

CAMMINIAMO **INSIEME**

# GUIDA ALLE PASSEGGIATE

Valle d'Aosta

Edizione 2024

# COME FUNZIONANO LE PASSEGGIATE

Questa Guida propone una serie di passeggiate nel territorio della Valle d'Aosta che fanno parte di un'iniziativa per promuovere l'attività fisica. È un progetto che sostiene un approccio attivo alla salute, suggerendo come impegnarsi ogni giorno per adottare stili di vita sani e per ricercare lo stare bene anche dal punto di vista psicologico, in particolare evitando l'isolamento.

Queste camminate sono un contributo in questa direzione e hanno il duplice scopo di favorire l'attività fisica e di aiutare a stare in gruppo, anche per rafforzare quei legami che accrescono il senso di comunità.

Nella Guida sono proposte 60 passeggiate distribuite a diverse quote, da percorsi nel fondovalle sino a sentieri in quota lungo i "rus". Sono passeggiate di diversa difficoltà e ognuno, in modo responsabile, deve scegliere i percorsi valutando oggettivamente le proprie capacità e le proprie condizioni fisiche.

Ogni passeggiata permette di scoprire elementi di interesse storico o naturalistico. Alcuni sono indicati direttamente nella descrizione e segnalati sulle cartine, ma potete trovare di più sul web semplicemente indicando il nome della passeggiata o dei luoghi che attraversa.

Si raccomanda sempre l'uso di un abbigliamento consono all'attività fisica (scarpe da trekking o adatte a camminare all'aperto, abiti comodi, un protezione contro la pioggia e, secondo la stagione, il freddo) e di portare con sé acqua e, in estate, protezione solare.

## SIATE PRUDENTI

Chi segue gli itinerari indicati nella guida lo fa **sotto la propria completa responsabilità** e sapendo che affronta i **possibili rischi** delle attività all'aria aperta in montagna.

Se non trovate riferimenti precisi sul terreno rispetto al percorso che intendete fare, **fermatevi e piuttosto tornate indietro**. Non avventuratevi mai in tracciati non conosciuti o segnalati.

Non partire mai da solo e se lo fai fornisci a qualcuno precise indicazioni sul percorso che intendi fare. Non avventurarti in percorsi difficili o superare tratti impervi oltre le tue possibilità perché deve essere sempre in grado di tornare sui tuoi passi.

CAMMINIAMO **INSIEME**

## ALCUNE NOTE PRATICHE

### Limiti di questa Guida

Questa pubblicazione **NON** è una guida escursionistica tecnica. Il suo scopo è indicare alcune alcuni percorsi idonei a fare del movimento per la propria salute e benessere.

Le cartine **NON** hanno il livello di dettaglio che permetta di usarle per orientarsi sul terreno e quindi **NON** possono essere prese come riferimento topografico. Le indicazioni di percorso danno riferimenti generali che vanno completati da **un'attenta lettura della segnaletica** sul posto.

Questa Guida fornisce informazioni essenziali sul percorso perché è concepita unicamente per dare dei suggerimenti e invitare le persone a camminare e muoversi. Se volete informazioni più precise procuratevi le guide tecniche che si trovano in commercio.

### Informarsi prima di partire

In montagna anche una semplice passeggiata può riservare delle sorprese. Informatevi sempre sulle condizioni meteo e se non conoscete il percorso chiedete informazioni a qualcuno della zona rispetto a rischi che non possono essere segnalati in questa Guida.

Fate attenzione a cartelli e segnali che possono indicare un particolare pericolo. Non avventuratevi mai su un sentiero o una strada poderali se vi è un segnale di pericolo o una barriera di chiusura.

La Guida vi fornisce i nomi dei percorsi. Potete quindi ricercare informazioni di maggior dettaglio sul WEB sui numerosi siti specializzati.

### Usare le cartine e i Qr Code

Nelle cartine sono indicati i punti di partenza e arrivo. Per arrivare alla partenza usare il Qr Code o inserire su Google Maps il link web indicato. Il tracciato è segnato in rosso o blu e, salvo diverse indicazioni, il rientro avviene sullo stesso percorso dell'andata.

## CAMMINARE IN INVERNO

Si può camminare in tutte le stagioni. Anche in inverno, nelle belle giornate, in particolare se il periodo è secco e con un innevamento limitato, passeggiare nelle ore più calde del giorno può essere piacevole e benefico per la nostra salute e il nostro benessere.

Molte passeggiate sono praticabili in inverno ma quando camminiamo nella stagione fredda dobbiamo tenere presenti alcuni aspetti e prendere certi accorgimenti:

- molti percorsi praticabili in estate non lo sono in inverno. Oltre all'eventuale presenza di neve, e ai rischi collegati (valanghe, slavine, ecc.), lungo il percorso vi possono essere altri pericoli: fondo ghiacciato, lunghe zone in ombra nelle quali non è piacevole camminare, effetti del gelo e disgelo sulle rocce che possono causare caduta di massi;
- dobbiamo avere un abbigliamento e un'attrezzatura specifica. Vestirsi a strati è molto importante in inverno, specie nelle giornate miti e soleggiate. Si può passare da momenti in cui si è accaldati ad altri dove si rischia il raffreddamento;
- i bastoncini sono essenziali, soprattutto se dobbiamo superare tratti, anche brevi, con il fondo gelato dove ci sentiamo insicuri;
- può essere molto utile dotarsi di "ramponcini". Sul mercato sono presenti molti modelli che si possono applicare su ogni tipo di scarpa da trekking, alta o bassa. Il loro costo è limitato rispetto ai vantaggi che offrono. Con i ramponcini aumenta considerevolmente la presa quando camminiamo sulla neve dura o quando attraversiamo superfici ghiacciate. Ci sentiremo più sicuri, cammineremo in modo più "sciolto" e quindi godremo di più la nostra camminata;
- anche in inverno occhiali e crema solare sono importanti. Specie in presenza di neve i raggi solari possono causare problemi e anche danni ai nostri occhi e alla nostra pelle. Inoltre, in inverno creme e burro cacao per le labbra proteggono anche dagli effetti del freddo (screpolature, pelle secca, ecc.).

CAMMINIAMO **INSIEME**

## SCOPRIRE LE RICCHEZZE DEL NOSTRO TERRITORIO

Le passeggiate di questa Guida suggeriscono percorsi all'interno di un territorio ricco di storia, cultura, natura e tradizioni.

Oltre a praticare una sana attività fisica, passeggiare è un modo per scoprire questo patrimonio e per aggiungere al benessere per il corpo anche stimoli per la nostra mente.

Potete trovare informazioni su quello che c'è da vedere in ogni zona interessata dalle passeggiate cercate sulle guide specializzate per l'escursionismo: ve ne sono molte che suggeriscono i punti di interesse toccati o vicino ai percorsi. In alternativa potete cercare sul WEB. I siti dei Comuni molto spesso hanno sezioni dedicate all'arte e alla cultura del loro territorio e molti hanno anche pagine per le escursioni.

Se decidete di arricchire la vostra passeggiata con queste ulteriori visite, pianificate il percorso prima della partenza per far sì che, quando sarete sul posto, non dobbiate avere problemi o perdere del tempo per ritrovare e raggiungere i vostri punti di interesse.

Portate con voi un libro. Durante una passeggiata è sempre opportuno avere un momento di riposo. Dopo aver contemplato la bellezza di quanto vi circonda, immergersi in un libro che vi appassiona in un contesto sereno e tranquillo, vi regalerà sicuramente un'esperienza di benessere.

## VIAGGIAMO SOSTENIBILI

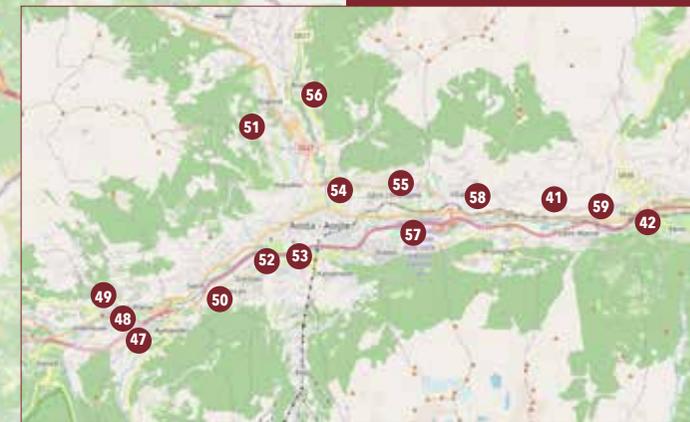
Laddove e quando possibile utilizzate i mezzi pubblici.

Tuttavia, considerato che molti punti di partenza delle passeggiate di questa Guida non sono serviti dalle linee di trasporto pubblico, dovrete spesso spostarvi in auto. Cercate quindi di utilizzarla con responsabilità e in modo sostenibile.

Un modo semplice ma efficace è condividere il viaggio con altre persone. Telefono e gruppi WhatsApp vi consentono facilmente di preparare la passeggiata nei giorni precedenti e di far sapere ad altri se avete bisogno di un passaggio o se potete mettere a disposizione la vostra auto. Col tempo spostarsi con altre persone diventerà una buona abitudine che rende più simpatico il tempo passato a viaggiare, creando meno danni all'ambiente e ottimizzando i costi dello spostamento.

PASSEGGIATE IN **VALLE D'AOSTA**

# Le passeggiate "Camminiamo insieme"



- |   |   |   |  |   |  |
|---|---|---|--|---|--|
| 1 Il fondovalle della Val Veny (Courmayeur)           | 11 Ru de By (Doues - Ollomont)                      | 21 Rifugio Magià (Nus)                                | 31 Anello dei 6 ponti (Pontboset)                    | 41 Ru Crépellaz verso il vecchio ponte (Quart)          | 51 Ru Bourgeois da Varney (Gignod)             |
| 2 La Val Ferret da Planpincieux (Courmayeur)          | 12 Ru d'Allein (Allein - Etroubles)                 | 22 Clavalité verso Bivacco Borroz (Fénis)             | 32 Vallone de l'Alleigne (Champorcher)               | 42 Sentiero dei Pescatori (Fénis)                       | 52 Cimitero Aosta - Jovençon - Aymavilles      |
| 3 Lago d'Arpy - Col Croce dal Colle S. Carlo (Morgex) | 13 Ru du Mont (Doues - Ollomont)                    | 23 Champlong - Col Saint Pantaléon (Verrayes)         | 33 Da Chanavey al Thumel (Rhêmes-Notre-Dame)         | 43 Col St-Pantaléon - Cappella St Evence (Saint-Denis)  | 53 Cimitero Aosta - Plan Felinaz (Aosta)       |
| 4 Court de Bard (La Salle - Avise)                    | 14 Plan Puitz (S-Rhémy-en-Bosses)                   | 24 Verso Chiesetta Gilliarey - Lago Cignana (Torgnon) | 34 Valnontey a Cogne                                 | 44 Verso le Pale eoliche (Saint-Denis)                  | 54 Saumont - Ponte G. Arvou - Quota BP (Aosta) |
| 5 Lungo il Lago Beaugerard (Valgrisenche)             | 15 Arp de Jeu - Col Crevacol (S-Rhémy-en-Bosses)    | 25 La Magdeleine - Chamois (La Magdeleine)            | 35 Big Bench - Castello di Montmayeur (Arvier)       | 45 Ru de la Plaine (Saint-Vincent - Châtillon)          | 55 Ru Pompillard da Sorreley (S-Christophe)    |
| 6 Usellières - Refuge de l'Epée (Valgrisenche)        | 16 Arp de Jeu - Merdeux (S-Rhémy-en-Bosses)         | 26 Valtourneche - Chamois (Valtournenche)             | 36 La Ravoire - Lago Lolair (Arvier)                 | 46 Dal Ponte Romano a Montjovet (Saint-Vincent)         | 56 Ru Pompillard da Roisan (Roisan)            |
| 7 Rifugio Benevolo (Rhêmes-Notre-Dame)                | 17 Etroubles - Cerisey - Fontana Citrin (Etroubles) | 27 Ru d'Arlaz (Challand-Saint-Anselme)                | 37 Ru Neuf da Echevennoz (Etroubles)                 | 47 Casello autostrada - Sarriod de la Tour (Aymavilles) | 57 Area verde Pollein - Brissogne (Pollein)    |
| 8 Gimillian - Alpeggio Grauson vecchio (Cogne)        | 18 Lungo il Lago Place Moulin (Bionaz)              | 28 Dal Col di Joux verso Barmasc (Saint-Vincent)      | 38 Ru Neuf Plan d'Avie - Buthier (Aosta - Gignod)    | 48 Castello Sarre - Sentiero delle vigne Saint Pierre   | 58 Ru Souverou dal Monastero (Quart)           |
| 9 Vetan - Vens (Saint-Pierre - Saint-Nicolas)         | 19 Da Ozein a Pila (Aymavilles - Gressan)           | 29 Ru Courtaud da Barmasc verso la sorgente (Ayas)    | 39 Campo sportivo Roisan - Ponte G. Arvou (Porossan) | 49 Sentiero nelle vigne dalla Clinica di Saint Pierre   | 59 Chetoz - Nus sul Ru de Mazod (Quart - Nus)  |
| 10 Col de Joux - Vertosan (Saint-Nicolas - Avise)     | 20 Lignan - Ponte in Val Chaleby (Nus)              | 30 Passeggiata della Regina (Gressoney-Saint-Jean)    | 40 Lin Blanc - Alpeggio Planes (Arpuilles)           | 50 Da Pompiod alla Côte de Gargantua (Gressan)          | 60 Ru Marseiller (Verrayes - Châtillon)        |

## Caratteristiche generali

Il percorso si snoda lungo il fondovalle della Val Veny di Courmayeur, in un paesaggio modellato dai ghiacciai e trasformato dall'attività agricola e pastorale dell'uomo. Il paesaggio verso sud-ovest si apre verso il Col de la Seigne. Nella zona del Freney si può osservare l'imponente fronte del Ghiacciaio del Miage.

## Come arrivare in auto

Da Courmayeur procedere lungo la SS26 verso il tunnel del Bianco e usciti dal capoluogo, prima dei tunnel paramassi, prendere il bivio sulla sinistra e seguire la strada per la Val Veny. Dopo aver superato il Santuario di Notre Dame de la Guérison e aver scollinato, continuare per circa un chilometro e poi prendere il bivio sulla destra per arrivare alla partenza del percorso a Perthud.

## Percorso

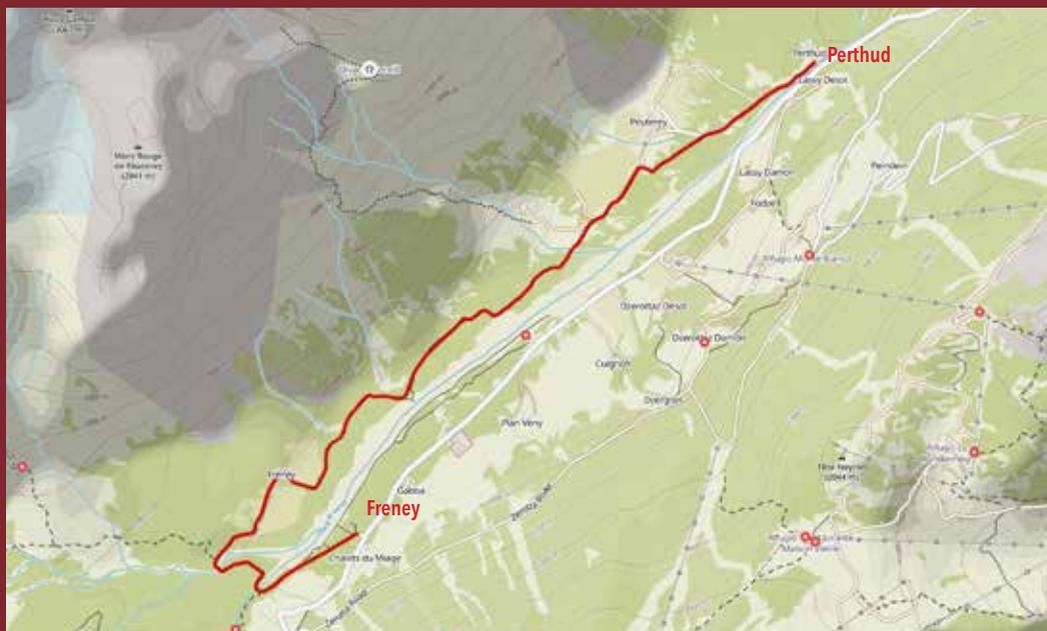
Da Perthud dirigersi verso la testata di valle, seguendo la strada che porta verso bosco del Peuterey. Superato il bosco continuare sul percorso in sinistra orografica e, dopo una breve salita, raggiungere la località Peteurey. Da qui proseguire con la strada poderele sino alla località Chalet du Miage. Il rientro può avvenire anche lungo la strada asfaltata risparmiando circa 1 km.

## Punti di interesse

- Ghiacciaio del Miage
- Bosco di Peteurey

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/zicrEsucxW5A9pmS7>



## Dati tecnici

**Partenza:** Perthud (1.504 m) **Arrivo:** Chalet du Miage (1.608 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 104 m **Distanza A / R:** 8,5 km

**Tempo A / R:** 3h00 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

La Val Ferret presenta un insieme di valori paesaggistici e naturalistici di eccezionale interesse. È una valle glaciale dominata dalla catena del Monte Bianco con un'ampia zona umida alternata a boschi e zone di alpeggio. Nella parte alta, dopo la località Lavachey si può osservare la sorgente del Frebouge. Il percorso è fruibile anche in inverno seguendo la pista segnata che corre vicino alle piste di sci di fondo.

## Come arrivare in auto

Da Courmayeur seguire le indicazioni per la Val Ferret. Tenere conto che nei periodi di chiusura della strada comunale della Vallata potrebbe essere necessario utilizzare l'apposito servizio navetta (per info consultare il sito WEB del Comune). Giunti a Planpincieux si può lasciare l'auto nell'ampia zona parcheggio subito dopo l'abitato.

## Percorso

Dal parcheggio imboccare il percorso che si snoda prima nei prati poi in una zona boscata. Giunti alla Cappella proseguire sulla pista a bordo strada sino alla località Pra Sec: attraversare il parcheggio e imboccare la pista che, superato il torrente, porta in sinistra orografica. Da qui seguire il sentiero sino a Lavachey. Continuare lungo la strada, passare oltre l'area pic-nic e prendere il ponte. Seguire il percorso che porta prima alla sorgente Frebouge e poi a Lavachey.

## Punti di interesse

- Zona umida tra Pra Sec e Lavachey
- Sorgente del Frebouge

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/ZPpBpzcBjUUK4aeA>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio Planpincieux (1.582 m) **Arrivo:** Lavachey (1.689 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 107 m **Distanza A / R:** 10 km

**Tempo A / R:** 3h30 **Periodo:** tutto l'anno

## Caratteristiche generali

Il Colle San Carlo è una sito di grande interesse paesaggistico e con pochi minuti, seguendo una pista dietro il ristorante, si giunge a un punto panoramico con una vista eccezionale sul Massiccio del Bianco. Il Lago d'Arpy, per la sua collocazione e per la natura che lo circonda è uno dei più belli e scenografici della regione.

