



**Club Alpino Italiano  
Sezione Ligure  
Commissione Escursionismo**

**Settimana Verde in Val d'Ayas (Valle D'Aosta)**

da Sabato 17 luglio a Sabato 24 luglio 2021

Direttore Escursione :

Cattanei Chiara

cell. 3471820301-0108391429

Direttore Escursione e Responsabile COVID: Pietro Nieddu

cell. 3803186370

**Primo giorno sabato 17 luglio 2021**

**Genova – Champoluc (Frachey)**

**Escursione Mandriou (m.1800) Col Vascoccia (m. 2550) o Colle Pillonet (m. 2600)**

**Dislivello totale m. 850/900 – tempo di salita ore 3 – difficoltà: E**

Ore 6 raduno dei partecipanti in piazza della Vittoria lato caravelle. Ore 6,15 partenza con autovetture private. Coloro che preferissero fare il viaggio autonomamente si prega di avvisare i direttori di escursione. In tal caso il luogo di ritrovo sarà la frazione di Mandriou., ore 9,30

**Percorso stradale da Genova a Mandriou**

Autostrada A10 Genova-ovest. Deviazione A26 sulla Voltri-Gravellona Toce. Superato Casale Monferrato si devia sulla bretella A45 per Santhià fino ad immettersi sulla A5-Torino-Aosta, Si percorre l'autostrada A5 con uscita al casello di Verres. Si prosegue sulla SR45 della Val D'Ayas fino a Brusson. Superato l'abitato di Brusson, dopo 6 km all'altezza della frazione di Corbet si devia a sinistra, sulla strada comunale per Lignod, Antognod da cui, con un ulteriore deviazione a sinistra si giunge a Mandriou.

**I non partecipanti all'escursione** proseguono sulla SR45 fino alla frazione di Frachey (3-4 km dopo Champoluc) per la sistemazione presso l'albergo "Monte Cervino". Per questi ultimi pranzo libero (in albergo o nel vicino ristorante Le Grange). Ore 17 ricongiungimento con i partecipanti all'escursione. Cena e pernottamento.

**Escursioni del giorno a scelta fra quelle di seguito indicate:**

**N. 1 - Mandriou - Col Vascoccia totali ore 2,30; dislivello m. 750 circa**

A) Mandriou -Alpe Metzán: da 1800 a 2000 metri per comodo sentiero , che attraversa in parte il bosco e in parte una conca prativa (ore 0.30)

B) Alpe Metzán-Alpe Vascoccia : da 2000 a 2280 metri per comodo e non ripido sentiero sulla costa di un pendio erboso -arbustivo (ore 0.40)

C) Alpe Vascoccia -Col Vascoccia: da 2280 a 2550metri per sentiero in mezzo a prati con vari pendii , ma sempre agevole (ore 1)-

Si precisa , per chi vuole , che all'Alpe Metzán è situato un comodo agriturismo sempre aperto per pasti o merende.

In alternativa si propone, una volta ridiscesi all'alpe Vascoccia di effettuare una deviazione risalendo al Pian Pera dove terminano gli impianti di risalita, per ridiscendere poi a Barmasc seguendo i cannoni sparaneve per giungere all'agriturismo Le Corneil da cui, in piano, lungo il rue Courtoz, si giunge a Mandriou

**N. 2 - Mandriou - Colle Pillonet totali ore 3; dislivello m. 900 circa**

A) Mandrou -Alpe Vascoccia: da 1800 a 2280 metri per carrareccia oppure Mandriou -Pian Pera

B) Pian Pera -Colle Pillonet: da 2300 a 2600 metri per sentiero in mezzo ai prati non sempre ben tracciato, ma riconoscibile tramite ometti. Nel percorso di discesa si può fare una deviazione, sempre su sentiero, in direzione Barmasc e ricongiungersi poi a Mandriou seguendo, in piano, per circa un'ora il Rue Courtoz in percorso agevole e

distensivo. Chi si fosse fermato a Pian Pera può ridiscendere per prati tenendo come riferimento i cannoni per l' innevamento artificiale.

C)Colle Pilonet -Colle molto panoramico sovrastato da un cocuzzolo panoramico raggiungibile in circa 10 minuti di salita senza traccia e con 100 metri di dislivello



**Club Alpino Italiano**  
**Sezione Ligure**  
**Commissione Escursionismo**  
**Settimana Verde in Val d'Ayas (Valle D'Aosta)**  
da Sabato 17 luglio a Sabato 24 luglio 2021

**Secondo giorno domenica 18 luglio 2021**

**Escursione al Monte Zerbion (m. 2728)**

**dislivello totale m. 850 circa – tempo di salita ore 2,30 – difficoltà: E/EE**

Ore 7 colazione . Ore 7,30 partenza con auto per Barmasc (circa 20 minuti di percorso) dove si parcheggiano le auto.

**A) Barmasc (m. 1890)-Pian delle Signore** : 100 metri di dislivello per comoda Sterrata da dove si diparte il percorso in piano lungo Il rou Courtoz , in direzione dell'agriturismo le Corneil O Alpe Metzau

**B) Pian delle Signore -Col Portola (m. 2410)**: Tratto iniziale nel bosco di conifere per poi proseguire su sentierino via via più ripido fino a giungere in poco più di 1 ora al caratteristico colle Portola. (circa 400 metri di dislivello). Il percorso presenta punti esposti .

