

# A due passi dal PARADISO

di Enrico Caracciolo



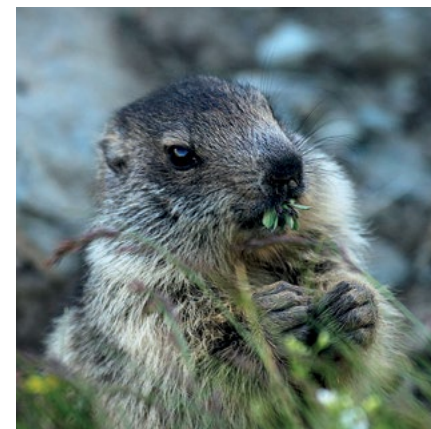
VALLE D'AOSTA PARCHI

**Immersione nella natura alpina tra creste e valli lungo lo spettacolare tracciato che unisce il Parco Nazionale del Gran Paradiso col Parco Naturale di Mont Avic. A passo lento, da rifugio a rifugio, zaino in spalla, inseguendo albe e tramonti.**

**Immersione nella natura alpina tra creste e valli lungo lo spettacolare tracciato che unisce il Parco Nazionale del Gran Paradiso col Parco Naturale di Mont Avic. A passo lento, da rifugio a rifugio, zaino in spalla, inseguendo albe e tramonti.**



**N**uvole basse in Valsavarenche. Le storie e i racconti di Alberto Gianni, patron dell'Hostellerie du Paradis a Eaux Rousses riscaldano un luglio in versione quasi invernale: sono raggi di luce che sfondano la coltre di nubi, regalano un po' di calore e dipingono con i colori dell'ironia il grigiore di un'alba poco invitante. Inizia così lo straordinario viaggio fra creste e cielo, valloni e specchi d'acqua sulla rotta portante del progetto Giroparchi che offre un diverso modo di vivere il territorio che unisce il Parco Nazionale del Gran Paradiso al Parco Naturale Mont Avic. Oltre a nuovi sentieri, Giroparchi è un disegno virtuoso che ha come obiettivo un'armonica integrazione tra lo spirito selvaggio di madre natura e le antiche radici "umane" ben salde a questo territorio, indicando la strada per una sana e discreta convivenza dove storia e tradizioni



**RODITORE ALPINO** Una marmotta in Valnontey. Nella pagina a fianco: il sole del mattino presso i laghetti di Lauson.

della gente di montagna incontrano la spiritualità e il senso di wilderness delle grandi montagne.

## La via dei parchi

Le cime di roccia e ghiaccio affondano nelle nuvole e il sottobosco accoglie gocce di pioggia e passi lenti. Inizia così la camminata che in cinque giorni e quattro notti seguirà la rotta che unisce i due Parchi. In buona sostanza si percorre in senso inverso gran parte del viaggio compiuto da Vittorio Emanuele II, che nel 1850 partecipa a una battuta di caccia camminando da Champorcher fino a Cogne. Esperienza bella ma faticosa che svela al "Re Galantuomo" le meraviglie di questo territorio e la sua passione per la caccia. Fu così che, ottenuto il permesso esclusivo di caccia dai comuni della zona nel 1854, il re organizza varie escursioni nelle valli che abbracciano il massiccio del Gran Paradiso. E tra il 1861 e il

1864 furono progettati e realizzati circa 300 km di mulattiere destinate all'attività venatoria. Inizia così la storia del Parco Nazionale del Gran Paradiso: il primo parco nazionale italiano, che sarà istituito il 3 dicembre 1922, nasce grazie alla passione venatoria di un re. Dopo Vittorio Emanuele II è stata la volta di suo figlio, Umberto I tra il 1881 e il 1899, e poi ancora del nipote Vittorio Emanuele III che effettua l'ultima battuta

nel 1913, prima di donare, sette anni dopo, 2100 ettari allo Stato Italiano. Il vallone di Lévonaz, nel cuore della Valsavarenche, è un luogo simbolo del Parco. Abituamente frequentato da camosci e stambecchi e guardaparco, sintetizza la stretta relazione tra uomo e natura che caratterizza il Parco Nazionale del Gran Paradiso. In estate e inverno, con qualsiasi tempo, i guardaparco svolgono come una missione vari ruoli, dalla

sorveglianza all'educazione ambientale, dal recupero della fauna in difficoltà alla protezione civile, partecipando attivamente a progetti di ricerca scientifica e monitoraggio ambientale. Lévonaz è sede di un casotto presidiato continuamente dalle sentinelle del Parco e ambiente naturale per intere famiglie di stambecchi che qui si possono avvistare con facilità. Il col Lauson è un passaggio emozionante. Si respira l'aria di alta montagna e la vista si perde negli spazi sconfinati che raggiungono la Valnontey con i tormentati ghiacciai della Tribolazione che sembrano precipitare dalla vetta del Gran Paradiso. Inizia qui la discesa verso il rifugio Vittorio Sella, altra tappa storica nel Parco. Antica casa di caccia fu acquistata nell'anno di nascita del Parco da Emilio Gallo, presidente del CAI di Biella che la donò alla sezione del Club Alpino di appartenenza battezzandola col nome del grande