## Come arrivare in auto

Arrivando da Aosta, prima di entrare nell'abitato di Morgex, alla rotatoria prendere la strada per il Colle San Carlo. Seguire la strada sino al Colle, punto di partenza del sentiero.

## Percorso

Il sentiero per il Lago d'Arpy si trova a sud della strada all'interno del bosco nelle immediate vicinanze del parcheggio del Colle. Seguire l'ampia pista ben tracciata e non prendere alcuna deviazione. Dal lago seguire le indicazioni per il Col Croce lungo il sentiero n. 17 ben tracciato. Arrivati al Colle si può decidere di fare una rapida variante verso la Punta della Croce, oppure ritornare al Colle San Carlo seguendo il sentiero n. 16 che passa in alto sopra il Lago.

## Punti di interesse

- Il Colle San Carlo e la vista sul Monte Bianco
- Il Lago d'Arpy
- Il Col Croce e la vista sul Monte Bianco

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/3Eon4KcUBFks6afU7>



## Dati tecnici

**Partenza:** Colle San Carlo (1.950 m) **Arrivo:** Col Croce (2.365 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 410 m **Distanza A / R:** 11 km

**Tempo A / R:** 4h15 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

Court de Bard è un eccezionale balcone che domina la Valdigne e che permette di contemplare il massiccio del Monte Bianco. È una gita affascinante sia in estate sia all'inizio dell'autunno e permette di apprezzare i boschi e i pascoli di alta quota.

## Come arrivare in auto

Arrivando da Aosta, dirigersi verso La Salle e da qui prendere la strada per la collina e le frazioni alte. Parcheggiare a Challancin.

## Percorso

Da Challancin proseguire sulla strada (chiusa al traffico) che si alza con alcuni tornanti.

Diventata sterrata, in corrispondenza del terzo tornante, prendere il sentiero sulla destra che sale nel bosco raggiungendo le baite di Arpillès. Proseguendo si raggiunge il Col di Bard. Deviare a destra e seguendo la larga cresta erbosa si arriva in breve alla sommità del Court di Bard. Discesa per l'itinerario di salita.

## Punti di interesse

- Vista sul Monte Bianco

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/GjdXckDULG3redGr9>



## Dati tecnici

**Partenza:** Challancin (1.645 m) **Arrivo:** Court de Bard (2.236 m)

**Difficoltà:** impegnativo **Dislivello:** 590 m **Distanza A / R:** 9 km

**Tempo A / R:** 5h00 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

La Diga e il lago di Beauregard sono inseriti nella natura selvaggia dell'alta Valgrisenche. Il percorso è pianeggiante e permette di godere della vista del lago per poi aprirsi, nella parte terminale, verso la corona di montagne che chiude la valle.

## Come arrivare in auto

A Leverogne, Arvier, prendere la strada per la Valgrisenche. Arrivati a Valgrisenche superare il capoluogo e dopo un centinaio di metri, prima della galleria paravalanghe, imboccare la strada che scende sulla sinistra e seguirla sino alla Diga dove si trova una zona parcheggio.

## Percorso

Dal parcheggio prendere la strada che scende verso la Diga e, arrivati al tornante, proseguire per la pista poderale. Seguire la pista lungo la sponda del lago sino al villaggio di Usellières.

## Punti di interesse

- Diga e lago di Beauregard

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/pEBfc7reW3MUg31F6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Diga di Beauregard (1.730 m) **Arrivo:** Villaggio di Usellières (1.830 m)

**Difficoltà:** Facile **Dislivello:** 110 m **Distanza A / R:** 8,5 km

**Tempo A / R:** 3h00 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

Il Refuge Baita de l'Épée è una destinazione escursionistica molto frequentata in estate e permette al tempo stesso di attraversare l'alta Valgrisenche correndo a lato del Lago di Beaugerard e poi di immergersi nel panorama dei pascoli e della natura dell'alta quota.

## Come arrivare in auto

Raggiungere Valgrisenche e da qui proseguire verso la frazione Bonne, attraversarla e continuare lungo la strada che scorre sulla sinistra orografica del lago sino a giungere al villaggio di Usellières, dove si parcheggia l'auto.

## Percorso

Dal parcheggio imboccare la strada poderale e seguire le indicazioni per il rifugio. Dopo un centinaio di metri prendere la pista che sale sulla sinistra. Il sentiero 9a taglia diverse volte l'interpodereale e volendo si può percorrere anche quest'ultima che sale in maniera più dolce. Il percorso attraversa un bosco di larici secolari e nell'ultima parte, dopo alcuni alpeggi, il sentiero sale più ripido per raggiungere rapidamente il rifugio.

## Punti di interesse

- Diga e lago di Beaugerard
- Refuge de l'Épée

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/K2AZbh45V5rLC9Yx6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Villaggio di Usellières (1.787 m) **Arrivo:** Rifugio Chalet de l'Épée (1.351 m)

**Difficoltà:** Facile **Dislivello:** 560 m **Distanza A / R:** 8,5 km

**Tempo A / R:** 4h15 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

La gita al rifugio Benevolo è un classico per moltissimi valdostani perché si gode del paesaggio eccezionale dell'alta Val di Rhêmes e si può godere della vista su una maestosa Granta Parei che domina la scena insieme ad altre vette quali la Tzanteleina. Ricca di acque e di vegetazione, è un'escursione da fare nel cuore dell'estate.

## Come arrivare in auto

Da Introd salire sino a Rhêmes-Notre-Dame e da qui proseguire verso Thumel. Prima di raggiungere questa località parcheggiare nell'ampia zona di sosta sulla sinistra della strada.

## Percorso

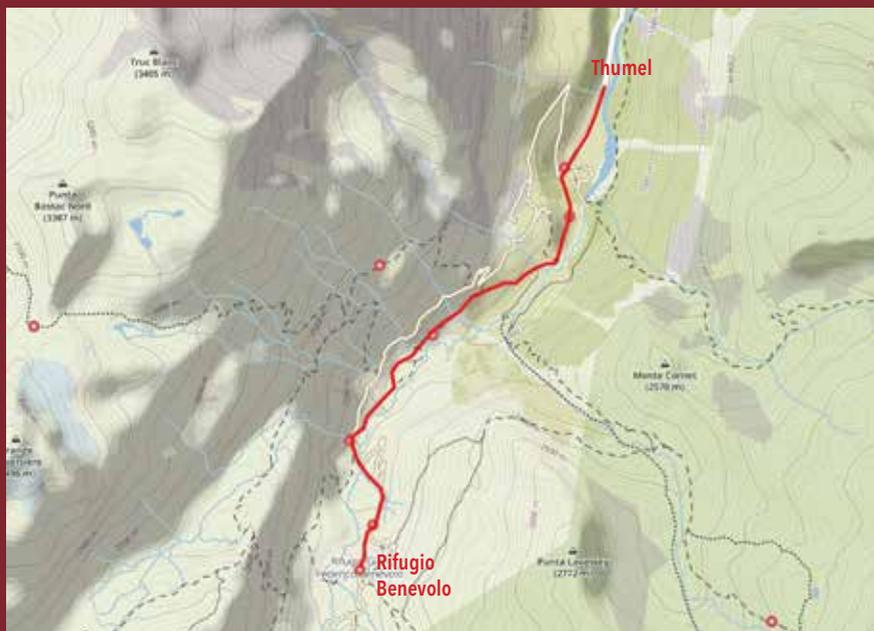
Dal parcheggio del Thumel proseguire a piedi lungo la strada e giunti al villaggio prendere il sentiero ben segnalato che parte sulla sinistra in corrispondenza del tornante. Da qui continuare senza possibilità di errore lungo il sentiero. Non abbandonare mai la traccia specie in alcuni punti che passano, con pendii scoscesi, sopra il torrente. L'ultima parte è più ripida ma si raggiunge in breve tempo il rifugio.

## Punti di interesse

- Rifugio Benevolo
- Vista sulla Granta Parei

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/KjDgA7RyTC1AsgBn6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Thumel (1.850 m) **Arrivo:** Rifugio Benevolo (2.270 m)

**Difficoltà:** medio-alta **Dislivello:** 420 m **Distanza A / R:** 8,7 km

**Tempo A / R:** 3h45 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

Il Vallone del Grauson è una parte del territorio di Cogne ancora poco conosciuta turisticamente e che è stata recentemente valorizzata dalla costruzione del rifugio omonimo. Il vallone presenta un paesaggio vario, con una prima parte molto scoscesa e una parte centrale dove si aprono numerosi ripiani utilizzati a pascolo. La destinazione della gita appunto in uno di questi dove sorge l'alpeggio di Grauson vecchio.

## Come arrivare in auto

Raggiungere Cogne e da qui salire in direzione di Gimillan. Raggiungere la parte alta dell'abitato e parcheggiare in prossimità dell'inizio della pista poderalo che porta all'imbocco del vallone.

## Percorso

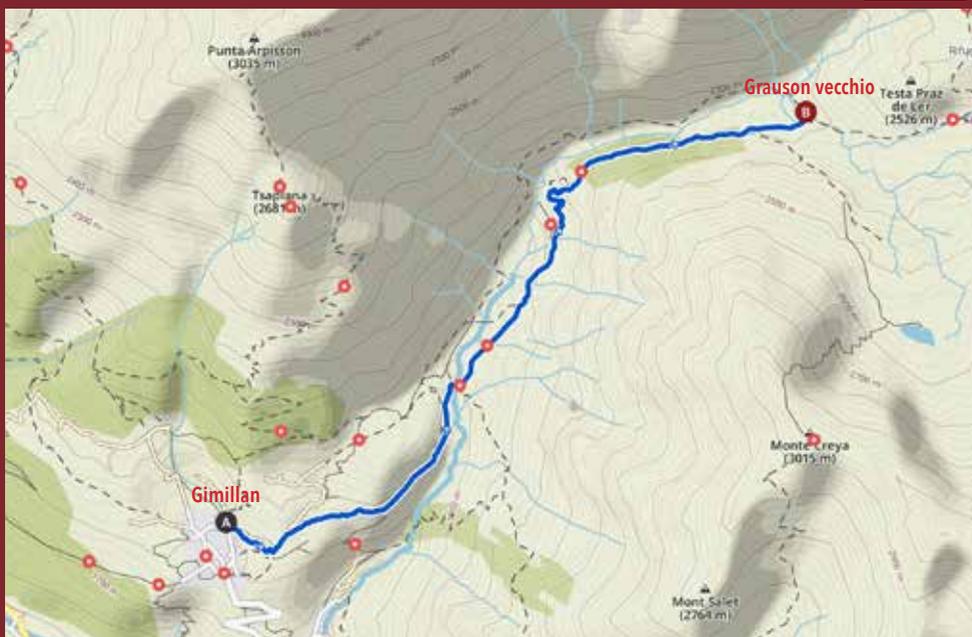
Lasciato il parcheggio, seguire le indicazioni per il vallone Grauson, sentiero 8. Il sentiero presenta inizialmente una sede ampia per poi restringersi una volta imboccato il vallone. Superato il torrente proseguire per un tratto con alcune salite per poi giungere al pianoro, meta della camminata.

## Punti di interesse

- Vista su Cogne e il Gran Paradiso da Gimillan
- Natura e geologia del Vallone del Grauson con i resti delle vecchie miniere

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/VQR18DNPMNeYjQSn6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Gimillan (1.807 m) **Arrivo:** Alpeggio Grauson Vecchio o inferiore (2.281 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 480 m **Distanza A / R:** 10 km

**Tempo A / R:** 3h45 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

Una bella balconata che si sviluppa attraverso pascoli di alta quota, costeggiando alpeggi e attraversando l'ampio vallone che separa le due località per giungere infine al pittoresco villaggio alpino di Vens.

## Come arrivare in auto

Raggiungere Saint-Nicolas e da qui proseguire in direzione Vetan, dove, superato il piccolo abitato si parcheggia al termine della strada in prossimità della zona picnic.

## Percorso

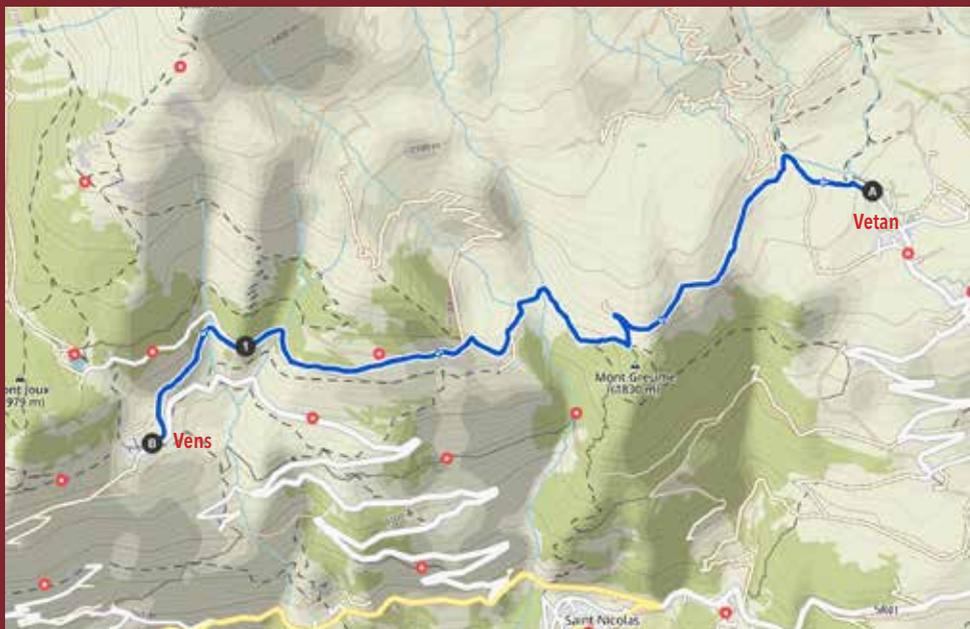
Lasciato il parcheggio prendere il sentiero 17° che attraversando un ampio settore di pascoli porta all'alpeggio di Leytanettaz desot. Da qui continuare sul sentiero 17 che corrisponde alla tappa 13 del Cammino Balteo e oltrepassare l'alpeggio di Saint-Hélène. Dopo circa 400 metri prendere la pista poderale che si snoda sulla sinistra e seguirla fino ad incrociare la strada asfaltata che scendendo porta a Vens.

## Punti di interesse

- Vista sulla valle centrale
- Villaggi di Vetan e Vens

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/97uE2AqWQQJBZR4N7>



## Dati tecnici

**Partenza:** Vetan (1.855 m) **Arrivo:** Vens (1.730 m)

**Difficoltà:** medio-alta **Dislivello:** 390 m **Distanza A / R:** 10,6 km

**Tempo A / R:** 4h42 **Periodo:** da aprile a ottobre

## Caratteristiche generali

Facile camminata lungo la strada podereale che partendo dal Col de Joux di Vertosan percorre gran parte dell'omonimo vallone per giungere al caratteristico villaggio di Jovençan. La strada è spesso percorsa da auto con permesso di passaggio e da biciclette ed e-bike alle quali bisogna porre attenzione.

## Come arrivare in auto

Da Saint-Nicolas seguire le indicazioni per Vens. Oltrepassare questa località e salire ulteriormente la strada per alcuni chilometri sino a raggiungere il colle con il pittoresco laghetto dove si dovrà parcheggiare l'auto.

## Percorso

Lasciato il parcheggio proseguire per la strada interpodereale sino a raggiungere il villaggio di Jovençan.

## Punti di interesse

- Vista sulla valle centrale e verso il Monte Bianco
- Vallone di Vertosan con gli alpeggi

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/drUZG8HBagKqDFP1A>



## Dati tecnici

**Partenza:** Col de Joux (1.923 m) **Arrivo:** Jovençan di Vertosan (1.761 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 320 m **Distanza A / R:** 12,5 km

**Tempo A / R:** 4h30 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

Una bella e lunga passeggiata lungo il percorso del Ru de By che dall'omonima comba porta le acque sui versanti di Doues. In alternativa al percorso lungo il canale, che presenta alcuni tratti non difficili ma che richiedono attenzione e passo sicuro, si può seguire la pista poderale. Il percorso termina al laghetto di By dove in prossimità di trova una casa dove ha soggiornato Luigi Einaudi, in fuga verso la Svizzera.

## Come arrivare in auto

Da Doues, proseguire lungo la strada della collina e salire per una decina di chilometri, sino alla località Champillon dove si lascia la vettura in un ampio parcheggio.

## Percorso

Lasciata l'auto imboccare la pista poderale e poi prendere immediatamente il sentiero seguendo la segnaletica TDC - Tour du Combin. Il percorso si snoda all'interno di boschi con ampie radure per poi aprirsi nei pascoli della conca di By. Attenzione al tratto esposto sopra l'alpeggio di Pleytau dove è stato posta anche una corda corrimano di sicurezza. La camminata termina al laghetto nella conca di By dove nelle sue vicinanze si trova la Casa Farinet che ha ospitato Luigi Einaudi.

## Punti di interesse

- I pascoli di By
- Casa Farinet

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/eD1n9LZ2vbD4LFdt9>



## Dati tecnici

**Partenza:** Champillon di Doues (2.075 m) **Arrivo:** Lago conca di By (1.955 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 310 m **Distanza A / R:** 14,2 km

**Tempo A / R:** 6h00 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

Una facile passeggiata completamente pianeggiante che ci porta negli alpeggi e nei boschi di alta montagna. La prima parte dell'itinerario ci offre un'ampia visuale verso Aosta e la Valle del Gran San Bernardo mentre la seconda parte ci conduce verso il cuore del Vallone del Menouve con i suoi pascoli e i pendii che risalgono a nord verso il Col d'Hannibal.

## Come arrivare in auto

Da Aosta salire verso il Gran San Bernardo. Superato Gignod, prendere il bivio per Allein e raggiungere il Capoluogo. Da qui salire verso le frazioni alte in direzione Bramina, Ronc. Superato Ronc proseguire ancora sino alla fine della strada asfaltata, frazione Comba, dove lasciare l'auto nelle zone di sosta a bordo strada.

## Percorso

Dalla località Comba seguire la strada interpodereale che corre sopra il Ru intubato. Una prima parte del percorso si sviluppa in mezzo ai pascoli per poi entrare nel bosco dove continua per qualche chilometro. Usciti dal bosco si prosegue attraverso pascoli e prateria alpina sino a raggiungere un'altra interpodereale che sale sulla destra verso l'alpeggio Ponteille. Rientrare per lo stesso percorso.

## Punti di interesse

- Vista sul Malatrà

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/KXUeT858nQmzvtDa6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Comba (1.660 m) **Arrivo:** Alpe Ponteille (1.750 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 140 m **Distanza A/R:** 11 km

**Tempo A/R:** 3h00 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

Il Ru du Mont è famoso tra gli escursionisti per la lunga galleria che collega il Vallone di Ollomont con la balconata di Doues. È un percorso da fare solo se non si soffre di claustrofobia e si è attrezzati adeguatamente con torce o lampade frontali che consentano di muoversi in sicurezza nella galleria. Un bel sentiero che porta sino al villaggio di Vaud di Ollomont con la sua suggestiva chiesetta.