**C) Col Portola (m. 2410)-monte Zerbion (m. 2728)** percorso di mezza costa con modesta esposizione ed in cresta senza particolari difficoltà con qualche tratto classificabile EE

**Terzo giorno lunedì 19 luglio**

**Escursione ai laghi di Pinter (m. 2750)**

**dislivello totale m. 1100 circa – tempo di salita ore 4,30 – difficoltà: E/EE/EEA**

Ore 7 colazione . Ore 7,30 partenza dall'albergo per Champoluc con bus.

**A) Champoluc (m. 1568) - Franz (m. 1721)** 200 metri dislivello per comoda Mulattiera.

Il sentiero ha inizio in Place Maître Dondeynaz, la piazza centrale di Champoluc: tra la chiesa e il cinema passa una strada in salita, e proprio sull'angolo della chiesa si trova una serie di paline. Si segue questa strada, costeggiando un parco giochi a sinistra; più su la strada finisce e diventa una mulattiera, indicata subito da segnavia 11A, 13 e 13B. La si segue senza incontrare bivi.

A partire da quota 1650 circa la mulattiera inizia a costeggiare la pista da sci Crest - Champoluc, conosciuta come il "pistone", lasciandola a sinistra. Dopo aver attraversato la pista, il sentiero sale a sinistra con alcuni tornanti. In corrispondenza di un tornante a destra si incontra e supera una cappelletta bianca e rosa risalente al 1845 ma recentemente restaurata; in questo parte il sentiero è a tratti costeggiato da steccati in legno. Si prosegue in salita nel bosco uscendone circa a quota 1840: da qui il paese di Crest è in vista; dietro le case non si può non notare l'ovovia che sale al pianoro sovrastante. Si arriva a Frantze, (m. 1721) piccolo agglomerato di case antiche; la prima casa - abitata fino al 2010 dalla Dina, l'ultima abitante. -

**B) Frantze (m. 1721 - Cuneaz (m. 2032)** si prosegue verso Crest superando un dislivello di circa 300 metri con la possibilità di fermarsi presso Ristorante La rouja all' interno di uno dei più antichi Villaggi della zona.

**C) Cuneaz (m. 2032 - laghi Pinter(m. 2750) e eventuale salita al colle Pinter (metri 2777)** con un percorso dapprima lungo coste prative, e, dopo aver superato un torrente si giunge ad un bivio ove si prende verso sinistra per giungere ad un ripido e faticoso canalino attrezzato nella parte finale con canapioni . Superato il canalino con un percorso di circa 45 minuti ,si continua nel sentieroin mezzo ai prati , che conduce ai laghi . Da questi, con un ultimo tratto di circa 20 minuti si può giungere al Colle di Pinter che separa la Val d'Ayas da quella di Gressoney. Al ritorno , per evitare la ripida discesa , si può percorrere, in circa un'ora, un sentiero

traverso verso l' alpe Ostafa con tratti esposti ma agevoli e ridiscendere poi in direzione di Cuneaz e Crest per comoda carrareccia. Si ricorda che dal Crest è anche possibile scendere a Champoluc con telecabina.



**Club Alpino Italiano  
Sezione Ligure  
Commissione Escursionismo**

**Settimana Verde in Val d'Ayas (Valle D'Aosta)**

da Sabato 17 luglio a Sabato 24 luglio 2021

**Quarto giorno martedì 20 luglio**

**Escursione Lago Ciarcerio (m. 2371)**

**Dislivello totale m. 900 circa – tempo di salita ore 3,30 – difficoltà: E**

Ore 7 colazione. Ore 7,30 partenza per Champoluc con bus; )

**A) Champoluc (m. 1568) - Lago delle Rane o lago Saler Inferiore (m. (2129)**

700 metri circa di dislivello per comoda Mulattiera.

Il sentiero ha inizio in Place Maître Dondeynaz, la piazza centrale di Champoluc: tra la chiesa e il cinema passa una strada in salita, e proprio sull'angolo della chiesa si trova una serie di paline. Si segue questa strada, costeggiando un parco giochi a sinistra; più su la strada finisce e diventa una mulattiera, indicata subito da segnavia 11A, 13 e 13B. La si segue senza incontrare bivi.

A partire da quota 1650 circa la mulattiera inizia a costeggiare la pista da sci Crest - Champoluc, conosciuta come il "pistone", lasciandola a sinistra. Dopo aver attraversato la pista, il sentiero sale con alcuni tornanti fino ad incontrare un bivio ove si prende la deviazione a destra.

In corrispondenza di un tornante a sinistra si incontra e supera una cappelletta bianca e rosa risalente al 1845 ma recentemente restaurata; in questo parte il sentiero è a tratti costeggiato da steccati in legno.

Si prosegue in salita nel bosco uscendone circa a quota 1840: da qui il paese di Crest è in vista; dietro le case non si può non notare l'ovovia che sale al pianoro sovrastante.

