino-Aosta e uscire a Chatillon. Da qui seguire le indicazioni Valtournenche-Cervinia fino a Buisson dove è possibile parcheggiare esattamente di fronte alla funivia. per Chamois. Chamois è un piccolo comune della Valle d'Aosta, che si sviluppa in una conca della **Valtournenche**, a pochi chilometri dal Monte Cervino. I 100 abitanti rivelano le dimensioni ridotte e la condizione di isolamento del borgo. **A 1.818 metri** s.l.m., il comune, è il più alto della regione e vanta un ulteriore primato, questa volta italiano: è infatti l'unico comune senza automobili. Pace, quiete e natura diventano così le parole d'ordine di questo angolo racchiuso tra le Alpi.

Il centro abitato: Il paese, abitato sin dal Medioevo, possiede tutte le caratteristiche di un piccolo borgo alpino: stradine in salita, fienili, abitazioni in pietra e legno e anche antiche case rurali alcune delle quali risalenti al XVII secolo. Tra i luoghi di culto, la Chiesa parrocchiale di San Pantaleone (1681), il cui aspetto attuale, rimaneggiato più volte nel corso dei secoli, risale al 1838.

Una funivia come unico accesso al paese. Chamois è l'unico comune d'Italia su terraferma che non può essere raggiunto in auto ed è quindi privo di strade asfaltate. Il centro si raggiunge infatti tramite una vertiginosa funivia inaugurata nel 1955 e ricostruita nel 1968, che parte dal paese di Buisson, frazione di Antey-Saint-André. La corsa dura 5 minuti ed effettua partenze continue dalle 7.00 alle 22.00, ogni 15 o 30 minuti a seconda dell'affluenza

I dintorni di Chamois e il lago di Lod. Ad appena 300 m a nord del paese, oltre il torrente Chamois, si estende **il lago di Lod, raggiungibile a piedi percorrendo sentieri nel verde in 40 minuti con 200 m. di dislivello** e, dal 1960, in seggiovia. A 2015 m di altitudine, questo piccolo specchio d'acqua è immerso nel verde della vegetazione alpina ed è sovrastato dalle cime delle Alpi Pennine. Arrivare fin qui significa percorrere uno dei tratti panoramici più suggestivi della Valle d'Aosta, la "gran balconata del Cervino". **Qui si potranno trovare bar e ristoranti per pranzo e spuntini.**

Per gli Escursionisti: da Lod (2015 m.) a Cheneil (2280 m.) - dislivello 265 m.- tempo 3.00 ore A/R

Questo itinerario è un segmento della lunga "balconata del Cervino" che percorre in quota tutta la Valtournenche. Il percorso panoramico unisce Chamois al suggestivo villaggio di Cheneil, anch'esso privo di strade carrozzabili. Dall'arrivo della seggiovia che sale da Chamois, seguire la traccia di sentiero che risale il pendio sotto la seggiovia successiva fino al secondo pilone e proseguire con ampie diagonali attraverso la pista da sci. A quota 2170 circa, dove la pista svolta verso destra, seguire la traccia di sentiero che si stacca verso monte (strisce gialle su blocchi di pietra). Si entra in un avvallamento con radi alberi e si raggiunge rapidamente il "colle" Cheneil (2270 mt., 1h, palo segnaletico), al confine tra i comuni di Chamois e di Valtournenche. Qui la vista si apre improvvisamente sul

Cervino mentre sul versante opposto si riconoscono la diga di Cignana e l'ampia e selvaggia conca di Balanselmo,

Al colletto si incrocia la strada di servizio che, verso destra, conduce al santuario di La Clavalité. Verso sinistra il largo sentiero comincia a scendere dolcemente verso Cheneil (30'), tagliando il fianco occidentale della Punta Fontana Freida. Il percorso procede inizialmente lungo una larga cengia, sovrastata da chiare rocce calcaree, e continua poi lungo il limite superiore del bosco. Con leggeri saliscendi si attraversano alcuni avvallamenti ricoperti da ontani e si entra in un rado lariceto. Superati infine alcuni dossi, si raggiunge l'ampia conca di Cheneil, alla cui base si adagia il caratteristico villaggio, un tempo importante centro agricolo. **Il ritorno è attraverso lo stesso sentiero.**

Alle ore 16,00, ritrovo a Chamois alla partenza della funivia per la discesa al pullman e partenza per l'albergo.