## Come arrivare in auto

Da Aosta dirigersi verso Valpelline e in corrispondenza di Roven, prendere il bivio per Doues. Dal capoluogo di Doues salire ancora verso la collina in direzione di Châtelair e una volta raggiuntala, lasciare l'auto nel parcheggio della frazione.

## Percorso

Dal parcheggio salire lungo la strada fino al primo tornante da dove, sulla destra, inizia il percorso del ru che dopo un centinaio di metri imbecca la prima galleria (lunga più di 500 m). Proseguire lungo il tracciato dove s'incontrano diversi passaggi che richiedono attenzione. Ritornare per lo stesso percorso.

## Punti di interesse

- Gallerie del Ru
- Cappella villaggio di Vaud
- Opere artistiche lungo il percorso

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/WhBqzLuYiFhLLWrt5>



## Dati tecnici

**Partenza:** Châtelair (1.661 m) **Arrivo:** Vaud (1.764 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 110 m **Distanza A / R:** 7 km

**Tempo A / R:** 3h00 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

Questo itinerario sale con un'interpodereale, solo a tratti un po' ripida, nei boschi che sovrastrano Saint-Oyen e il vallone del Gran San Bernardo. Dopo un primo tratto tra vecchi coltivi misti a rada vegetazione, la strada si immerge nel bosco nel quale rimane quasi sino a PlanPuitz. È una passeggiata ideale nelle calde giornate estive anche se in inverno sono molti a farla con le ciaspole visto che è completamente sicura. Da visitare, le gallerie militari di Plan Puitz, recentemente rese accessibili dal Comune.

## Come arrivare in auto

Da Aosta salire il Gran San Bernardo e dopo Saint-Oyen prendere in direzione del Colle. Dopo l'abitato di Saint-Rhémy proseguire sino al primo tornante e lasciare l'auto nel parcheggio sterrato sulla destra.

## Percorso

Dal parcheggio continuare sulla strada interpodereale che sale con alcuni tornanti sino alla località Plantaluc. Da qui proseguire ancora per un paio di tornanti, dopodiché la strada continua più pianeggiante. Dopo circa un chilometro seguire la pista che sale sulla sinistra e non quella che prosegue diritta. Continuare per giungere sino a Plan Puitz e rientrare per lo stesso percorso.

## Punti di interesse

- Fortino e gallerie militari di Plan Puitz

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/fXqXtdoyRi1bPUv6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio Saint-Rhémy (1.630 m) **Arrivo:** Plan Puitz (2.080 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 450 m **Distanza A / R:** 8,3 km

**Tempo A / R:** 3h15 **Periodo:** da maggio a ottobre

## Caratteristiche generali

Una bella camminata in alta quota che porta verso il Colle di Crevacol che guarda sia verso il gruppo del Malatrà sia verso il Colle del Gran San Bernardo. Una comoda pista poderalo risale il versante che in inverno è solcato dalle piste di sci da discesa e permette di godere della bellezza dei pascoli e di una visuale aperta verso la Valle del Gran San Bernardo.

## Come arrivare in auto

Da Saint-Rhémy-en Bosses, in corrispondenza della stazione di servizio, svoltare a destra e prendere la strada per le frazioni alte - Arp de Jeu. Seguirla sino a giungere alla località Arp de Jeu, dove si può parcheggiare nell'ampia spianata al termine della strada asfaltata.

## Percorso

Dal parcheggio prendere la strada poderalo che risale sulla destra, continuare per circa mezzo chilometro e poi prendere la pista che sale sulla sinistra. Da qui in poi seguire la pista poderalo sino a giungere ad una biforcazione. Sulla destra la pista sale fino alla stazione di monte della seggiovia mentre a sinistra si dirige verso il Vallone di Merdeux. Proseguire dritto lungo la traccia del sentiero per raggiungere prima alcuni edifici diroccati e subito sopra il Colle. Chi volesse può proseguire su un breve tratto di sentiero sulla sinistra per giungere alla Testa di Crevacol.

## Punti di interesse

- Gli alpeggi e i pascoli di alta quota
- Vista sul colle del Gran San Bernardo.

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/COAhtRNKZzY6AxaG9>



## Dati tecnici

**Partenza:** Arp de Jeu (1.993 m) **Arrivo:** Col de Crevacol (2.486 m)

**Difficoltà:** medio-alta **Dislivello:** 490 m **Distanza A / R:** 10 km

**Tempo A / R:** 3h56 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

Questa passeggiata permette di scoprire l'ambiente e il paesaggio della parte alta della Valle del Gran San Bernardo. È una camminata facile che, a parte alcune brevi salite, si snoda lungo una pista poderalo. Dall'alpeggio di Merdeux è possibile proseguire, su un sentiero più impegnativo, sino al Rifugio Frassati.

## Come arrivare in auto

Da Saint-Rhémy-en-Bosses, in corrispondenza della stazione di servizio, svoltare a destra e prendere la strada per le frazioni alte - Arp du Jeu. Seguirla sino a giungere alla località Arp de Jeu, dove si può parcheggiare nell'ampia spianata al termine della strada asfaltata.

## Percorso

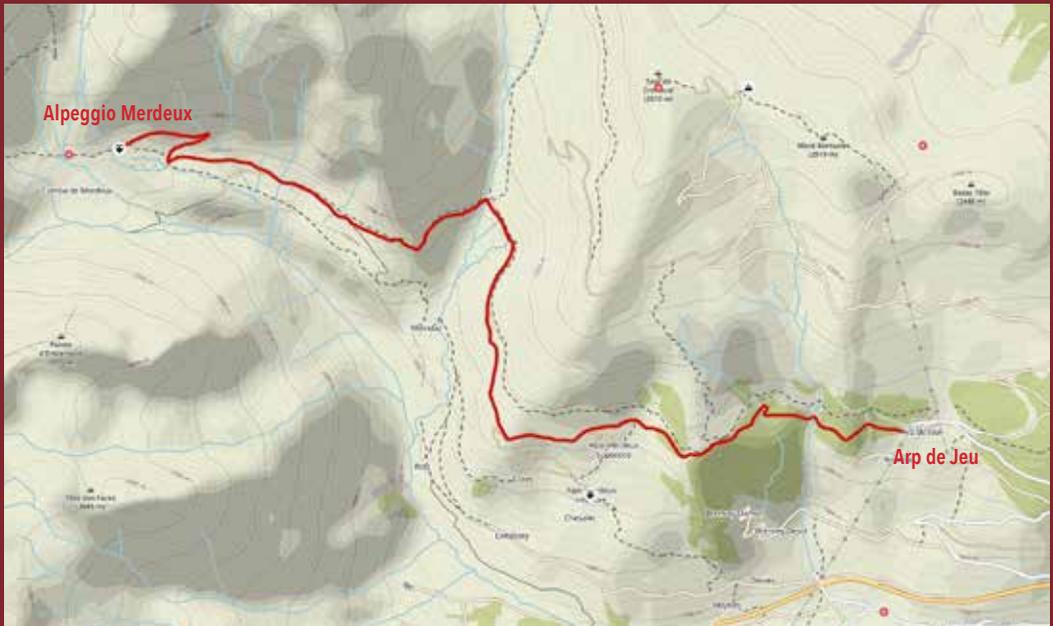
Dal parcheggio imboccare subito la strada poderalo che continua al termine di quella asfaltata verso il gruppo di case. Da qui proseguire, inoltrandosi prima in un bosco, dove si trova una breve salita, per poi continuare in mezzo ai pascoli che dominano il fondo valle e che sono sovrastati dall'imponente barriera della zona del Malatrà, sino a giungere all'alpeggio di Merdeux.

## Punti di interesse

- Gli alpeggi e i pascoli di alta quota

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/jbQNN6SpMkwEzQ6u7>



## Dati tecnici

**Partenza:** Arp de Jeu (1.980 m) **Arrivo:** Alpe Merdeux (2.261 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 281 m **Distanza A / R:** 12 km

**Tempo A / R:** 3h30 **Periodo:** da maggio a ottobre

## Caratteristiche generali

Facile passeggiata lungo il fondovalle della Valle del Gran San Bernardo che partendo da Etroubles si sviluppa prima lungo un percorso vita per poi correre su alcuni tratti di strada asfaltata per infine riprendere una pista poderalo che conduce sino alla fontana delle acque ferruginose di Citrin in comune di Saint-Rhémy-en-Bosses.

## Come arrivare in auto

Da Aosta prendere la SS 27 per il Gran San Bernardo. Arrivare a Etroubles. Prima del ponte svoltare a sinistra per entrare nel grande piazzale dove si può parcheggiare l'auto.

## Percorso

Dal parcheggio seguire la pista poderalo che si addentra nel bosco. Continuare sino all'incrocio con la strada asfaltata comunale. Percorrere questa strada sino alla frazione Cerisey, dove si deve procedere diritto seguendo una pista poderalo che, solo con breve tratto di salita, conduce sino alla fontana di Citrin.

## Punti di interesse

- Il fondovalle della Valle del Gran San Bernardo
- La fontana di acqua ferruginosa di Citrin

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/Lc178Yv5uNxQAww87>



## Dati tecnici

**Partenza:** Etroubles (1.277 m) **Arrivo:** Fontana acqua Citrin (Saint-Rhémy-en-Bosses) (1.464 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 200 m **Distanza A / R:** 10,5 km

**Tempo A / R:** 3h30 **Periodo:** da maggio a ottobre

## Caratteristiche generali

Questa bella e facile passeggiata costeggia uno dei più bei laghi della regione creato dall'imponente diga di Place Moulin. Da giugno a ottobre inoltrato, le acque turchine attraggono lo sguardo dell'escursionista e in autunno creano bellissimi contrasti con il giallo acceso dei larici. Sullo sfondo la Dent d'Hérens e le sue nevi perenni dominano la vallata.

## Come arrivare in auto

Da Aosta seguire la SS27 e a Varinay prendere sulla destra il bivio per Valpelline. Seguire la strada sino a Bionaz e dal Capoluogo proseguire ancora verso la Diga. Arrivati nelle sue vicinanze parcheggiare l'auto in una delle numerose aree di sosta (a pagamento).

## Percorso

Dal parcheggio più alto, vicino alla piccola struttura ristoro, proseguire per la strada podereale che si dirige verso il lago. Dopo una breve salita la pista scende leggermente per poi proseguire per un lungo tratto a bordo del lago. A un certo punto si attraversa un ponticello e subito dopo s'incontra una piccola Cappella e una breve salita, in prossimità della quale si trova un rascard con una splendida vista sul lago. Proseguire sino a raggiungere località Prarayer con l'omonimo rifugio.

## Punti di interesse

- La Diga e il lago di Place Moulin

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/GG8mygVrdKudGE7y9>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio Diga di Place Moulin (1.943 m) **Arrivo:** Prarayer (1.944 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 0 m **Distanza A / R:** 9 km

**Tempo A / R:** 2h30 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

Questo itinerario si snoda in una balconata immersa nei boschi con, a tratti, ampie radure che consentono allo sguardo di spaziare verso la valle centrale. Il percorso parte da Turlin a monte di Ozein e giunge sino a Pila, in prossimità della moderna chiesa della località.

## Come arrivare in auto

Da Aymavilles prendere la strada regionale per Cogne e proseguire per alcuni chilometri sino a imboccare sulla sinistra la strada per Ozein. Raggiunto l'abitato si deve proseguire oltre seguendo le indicazioni per Turlin, dove si potrà lasciare la vettura nei parcheggi vicini al villaggio.

## Percorso

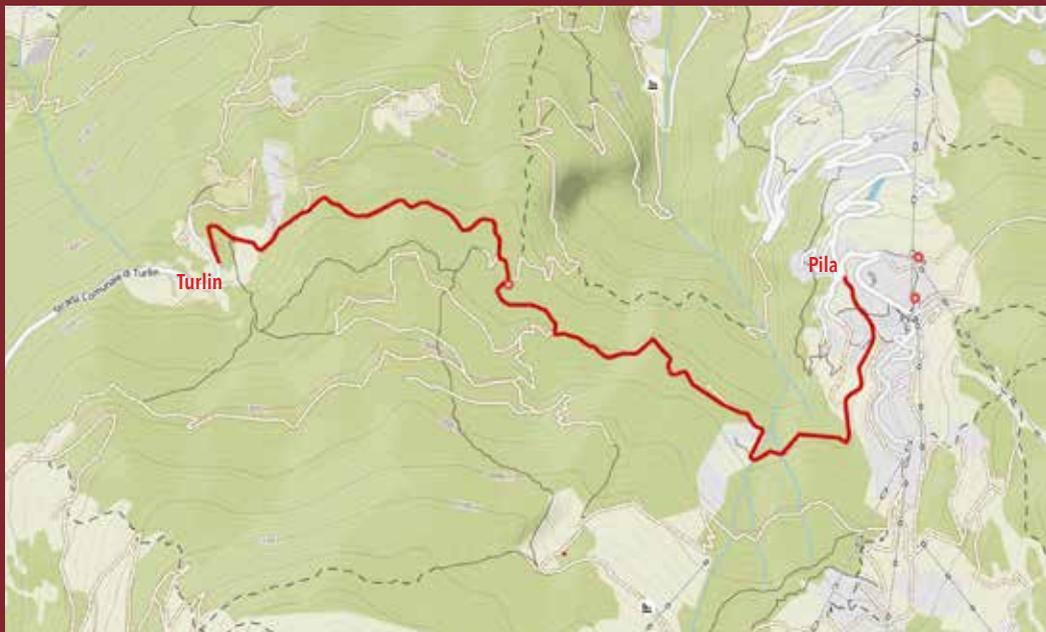
Dal parcheggio dirigersi verso est e dopo un centinaio di metri imboccare, stando leggermente sulla destra, la pista forestale che si inoltra nel bosco. Continuare sul percorso senza prendere nessuna delle deviazioni. Arrivati a Pila si può scegliere di ritornare indietro o di dirigersi, con una breve salita, verso la zona della chiesa e da lì, raggiungere il centro della località.

## Punti di interesse

- Paesaggio sulla Valle centrale

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/JqGR2Lrju8bPGGWw8>



## Dati tecnici

**Partenza:** Turlin (1.533 m) **Arrivo:** Pila (1.771 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 238 m **Distanza A / R:** 11 km

**Tempo A / R:** 3h10 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

Questo itinerario parte dal villaggio di Lignan e si inoltra nel vallone che si trova ad ovest per raggiungere il ponte sul torrente Chaleby. Il percorso corre prima al margine dell'ampia zona prativa di Saint-Barthelemy per poi continuare nella foresta, sino a raggiungere la zona del ponte sul torrente, destinazione della passeggiata.

## Come arrivare in auto

Da Nus seguire la strada per la collina sino a Saint-Barthelemy. Arrivare sino alla frazione Lignan, dove si trova anche l'Osservatorio Astronomico, e lasciare l'auto nel piazzale al centro dell'abitato.

## Percorso

Dal parcheggio prendere la strada che sale verso l'Osservatorio Astronomico, e giunti in prossimità dello stesso svoltare a sinistra seguendo il sentiero n.10. Continuare a seguire questo sentiero sino a raggiungere il ponte.

## Punti di interesse

- Ambiente di media-alta montagna
- L'Osservatorio astronomico di Saint-Barthelémy

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/y7J1s1coXRV1URB3A>



## Dati tecnici

**Partenza:** Lignan (1.638 m) **Arrivo:** Vecchio Ponte Chaleby (1.821 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 180 m **Distanza A / R:** 5,7 km

**Tempo A / R:** 2h00 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

Passeggiata molto interessante in un vallone segnato dalle attività pastorali. D'interesse paesaggistico la foresta di abeti e larici e le ampie zone a pascolo e prateria alpina. La camminata termina al Rifugio Magià. Arrivando in auto si può godere del paesaggio rurale della collina a monte di Lignan con i tipici villaggi alpini.

## Come arrivare in auto

Da Nus prendere la strada per la collina e seguire le indicazioni per Saint-Barthelemy. Giunti a questa destinazione, subito dopo la piazza centrale di Lignan seguire le indicazioni per il Rifugio Magià imboccando la strada che sale sulla sinistra. Seguirla sino a giungere, dopo alcuni chilometri, all'area picnic del Passet, dove si può lasciare l'auto.

## Percorso

Dal parcheggio proseguire lungo la strada asfaltata che scende leggermente verso un gruppo di case. Superarle e, dopo una piccola chiesetta, imboccare la strada interpodereale. Continuare lungo questa pista senza prendere alcuna deviazione sino a giungere al Rifugio.

## Punti di interesse

- Rifugio Magià

Indicazioni Google Maps

<https://goo.gl/maps/maMZgKikUB4YYMte9>



## Dati tecnici

**Partenza:** Area picnic del Passet (1.867 m) **Arrivo:** Rifugio Magià (2.005 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 138 m **Distanza A / R:** 14 km

**Tempo A / R:** 4h00 **Periodo:** da maggio a ottobre

## Caratteristiche generali

Bella passeggiata in un vallone dalla natura ancora preservata e racchiuso tra alti versanti montagnosi, dove si potranno scoprire zone di pascolo, foreste e un paesaggio ricco di acque.

## Come arrivare in auto

Giunti a Fénis proseguire dentro l'abitato e oltrepassare il torrente Clavalité. Immediatamente dopo prendere la prima strada che sale sulla destra seguendo le indicazioni per la Clavalité. Proseguire sino quasi al termine della strada e prima di raggiungere la loc. Clavalité parcheggiare nella zona di sosta che si trova a sinistra della strada.

## Percorso

Dal parcheggio proseguire lungo la strada asfaltata che, dopo aver scollinato, scende verso il laghetto dell'opera di presa della Clavalité. Costeggiando il laghetto ad est, seguire il sentiero n. 2 che si addentra nel vallone. Al termine del pianoro, alla biforcazione, seguire il sentiero 2, che prosegue dentro il vallone. Terminare la camminata quando lo ritenete in base alle vostre forze e capacità. Chi volesse, sempre seguendo il sentiero 2, può giungere sino al Bivacco Borroz.

## Punti di interesse

- Vallone della Clavalité

Indicazioni Google Maps

<https://maps.app.goo.gl/hnEPye7bvW4rMN3R7>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio prima dell'arrivo al laghetto (1.511 m) **Arrivo:** Bivacco Borroz (2.143 m)

**Difficoltà:** difficile **Dislivello:** 660 m **Distanza A / R:** 14,3 km

**Tempo A / R:** 6h00 **Periodo:** da giugno a settembre

## Caratteristiche generali

Bella e facile camminata su una balconata che, attraversando prati e boschi, porta dal laghetto e zona umida di Champlong di Verrayes sino al Col Saint-Pantaléon. La passeggiata offre una vista spettacolare sulle montagne della valle centrale e sulla grande conca di Verrayes e Saint-Denis.

## Come arrivare in auto

Giungere a Verrayes e proseguire verso la frazione Grand Villa. Da qui continuare sulla regionale e prima di giungere alla frazione Lauzon svoltare a sinistra per Champlong dove lasciare l'auto nel parcheggio dell'area picnic.