Si arriva a Frantze, piccolo agglomerato di case antiche; superata la prima casa - abitata fino al 2010 dalla Dina, l'ultima abitante - si svolta a sinistra prima della fontana, immettendosi sul sentiero che porta a Crest. Questo tratto è inizialmente in piano, successivamente sale tagliando il pendio per giungere con due tornanti alla frazione Crest. Dalla stazione di arrivo della funivia, occorre prendere la strada sulla sinistra della stazione stessa, giungendo in breve al Crefourne, Superato questo si incontra un bivio. ampiamente documentato dalla segnaletica sul luogo. Al bivio si prende la strada che in salita sulla destra che costeggia le piste da sci. In trenta minuti circa si raggiungono prima le baite del Salerin, e quindi, dopo la curva, il lago delle Rane.

**B) Lago delle Rane (m. 2129)- Belvedere (m. 2400)** con rifugio e punto ristoro lungo interpodereale per un percorso di circa 40 minuti, lungo una carrareccia che segue i cannoni spara neve

**C) Belvedere (m. 2400)- discesa a lago Contenery (m. 2248) e risalita a Lago Ciarcerio (m. 2371)** - dislivello 250 metri con un tempo di percorrenza di circa 1 ora. Il percorso si svolge lungo una carrareccia abbastanza ripida o, in alternativa lungo la pista da sci più ripida, ma più breve.

Per il ritorno si può ridiscendere direttamente A Frachey (m. 1614) per una strada interpodereale che passa dal rifugio La mandria. In alternativa, si ritorna al lago

Contenery da dove si percorre un sentiero impervio , che conduce alla baita Tacconet e, da qui per carreccia a Frachey.

Per chi vuole l'ultimo tratto di 40 minuti, si può effettuare con cremagliera.



**Club Alpino Italiano  
Sezione Ligure  
Commissione Escursionismo**

**Settimana Verde in Val d'Ayas (Valle D'Aosta)**

da Sabato 17 luglio a Sabato 24 luglio 2021

**Quinto giorno Mercoledì 21 luglio**

**Estoul (m. 1815) – Punta Valnera (m. 2754)**

**Dislivello m. 950 – Tempo di salita ore 5 – difficoltà E/EE**

**A) Estoul (m. 1815) - Laghi di Estoul (m. 2447).** Da Estoul si percorre dapprima una carrareccia sino Murassa (m. 1876) poi un sentiero che si inerpica per conche prative fino alla conca del lago di Estoul. (tempo circa ore 2,30) Subito dopo l' inizio del percorso si incontra una diramazione, si tralascia la strada di destra, che è quella turisticamente conosciuta come "Itineraire des fromages". Si segue così per un breve tratto una strada pianeggiante che, passa a sinistra di una casa e incontra un altro bivio contraddistinto da un albero su cui è presente un cartello con l'indicazione per il rifugio Arp, mentre su alcune rocce è dipinta una freccia gialla. Si prosegue sulla destra fino ad un ulteriore bivio con cartello per rifugio Arp ed i segnavia 5 e 6 dipinti su una roccia al centro della biforcazione; si segue il ramo di sinistra. Nota: proseguendo a destra si allunga il percorso ma si aggira il tratto più ripido. Dopo un brevissimo tratto di strada nel bosco si lascia la strada deviando verso destra. Si affronta così il tratto più ripido del percorso; il sentiero, sempre numerato 5 e 6, risale infatti una delle piste da sci della zona, mantenendosi sul lato est sul limitare del bosco. Circa a metà di questo tratto si incontra un bivio che rappresenta l'inizio del sentiero 6A/6B per i Laghi di Estoul, e si devia così a destra, entrando nel bosco.

Il sentiero guadagna quota dolcemente procedendo rettilineo in direzione nord-est senza bivi e incrociando poi la strada che sale da Estoul verso il Vallone di Palasina. Si attraversa la strada e si prosegue sul sentiero, sempre ben segnalato, che continua a salire attraversando il bosco che ricopre il versante sud del m. Bieteron, con tratti caratterizzati da moderata pendenza. Si punta verso l'interno del vallone che ospita i laghi di Estoul. In questa parte la traccia è chiaramente evidente. All'uscita dal bosco si trova l'ingresso del vallone; il sentiero si addentra attraversando prati e guadagnando alcuni ruscelli; la traccia si mantiene buona e ben visibile anche grazie a grossi ometti di pietre. Si raggiunge piuttosto velocemente il primo lago.

**B) Laghi di Estoul (m. 2447) - Colletto di Valnera (m. 2676).** Dal primo lago, seguendo sempre il segnavia 6A si giunge in breve al vicino secondo lago, Da qui si prende sempre il sentiero 6A che sale dritto dai laghi al Colletto di Valnera; questo sentiero è quasi invisibile e segnato con radi ometti di pietra. Qualora non fosse individuabile l'ometto successivo, è sempre possibile puntare direttamente al visibile e soprastante Colletto di Valnera. Percorso in ripida salita su terreno morenico.( tempo circa ore 1,30 – ore 4 da Estoul)

**C) Colletto di Valnera (m. 2676) - Punta Valnera ( m. 2754).** La distanza tra il Colletto di Valnera e la Punta Valnera è modesta e la cima merita senza dubbio, occorre però affrontare alcuni metri di salita piuttosto ripida su sfasciumi un po' friabili. Dal colletto si imbecca il sentiero verso nord-est, che punta direttamente verso la cima. Si attraversa una pietraia su cui il sentiero in salita è comunque tracciato e segnato con qualche ometto, raggiungendo in breve la vetta. ( tempo circa 1 ora – ore 5 da Estoul)

**D) Ritorno Punta Valnera (m. 2754) - Estoul (m. 1815).** Il ritorno si può effettuare con un percorso ad anello dal Colletto di Valnera al rifugio Arp ed alla carrareccia iniziale.