Giovedì 25 giugno : Partenza ore 8,30 per tutti per La Thuile

Escursionisti: Escursione alle cascate del Rutor e al rifugio Deffeyes

PARTENZA La Joux m. 1594 - **ARRIVO** Rifugio Deffeyes m. 2494 - **DISLIVELLO** m. 900 - **TEMPO DI SALITA** h 3,30
1^ CASCATA RUTOR Disl. m. 106 h 0,20 - 2^ CASCATA Disl. m. 256 h 1,00 - 3^ CASCATA Disl. m. 406 h 1,20
TEMPO TOTALE h 6,30 - **DIFFICOLTA'** EM

Descrizione: Straordinaria escursione che permette di vedere le tre cascate del Rutor (le più spettacolari della Valle d'Aosta) generate dall'omonimo torrente e di giungere, successivamente, al rifugio Deffeyes (m. 2594) che offre una stupenda vista del Glacier du Rutor,

L'itinerario inizia ai casolari di La Joux (1594 m.), a circa 3 km di distanza da La Thuile, rinomata località sciistica, a 42 km da Aosta. Giunti a La Joux, s'imbocca una larga mulattiera sulla sinistra che conduce al ponte in legno sul torrente Rutor. Il sentiero sale poi in un bosco di conifere, raggiungendo ben presto la prima. (E' possibile accorciare il percorso procedendo sul sentiero che ha inizio in fondo al parcheggio di La Joux).

Dopo alcuni tornanti si raggiunge la Baita Parcet (1772 m.) e si attraversano due spianate. A questo punto il sentiero con una lunga serie di tornanti, si inerpica su una costa rocciosa, attraversa un fitto bosco di larici e poco oltre si arriva al ponte sulla seconda cascata del Rutor.

Pochi tornanti ancora e in brevissimo tempo si può ammirare sulla destra anche la terza cascata.

Nei pressi della terza cascata un bivio ci offre la possibilità di salire al Rutor e al Rifugio Deffeyes (2494 m), nostra meta odierna, o deviare sulla destra in direzione dei Laghi di Bellacomba (Via Normale).

Camminatori: Escursione - Colle San Carlo - lago d'Arpy m.2071 - Colle Croce m.2381 - Colle San Carlo.

Difficoltà: EF – Escursionistico - **Partenza:** Colle San Carlo (1858 mt.) **Arrivo:** Colle San Carlo (1858 mt.)
Dislivello: 525 m - **lunghezza:** 8.144 m - **Durata Andata:** 2h55 - **Segnavia:** 15 - 16 – 17

Descrizione del percorso: E' un circuito da non perdere per il vasto panorama che si gode dal Colle della Croce e per la bellezza del lago d'Arpy. Raggiunto in pullman il Colle San Carlo (6 Km. da La Thuile), imboccare a piedi la sterrata, segnalata con n.15, di fronte all'Hotel Genzianella, che porta verso il lago d'Arpy.

Giunti sulle sponde del lago costeggiarne la riva destra (sinistra orografica) fino a giungere ad un crocevia dove si abbandona sulla sinistra l'itinerario n. 15, che porta verso il lago di Pietra Rossa, e si prosegue ancora per poche decine di metri sulla sterrata fino ad imboccare sulla destra il sentiero n. 17 che sale all'interno del vallone d'Arpy sino a raggiungere i ruderi del Ric. Brunet e la sella erbosa del Col Croce.

Da qui, dopo aver percorso i pochi metri che separano il colle dai resti del ricovero, imboccare l'itinerario n.16 che, tagliando le pendici della Punta della Croce, scende fino a raggiungere la strada sterrata proveniente dal colle San Carlo. Da qui, in poco tempo, si ritorna al punto di partenza.

Turisti: Colle San Carlo – Lago d'Arpy – Dislivello 228 m. – Lunghezza 3138 m. – Durata andata 1h10.

