



**CLUB ALPINO ITALIANO**  
**SEZIONE LIGURE**  
**COMMISSIONE ESCURSIONISMO**



**Escursione sociale del 01/09/2019**  
**MONTE CIAMOUSSE' (2274) E MONTE FRISSON (2637), ANELLO DA**  
**PALANFRE' PER I LAGHI ALBERGHI - FRISSON**

**Dislivello** 1.500 circa

(quota partenza Palanfre': 1379 - quota vetta M.Frisson 2637)

**Tempo di marcia** 8 ore (soste escluse)

**Difficoltà** E/ EE / F

**Attrezzatura** Abbigliamento adeguato alla quota e alla stagione. Consigliati bastoncini

**Ritrovo** **APPUNTAMENTO IN PIAZZA DELLA VITTORIA LATO CARAVELLE**  
**01/09/19 ORE 5,30**

**Accesso** Autostrada Genova-Savona-Torino, uscita casello Mondovì, si prosegue verso la Val Vermentagna fino a Vernante, da Vernante si risale la Val Grande fino a Palanfre'

**Riunione pre-gita e iscrizione** **LE ISCRIZIONI VENGONO PRESE TELEFONICAMENTE DAI CAPI GITA**  
**ROBERTA BERTOLA 3409090785**  
**PIERO ACHELLI 3471876255**

**Quota** Contributo spese organizzative 1,00 €

***Descrizione itinerario***

**note tecniche:** Bellissimo anello che consente di toccare due belle cime e i valloni con i fantastici laghi degli Alberghi, dell'Oro e i Frisson.

**descrizione itinerario:** Da Palanfre' si segue la normale per il Monte Frisson fino a dopo la gola (palina), dove si va a sx per il sentiero Gta che man mano viene piu' evidente facendo arrivare al Lago degli Alberghi (m.2038) e da li a proseguire e dopo l'ultimo tratto tra franosi canaloni e roccette (cavo d'acciaio), a raggiungere la cresta al Passo Ciotto Mieu (m.2274). Da qui si segue a dx la cresta tra rocce e tracce (F) fino a superare la cima Est (m.2422) o aggirarla a dx, poi sempre per cresta al Monte Ciamousse' (m.2478). Possibile alternativa da valutare durante la gita in base alle condizioni meteo e del terreno: 100 m. circa prima del Passo Ciotto Mieu prendere la traccia di sentiero sulla destra che collega direttamente con il Ciamoussé, evitando il passaggio su roccia. Dalla cima si scende il pendio arrivando all'immediato Passo del Diavolo (m.2405), per seguire il sentiero segnato fino a poco prima del Lago dell'Oro dove a dx si sale un ripido pendio erboso con il masso incastrato a meta' e per tracce ci si collega nella via normale, superando i due tratti attrezzati (F) e ad arrivare in vetta al Frisson. Per la discesa invece, si segue la via normale segnata per il Passo della Mena (m.2197), i due Laghi Frisson, il bivio dell'andata e per la stessa a Palanfre'.

***Direttori gita***

Achelli Piero 347 187 6255

Bertola Roberta 340 909 0785

***Note***

***Gita lunga ed impegnativa su terreno impervio che necessita di ottimo***



**CLUB ALPINO ITALIANO**  
**SEZIONE LIGURE**  
**COMMISSIONE ESCURSIONISMO**



**allenamento e capacità di districarsi tra passaggi su roccia. Solo per soci conosciuti ed allenati.**