**Club Alpino Italiano  
Sezione Ligure  
Commissione Escursionismo**

**Settimana Verde in Val d'Ayas (Valle D'Aosta)**  
da Sabato 17 luglio a Sabato 24 luglio 2021

**Sesto giorno giovedì 22 luglio**

**- Escursione al rifugio Mezzalama (m. 3036)**

**Con Jeep a pagamento fino a Pian di Verra Superiore**

**Dislivello totale m. 750 – tempo di salita ore 2,30 – difficoltà: EE**

Ore 7 colazione . Ore 7,30 partenza con Jeep fino al Pian di Verra superiore (m. 2382)

**A) Saint Jacques (m. 1687) a Pian di Verra Inferiore (m. 2020).** Da S. Jacques si segue la strada oltre la chiesa; Giunti ad un bivio con una cappelletta al centro, si segue la strada a destra, che finisce poco dopo. Si attraversa un ponticello in località Blanchard, e si continua a seguire il sentiero lastricato, segnato come 7 e 7A, e sulla cartina anche come 8. Giunti a un altro bivio a T, si segue il sentiero lastricato a destra. Dopo -25' si arriva in località Fiery, al bivio segnato con parecchi cartelli si svolta a destra, seguendo sempre il sentiero 7 / 7A (tralasciando, a sinistra, il Vallone delle Cime Bianche). Si continua a seguire il sentiero e si costeggia Beau Bois lasciandola sulla destra.

Dopo circa altri 25 minuti il sentiero raggiunge il Pian di Verra inferiore (m. 2020)

**B) Pian di Verra Inferiore (m. 2020) Pian di Verra Superiore (m. 2382).** Da Pian di Verra inferiore si percorre la carrareccia fino alla fine del pianoro. Arrivati in fondo al Pian di Verra Inferiore, ci si trova a un bivio, segnalato con diversi cartelli gialli. Lasciando a sinistra la deviazione per il Lago Blu (Itinerario n. [1](#) / [1b](#)), si procede sulla destra, con un percorso su sentiero che taglia i tornanti della carrareccia abbreviando il percorso. Il Pian di Verra Superiore è formato da due pianori posti a quote leggermente differenti, uniti da un largo corridoio.

**N.B. Il tratto da Saint Jacques a Pian di Verra Superiore verrà percorso su Jeep a pagamento (costo 15 € a testa) che ci lascia all'altezza del corridoio.**

**C) Pian di Verra Superiore (m. 2382) Rifugio Mezzalama (m. 3036).** Da dove si lasciano le Jeep si raggiunge l'inizio del sentiero vero e proprio. Infatti lo stesso è evidenziato da due cartelli che indicano il Mezzalama e il Rifugio Guide d'Ayas, raggiungibile con oltre un'ora di cammino dal rifugio Mezzalama. Il sentiero inizia con un tratto ripido, poi uno in falso piano, poi un altro ripido, e si mantiene per buona parte a mezza altezza della morena allontanandosi dal Pian di Verra Superiore. In alcuni tratti sono state costruite degli scaloni di pietre che semplificano ulteriormente la salita. Si attraversa una zona più larga e si procede poi ancora lungo la morena, risalendo finalmente sotto la cresta, trovandosi alla destra della ormai ridotta lingua di ghiaccio del Grande Ghiacciaio di Verra, e passando per un tratto sul versante ovest della morena. Alcuni tratti in piano o leggermente in discesa si alternano ad altri in decisa salita, e ben presto è possibile vedere la nostra meta, nonché il sovrastante rifugio delle Guide d'Ayas (detto anche Lambronecca, dal nome della zona dove è stato costruito, le Rocce di Lambronecca). Il percorso presenta tratti che richiedono particolare attenzione ed un tratto morenico molto friabile.

Il ritorno avviene totalmente a piedi per il percorso descritto ai punti A) e B)





**Club Alpino Italiano  
Sezione Ligure  
Commissione Escursionismo**

**Settimana Verde in Val d'Ayas (Valle D'Aosta)**  
da Sabato 17 luglio a Sabato 24 luglio 2021

**Settimo giorno venerdì 23 luglio**

**Escursione al Colle ed ai laghi di Bettaforca (m. 2672)  
Dislivello m. 1000 - tempo di salita ore 3 - difficoltà: E**

Ore 7 colazione . Ore 7,30 partenza per Saint Jacques con bus o auto private.

**A) Saint Jacques (m. 1687) Resy (m. 2066).** salita non impegnativa che segue un evidente sentiero nel bosco. . Resy può già pertanto essere considerata una meta a sé, con il suo panorama sull'alta Val d'Ayas e le cime circostanti: tra queste lo spettacolare gruppo Tournalin-Roissetaz innevato e le Cime Bianche e i suoi due rifugi.