## Percorso

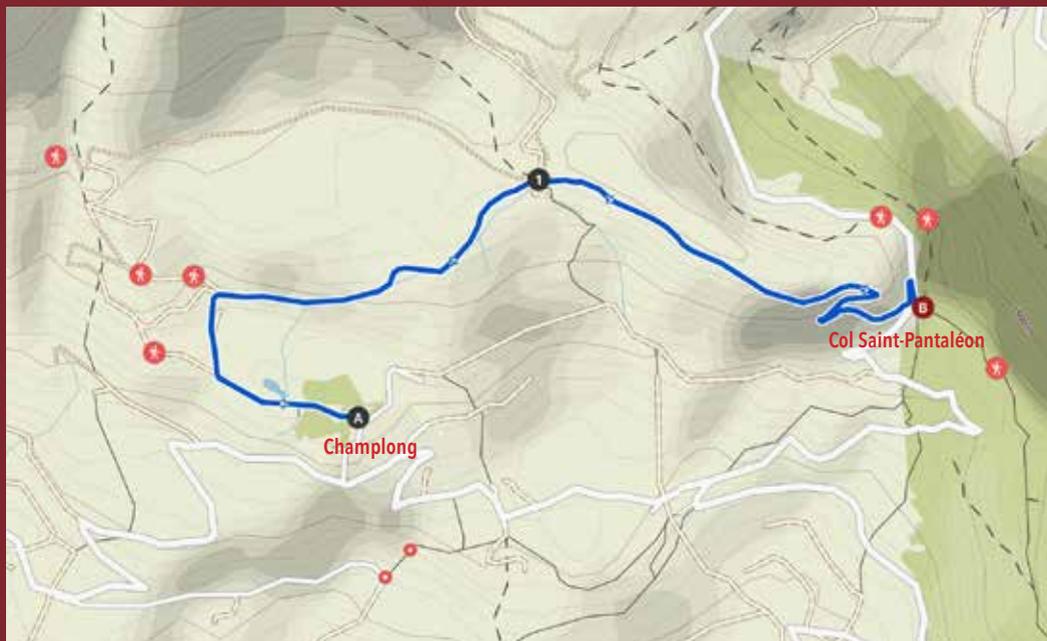
Dal parcheggio seguire prima il sentiero n. 1 sino a giungere nell'alpeggio di Les Bornes, dove si deve svoltare sulla destra prendendo il sentiero n. 4 che porta al Col Saint-Pantaléon

## Punti di interesse

- Zona umida di Champlong
- Col Saint-Pantaléon

Indicazioni Google Maps

<https://maps.app.goo.gl/B8ChYD7D5yqUc6Kg6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Champlong (1.480 m) **Arrivo:** Col Saint-Pantaléon (1.781 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 280 m **Distanza A / R:** 8 km

**Tempo A / R:** 2h50 **Periodo:** da maggio a ottobre

## Caratteristiche generali

Bella camminata sulla spettacolare balconata che dal Comune di Torgnon si addentra nella Valtournenche attraverso pascoli e foresta, seguendo la pista poderalica che conduce anche al Lago di Cignana.

## Come arrivare in auto

Da Torgnon proseguire sulla strada che conduce alle frazioni alte e verso il comprensorio sciistico. Giungere sino alla fine della strada asfaltata a Chantorné, dove si può parcheggiare l'auto.

## Percorso

Dal parcheggio proseguire sulla strada poderalica che si inoltra nel bosco e seguirla sino alla Cappella di Gilliarey che sarà facilmente visibile a valle, sulla destra della pista, e che si raggiunge con un breve tratto di sentiero.

## Punti di interesse

- Cappella di Gilliarey
- Vista sul Cervino

Indicazioni Google Maps

<https://maps.app.goo.gl/TKRaQkgHAubaRyBb8>



## Dati tecnici

**Partenza:** Chantorné inferiore (1.874 m) **Arrivo:** Oratorio di Gilliarey (2.159 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 390 m **Distanza A / R:** 12 km

**Tempo A / R:** 4h50 **Periodo:** da giugno a settembre

## Caratteristiche generali

Questa bella balconata si snoda tra la parte alta di La Magdeleine sino al centro di Chamois, passando attraverso boschi con alcune radure che consentono di allargare lo sguardo sulla Valtournenche e di godere del panorama del Cervino sullo sfondo. La passeggiata è stata anche attrezzata con una serie di giochi e come percorso vita sul tema dell'enigra.

## Come arrivare in auto

Da Châtillon prendere la strada della Valtournenche e seguirla sino ad Antey-Saint-André dove, nel centro dell'abitato, si deve imboccare sulla destra la strada per La Magdeleine e percorrerla sino al Capoluogo. Da qui continuare in direzione della collina sino a superare un tornante. L'auto può essere parcheggiata a bordo strada a valle e a monte del tornante (a pagamento).

## Percorso

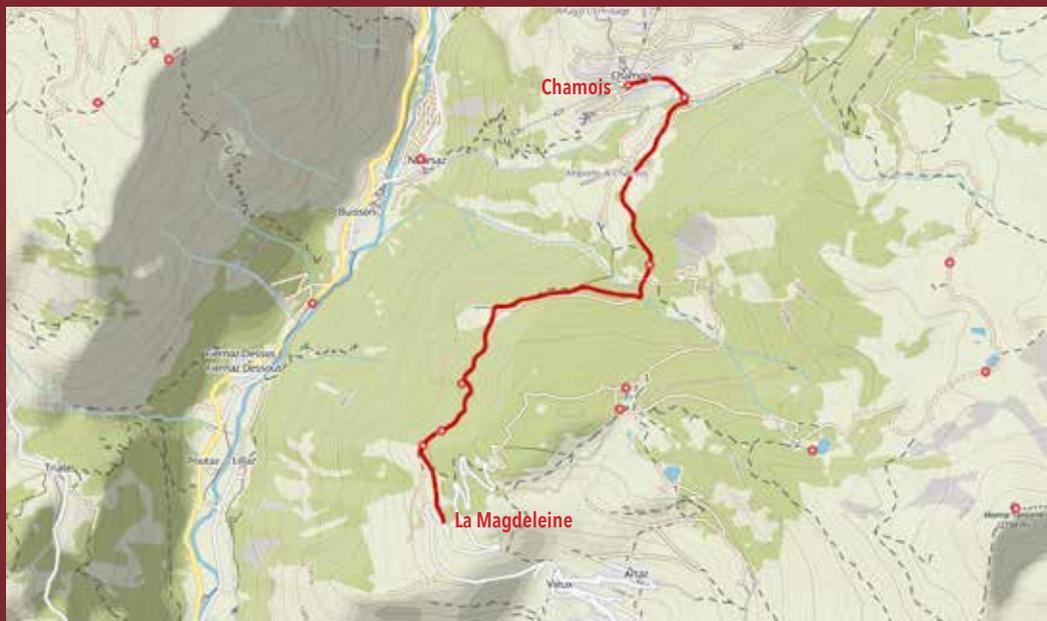
Il sentiero inizia un centinaio di metri a monte del 1° tornante dopo l'abitato di La Magdeleine. Un cartello sul lato sinistro della strada salendo indica la direzione per Chamois. Dopo un breve tratto si incontra una barriera che regola l'accesso e da qui la pista si inoltra nel bosco. Seguire il suo tracciato senza alcuna deviazione per giungere infine a Chamois.

## Punti di interesse

- Chamois
- Panorama del Monte Cervino

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/PJSYV4UvfGpMQ73m6>



## Dati tecnici

**Partenza:** La Magdeleine (1.746 m) **Arrivo:** Chamois (1.828 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 82 m **Distanza A / R:** 7 km

**Tempo A / R:** 2h10 **Periodo:** da maggio a ottobre

## Caratteristiche generali

Passaggiata molto interessante per la splendida vista sul Cervino. Adatta alle calde giornate estive perché si sviluppa quasi interamente nel bosco. Il percorso termina a monte del Capoluogo di Chamois con una bella visuale su tutta la conca che ospita questa località senza automobili.

## Come arrivare in auto

Salire a Valtournenche. Arrivati al Capoluogo, nel mezzo dell'abitato, in corrispondenza del tornante prima della Chiesa, prendere la via che si diparte sulla destra e porta verso la frazione Crétaz. Parcheggiare nell'ampia zona di sosta che si trova quasi al termine della via.

## Percorso

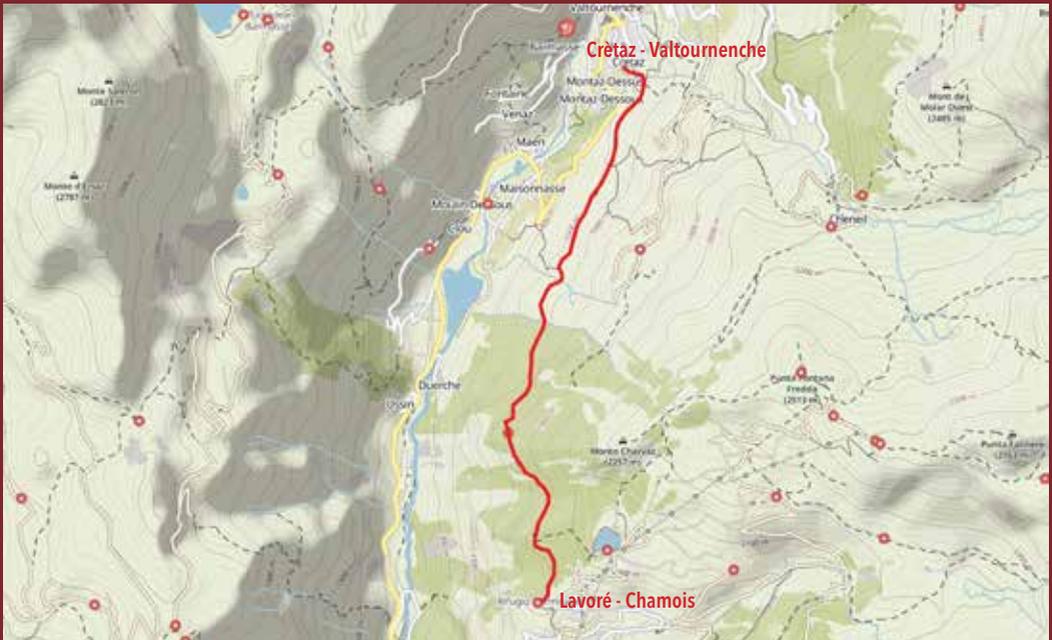
Dal parcheggio proseguire lungo la via e poi imboccare il sentiero ben segnalato che si snoda in mezzo a case e giardini per andare verso un antico mulino. Da qui proseguire nel bosco sino a raggiungere una radura con un belvedere verso il Cervino. Continuare per giungere a Lovéré in comune di Chamois. Rientrare per lo stesso percorso.

## Punti di interesse

- Belvedere con vista sul Cervino

Indicazioni Google Maps

<https://goo.gl/maps/8QBTMv5JuDaVrjPz8>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio Crétaz (1.519 m) **Arrivo:** Lovéré (1.907 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 420 m **Distanza A / R:** 9 km

**Tempo A / R:** 4h00 **Periodo:** da maggio a ottobre

## Caratteristiche generali

Passeggiata rilassante lungo la strada rurale dove passa il Ru d'Arlaz. Dopo circa 3 km si trova l'abitato di Orbeillaz che si deve attraversare lungo la strada automobilistica per poi ritrovare la strada rurale del Ru d'Arlaz. Ci si può fermare a Orbeillaz o proseguire oltre, sempre su percorso molto piacevole, alti sulla val d'Ayas. I resti della tomba preistorica (una lastra di pietra verticale di circa 4 metri) si trova ad una decina di metri nel prato verso la Val d'Ayas

## Come arrivare in auto al Col d'Arlaz

Raggiungere Montjovet dove alla rotonda del campo sportivo è necessario imboccare la strada che sale verso Petit e Grand Hoel e il col d'Arlaz. Seguire la strada sino al termine al Col d'Arlaz dove sulla destra esiste un parcheggio per alcune decine di auto. Appena prima di arrivare al colle, sulla destra è ben visibile il mulino d'Arlaz.

## Percorso

Dal parcheggio dirigersi verso Challand-Saint-Anselme. Si segue la pista che costeggia il ru a monte del canale. Si raggiunge la cascata del ru per proseguire superando la condotta forzata e raggiungere Orbeillaz. Si attraversa Orbeillaz lungo la strada asfaltata sino a imboccare a sinistra il ru. Si prosegue ancora per un tratto sino sopra al capoluogo di Challand-Saint-Anselme. Il ritorno si effettua per lo stesso percorso.

## Punti di interesse

- I resti della tomba preistorica al Col d'Arlaz
- La cascata del Ru d'Arlaz.
- Il mulino di Arlaz

Indicazioni Google Maps

<https://goo.gl/maps/oGBSkXBWLsd5ttca9>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio del Col d'Arlaz (1.030 m) **Arrivo:** Sopra Challand-Saint-Anselme (1.120 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 90 m **Distanza A / R:** 8,5 km

**Tempo A / R:** 2h30 **Periodo:** da marzo a novembre

## Caratteristiche generali

Il Ru Courtaud è una classica passeggiata che può essere divisa in due tratti. In questa sezione, partendo dal Col de Joux, si percorre il versante della Val d'Ayas per un lungo tratto, attraversando anche una lunga serie di gallerie. È pertanto assolutamente necessario dotarsi di una lampada frontale. Al termine della passeggiata è possibile scendere in pochi minuti al Santuario di Barmasc.

## Come arrivare in auto

Da Saint-Vincent seguire la strada regionale per il Col de Joux e una volta giuntivi parcheggiare l'auto.

## Percorso

Dal Colle seguire prima il percorso n.1 e dopo circa un chilometro continuare sul sentiero che corre lungo il Ru Courtaud, il quale ci porterà sino a monte di Barmasc. Si può scendere verso il villaggio e il Santuario seguendo il percorso n.2.

## Punti di interesse

- Il Ru Courtaud
- Santuario di Barmasc

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/b6nCTqn2wjNaMLFk6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio Col de Joux (1.650 m) **Arrivo:** Barmasc (1.1957 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 410 m **Distanza A / R:** 15,5 km

**Tempo A / R:** 5h40 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

Il Ru Courtaud è una classica e molto frequentata passeggiata della conca di Antagnod che alterna tratti di sentiero che costeggiano molto piacevolmente lo scorrere dell'acqua a cui seguono tratti su strada rurale. La vista sul Monte Rosa accompagna tutto il percorso. Al punto di arrivo, nel periodo estivo, esiste la possibilità di ristorarsi. Al ritorno, dal parcheggio, è possibile scendere in pochi minuti al Santuario di Barmasc.

## Come arrivare in auto

Dal casello autostradale di Verrès imboccare la Val d'Ayas. Superare Brusson e all'inizio del comune di Ayas (frazione Corbet) svoltare a sinistra in direzione di Antagnod. Dopo la strettoia di Lignod e il centro di Antagnod si imbecca a sinistra la strada di Barmasc che termina in un grande parcheggio.

## Percorso

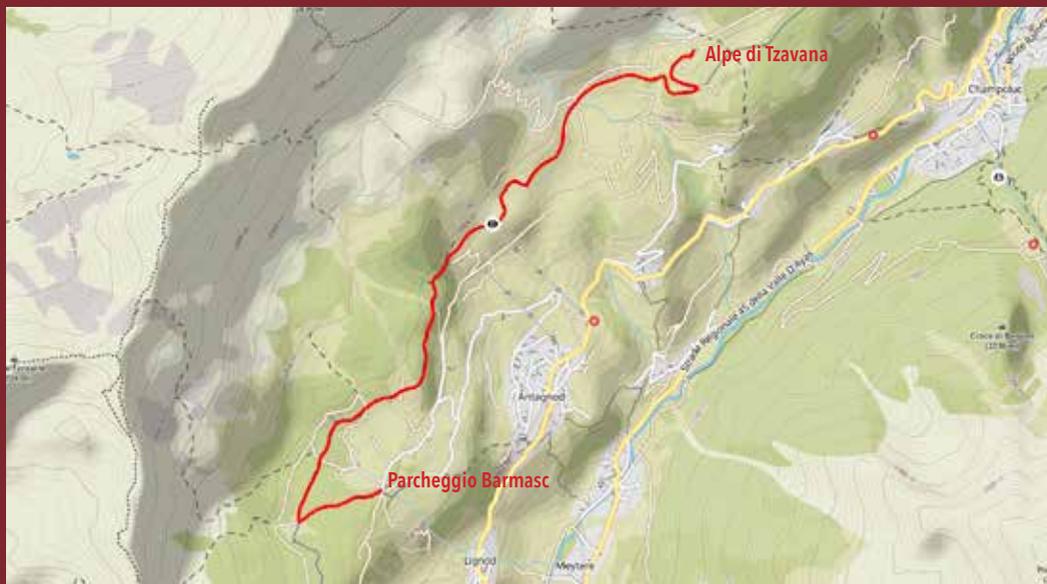
Dal fondo del parcheggio si prosegue lungo una stradina rurale che sale sino a raggiungere il Pian delle Signore. A questo punto si incontra il ru Courtaud che si segue sulla destra. Nella prima parte il sentiero costeggia l'acqua ed è molto affascinante, successivamente si prosegue lungo la strada rurale su ampi pascoli con il Monte Rosa che ci allietta della sua maestosità. Il ritorno si effettua per lo stesso percorso.

## Punti di interesse

- Il Ru Courtaud
- Il santuario di Barmasc
- La chiesa di Antagnod

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/8PhyEnVzd9MeyqadA>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio Barmasc (1.900 m) **Arrivo:** Alpe La Tzavana (1.980 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 80 m **Distanza A/R:** 10 km

**Tempo A/R:** 3h00 **Periodo:** da aprile a novembre

## Caratteristiche generali

La passeggiata della Regina collega il castello al centro di Gressoney-Saint-Jean tenendosi un po' più in alto del fondovalle garantendo una vista spettacolare sul Monte Rosa. Eventualmente arrivati al lago Gover si può scendere sino al lago.

## Come arrivare in auto

Dal casello autostradale di Pont-Saint-Martin imboccare la valle del Lys. Superare Gaby e all'inizio del comune di Gressoney-Saint-Jean (frazione Valdobbia) svoltare a sinistra in direzione del Castello Savoia. Proseguire sino a raggiungere il parcheggio del castello Savoia.

## Percorso

Il sentiero inizia proprio in fondo al parcheggio. Il percorso, sempre ben frequentato, percorre con dei piccoli saliscendi il versante boscoso della montagna. Arrivati appena oltre il lago Gover è possibile scendere sino al lago per vedere il Monte Rosa che si specchia nello stesso. Il sentiero prosegue, passa sopra al campo di golf e raggiunge la frazione di Chemonal. Il ritorno si effettua per lo stesso percorso.