Giunti al Colle di San Carlo, imboccare, di fronte all'hotel Genzianella, la **strada sterrata segnalata con il n. 15** che in moderata pendenza, sviluppandosi all'interno di un bosco misto di abeti e larici, permette di raggiungere il lago d'Arpy. Dal retro dell'hotel Genzianella è altresì possibile raggiungere con una breve passeggiata adatta a tutti il belvedere nei pressi della Tête d'Arpy con splendido panorama sulla catena del Bianco e sulla Valdigne. Data la brevità (circa 25 minuti per l'andata) l'itinerario può fare da complemento all'escursione del lago d'Arpy.

Verso le ore 17,00 ritrovo per tutti a La Thuile per il rientro in albergo.

Venerdì 26 giugno: ore 8,30 partenza per tutti per Rhemes-Notre-Dame ed escursione al rifugio Benevolo.

Quota di partenza: 1854 m. – **quota di arrivo:** m.2285 – **dislivello** m.431 – **tempo di salita:** h 1,30 – **tempo di discesa:** h 1.00 – **lunghezza:** km.8,60 - **segnavia** 13 – **difficoltà** EF

Descrizione: Dal parcheggio si prosegue sulla stradina asfaltata fino a raggiungere il pannello che riporta il nome del villaggio di Thumel (1879 m, 0h05', acqua); lo si lascia sulla nostra sinistra e si prosegue dritto, lasciando sulla nostra destra un alpeggio moderno. Superato l'alpeggio inizia il sentiero (13). Si comincia a risalire l'ampia mulattiera che attraversa un tratto di bosco di larici; dopo una decina di minuti si raggiunge il Casotto dei Guardia Parco (davanti ad esso ci sono dei pannelli esplicativi). Il sentiero spiana leggermente e si restringe: sulla nostra sinistra possiamo osservare le cascatelle generate dalle acque che scendono dal vallone della Vaudaletta mentre sulla destra (sopra il sentiero) si può scorgere una cappelletta con un campanile a vela. L'itinerario si sviluppa su dei terrazzamenti sulla sinistra orografica della Dora di Rhêmes, dopo circa 20 minuti tralasciamo sulla nostra destra una pista che porta ad un alpeggio. Da qui si incomincia ad intravedere il fondo valle ed in particolare la Grande Traversière (3496m). In seguito il sentiero scende leggermente nell'alveo di un torrentello: quest'ultimo si attraversa grazie ad un comodo ponticello dotato di catene. Superato il ponte si lascia sulla sinistra il sentiero (12) che attraversando il vallone della Grande Vaudala conduce al Col Rosset e si prosegue sulla destra: un pannello in legno ci indica la via verso il rifugio. La mulattiera selciata continua a risalire la valle alternando tratti pianeggianti a tratti leggermente in salita lasciando sulla nostra destra dei ruderi di alpeggi. Dopo circa 30 minuti di cammino si raggiunge il bivio per il Col Bassac (14) dopo il quale si passa sotto un rocione con striature nere sotto il quale troviamo anche i resti di un antico alpeggio. Da questo punto si può incominciare ad ammirare la stupenda parete est della Granta-Parei.

Dopo un breve tratto in discesa il sentiero attraversa un torrentello su di un rudimentale ponticello realizzato con delle assi in legno in seguito costeggia le gole formate dalla Dora di Rhêmes. Dopo aver risalito brevemente un panettone che costeggia le gole il sentiero ridiscende tra qualche ontano verso un piano acquitrinoso dove il sentiero rimane meno evidente per poi riformarsi poco sopra largo e ben segnalato. Dopo circa 50 minuti di cammino si incomincia ad intravedere in lontananza il rifugio mentre sulla nostra destra possiamo ammirare un'imponente cascata proveniente dal soprastante vallone de La Combassa. Attraversato un ponticello in legno a scaletta ed un altro ruscelletto su di un asse dopo 55 minuti si raggiunge la strada poderale.

Raggiunta la strada poderale si svolta a sinistra e la si segue per circa 200 m fino ad oltrepassare un ponte a struttura metallica: dopo di esso si risale il sentiero sulla destra, tagliando due tornanti della strada poderale e portandosi infine sotto un grosso muro in pietra che sorregge la strada stessa. Si prosegue ancora per un tratto di poderale fino a raggiungere gli alpeggi di Lavessey: qui si svolta a destra su di un'ampia mulattiera che si incunea in un canalino di rocce chiare (sdruciolevole in caso di pioggia ma evitabile con un sentierino a lato). Infine dopo 1h30 si raggiunge il rifugio. **Pranzo.**

Escursionisti: dal rifugio Benevolo al lago di Goletta 2700 m.