**B) Resy (m.2066) lago Forchin (m.2331)** Il Vallone della Forca è il più settentrionale della Val d'Ayas e termina in direzione est. con il Colle Bettaforca. Quest'ultimo è l'unico valico addirittura stradale (ma chiuso fortunatamente al traffico privato) con la Valle del Lys. Tanto "betta" quanto "forca" significano "valico". Il vallone ha andamento pressochè rettilineo; l'imboccatura è posta poco più in alto di St.-Jacques, nei cui pressi ha inizio la strada sterrata che conduce fino alla sommità del colle.

Il più comune accesso escursionistico però è via [Resy](#), che è posta all'estremità ovest della valle, sulla spalla nord; da qui parte il sentiero che sale fino al Colle Bettaforca integrandosi in parte con la rete viaria costruita come supporto agli impianti sciistici: il Vallone della Forca è infatti pesantemente segnato da seggiovie e piste che costituiscono il collegamento del Monterosa Ski con gli impianti di Gressoney.

**C) Lago Forchin (m. 2331) lago della Forca(m. 2230) Colle della Bettaforca (m. 2672)** Il percorso si sviluppa prevalentemente lungo la carrareccia. Giunti al colle volendo si possono raggiungere, con un percorso di circa 15 minuti i laghi morenici della Bettaforca (m. 2742). Il vallone, piuttosto ampio per quasi tutta la sua lunghezza, è scavato a V dal torrente nella parte bassa, mentre più in alto presenta la classica sezione a U di origine glaciale, per poi stringersi e farsi più ripido nelle immediate vicinanze del valico terminale.

Le cime che lo circondano a nord sono il [Palon di Resy](#), il [M. Rosso](#) e la Punta Bettolina. A sud il versante (costellato anch'esso da impianti e piste) risale più dolcemente verso l'altopiano che ospita il [lago Ciarcerio](#) e il [M. Cavallo](#); la parete nord del [M. Bettaforca](#) scende ripida sull'omonimo Colle.

Il ritorno avviene lungo lo stesso percorso di andata fino all'attacco degli impianti di risalita utilizzando una carrareccia a tornanti di modesta pendenza ma di lungo sviluppo fino a Frachey, o, in alternativa, prendendo la cremagliera.

In alternativa si può partire dalla località Crocetta (m. 1665) risalendo lungo la sterrata che conduce all'arrivo della cremagliera (40 minuti). Giunti all'arrivo della cremagliera si procede, sempre su sterrata, alternando pendii di varia pendenza sino alla partenza degli impianti sciistici della Bettaforca. Da qui costeggiando i laghi si giunge al Colle in poco più di 1 ora



**Club Alpino Italiano  
Sezione Ligure  
Commissione Escursionismo**

**Settimana Verde in Val d'Ayas (Valle D'Aosta)**  
da Sabato 17 luglio a Sabato 24 luglio 2021

**Ottavo giorno sabato 24 luglio-  
Escursione al Colle Palasina (m. 2668) – da Estoul  
Dislivello m. 850 - tempo di salita 3 ore -difficoltà E**

Ore 7 colazione . Ore 7,30 partenza per Brusson con auto private.

**Itinerario automobilistico:** Da Frachey si discende la valle lungo la strada regionale 45 in direzione Brusson. Prima di entrare nell'abitato all'altezza del lago si svolta a sinistra seguendo le indicazioni per Estoul - Laghi di Palasina. Dopo circa 8 km si giunge ad Estoul dove si parcheggiano le auto.

**A) Estoul (m-1815) - Lago Battaglia (m. 2487)** Dal piazzale di Estoul si prende la sterrata che sale verso il rifugio Arp. Ad un certo punto, la strada si sdoppia: trascurata la diramazione di destra, per il lago Literan, mantenersi su quella bassa che risale la sponda sinistra idrografica della valle.

Prima di arrivare al rifugio, dopo aver superato un torrente, si abbandona la strada, prendendo un bel sentiero a sinistra che sale verso gli alpeggi. Si rimonta un valloncetto che conduce alla conca occupata dal pittoresco Lago della Battaglia (2487 m).

**B) Lago della Battaglia(m2487) - Colle Palasina (m. 2668)** Raggiunto il ponte sulla sponda est del Lago Battaglia, in corrispondenza dell'inizio dell'emissario, lo si attraversa e si costeggia la sponda nord del lago, raggiungendo in pochi minuti un secondo ponte , che scavalca il canale che mette in comunicazione il Lago Battaglia (a sinistra salendo) con il Lago Verde. Immediatamente dopo il ponte si trova un bivio, evidenziato anche da una roccia recante le indicazioni numeriche dei sentieri. Per il sentiero che conduce al Colle Palasina si svolta a destra, sull'evidente traccia del n. 105 che inizia subito a salire. Il sentiero non pone problemi per la sua individuazione e non ci sono ulteriori diramazioni; salendo con moderata pendenza si costeggia lasciandolo sulla destra il Lac du Couloir (chiamato anche Lago Coillou su alcuni testi e carte), e si raggiunge infine il Colle Palasina a quota 2668.