## Punti di interesse

- Castello della Regina
- Giardino botanico del castello della Regina
- Lago Gover

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/8fEwThh4McXntDof9>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio del Castello della Regina (1.408 m) **Arrivo:** Chemonal (1.403 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 150 m **Distanza A / R:** 7,5 km

**Tempo A / R:** 2h30 **Periodo:** da giugno a settembre

## Caratteristiche generali

Anello molto interessante che ci permette di ammirare il bel torrente Ayas con le sue pozze e i suoi scivoli e raggiungere l'orrido di Ratus. Un percorso così breve che riesce a superare sei ponti è unico. I ponti hanno fatture diverse e ciò rende l'itinerario molto interessante. C'è da affrontare una ripida salita su sentiero non agevole che però può essere evitata ritornando sino alle case di Frontière e seguendo la strada asfaltata.

## Come arrivare in auto

Dalla rotonda del comune di Bard imboccare la valle di Champorcher. Risalire la valle sino a Pontboset, all'inizio del paese imboccare a destra la strada che sale a Biel e appena dopo svoltare a sinistra al parcheggio. Altri parcheggi sono disponibili all'inizio del borgo o lungo la strada regionale.

## Percorso

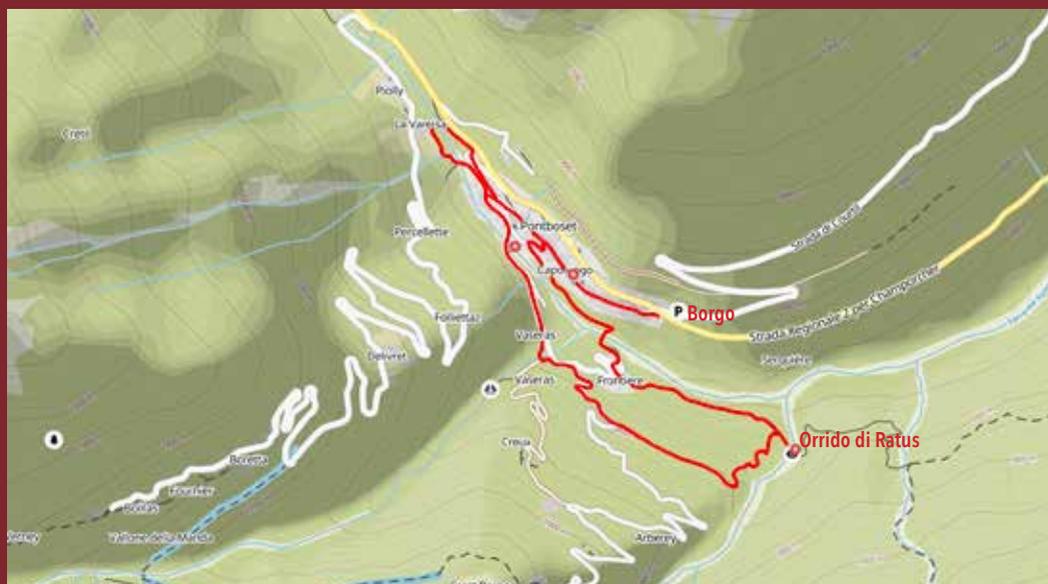
Dal parcheggio scendere ad attraversare la strada regionale, entrare nel borgo e arrivare alla piazzetta della chiesa. Proseguire sino a trovare sulla sinistra il percorso che scende (segnavia blu del percorso dei sei ponti). Scendere tra le case per poi attraversare a sinistra e lungo una mulattiera raggiungere il primo ponte. Salire leggermente sino alla strada, attraversare le case di Frontière e scendere costeggiando il torrente arrivando all'orrido di Ratus e al suo ponte. Tornare indietro per una decina di metri per imboccare sulla sinistra il ripido sentiero. Al termine della salita attraversare a destra e raggiungere la strada asfaltata che si segue in discesa per poi risalire leggermente e attraversare il ponte ad arco. Proseguire lungo la strada asfaltata per poi scendere a destra ad attraversare il ponte principale. Risalire lungo la strada asfaltata e proseguire sino al primo tornante dove si imbocca il sentiero che porta al quinto ponte. Dopo averlo attraversato scendere a sinistra e raggiungere l'ultimo ponte ad arco. Ripercorre la strada, entrare e attraversare il borgo sino alla partenza.

## Punti di interesse

- Il borgo di Pontboset
- I ponti e l'orrido di Ratus

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/LpS1ewzn2qWcHqMP6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio di Pontboset (780 m) **Arrivo:** Bivio Orrido di Ratus superiore (820m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 200 m **Distanza A / R:** 5,0 km

**Tempo A / R:** 2h 00" **Periodo:** da aprile a ottobre

## Caratteristiche generali

Una bella passeggiata nel Vallone de l'Alleigne, molto pittoresco per l'alternarsi di boschi e radure e per il sentiero che corre a lato del bellissimo torrente. Questa passeggiata è particolarmente suggestiva nel periodo autunnale quando si può ammirare la varietà dei colori del bosco. L'alpeggio Ourty è la destinazione della camminata ma chi vuole può proseguire sul sentiero che sale sino alla piana di Sant'Antonio, dove si trova l'omonimo Tabernacolo.

## Come arrivare in auto

Da Hône prendere la regionale per Champorcher. Giunti alla frazione Mellier svoltare a sinistra sulla strada comunale per dirigersi verso la frazione Outre l'Eve, dove lasciare l'auto nel parcheggio.

## Percorso

Dal parcheggio nella frazione seguire il sentiero n. 4 che sale all'interno del vallone. Percorrerlo sino all'alpeggio Ourty. Chi vuole proseguire verso Sant'Antonio dovrà poi continuare a seguire il sentiero n. 4.

## Punti di interesse

- Paesaggio del vallone e torrente
- Alpeggio Ourty

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/7Jbq7CnVfD8Ucyuq8>



## Dati tecnici

**Partenza:** Outre l'ève (1.239 m) **Arrivo:** Ourty (1.534 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 290 m **Distanza A / R:** 4 km

**Tempo A / R:** 2h05 **Periodo:** da giugno a settembre

## Caratteristiche generali

Facile passeggiata che corre lungo la parte alta della Valle di Rhêmes partendo dalla località Chanavey, dove vi sono gli impianti di risalita, sino al villaggio del Thumel. Percorso interessante anche nel periodo invernale che passa accanto al laghetto del Pellaud che si può raggiungere con una variante di pochi minuti.

## Come arrivare in auto

Dirigersi verso Rhêmes-Notre-Dame e prima di raggiungere il capoluogo lasciare l'auto nell'ampio parcheggio degli impianti di risalita di Chanavey.

## Percorso

Il primo tratto di percorso segue il tracciato della pista di fondo. Giunti a Notre-Dame, seguire inizialmente le indicazioni dell'Alta Via n.2 e, passato il ponte, dirigersi sulla destra seguendo le indicazioni per Thumel (sentieri 9A-9B-11-11A-11B). Quasi al termine, il sentiero si aprirà su un'ampia zona prativa sulla destra dove si vedrà il villaggio del Thumel che sarà rapidamente raggiungibile attraversando un ponticello con pista poderale.

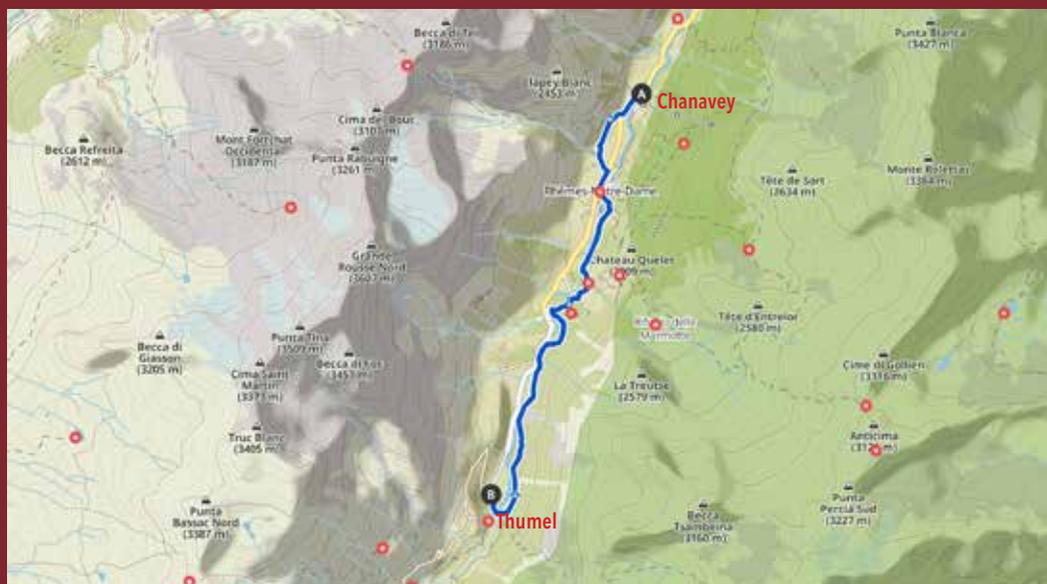
In inverno il percorso può essere fatto con le ciaspole o anche a piedi, se la consistenza della neve lo consente, passando sulla pista che segue la strada asfaltata.

## Punti di interesse

- Vista sulla Granta Parey
- Laghetto del Pellaud

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/7kFq3RRuHpneeFLx8>



## Dati tecnici

**Partenza:** Chanavey (1.684 m) **Arrivo:** Thumel (1.889 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 230 m **Distanza A / R:** 6,5 km

**Tempo A / R:** 2h30 **Periodo:** da giugno a settembre o in inverno seguendo la pista sulla strada comunale

## Caratteristiche generali

La passeggiata si immerge nel cuore del Parco del Gran Paradiso nel vallone di Valnontey. È un percorso facile che si sviluppa lungo un'ampia pista che corre per lunghi tratti accanto al torrente o in mezzo alla prateria alpina. Il percorso è fruibile anche in inverno in pista appositamente battuta accanto alle piste di fondo. Di interesse paesaggistico la vista sul Gran Paradiso che domina la testata del vallone.

## Come arrivare in auto

Da Aymavilles seguire le indicazioni per Cogné. Arrivati a Cogné, al centro del Capoluogo, immediatamente dopo la piazza del Municipio, prendere la strada che sale sulla destra per la Valnontey. Proseguire sino a raggiungere l'abitato di Valnontey e parcheggiare in una delle aree di sosta (a pagamento).

## Percorso

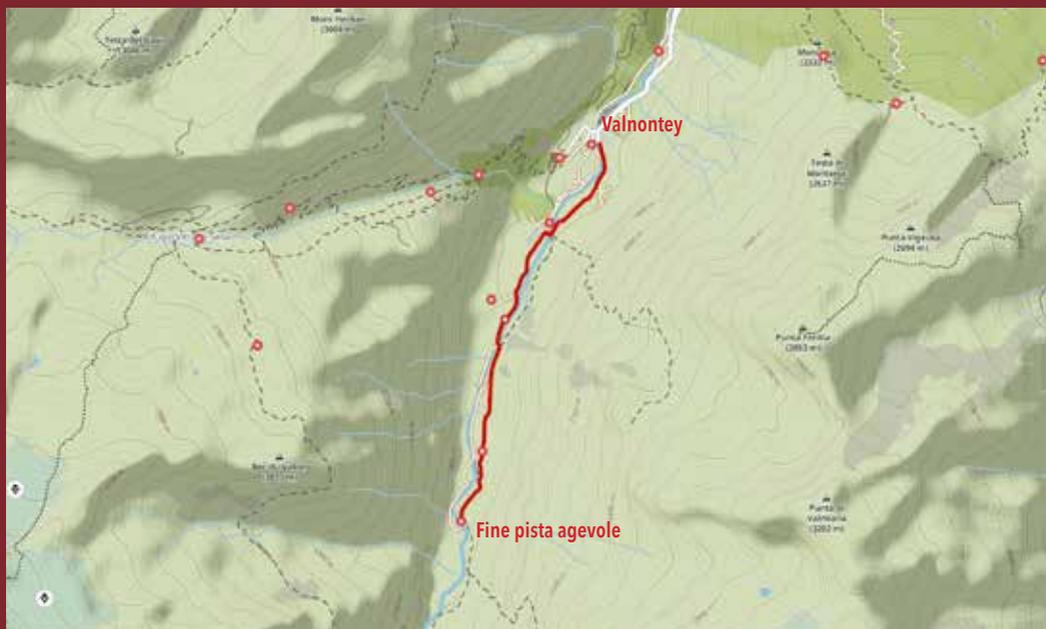
Da parcheggio dirigersi verso l'abitato e attraversarlo senza passare sull'altra sponda del torrente. Imboccare la pista poderale che s'inoltra nella valle e seguire il percorso. Attraversato il piccolo gruppo di case di Vermianaz (segnato anche come Valmianaz), proseguire ancora per giungere sino ad un punto dove si vedono i resti di un ponticello crollato. Da lì il sentiero diventa più impervio e per esperti. Ritornare per lo stesso percorso.

## Punti di interesse

- Villaggio di Vermianaz

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/R9m3keEH8JiqqCCX6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Valnontey (1.661 m) **Arrivo:** Termine vecchia pista di fondo (1.764 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 103 m **Distanza A / R:** 6,5 km

**Tempo A / R:** 2h45 **Periodo:** da giugno a ottobre

## Caratteristiche generali

Un'interessante passeggiata che partendo dal suggestivo centro di Arvier porta prima alla "Big Bench" e poi al Castello di Montmayeur che domina, in posizione arroccata, l'ingresso della Valgrisenche. Percorso facile ma a tratti con alcune salite e che in prossimità del Castello di Montmayeur richiede attenzione e passo sicuro.

## Come arrivare in auto

Raggiungere Arvier e parcheggiare l'auto in corrispondenza del parcheggio a monte della chiesa.

## Percorso

Dal parcheggio seguire le indicazioni per Verney e percorrere un breve tratto lungo il Ru de l'Eau Sourde. Passato un vecchio mulino seguire il segnavia n. 3 per raggiungere la Big Bench. Ritornare indietro sino al sentiero per Verney e prenderlo in direzione Grand Haury. Raggiunta questa frazione seguire il sentiero 2A per il Castello di Montmayeur.

## Punti di interesse

- Big Bench
- Castello di Montmayeur

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/vVgeyLbb6mcY6r8v8>



## Dati tecnici

**Partenza:** Arvier (771 m) **Arrivo:** Castello Montmayeur (1.167 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 500 m **Distanza A / R:** 9,5 km

**Tempo A / R:** 4h30 **Periodo:** da maggio a novembre

## Caratteristiche generali

Una passeggiata molto suggestiva che ci porta rapidamente al Lago Lolair, posto in una piccola conca all'imbocco della Valgrisenche. Il lago è anche riserva regionale e presenta aspetti naturalistici di rilievo. Suggerita nel periodo autunnale quando si possono ammirare i molteplici colori del bosco misto di latifoglie.

## Come arrivare in auto

Da Leverogne prendere la strada regionale per la Valgrisenche. Raggiungere la frazione di La Ravoire e appena superata svoltare a destra nella seconda strada che si incontra dopo la chiesetta del villaggio. Parcheggiare nell'area a lato strada.

## Percorso

Dal parcheggio seguire per un breve tratto la strada e poi svoltare a destra, imboccando il sentiero con numerazione 3-20 che ci condurrà al Lago Lolair.

## Punti di interesse

- Villaggio di La Ravoire (Chiesetta)
- Lago Lolair (riserva naturale)

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/vtFH2uetXdQr15Ct9>



## Dati tecnici

**Partenza:** La Ravoire (970 m) **Arrivo:** Lago Lolair (1.177 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 210 m **Distanza A/R:** 3 km

**Tempo A/R:** 1h30 **Periodo:** da maggio a ottobre

## Caratteristiche generali

Il Ru Neuf è uno dei più importanti e lunghi canali della valle del Gran San Bernardo e porta le acque da Etroubles sino alla collina di Aosta. Lo si può percorrere per l'intera lunghezza e scoprire una serie di paesaggi che cambiano continuamente. Nelle calde giornate estive si apprezzeranno i lunghi tratti all'interno del bosco.

## Come arrivare in auto

Dirigersi verso Etroubles e appena superata la frazione di Echevennoz, in corrispondenza del grande impianto di pompaggio dell'oleodotto, parcheggiare l'auto nell'area asfaltata a lato della Statale.

## Percorso

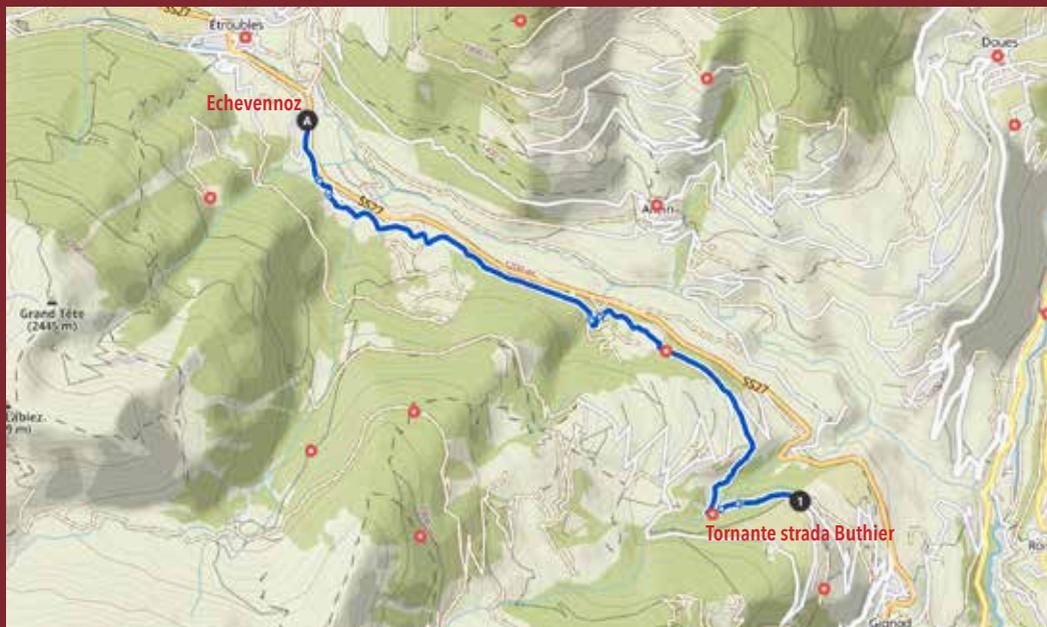
Dal parcheggio seguire immediatamente il percorso del Ru Neuf che segue anche la Via Francigena, n.103, e percorrerlo sino ad incontrare la strada asfaltata che conduce a Buthier.

## Punti di interesse

- Il Ru Neuf

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/KdAq3AbzAy7wnA66A>



## Dati tecnici

**Partenza:** Echevennoz (1.265 m) **Arrivo:** Tornante strada per Buthier (1.210 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 100 m **Distanza A / R:** 6,5 km

**Tempo A / R:** 2h10 **Periodo:** da maggio a ottobre

## Caratteristiche generali

Il Ru Neuf è uno dei più importanti e lunghi canali della valle del Gran San Bernardo e porta le acque da Etroubles sino alla collina di Aosta. Lo si può percorrere per l'intera lunghezza e scoprire una serie di paesaggi che cambiano continuamente. Nelle calde giornate estive si apprezzeranno i lunghi tratti all'interno del bosco.