Segnavia 13D – difficoltà EM – dislivello 438 m. – tempo 3 ore A/R

Lasciato il rifugio seguendo la palina segnaletica riportante il sentiero (13D). Superato un piccolo dosso, il sentiero si biforca: noi seguiremo la direzione destra per il lago di Goletta. Dal bivio il sentiero discende leggermente fino a raggiungere un ponticello in legno che oltrepassa la Dora di Rhêmes. Si supera in seguito un secondo ponticello e si inizia la salita su di un sentiero evidente e segnalato che attraversa i pascoli sottostanti l'alpeggio Des Sauches. Durante la salita si incontra sulla destra del sentiero una pietra incisa datata 1782 e poco dopo si raggiunge l'Alpeggio Des Sauches (2313 m.). Poco dopo l'alpeggio il sentiero vira a sinistra, risalendo verso il fondo valle, e raggiunge il bivio per il Col de Rhêmes. Sempre su ottimo sentiero si procede a risalire un ripido pendio che ci porta rapidamente alla Comba di Goletta. Trascurato un sentierino sulla destra, che conduce all'alpe Goletta, si risale il vallone procedendo in leggera salita sino a raggiungere la piccola dighetta che costituisce il bordo inferiore del lago (2700m.).

La discesa avviene su medesimo itinerario dell'andata.

Sabato 27 giugno – partenza per tutti alle ore 8,30 per Cogne

Escursionisti: Rifugio Vittorio Sella – dislivello m.915 – ore 5,30 A/R

Note caratteristiche: il Rifugio Vittorio Sella, in origine casa di caccia, è stato fatto costruire dal Re Vittorio Emanuele II nel 1861. Fu inaugurato nel 1932 come rifugio alpino e venne dedicato all'alpinista Vittorio Sella. Dispone di 161 posti letto (13 nel locale invernale). Ogni estate è meta di centinaia di escursionisti. Una facile gita che permette di ammirare le bellezze del Parco Nazionale del Gran Paradiso e che offre un panorama sensazionale sulla catena del Gran Paradiso. E' concreta la possibilità di avvistare camosci, stambecchi e soprattutto marmotte che, ormai abituate alla presenza dell'uomo, si lasciano avvicinare fino a pochi metri. Il percorso si svolge all'inizio e alla fine su una comoda mulattiera reale.

Itinerario: Il nostro percorso parte da Valnontey (1667 m.) fraz. di Cogne.

Qui si segue la strada a destra oltre il ponte, nelle vicinanze dell'hotel "Lou Tsantelet", da dove parte la mulattiera reale che conduce, tra le altre mete, al Rifugio Vittorio Sella (presenza paline segnaletiche). Si imbecca questa mulattiera (si costeggia il giardino botanico "Paradis") che con ampi tornanti sale dolcemente nel bosco, fino ad arrivare nelle immediate vicinanze di un torrente. La mulattiera fa una svolta a destra, ma noi proseguiremo dritti attraversando il ponte e si inizia a salire sul versante opposto sul nuovo sentiero inaugurato nel 2015 che, con comodi tornanti, risale il crinale erboso. Durante la salita si osserva, a distanza, l'Alpe Pascieux. Al termine della salita, su traccia

sempre molto evidente, si scende di qualche metro in direzione del Torrente Grand Lauson, lo si attraversa su un ponte e si risale sulla sponda opposta andando a riprendere la mulattiera reale che non si abbandonerà fino alla fine. **(2583m.3h00)**. Avvisiamo gli escursionisti che il Rifugio Vittorio Sella non si vede fino all'ultimo, ed è posto agli inizi del Vallone pensile del Lauson. Pertanto non si deve essere tratti in inganno da una costruzione posta su un balzo roccioso (Alpe Grand Lauson) che si vede alla propria sinistra una volta attraversato il secondo ponte. Per questo ad un bivio che si incontra a 2489 metri non si imbecca il sentiero che si diparte a sinistra e che attraversa un terzo ponte, bensì si prosegue stando sulla destra e continuando a salire lungo la mulattiera.