In corrispondenza del valico è stata posta una palina con le indicazioni dei sentieri. Il Colle Palasina mette in comunicazione il Vallone omonimo con quello di Mascognaz. Al ritorno si prende il sentiero, aperto nell'estate del 2013, che collega il Colle Palasina con il sentiero che dal Rifugio Arp sale al Corno Vitello via Laghi di Valfredda. Dal rifugio Arp per comoda carrareccia si ritorna ad Estoul

**C) Lago della Battaglia (m. 2487) - Lago Lungo (m.2632). - in alternativa** si segue il sentiero 3C, ignorando la diramazione per il colle di Palasina, raggiungendo prima il lago Pocia (2518 m) e poi il bellissimo Lago Lungo (2632 m), dalle acque di color verde cupo. Ritorno alle auto per la stessa via di risalita e ritorno a Genova con arrivo previsto in tarda serata.

C)Lago della Battaglia



**Club Alpino Italiano  
Sezione Ligure  
Commissione Escursionismo**

**Settimana Verde in Val d'Ayas (Valle D'Aosta)**

da Sabato 17 luglio a Sabato 24 luglio 2021

**Itinerari Alternativi**

Eventuali itinerari alternativi a libera scelta dei direttori di escursione.

**1) Saint Jacques (m. 1687) - Monte Croce (m. 2894)  
Dislivello m. 1300 - Tempo di salita ore 5 - difficoltà: E**

**A) Saint Jacques - Alpe Tournalin Superiore (m. 2534).** Da Saint Jacques, si raggiunge un ponticello sul fiume Evancon, oltre il quale un cartello indica l'inizio del sentiero n.1 (alta via N.1). La salita procede attraverso boschi di larici, si raggiungono gli alpeggi di Nana, l'Alpe Tournalin inferiore e quindi per prati quella Superiore, incrociando i tornanti della strada carrozzabile che raggiunge il rifugio Tournalin.

**B) Alpe Tournalin Superiore (m. 2534) - Lago Croce (m. 2555).** Dal Rifugio seguire la segnalazioni color giallo sentiero 4b che portano all'ampia Conca del lago Croce

**C) Lago Croce (m. 2555) - Colla di Lago Verde - Monte Croce (m. 2894)** Si percorre un ripido e malagevole sentiero su una dorsale prativa che nell'ultimo tratto, procede per cresta su uno sfasciume franoso giungendo alla cima sormontata da una croce in legno. La vista spazia sul vicinissimo Grand Tournalin, la Roisetta e le cime del Monte Rosa. Ritorno sullo stesso percorso di risalita.

**2) Champoluc (m. 1568)-Colle Palasina (m. 2668)-Laghi di Palasina (m. 2518)**

**Dislivello m., 1100 - Tempo di salita ore 5 - difficoltà: E**

**A) Champoluc (m. 1568) - Mascognaz (m. 1822).** Percorso immerso nel bosco su ripida mulattiera (tempo circa 1 ora)

**B) Mascognaz (m. 1822) - Colle di Palasina (m. 2668).** Percorso lungo e con modesta pendenza prima su carrareccia e poi su sentiero di costa che si sviluppa attraverso il vallone di Mascognaz. (tempo ore 3 - ore 4 da Estoul)

**C) Colle di Palasina (m. 2668) - Laghi di Palasina (m. 2518).** Percorso di discesa su di un sentiero ripido ma ben tracciato. Il ritorno avviene per il percorso di andata.

**3) Mandriou (m. 1800) - Becca Treccare (3033)**

**Dislivello m. 1250 - tempo di salita ore 5,30 - difficoltà: E/EE**

**A) Mandriou (m. 1800)-Colle Vascoccia (m. 2550) Fino all'Alpe Metzán:** da 1800 a 2000 metri per comodo sentiero, che attraversa in parte il bosco e in parte una conca prativa (ore 0.30) : da 2000 a 2280 metri per comodo e non ripido sentiero sulla costa di un pendio erboso -arbustivo (ore 1) da 2280 a 2550 metri per sentiero in mezzo a prati con vari pendii, ma sempre agevole (ore 1)-  
Si precisa, per chi vuole, che all'alpe Metzán è situato un comodo agriturismo per pasti o merende

**B) Colle Vascoccia (m. 2550) - Col di Nana (m. 2775).** Superato il Colle di Vascoccia il percorso si sviluppa sull'alto vallone di Nana di fronte al Gran Tournalin su un tracciato trasversale su terreno a tratti prativo ed a tratti morenico (tempo circa ore 1,30 - totale 4 ore)

**C) Col di Nana (m. 2775) - Becca di Treccare (m. 3033).** Percorso molto ripido e faticoso che si sviluppa inizialmente per una dorsale e, successivamente su cresta affilata con tratti esposti. (tempo ore 1,30- totali ore 5,30 da Mandriou. .