## Come arrivare in auto

Da Aosta salire verso Arpuilles. Appena raggiunta questa frazione fare attenzione alle indicazioni per Avie. Attraversare l'abitato e proseguire per circa 1,5 km e quindi svoltare sulla destra seguendo le indicazioni per Avie. Continuare per altri 1,5 km e in corrispondenza del terzo tornante si incontra, sulla destra una vecchia casa per ferie all'interno di piccolo bosco. Parcheggiare l'auto nel parcheggio adiacente la struttura oppure lungo la strada.

## Percorso

Dal parcheggio imboccare la pista che passando un cancello sempre aperto, attraversa il cortile della struttura e prosegue tra i prati. Seguire il percorso che a tratti attraversa strade asfaltate che salgono sulla collina. La camminata si conclude in corrispondenza della strada che sale verso Buthier ma chi vuole può proseguire sino ad Etroubles.

## Punti di interesse

- Il Ru Neuf

### Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/kJ8PrNszXd3eNMvS6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Avie (1.221 m) **Arrivo:** Incrocio strada per Buthier (1.196 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 30 m **Distanza A / R:** 4,5 km

**Tempo A / R:** 1h30 **Periodo:** da maggio a ottobre

## Caratteristiche generali

Un percorso da fare durante gran parte dell'anno che segue la valle del torrente Buthier da Rhins di Roisan sino alla Collina di Aosta. Di facile percorrenza attraversa alcune frazioni per giungere al ponte medievale del Grand Arvou a Porossan.

## Come arrivare in auto

Da Aosta salire verso il Gran San Bernardo e a Variney seguire le indicazioni per la Valpelline. Dopo qualche chilometro, passato il ponte sul torrente Artanavaz, proseguire ancora per circa 500 metri e poi prendere la strada che scende sulla destra verso il campo sportivo. Lasciare l'auto nella zona parcheggio.

## Percorso

Dal parcheggio dirigersi verso valle lungo la pista poderale sino a raggiungere la strada asfaltata per la frazione Massinod che bisogna seguire per circa 700 metri prima di prendere un'altra poderale che si trova sulla destra. Seguire questa pista fino alla frazione Closellinaz dove si ritroverà nuovamente una strada asfaltata che bisogna percorrere per circa 400 metri sino ad una chiesetta, immediatamente dopo la quale si troverà una pista poderale che inizia sulla sinistra. Percorrerla sino alla fine dove s'interroperà per continuare su una strada asfaltata comunale che dopo poco si innesta sulla regionale per Roisan. Attraversare la regionale e continuare all'interno della frazione prendendo la pista che scende verso Porossan. Alla fine di questo breve tratto di pista risalire sulla sinistra per entrare nell'abitato all'uscita del quale si trova il Ponte Grand Arvou.

## Punti di interesse

- Ponte Grand Arvou

### Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/N7KT7T8LvKxhMSdh8>



## Dati tecnici

**Partenza:** Roisan campo sportivo (753 m) **Arrivo:** Ponte Grand Arvou (746 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 90 m **Distanza A/R:** 10 km

**Tempo A/R:** 3h10 **Periodo:** da marzo a novembre

## Caratteristiche generali

Una breve camminata lungo una pista poderale che ci porta ad un belvedere sulla valle centrale e sulla Valpelline. Percorribile appena si scioglie la neve ma anche in estate in quanto si sviluppa in gran parte all'interno del bosco.

## Come arrivare in auto

Da Aosta salire verso Arpuilles. Appena raggiunta questa frazione fare attenzione e seguire le indicazioni per la "Strada dei Salassi". Appena dopo Lin Blanc sostare all'imbocco della pista poderale che sale sulla destra. Considerare che gli spazi di parcheggio sono pochi.

## Percorso

Lasciata l'auto seguire la poderale. Giunti ad un bivio con una strada che scende verso un gruppo di case, continuare sempre sulla pista che sale sino a giungere prima all'alpeggio di Planes e dopo poche centinaia di metri alla zona belvedere. Volendo si può continuare la camminata sulle poderali che proseguono, decidendo poi quando tornare indietro.

## Punti di interesse

- Vista sulla valle centrale e sulla Valpelline

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/iYJ36YvJXR2jbgZJ6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Lin Blanc (1.252 m) **Arrivo:** Alpeggio Planes (1.442 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 190 m **Distanza A / R:** 4,8 km

**Tempo A / R:** 1h45 **Periodo:** da maggio a ottobre

## Caratteristiche generali

Una passeggiata lungo un antico ru, oggi in gran parte intubato, che ci porta ad un vecchio ponte incassato nel vallone che scende verso Nus. Un percorso adatto soprattutto in primavera e in autunno grazie al suo soleggiamento.

## Come arrivare in auto

Da Quart prendere la regionale 37 che sale nella collina verso Ville sur Nus. Raggiungere Vignil e superarlo. Dopo qualche centinaio di metri s'incontra una strada che scende sulla destra dove vi è uno slargo per lasciare alcune auto.

## Percorso

Il percorso non ha alcuna numerazione. Quindi lasciata l'auto seguire per un tratto la strada asfaltata che sale verso Ville sur Nus e poi prendere la pista del Ru che parte sulla destra. Seguire la pista, che supera anche le condotte della centrale elettrica, per poi giungere ad un gruppo di case. Continuare all'interno del vallone sino a giungere ai resti del vecchio ponte.

## Punti di interesse

- Il Ru Crépellaz
- I resti del vecchio ponte

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/XyAqTLNUMCu1MrRj7>



## Dati tecnici

**Partenza:** Vignil (984m) **Arrivo:** Vecchio ponte (1.025 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 30 m **Distanza A / R:** 6,5 km

**Tempo A / R:** 2h00 **Periodo:** da aprile a novembre

## Caratteristiche generali

Facile percorso nell'ampia zona prativa di Fénis che ci porta al bordo della Dora in un tratto dove ancora le sponde sono naturali. Frequentabile tutto l'anno con le belle giornate e in assenza di neve.

## Come arrivare in auto

Da Nus dirigersi verso l'imbocco dell'autostrada, alla rotonda proseguire verso Fénis passando il sottopassaggio dell'autostrada, attraversare la Dora e sulla sinistra si trova l'area sosta camper e il parcheggio del cimitero.

## Percorso

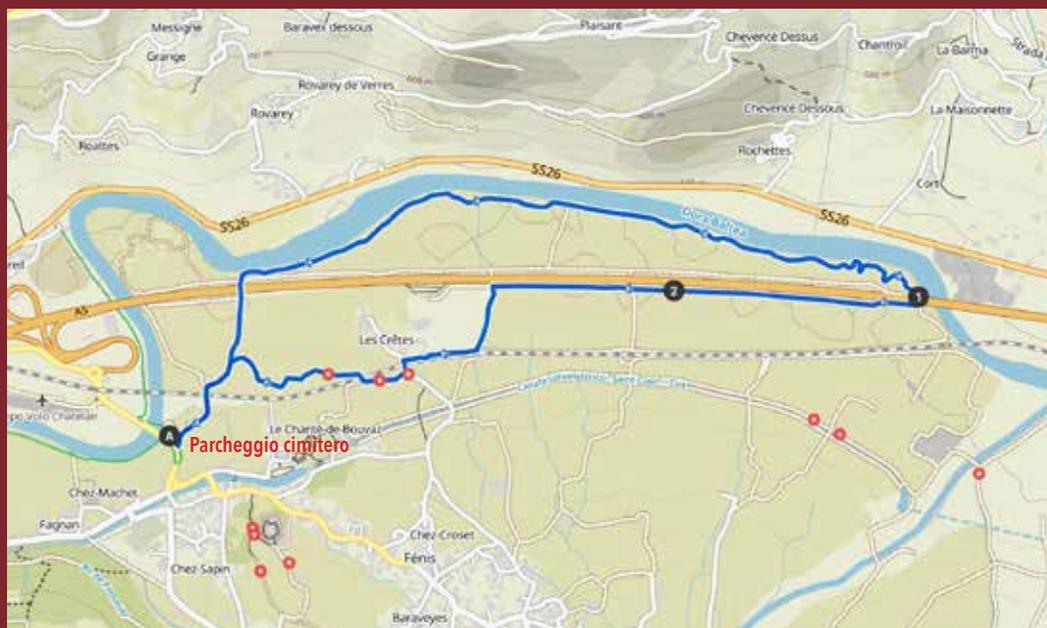
In fondo al cimitero di Fénis inizia il percorso: tenersi subito sulla sinistra lasciando la pista ciclabile, ritrovandosi subito a costeggiare la Dora Baltea. Appena passato il sottopassaggio dell'autostrada girare a destra (est) e costeggiare l'autostrada, quando si incontra la pista ciclabile mantenersi sempre sulla sinistra per continuare sul sentiero sterrato per pedoni. Continuare fino a ritrovarsi sotto l'autostrada dove si incontra nuovamente la pista ciclabile. A questo punto, rientrare seguendo la ciclabile che costeggia l'autostrada.

## Punti di interesse

- L'ampia zona prativa di Fénis

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/GBQqdsuQdAiRbaWy9>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio cimitero Fénis (505 m) **Arrivo:** Fine pista ciclabile a est (496 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 20 m **Distanza A / R:** 5,5 km

**Tempo A / R:** 1h40 **Periodo:** tutto l'anno

## Caratteristiche generali

Un interessante percorso di alta montagna che corre lungo la dorsale che separa il terrazzo di Verrayes e Saint-Denis dalla Valtournenche. In gran parte dentro il bosco è consigliata anche durante le giornate calde dei mesi estivi, ma si può percorrere appena si scioglie la neve sino in tardo autunno.

## Come arrivare in auto

Da Champagne o Chambave prendere le strade che risalgono verso Verrayes o Saint-Denis e che poi si dirigono al Col Saint-Pantaléon. Lasciare l'auto nel piccolo parcheggio al Colle.

## Percorso

Dal parcheggio del colle prendere il sentiero 2 che ci condurrà direttamente alla Cappella di Saint-Evence.

## Punti di interesse

- Col Saint-Pantaléon
- Cappella di Saint-Evence

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/nWxa6wGEGGRNiGR46>



## Dati tecnici

**Partenza:** Col Saint-Pantaléon (1.632 m) **Arrivo:** Cappella Saint-Evence (1.634 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 110 m **Distanza A / R:** 5 km

**Tempo A / R:** 1h45 **Periodo:** da maggio a ottobre

## Caratteristiche generali

Un facile percorso lungo una pista poderale, che dopo aver attraversato un'ampia zona prativa, si inoltra nel bosco per giungere sino alle pale eoliche. Da qui splendida vista sulla Valtourmenche e parte della Valle centrale.

## Come arrivare in auto

Da Champagne o Chambave dirigersi verso il Col Saint-Pantaléon. Giungere alla frazion Plan, appena prima di Semon. Lasciare l'auto nel parcheggio del villaggio.

## Percorso

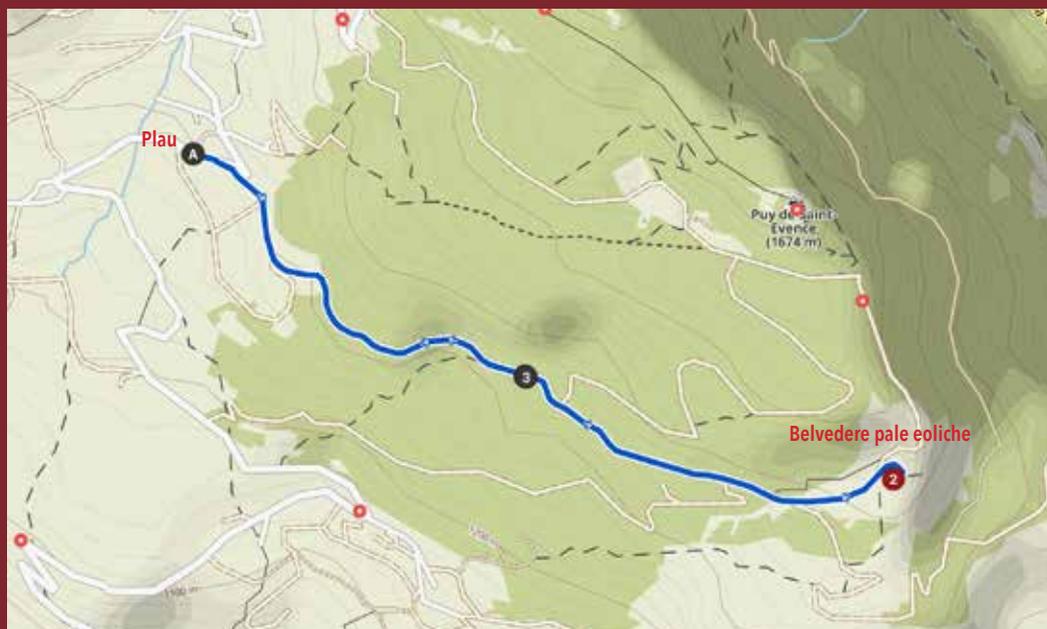
Dal parcheggio proseguire sulla strada regionale per circa un centinaio di metri per poi prendere sulla destra una pista poderale. Seguire la pista sino alle pale eoliche. In prossimità delle stesse, prendere sulla destra il breve tratto di pista che ci porta alla zona belvedere che si apre sulla Valtourmenche.

## Punti di interesse

- Le pale eoliche
- Vista sulla Valtourmenche e la media valle centrale

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/ScZDXF8bZkfh1csH6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Plan (1.290 m) **Arrivo:** Belvedere pale eoliche (1.412 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 140 m **Distanza A / R:** 5,5 km

**Tempo A / R:** 2h00 **Periodo:** da maggio a ottobre

## Caratteristiche generali

Breve passeggiata adatta soprattutto alle giornate più corte dell'inverno e dell'autunno/primavera. Pianeggiante, ci porta a dominare l'abitato di Châtillon con una bella vista sulla media Valle.

## Come arrivare in auto

La partenza si trova nel centro di Saint-Vincent. Imboccare la strada per le Terme e il Col di Joux e in corrispondenza del secondo tornante svoltare a sinistra. Lungo la Via Monte Bianco si trovano due parcheggi. Lasciare l'auto in uno dei due.

## Percorso

L'imbocco del percorso di trova appena ad est dei due parcheggi, in un passaggio tra due abitazioni. Seguire il tracciato per un lungo tratto che attraversa prati e piccole zone boscate. In corrispondenza della frazione Pissin-Dessus, si deve percorrere un breve tratto di strada asfaltata, per poi rientrare nel sentiero e subito dopo trovare nuovamente un tratto di strada asfaltata sino in corrispondenza della frazione Merlin, dove si riprende il sentiero per seguirlo sino a Conoz. Rientrare dallo stesso percorso.

## Punti di interesse

- Collina di Châtillon

Indicazioni Google Maps

<https://goo.gl/maps/kZSwDZXwUNLFCGZ69>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio Violan (600 m) **Arrivo:** Conoz (670 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 90 m **Distanza A / R:** 7,9 km

**Tempo A / R:** 2h00 **Periodo:** tutto l'anno

## Caratteristiche generali

Una bella e lunga passeggiata che passa a monte della Gola della Mongiovetta e che ci porta alla scoperta di elementi della storia antica e medievale della Valle d'Aosta, alla partenza con i resti del Ponte romano ed a metà percorso con il Castello e la chiesa di Saint-Germain. Il sentiero segue percorsi importanti come la Via Francigena e il Cammino Balteo e attraversa villaggi e zone ancora naturali della Valle centrale, sino a giungere a Montjovet.

## Come arrivare in auto

Giunti a Saint-Vincent seguire le direzioni per il Ponte romano che si trova nella parte est dell'abitato. Per chi proviene dalla Bassa Valle, prendere la strada per Saint-Vincent centro e fermarsi dopo un centinaio di metri nel parcheggio dell'area giochi che si trova in prossimità dei resti del Ponte romano.

## Percorso

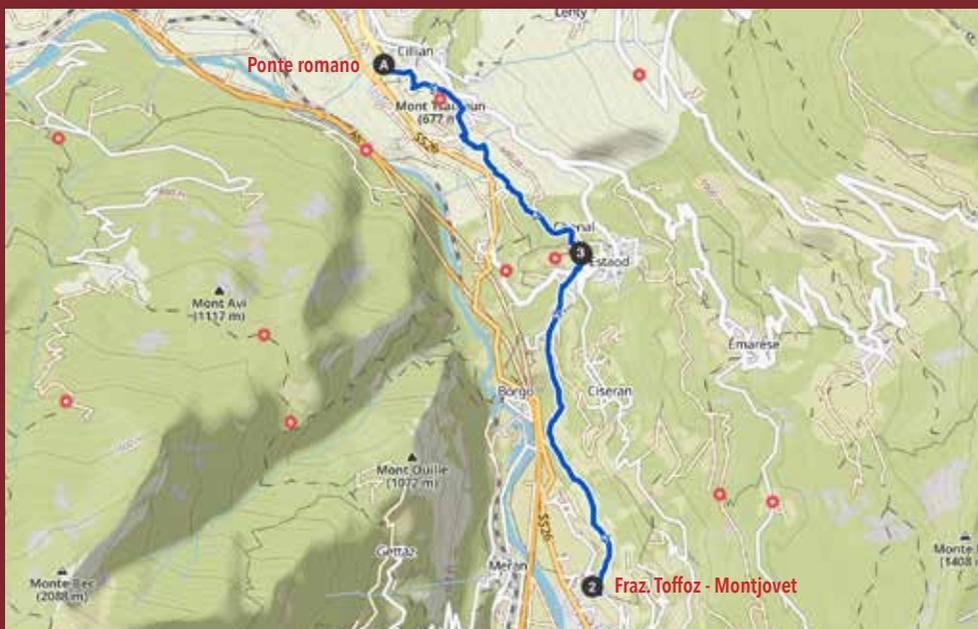
Dal parcheggio attraversare la strada per imboccare subito il sentiero 11 per poi lasciarlo dopo un centinaio di metri per svoltare sulla destra e seguire la tappa 103 della Via Francigena. Continuare sul sentiero 103 sino al villaggio di Laval dove bisogna restare sulla sinistra e continuare col segnavia 103 sino a Chenal. Da qui continuare sulla Via Francigena sino a Saint-Germain dove si può fare una breve variante verso il Castello e la chiesa. Proseguire per giungere prima alla frazione Le Balmas e poi, con un tratto di poderale sino a Toffoz di Montjovet.

## Punti di interesse

- Il Ponte romano di Saint-Vincent
- Il Castello e la chiesa di Saint-Germain

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/toprwbATWRYNmREk6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Ponte romano Saint-Vincent (636 m) **Arrivo:** Toffoz di Montjovet (419 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 470 m **Distanza A / R:** 10,5 km

**Tempo A / R:** 4h15 **Periodo:** tutto l'anno

## Caratteristiche generali

Un facile e breve percorso lungo il fondovalle della Dora che ci porta sino al Castello Sarriod de la Tour di Saint-Pierre.

## Come arrivare in auto

Dirigersi verso l'ingresso dell'autostrada ad Aymavilles e parcheggiare nella zona asfaltata a fianco della strada che porta agli uffici della RAV.