Discesa: per il medesimo itinerario di salita (2h00)

Per i turisti: da Cogne alle cascate di Lillaz

Un sentiero nel bosco conduce al villaggio di Lillaz e alle sue belle cascate. Dal centro del paese di Cogne (m.1600), seguire la strada carrabile (in porfido) in direzione di Lillaz. In breve si giunge ad una cappella, dove si continua su una sterrata che sale dolcemente all'interno del bosco di conifere fino a raggiungere un ponte sul torrente e pervenire all'abitato di Champlong. Da qui, proseguendo sul marciapiede (affianco alla strada asfaltata), si raggiunge la Frazione di Lillaz (m.1679). Attraversato il paese si segue l'itinerario che costeggia il torrente per raggiungere le cascate, formate da tre salti d'acqua del torrente Urtier per complessivi 150 metri di altezza.

Dislivello: 205 m. – lunghezza: 4052 m. – durata andata: 1h20.

Ore 17,00 – ricongiungimento con tutto il gruppo a Cogne per il rientro a Bergamo.

P.S: Durante il soggiorno, ogni partecipante sarà libero di scegliere tra il programma proposto o muoversi liberamente previo accordi con l'organizzatore.

QUOTA DI PARTECIPAZIONE: Stabilita in Euro 300,00 per persona, in camera doppia, comprende:

SOGGIORNO: presso **Hotel ETOILE DU NORD cat. 3 stelle, Frazione Arensod,43 – Sarre (AO) tel. 0165 258219** - in camera doppia (**supplemento per camera singola euro 70,00**) con trattamento di mezza pensione. L'hotel è vicinissimo al centro della città di Aosta, e alla cabinovia per Pila, ma allo stesso tempo perfetto per scoprire, con brevi spostamenti, tutto il territorio valdostano, caratterizzato da paesaggi naturali di rara bellezza. L'attenzione e cura del menu è opera delle sapienti mani dello Chef Fabrizio, che sa deliziare ogni palato con piatti di cucina valdostana ma anche mediterranea e internazionale. L'accesso alla piscina è gratuito dalle 14 alle 19 ed è necessario portarsi tutto l'occorrente (non viene fornito corredo). Disponibili anche una piccola sauna ed un bagno turco.

Composizione dei pasti- Cena : Bis di primi, secondo con contorno, buffet di insalate, dessert, ¼ vino e ½ acqua compresi.
Pima colazione: a buffet per alimenti dolci, salati e bevande fredde, servizio al tavolo per la caffetteria.

TRASPORTO: Viaggio in pullman gran turismo da Bergamo a Sarre e ritorno e che sarà a disposizione tutti i giorni per gli spostamenti necessari alle escursioni e passeggiate ed a eventuali richieste dell'organizzatore.

TASSA DI SOGGIORNO: Eur 0,80 per notte cad. . – A/R in funivia per CHAMOIS

Sono esclusi i costi per ulteriori impianti di risalita e noleggi di pulmini navetta ove richiesti o necessari.

PRENOTAZIONI: Entro venerdì 13 marzo, le adesioni con versamento della caparra di euro 100 a persona.
Entro venerdì 29 maggio, il relativo saldo.

IMPORTANTISSIMO: Tutti i partecipanti devono essere in regola con il tesseramento a Cuorebatticuore.

Le adesioni si raccolgono presso la sede di di Cuorebatticuore (tel. 035-210743) o contattando l'organizzatore :
Dino Salvi : cell : 348 0481007 .

P.S. - Per ragioni organizzative e soprattutto per la disponibilità camere dell'albergo, saranno accolte solamente le prime 60 adesioni !!

La gita è proposta dall'Associazione CUOREBATTICUORE con la collaborazione e cura di :

Ponte Travel Group Srl – Viale Locatelli, 119 – DALMINE



tel.035 565611



Chamois



Rifugio Sella



Rifugio Benevolo



Cascade Lillaz



Rifugio Deffeyes



Hotel Du Nord