**Il ritorno, in alternativa al percorso di andata,** può essere effettuato scendendo dal Col di Nana all'Alpe Tournalin Superiore lungo l'Alta Via n. 1 prendendo la deviazione per Mandriou



**Club Alpino Italiano  
Sezione Ligure  
Commissione Escursionismo**

**Settimana Verde in Val d'Ayas (Valle D'Aosta)**  
da Sabato 17 luglio a Sabato 24 luglio 2021

**4) S. Jacques-Pian di Verra- Lago Blu-Pian di Verra sup (m. 2382) -sentiero Bettolina-  
Pian di Verra inferiore- Resy-S. Jacques  
Dislivello totale m. 800 – tempo di salita ore 3- difficoltà E**

Ore 7 colazione . Ore 7,30 partenza per Saint Jacques con bus o auto privata

**A) Saint Jacques (m. 1687) a Pian di Verra Inferiore (m. 2050).** Da S. Jacques si segue la strada oltre la chiesa; Giunti ad un bivio con una cappelletta al centro, si segue la strada a destra, che finisce poco dopo. Si attraversa un ponticello in località [Blanchard](#), e si continua a seguire il sentiero lastricato, segnato come 7 e 7A, e sulla cartina anche come 8. Giunti a un altro bivio a T, si segue il sentiero lastricato a destra. Dopo -25' si arriva in località [Fiery](#), al bivio segnato con parecchi cartelli si svolta a destra, seguendo sempre il sentiero 7 / 7A (tralasciando, a sinistra, il Vallone delle Cime Bianche). Si continua a seguire il sentiero e si costeggia [Beau Bois](#) lasciandola sulla destra.

Dopo circa altri 25 minuti il sentiero raggiunge il [Pian di Verra inferiore](#) (m. 2050)

**B) Pian di Verra inferiore (m. 2050) lago Blu (metri 2245).** All'inizio del pianoro si incontra un grande masso erratico dove il sentiero si riunisce alla strada sterrata che, proveniente da St.-Jacques, attraversa il pianoro. Questo ospita alcuni alpeggi e abitazioni, nei pressi dei quali, segnalato da una palina, si stacca dalla strada il sentiero 8 per il Colle Bettolina, ma per il lago Blu si rimane ancora sulla strada principale. All'estremità nord del Pian di Verra Inferiore la strada piega a destra e attraversa il Torrente di Verra con un ponte; prima del ponte e in corrispondenza della curva è evidentissimo l'inizio del tratto terminale del sentiero per il lago, numerato 7 ed evidenziato ancora da segnaletica verticale. (poco dopo il ponte è presente una fontana di acqua potabile). Rimanendo sul sentiero 7 si ricomincia a salire lungo il torrente lungo un tracciato misto di terra e sassi. In prossimità della conca morenica che ospita il lago si supera un recente ponte in pietra, recentemente costruito, che scavalca l'emissario del lago ed a pochi metri la sponda sud del lago Blu. Il lago può essere comodamente aggirato, preferibilmente in senso antiorario; sulla sponda nord è presente una comoda spiaggetta.

**C) Lago blu (m. 2245) - Pian di Verra superiore (m. 2382). -**

Dal lago si prosegue in direzione est superando due ponti, ortogonali l'uno rispetto all'altro, che permettono di attraversare facilmente i corsi di acqua di fusione provenienti dal Grande Ghiacciaio di Verra. Subito dopo il secondo ponte il sentiero piega a sinistra guadagnando qualche metro di quota; si tralascia una deviazione a destra - visibile ma non segnalata - che scende direttamente verso un tornante della sottostante strada. Si sale in direzione nord-est, guadagnando per un breve tratto il filo della cresta della morena seguendo, ma più in alto, la strada sterrata che proviene dal Pian di Verra Inferiore. Dopo circa 150 metri si abbandona la cresta e si scende verso destra, andando così a riunirsi alla strada. Si continua sulla strada sterrata per raggiungere prima la parte inferiore del Pian di Verra Superiore, e poi eventualmente se necessario il bacino superiore, che ospita alcuni alpeggi. Il ritorno

a pian di Verra inferiore avviene, senza ripassare dal lago Blu, per ripido sentiero fra morena e bosco. Volendo, da Pian di Verra Inferiore, ci si può trasferire a Resy (m. 2072) per sentiero nel bosco di circa un'ora e scendere, con un percorso ad anello, a S. Jacques per correndo una ripida mulattiera.



**Club Alpino Italiano  
Sezione Ligure  
Commissione Escursionismo**

**Settimana Verde in Val d'Ayas (Valle D'Aosta)  
da Sabato 17 luglio a Sabato 24 luglio 2021**

**5) Mandriou (m. 1800) – Becca di Nana o Falconetta(m. 3010)  
Dislivello m. 1250 tempo di salita ore 3,30 difficoltà: E**

**A) Mandriou (m. 1800)-Alpe Vascoccia(m.2280)** da Mandriou ad alpe Metzán (m. 2000)per comodo sentiero , che attraversa in parte il bosco e in parte una conca prativa (ore 0.30)

Da Alpe Metzán ad Alpe Vascoccia : per agevole sentiero sulla costa di un pendio erboso -arbustivo (ore 0.40)

B)Alpe Vascoccia (m. 2280)- Pian Resignolè (m. 2400) Percorso su sentiero tra i prati di circa 40 minuti