## Percorso

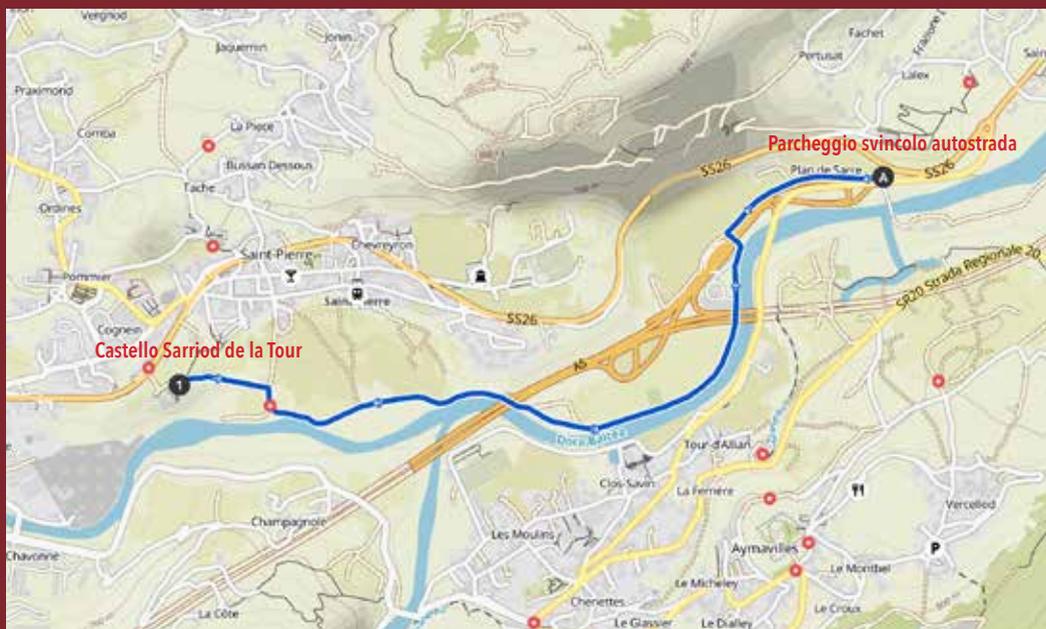
Dal parcheggio prendere prima un breve tratto di strada asfaltata sino a superare l'edificio degli uffici RAV da dove comincia la poderale che va seguita sino ai piedi della salita che porta al Castello Sarriod de la Tour, appena prima di arrivare ad una zona di estrazione inerti. Prendere una stradina che sale sulla destra poi svoltare a destra su un breve tratto di sentiero che conduce al Castello.

## Punti di interesse

- Il Castello Sarriod de la Tour

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/xyJ4ykgkAq8zNNAA7>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio piana Aymavilles (610m) **Arrivo:** Castello Sarriod de la Tour (650 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 40 m **Distanza A/R:** 5,5 km

**Tempo A/R:** 1h50 **Periodo:** da tutto l'anno

## Caratteristiche generali

Una breve passeggiata da fare tutto l'anno che ci porta alla scoperta del Castello di Sarre e del Monte Torrette, famosa zona di produzione vinicola.

## Come arrivare in auto

Dirigersi verso Sarre e seguire le indicazioni per il Castello. Lasciare l'auto nel parcheggio del Castello.

## Percorso

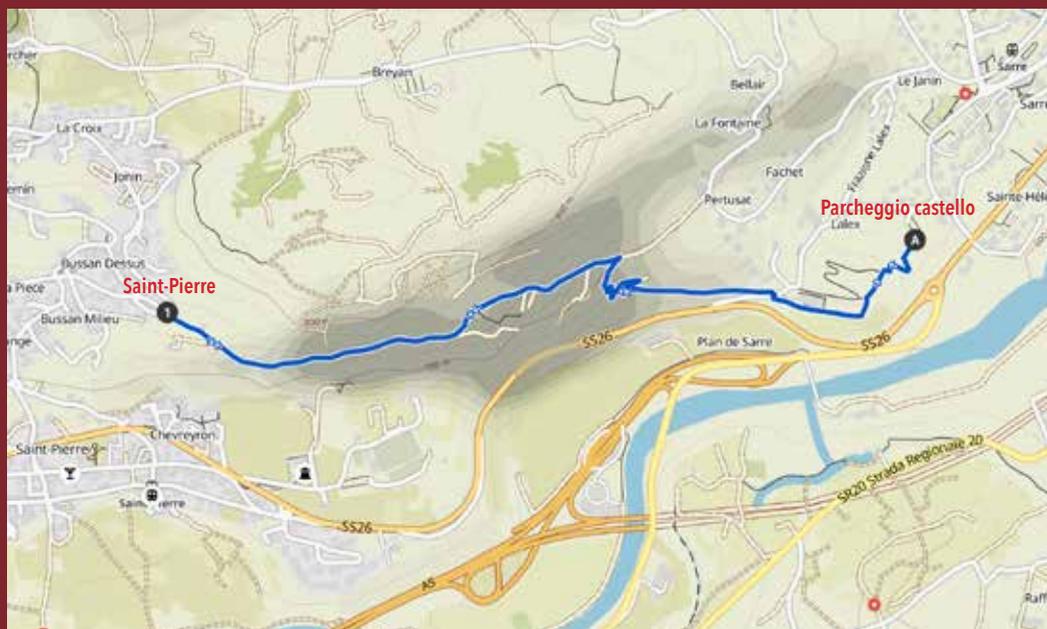
Dal parcheggio seguire il sentiero che passa immediatamente a valle del Castello e che arriva sul piazzale davanti all'ingresso dello stesso. Attraversare il piazzale e prendere una pista poderale che va seguita sino a superare un tornante. Appena passato il tornante prendere sulla destra un sentiero che ci fa salire rapidamente verso un altro tratto di pista trattorabile che conduce ad un pista più larga. Giunti su questa pista svoltare a sinistra e seguirla sino alla fine dove incontreremo l'abitato di Saint-Pierre.

## Punti di interesse

- Il Castello di Sarre
- Le vigne del Mont Torrette

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/uMYmeM9aMid3ZL1m9>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio Castello Sarre (624 m) **Arrivo:** Saint-Pierre (745 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 150 m **Distanza A / R:** 4,7 km

**Tempo A / R:** 1h50 **Periodo:** tutto l'anno

## Caratteristiche generali

Un facile percorso che si sviluppa attraverso le vigne della collina di Sarre, partendo dalla Clinica sul Monte Torrette, e che offre una bella vista sulla valle centrale e su Aosta.

## Come arrivare in auto

Da Sarre seguire la strada che, dopo avere attraversato la ferrovia, sale verso la collina. Seguire le indicazioni per Saint-Pierre. Parcheggiare l'auto in corrispondenza della clinica.

## Percorso

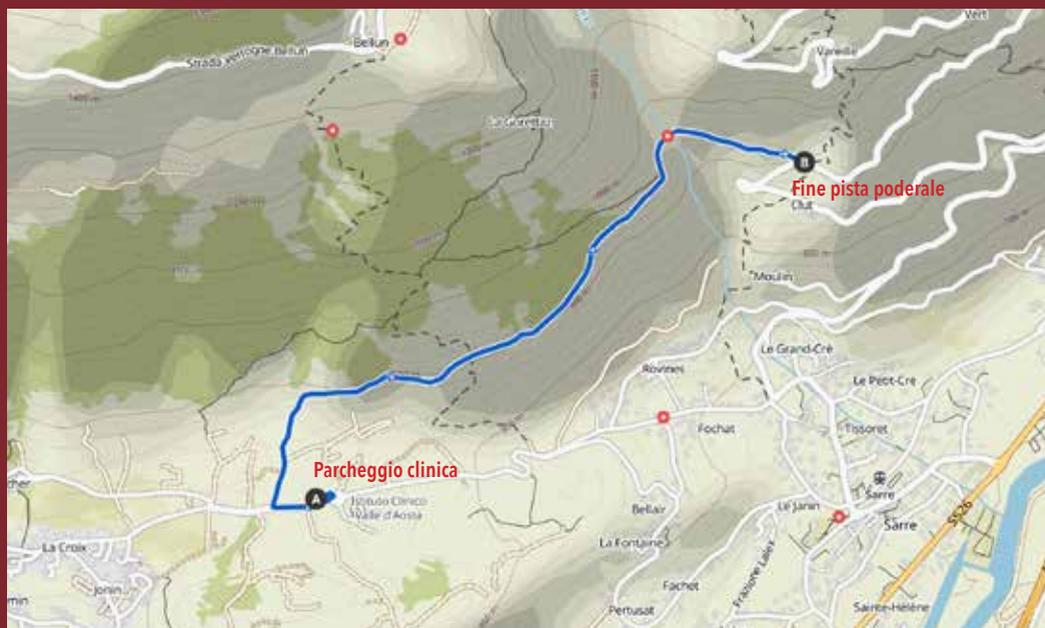
Dal parcheggio della clinica seguire la strada asfaltata verso Saint-Pierre per un centinaio di metri e poi prendere la pista poderale che sale sulla destra. Continuare con una breve salita su questa pista per poi seguirla quando svolta a destra e si sviluppa pianeggiante sino alla sua conclusione in prossimità della frazione Clut.

## Punti di interesse

- Vista sulla valle centrale e Aosta

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/XS1f4dTR77UqJMvp6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio clinica Saint-Pierre (842 m) **Arrivo:** Fraz. Clut (958 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 160 m **Distanza A / R:** 4,5 km

**Tempo A / R:** 1h40 **Periodo:** tutto l'anno

## Caratteristiche generali

Una passeggiata che attraversa tutto il comune di Jovençon attraverso vigneti, frutteti, campi e villaggi, facendoci scoprire beni culturali e naturali come la Torre di Gressan, la chiesa della Madeleine e la Côte de Gargantua.

## Come arrivare in auto

Dirigersi a Jovençon, raggiungere la frazione Pompiod e parcheggiare al centro della frazione.

## Percorso

Dal parcheggio portarsi nella parte alta della frazione e poi dirigersi verso Jovençon e la frazione Pessolin con la pista poderale. Giunti a Pessolin seguire il segnavia con la Tappa 18 del Cammino Balteo che ci porterà sino alla Côte de Gargantua sulla quale potremo salire con un breve sentiero.

## Punti di interesse

- Le Jardin des Anciens Rémèdes
- la Côte de Gargantua

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/d6XKGahuWu12eXhR6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Pompiod (648 m) **Arrivo:** Côte de Gargantua (741 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 100 m **Distanza A / R:** 6,5 km

**Tempo A / R:** 2h15 **Periodo:** tutto l'anno

## Caratteristiche generali

Il Ru Bourgeois, oggi interamente intubato, scorre sulla collina alta di Aosta e la pista che lo segue è una bella balconata sulla valle centrale. Una passeggiata da fare tutto l'anno in assenza di neve.

## Come arrivare in auto

Da Aosta seguire le indicazioni per Arpuilles- Excenex e poi verso Entrebin. Cercare un parcheggio in prossimità del bacino (i posti auto non sono molti).

## Percorso

In base a dove avete lasciato l'auto dovete portarvi sul tornante a monte del bacino dove inizia una strada poderale che si dirige verso sud. Seguire questa pista, che attraversa a tratti la strada asfaltata, per giungere poi fino a Vignoles.

## Punti di interesse

- Il Ru Bourgeois
- Vista su Aosta

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/sAfHzQEzytPVEVht9>



## Dati tecnici

**Partenza:** Variney (976 m) **Arrivo:** Vignoles (918 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 70 m **Distanza A / R:** 7,0 km

**Tempo A / R:** 2h15 **Periodo:** da aprile a novembre

## Caratteristiche generali

Una facile passeggiata da fare lungo un percorso sul fondovalle della Dora che da Aosta porta ad Aymavilles passando per Jovençan.

## Come arrivare in auto

Raggiungere il Cimitero di Aosta e parcheggiare nell'ampio spazio in prossimità della struttura per il Calcio a cinque.

## Percorso

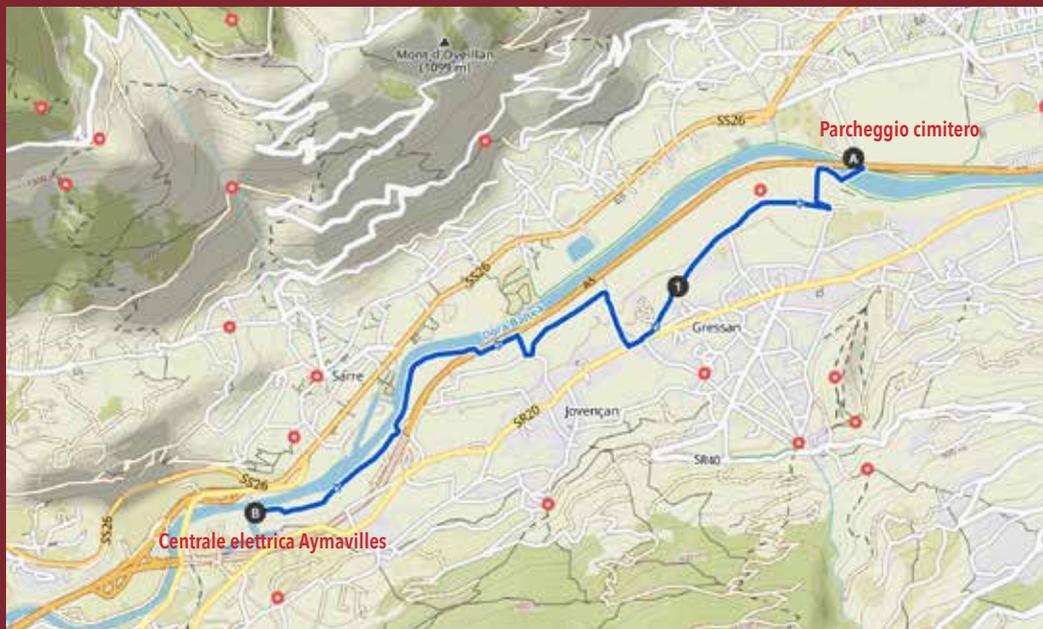
Dal parcheggio attraversare il ponte pedonale sulla Dora e dirigersi verso ovest. Seguire la strada asfaltata che passando intorno alla zona sportiva sale poi per un breve tratto verso Gressan. Appena a monte della salita prendere la strada comunale che parte sulla destra verso Jovençan. Seguire questa strada sino alla rotonda. Attraversare il ponte e subito dopo scendere sulla destra per imboccare quasi immediatamente una strada agricola che attraversa tutta la piana di Jovençan. Seguirla sino ad un bivio dove si suggerisce di svoltare a destra per passare sotto l'autostrada. Continuare sino a raggiungere la zona di Châtelaïr dove si deve prendere una pista poderalo che parte sulla destra costeggiando la Dora. Seguirla sino alla Centrale elettrica di Aymavilles.

## Punti di interesse

- Paesaggio della valle centrale

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/XCEJXD6WWW1yipj7>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio cimitero Aosta (574 m) **Arrivo:** Centrale elettrica Aymavilles (610 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 70 m **Distanza A / R:** 10,5 km

**Tempo A / R:** 3h10 **Periodo:** tutto l'anno

## Caratteristiche generali

Facile passeggiata lungo la pista ciclabile sulla Dora.

## Come arrivare in auto

Raggiungere il Cimitero di Aosta e parcheggiare nell'ampio spazio vicino alla struttura per il Calcio a cinque.

## Percorso

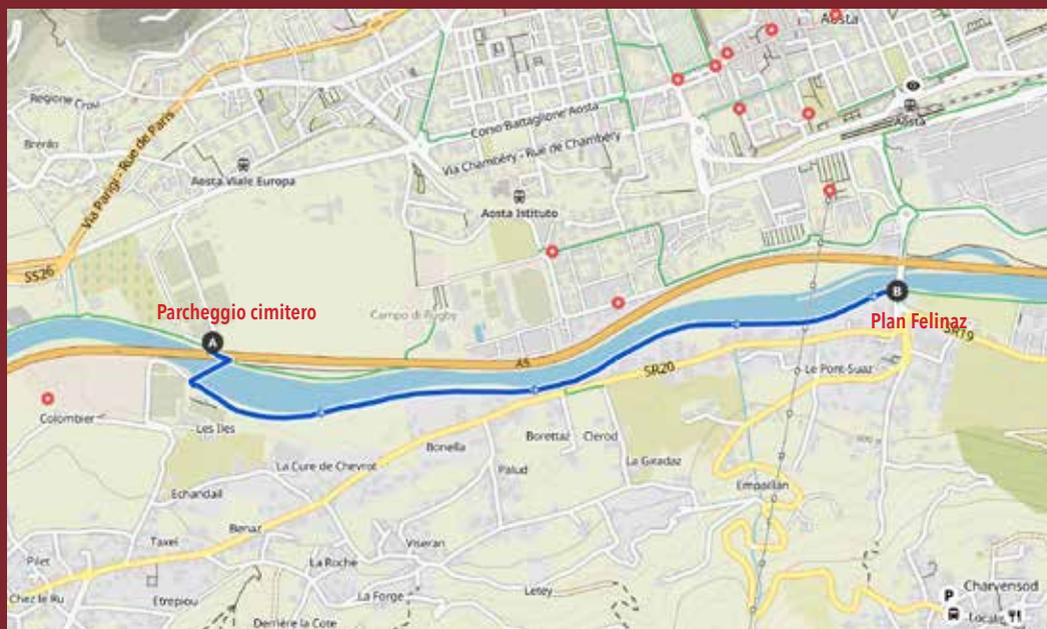
Dal parcheggio attraversare il ponte pedonale e imboccare la pista ciclabile sulla sinistra. Seguirla sino a Plan Felinaz. Chi vuole può proseguire ulteriormente seguendo ancora la pista ciclabile.

## Punti di interesse

- Paesaggio della Valle centrale

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/XCEJXDs6WWW1yipj7>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio cimitero di Aosta (574 m) **Arrivo:** Plan Felinaz (564 m)

**Difficoltà:** molto facile **Dislivello:** 20 m **Distanza A / R:** 5 km

**Tempo A / R:** 1h30 **Periodo:** tutto l'anno

## Caratteristiche generali

Un percorso relativamente impegnativo che porta dal fondovalle di Aosta sino alla collina di Porossan passando accanto alla Riserva naturale di Châtelair per giungere sino al Ponte Grand Arvou. Nella parte alta del percorso ai può godere di una bella visuale su Aosta e la sua piana e sull'imbocco della Valpelline.

## Come arrivare in auto

Da Aosta dirigersi verso la zona Saumont. Portarsi alla fine dell'area verde per parcheggiare l'auto.

