**Giovedì 13 giugno 2019**

**Lago inferiore del Frisson**

Tempo di  percorrenza totale ore 5 circa – Dislivello di salita m. 680 circa

**Appuntamento**: ore 7:00 nel parcheggio davanti allo stadio Luigi Ferraris.

**Percorso di avvicinamento  (sosta all'autogrill di Vispa-Carcare sull'autostrada A6 Sa-To)**:
 Autostrada dei Fiori (A10) Genova-Savona deviare verso Torino  (A6) uscita verso Cuneo (A33) uscire a Cuneo Est alla rotonda prendere Circonvallazione Bovesana (SP21) Borgo San Dalmazzo Via provinciale Boves (SP21)  Viadotto Vermenagna Strada statale 20 del Colle di Tenda e di Valle Roja fino a Vernante.
Da Vernante si imbocca la strada della Val Grande sino a Palanfré (km 9 da Vernante) dove si lascia l'auto nell'ampio posteggio segnalato 200 metri prima della borgata sulla destra
Tempo di percorrenza: circa ore 2,45

**Percorso a piedi (circa 5 ore l'intero anello) con segnavia tacche rosse ed ometti**:
Si parte dall'abitato di Palanfrè.
Si trascura la deviazione a destra per il passo della Garbella.
Ci si inoltra nel bosco di faggi e si segue un percorso abbastanza ripido fino a quota 1750 dove c'è il bivio principale che consentirebbe il giro ad anello passando per il lago degli alberghi.
Si prende il sentiero di destra che, dopo circa un'ora, passando tra rocce e cespugli porta al lago inferiore del Frisson a quota 2057.
In accordo con i coordinatori ed in base alle condizioni meteo e del tempo a disposizione sarà possibile salire al lago superiore del Frisson che si trova poco sopra a 2.127 metri.

**Ritorno**:
Verso il lago degli alberghi sino ad incontrare il sentiero GTA L12 seguendo il quale sulla sinistra si arriva al bivio a quota 1750 incontrato all'andata.
In alternativa si può rientrare per la stessa strada dell'andata.

**Costi auto a/r**: **€ 100**

**Pranzo**: al sacco.

**Coordinatori logistici:** 1mo Livio Cesarini (339 7374425) 2do Andrea Messina (3385313593)

La riunione pre gita si terrà in sede il martedì 11 giugno dalle 17:30 alle 18

Come al solito la presenza può essere sostituita da una telefonata alla stessa ora o **da una mail inviata a questo indirizzo entro le 12 di martedì** ma è comunque obbligatoria.

**Si prega di segnalare l’uso della propria AUTO.**