C)Pian Resignolè(m. 2400) – Becca di Nana (3010). La prima parte del percorso è su dorsale erbosa, successivamente, con pendenza sempre crescent, su pendio morenico . Dalla cima panorama a 360 gradi su tutta la Valle d'Aosta. Il ritorno avviene sullo stesso percorso di risalita

D) Becca di Nana (m 3010) – Col di Nana (m. 2775). Volendo si può allungare il percorso scendendo al Col di Nana seguendo un sentiero più impegnativo con qualche roccetta di difficoltà EE. In tal caso il ritorno può essere effettuato scendendo dal Col di Nana all'Alpe Tournalin Superiore lungo l'Alta Via n. 1 prendendo la deviazione per Mandriou

**Percorsi alternativi in caso di condizioni meteo sfavorevoli**

**1) Frachey (m. 1614) Alpe Varda (m.2052)- Pallenc (m. 1707)- Champoluc (m. 1658).** da Frachey si sale per sentiero nel bosco fino ad una radura prativa a 2000 metri. Di qui si può ricongiungersi alla strada carrareccia del vallone di Nana e ridiscendere su s. Jacques con un anello in totale ore 3 oppure ci si può dirigere in direzione sud attraverso sentiero fino a scendere su palenc a quota 1600 circa. Di qui si ridiscende per scorciatoie a Champoluc da dove si torna a piedi o con navetta a Frachey per un totale di ore 4/5)

**2) Champoluc( m. 1658)- Pilaz(m. 1530)- Magnachoulaz (m. 1540)- Antagnod (m.1694) Barmasc (m. 1828)- Borbey- Lignod (m. 1630) Pacharbon- Periasc (m. 1503)- Champoluc (m. 1658) percorso quasi tutto in piano o con brevi dislivelli , che propone un anello attraverso borghi caratteristici utilizzando sentieri e brevi tratti per centri abitati caratteristici. Totale dislivello m.300/350 e km 8 circa)**

**3) Barmasc (m. 1828) -Pian delle Signore (m. 1850)- rou Courtoz (m. 1900)** percorso pianeggiante lungo il rou Courtoz , che si sviluppa tutto su sentiero o carrareccia in parte nel bosco e in parte fra prati per un totale circa di 6/7 km

**4) Col de joux ( m. 1640) -in auto- Sommarese (m. 1536)** percorso pianeggiante su comoda carrareccia in piano , affacciato sulla vallata di Aosta di circa 2 ore 2.30 fra andata e ritorno

**5) Frachey (1614)- alpe Ciarcerio(m. 1975) - Tacconetta (m. 2089)- Alpe Mandria (m. 2271)- Soussun(m. 1975) - Crest-(m. 1935)- Champoluc** (tragitto tutto su carrareccia, che tocca punti di ristoro. Si può utilizzare l'impianto di cremagliera in salita fino all' alpe Ciarcerio e funivia in discesa da Crest. È un percorso panoramico per prati e boschi, che offre anche l'opportunità di

sostare utilizzando i punti di ristoro. Alcuni di questi offrono un servizio Jeep ai propri clienti





**Club Alpino Italiano**  
**Sezione Ligure**  
**Commissione Escursionismo**  
**Settimana Verde in Val d'Ayas (Valle D'Aosta)**  
da Sabato 17 luglio a Sabato 24 luglio 2021

**NOTE**

**Iscrizioni:** Entro il 1 luglio 2021, presso il direttore di escursione Chiara Cattanei

**Sistemazione:** Presso l'hotel Monte Cervino località Frachey (m. 1614) frazione di Champoluc. In camere a due/tre letti ed in numero limitato in camere singole. Si può anche optare per sistemazione in alloggi nelle vicinanze. **Il punto di raccolta e partenza delle escursioni rimane l'hotel Monte Cervino**

**Costi:** Euro 60 a persona comprendente: colazione, pranzo al sacco, cena e pernottamento in camera doppia; euro 70 per sistemazione in camera doppia ad uso singolo.

**Quota:** Contributo obbligatorio di **€ 1 a persona** per spese organizzative a favore della Commissione Escursionismo della Sezione Ligure.

**Numero massimo partecipanti:** 20 persone nelle diverse sistemazioni.

**Accessori Obbligatori:** oltre la dichiarazione di cui al punto seguente, mascherina con ricambi, gel disinfettante e guanti monouso  
Scaricare la scheda obbligatoria di autocertificazione Covid dal sito Cai Ligure Escursionismo alla voce Escursioni Sociali 2021 da compilare e consegnare al responsabile Covid al momento della partenza.

**Attrezzatura:** Abbigliamento da escursionismo adeguato alla quota ed alla stagione, tenendo presente che le escursioni si svolgeranno in severo ambiente alpino fino a quote elevate. E' consigliato l'uso di bastoncini per la progressione, indumenti pesanti a causa delle possibili repentine variazioni atmosferiche. E' altresì consigliato avere in dotazione adeguato ricambio indumenti per le escursioni in caso di condizioni meteo avverse. Indispensabile; guanti, cappello per il sole, crema solare.

**Preparazione fisica:** Le escursioni si svolgono, per la maggior parte, a quote elevate superiori ai 2000 metri e con dislivelli ragguardevoli superiori ai mille metri. E' richiesto quindi un buon allenamento fisico ed una buona preparazione a percorsi ad alta quota