## Percorso

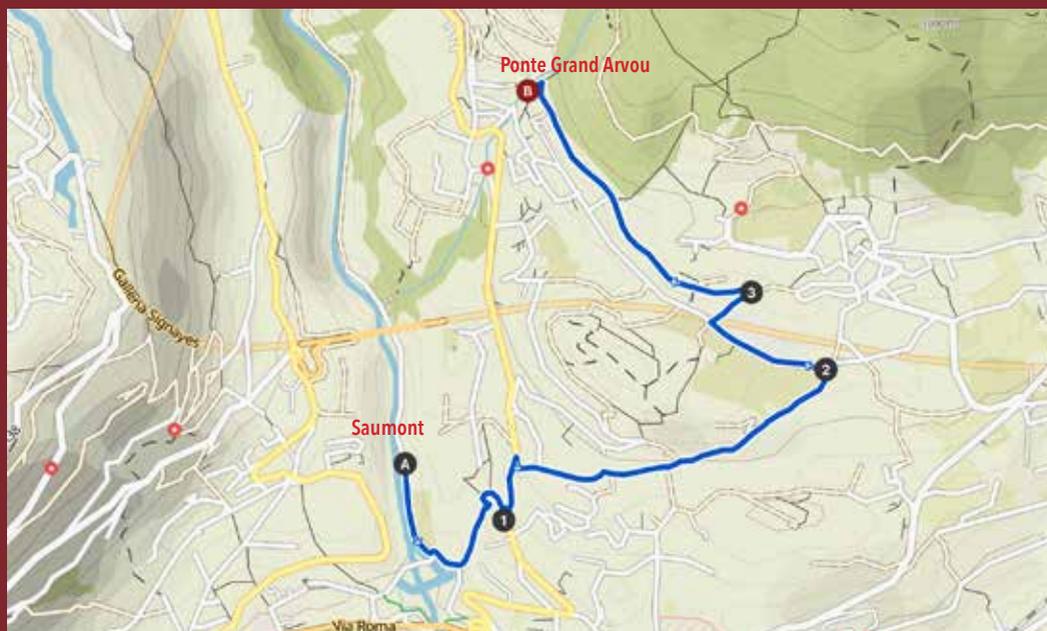
Dal parcheggio attraversare tutta l'area verde e prendere la strada che sale verso la frazione La Comba. Giunti qui, entrare nel villaggio e prendere subito il sentiero che svolta sulla destra e che, dopo un breve tratto in salita con due tornanti, si ricongiunge con la strada regionale per Roisan. Svoltare a sinistra e seguire il marciapiede sulla strada regionale per circa 200 metri e attraversare in corrispondenza di una strada che entra in un gruppo di case. Oltrepassate le case salire a sinistra per circa 100 metri per incontrare un sentiero che si diparte sulla sinistra. Seguirlo sino ad incontrare una pista poderale che attraversa la zona prativa. Seguire la pista e in corrispondenza di un tornante continuare diritto. Proseguire sino ad incontrare la strada asfaltata. Svoltare a sinistra e seguirla per circa 300 metri sino ad uno slargo con una piccola edicola religiosa. Prendere la pista poderale che sale e seguirla sino al termine della salita. Svoltare e a sinistra e percorrere il sentiero che conduce sino al Ponte Grand Arvou.

## Punti di interesse

- Quota BP
- Ponte Grand Arvou

### Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/4K6pHg3skqj6B7GA>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio Area verde Saumont (600 m) **Arrivo:** Ponte Grand Arvou (765 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 180 m **Distanza A / R:** 7,8 km

**Tempo A / R:** 2h45 **Periodo:** da aprile a novembre

## Caratteristiche generali

La passeggiata si snoda per molti chilometri lungo la pista pianeggiante creata per far scorrere il Ru Pompillard (completamente intubato). È un percorso per tutte le stagioni, che con una balconata permette di aprire lo sguardo sia verso la valle centrale e la piana di Aosta sia verso l'imbocco della Valle del Gran San Bernardo.

## Come arrivare in auto

Da Aosta prendere la strada per Senin e Sorreley. Proseguire sino a Sorreley dove si svolta a sinistra seguendo le indicazioni per Parleaz. Dopo circa un chilometro, amonte dell'abitato si trova sulla sinistra un parcheggio dove lasciare l'auto. Attenzione perché possono parcheggiare al massimo 6-7 vetture e il percorso è sempre molto frequentato. In alternativa lasciare l'auto più in basso nella frazione (contare circa 8-10 minuti per ritornare alla partenza del percorso).

## Percorso

La pista inizia immediatamente vicino al parcheggio. Da qui si può proseguire senza possibilità di alternative. Dopo circa 3 km si incontra una galleria non illuminata di circa 100 metri che non presenta pericoli ma dove è meglio essere dotati di una lampada o della torcia del telefono. Dopo la galleria proseguire ancora per 4 km per giungere sino a Roisan.

## Punti di interesse

- Paesaggio della piana di Aosta

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/QQCzETJwz4CrNe5t9>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio Sorreley (751 m) **Arrivo:** Roisan (887 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 136 m **Distanza A / R:** 16 km

**Tempo A / R:** 5h00 **Periodo:** tutto l'anno

## Caratteristiche generali

La passeggiata si snoda per molti chilometri lungo la pista pianeggiante creata per far scorrere il Ru Pompillard (completamente intubato). È un percorso per tutte le stagioni, che con una balconata permette di aprire lo sguardo sia verso la valle centrale e la piana di Aosta sia verso l'imbocco della Valle del Gran San Bernardo.

## Come arrivare in auto

Giungere a Roisan e superare il capoluogo. Dopo la chiesa, al termine della salita, quando la strada spiana per scendere verso la Valpelline e in corrispondenza di un parcheggio con una fontana, prendere la strada che sale a destra. Seguirla sino ad un parcheggio al termine della prima salita e lasciare l'auto.

## Percorso

La pista del Ru Pompillard inizia immediatamente vicino al parcheggio, scendendo verso la valle centrale. Seguire la pista sino al termine, a monte di Sorreley. Visto che il percorso è molto lungo, chi volesse può fermarsi in qualunque momento e tornare sui suoi passi.

## Punti di interesse

- Paesaggio della Valpelline e della piana di Aosta

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/TicqZs8Jo1kS5bsq7>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio Roisan (887 m) **Arrivo:** Sorreley (751m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 136 m **Distanza A / R:** 16 km

**Tempo A / R:** 5h00 **Periodo:** tutto l'anno

## Caratteristiche generali

Facile passeggiata lungo la pista ciclabile che corre a lato di tratti della Dora ancora naturali e che attraversa ampie zone agricole. La passeggiata si conclude appena oltre Brissogne raggiungendo la zona umida di Les Iles.

## Come arrivare in auto

Dirigersi a Pollein e seguire le indicazioni per l'area verde vicino all'eliporto. Parcheggiare in prossimità dell'area (attenzione una buona parte del parcheggio è a pagamento).

## Percorso

Dal parcheggio attraversare l'area verde verso la pista ciclabile sulla Dora e una volta raggiunta dirigersi verso est in direzione di Brissogne. Seguire la pista ciclabile sino alla zona umida di Les Iles.

## Punti di interesse

- Zona umida di Les Iles

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/PmdB2b916E4Kyt1A>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio area verde Pollein (614 m) **Arrivo:** Zona umida Les Iles (527 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 180 m **Distanza A / R:** 14,2 km

**Tempo A / R:** 4h35 **Periodo:** tutto l'anno

## Caratteristiche generali

Il Ru Souverou è una passeggiata di bassa quota che si può praticare tutto l'anno. Il suo percorso, partendo dal Monastero di Quart, si sviluppa verso Saint-Christophe, a monte degli abitati e di ampie zone prative e agricole.

## Come arrivare in auto

Dirigersi verso Quart e seguire le indicazioni per il Castello. Al primo tornante della strada del Castello svoltare a sinistra e seguire le indicazioni per il Monastero, quando vi si giunge lasciare la macchina nel parcheggio a bordo strada.

## Percorso

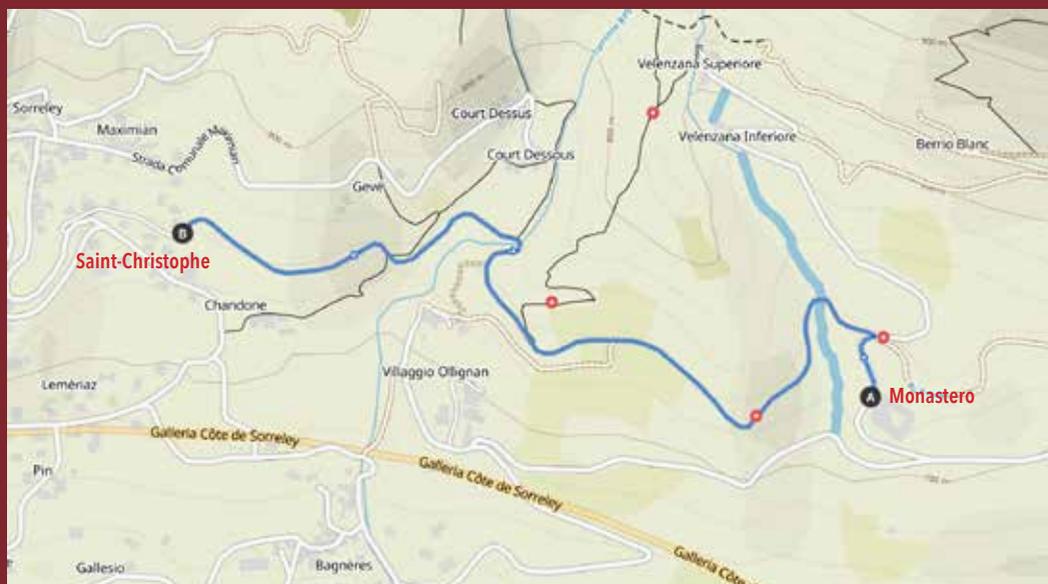
L'ampia pista agricola si imbecca un centinaio di metri a monte del Monastero. Dirigersi verso Aosta e seguire il percorso sino alla fine, dove si raggiungono le frazioni alte di Saint-Christophe.

## Punti di interesse

- Il Monastero Mater Misericordiae

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/xxGDwRjIFereRbcJ6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Parcheggio del Monastero (728 m) **Arrivo:** Saint-Christophe (739 m)

**Difficoltà:** facile **Dislivello:** 40 m **Distanza A / R:** 3,5 km

**Tempo A / R:** 1h00 **Periodo:** tutto l'anno

## Caratteristiche generali

Un bel percorso in balconata sopra la valle centrale che corre sopra il Ru Mazod in gran parte intubato. Il sentiero, che in alcuni punti è stretto e richiede una certa attenzione, porta verso il vallone del torrente di Barthelemy e offrendoci la vista del castello di Nus.

## Come arrivare in auto

Raggiungere Villefranche di Quart e raggiungere l'ultima rotonda dopo l'abitato (per chi viene dalla media e bassa valle si tratta della prima rotonda dopo quella di Saint-Marcel). A questa rotonda prendere l'uscita per la frazione Plantaz e dopo qualche centinaio di metri ed aver superato la ferrovia, prendere la strada comunale che sale sulla sinistra verso il villaggio di Chetoz. Superato il villaggio, prendere la strada che sale per Champ Desert, Ronchalle, Chacoz e Amerique. Appena superato il piccolo gruppo di case, parcheggiare l'auto nel primo slargo che incontriamo a bordo strada.

## Percorso

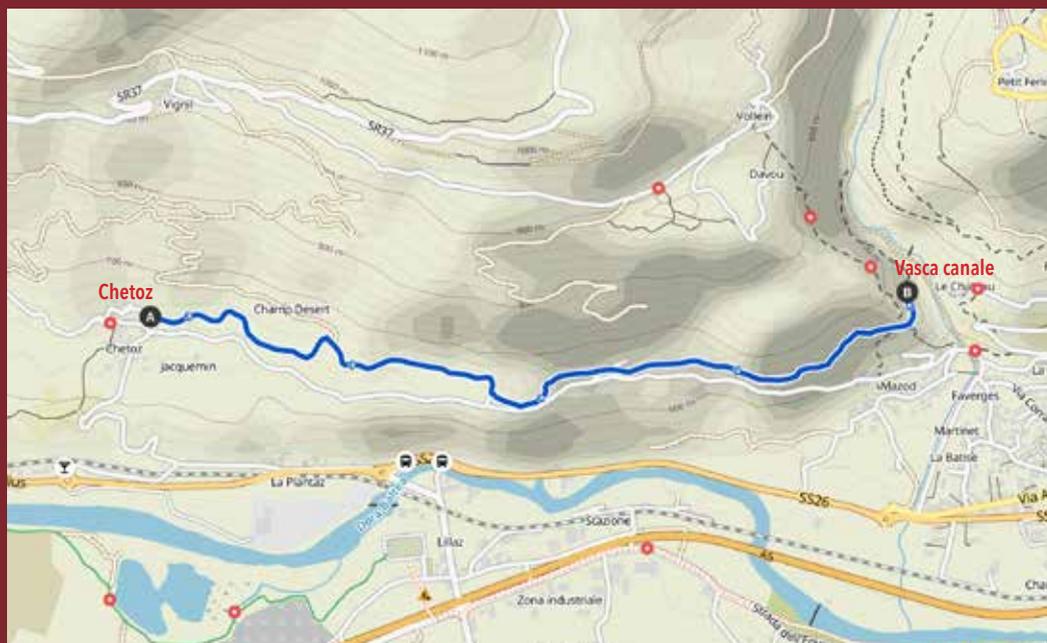
Lasciata l'auto proseguire sulla strada comunale per circa 700 metri e prima di giungere ad un tornante imboccare la pista poderale che si troverà sulla destra. A questo punto seguire il tracciato del Ru Mazod sino ad una vasca di accumulo dalla quale si vede sul versante opposto del vallone il Castello di Nus.

## Punti di interesse

- Vista sulla media valle centrale
- Castello di Nus

Indicazioni Google Maps partenza

<https://maps.app.goo.gl/yeG2cqHTNYuWzRx7A>



## Dati tecnici

**Partenza:** Chetoz (643 m) **Arrivo:** Vasca carico canale (652 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 50 m **Distanza A/R:** 5,6 km

**Tempo A/R:** 1h50 **Periodo:** da marzo a novembre

## Caratteristiche generali

Il Ru Marseiller è una bellissima passeggiata che offre un balcone sulla valle centrale. È molto lungo e quindi chi vuole può interrompere in qualunque momento la camminata e rientrare. Sicuramente da fare sino in corrispondenza di Châtillon.

## Come arrivare in auto

Sulla SS26 in corrispondenza di Chambave, prendere la strada regionale 11 di Verrayes. Raggiungere la frazione Marseiller e dopo circa un chilometro iniziare a cercare uno spiazzo di sosta a bordo strada, prima o dopo il tornante che s'incontra subito dopo la frazione.

## Percorso

Il sentiero si imbecca dopo il tornante a destra della strada, alla fine di un lungo muro di contenimento che protegge il tornante. Non prendere la pista che si vede in corrispondenza del tornante. Seguire il tracciato del sentiero che a tratti si snoda sopra passerelle, comunque sempre ben protette. Lungo il tracciato s'incontrerà anche un ponticello che supera alcune condotte forzate. Rientrare per lo stesso tracciato.

## Punti di interesse

- Vista sulla valle centrale

Indicazioni Google Maps partenza

<https://goo.gl/maps/Ep3TCbcnA6UH5JYv6>



## Dati tecnici

**Partenza:** Marseiller (830 m) **Arrivo:** Sunère (940 m)

**Difficoltà:** media **Dislivello:** 220 m **Distanza A / R:** 18,6 km

**Tempo A / R:** 6h00 **Periodo:** da marzo a novembre (fattibile anche in inverno nel primo tratto soleggiato)

# ALCUNI SUGGERIMENTI ...

## per chi ha la passione del cammino

### La Via Francigena

La Via Francigena è un itinerario di oltre tremila chilometri che collega Canterbury a Roma e Santa Maria di Leuca, attraversando diverse regioni e paesi. Questo percorso rappresenta una connessione tra l'Europa dei popoli e delle culture, toccando 5 stati, 16 regioni e oltre 600 comuni lungo il tragitto. Durante il cammino, i viaggiatori possono attraversare una varietà di sentieri, come percorsi montani, mulattiere di pietra e strade di campagna, lontane dal traffico. I segnavia lungo il percorso indicano la direzione, portando tutti verso Roma. La Via Francigena è stata studiata per essere un itinerario sicuro, facile e accessibile a tutte le età, privo di difficoltà tecniche.

Scopri di più sulle tappe e i percorsi della Via Francigena Valle d'Aosta visitando il sito WEB tramite questo Qr Code



### Il Cammino Balteo

Il Cammino Balteo è un itinerario escursionistico circolare di circa 350 km che attraversa oltre 40 comuni della Valle d'Aosta. Lungo il percorso, i viaggiatori possono esplorare la storia, visitare siti archeologici e castelli, scoprire l'architettura dei villaggi e le tradizioni locali. Il cammino offre varie opzioni tematiche e stagionali, con tappe che includono sentieri, strade sterrate e asfaltate. Diviso in 23 tappe di 4-6 ore ciascuna, il trekking presenta variazioni di lunghezza (8-20 km) e dislivelli (200-1.300 metri). Il percorso si sviluppa principalmente nella valle e sulle pendici di media quota, rendendolo accessibile per gran parte dell'anno.

Scopri di più sulle tappe e i percorsi del Cammino Balteo visitando il sito WEB tramite questo Qr Code



# UNA GITA FUORI PORTA ...

## nel vicino Canavese

### I Cinque Laghi della Serra di Ivrea

La zona dei **Cinque Laghi della Serra** d'Ivrea è una meraviglia naturale nel Canavese, ricca di elementi geologici, naturalistici e faunistici. I laghi, San Michele, Campagna, Sirio, Pistono e Nero, offrono sentieri che permettono di immergersi nella bellezza della natura. Ogni lago è circondato da affascinanti colline che regalano colori incantevoli in tutte le stagioni.

Il **Lago di Campagna** è un'oasi tranquilla immersa nel verde. Da qui, lungo il sentiero che lo costeggia, è possibile godere di una magnifica vista sul Castello San Giuseppe, il Mombarone, la Serra e Chiaverano.

Il **Lago Sirio**, il più famoso e grande tra i cinque, è balneabile e attrezzato per accogliere i turisti durante l'estate. Il percorso offre due varianti che conducono all'Acquedotto Romano e alle suggestive "Terre Ballerine", un'antica torbiera il cui terreno elastico si muove sotto i passi dei visitatori.

L'anello del **Lago Pistono** si estende tra vigneti e boschi di castagno, sorvegliato dal Castello di Montalto Dora. Anche da qui è possibile raggiungere le "Terre Ballerine", mentre la "Variante del Maggio" conduce a un interessante punto panoramico.

Il **Lago Nero**, avvolto da leggende misteriose, offre un sentiero circolare che incontra una lapide funeraria, un masso erratico e la caratteristica "Casa del Pescatore". Infine, c'è l'anello del **Maresco di Bienca**, che costeggia un antico bacino lacustre utilizzato dai Romani per portare l'acqua dalla collina ad Ivrea. I resti dell'acquedotto romano sono ancora in parte visibili.

La visita dei Cinque Laghi richiede una giornata intera di camminata e i punti di partenza dei sentieri possono essere diversi.

Per maggiori informazioni visitare i siti WEB usando i seguenti Qr Code:



VisitCanavese



Anfiteatro Morenico della  
Serra



Testi, percorsi e impaginazione: ETM Services Srl  
Carte da Openstreetmap - Open Data  
Tutti i diritti riservati  
Aosta - 2024