fotografo biellese, alpinista, esploratore e nipote di Quintino, ministro delle Finanze e fondatore del Club Alpino Italiano. Ospiti di Luisa e Jean, al Sella si mangia bene e si dorme divinamente. Albe e tramonti regalano luci straordinarie per fotografare, così come faceva Vittorio Sella. Venti minuti a piedi dal rifugio e si raggiungono i laghetti di Lauson, meta speciale per gli amanti della fotografia e dei luoghi dove i disegni e i riflessi di madre natura rasentano la perfezione. Dal Sella inizia la discesa verso la Valnontey e Cogne con una tappa di prevalente discesa. Cogne è la piccola capitale di queste montagne, un piacevole intermezzo urbano ideale per riposare e rilassarsi prima di intraprendere la seconda parte del trekking. Quando il sentiero si adagia nel fondo della Valnontey si consiglia una sosta al Giardino Botanico Alpino Paradisia, splendido libro naturale che si racconta con oltre 1000 specie di piante e fiori che crescono su Alpi, Appennini e altre montagne d'Europa, Asia e America. Nel centro di Cogne invece è possibile entrare in contatto con la storia e la



vita delle genti di montagna visitando la Maison Gérard Dayné, capolavoro di legno e pietra, importante testimonianza di architettura rurale che riporta alla vita di "una volta" in valle attraverso gli spazi e gli oggetti della vita familiare. E per sentire il sapore di questo luogo, tre sono i momenti di riflessione gastronomica da non perdere: la *seupetta* di Cogne, zuppeta di pane, riso e fontina; il *mecoulin*, pane dolce con uvetta; e la sensuale crema di Cogne, trionfo di cioccolato. Zaino in spalla, borracce piene e gambe toniche si riparte a piedi verso Lillaz, dove il torrente Urtier con tre salti manifesta l'energia e la forza dell'acqua. Da Lillaz si torna a camminare nel silenzio e immersi in una magica solitudine che sembra dilatare un paesaggio alpino austero. La meta è il rifugio Sogno di Berdzé nel cuore del vallone dell'Urtier. Si parte da qui per raggiungere il valico della Finestra di Champorcher, spettacolare passaggio in quota a 2.827 metri, in pratica la porta verso il Parco Naturale Mont Avic. Benvenuti nell'anima selvaggia della Valle d'Aosta. Alle falde del Mont Avic

si sviluppa un'area naturale che, a causa della sua tormentata orografia, non è mai stata troppo invitante per le attività umane. Pastori e casari hanno preferito montagne più ospitali; e il turismo ha trovato altrove motivi di richiamo per le masse. Il Parco Naturale di Mont Avic ha un'anima liquida testimoniata da decine di laghi, acquitrini, risorgive e torbiere che ospitano una flora relictiva di grande interesse naturalistico e costituiscono le condizioni ideali per endemismi floristici alpini e specie floreali ormai rarissime sulle Alpi come pennacchi (*Eriophorum vaginatum*), e carici (*Carex limosa* e *Carex pauciflora*). I polmoni del parco, un tempo feriti dal disboscamento operato per alimentare l'attività mineraria, oggi sono tornati a respirare con splendide foreste di pino uncinato, pino silvestre, larice e faggio. La discesa verso gli spec-



chi d'acqua nell'area di Miserin offre grandi vedute e la sensazione di trovarsi in un ambiente montano di grande pregio, dove la presenza umana è discreta e impercettibile. La zona intorno al lago Miserin trasmette una forte energia e un profondo senso di spiritualità. Il santuario si rispecchia nel lago e il 5 agosto, ogni anno, accoglie i pellegrini che giungono in processione da Champorcher e dalle valli vicine come Cogne, Soana e Fénis. La parte finale della camminata invita a rallentare e fermarsi più frequentemente per ascoltare il silenzio di Mont Avic, prima di tornare tra gli uomini a Champorcher, villaggio di montagna dove ancora oggi mani esperte e sensibili tessono la canapa. Il trekking è finito. L'abbigliamento tecnico torna nello zaino. Con una camicia di tela di canapa indosso si torna a casa più eleganti.

**PELEGRINI IN QUOTA Il lago Miserin con il santuario e il rifugio.** In alto: **camoscio al Col Lauson.** Nella pagina a fianco, in alto: **in cammino attraverso l'alpeggio Grand Lauson.** In basso: **stambecco nei pressi di Léviönaz.**







### Pont d'Aël, meraviglia romana

Costituisce un'imponente opera d'ingegneria idraulica d'epoca romana; un ponte-acquedotto di 56 metri d'altezza e 50 di lunghezza che sovrasta il torrente Grand-Eyvia nei pressi del villaggio di Pont d'Aël a due passi dalla strada che collega Aymavilles a Cogne. Molto interessante il percorso di visita ad anello che permette di scoprire il condotto superiore, l'antico acquedotto pavimentato con grandi lastre litiche e anticamente impermeabilizzato con malta per il passaggio dell'acqua, e il camminamento inferiore che è stato utilizzato per secoli come passaggio per uomini e bestiame. Costruito nell'anno 3 a. C. per iniziativa di Caius Avilius Caius, appartenente a una gens di facoltosi imprenditori che lavoravano all'estrazione del marmo nelle vicine cave, attività industriale e importante realtà economica della giovane colonia di Augusta Praetoria. I recenti lavori di restauro finanziati dalla Comunità europea hanno reso fruibile e visitabile questo luogo di grande importanza storica. **Info:** Ponte-acquedotto di Pont d'Aël, Aymavilles, cell. 329.3761629.



**SFONDO PARADISIACO** L'abitato di Cogne con il prato di Sant'Orso. In basso, in senso orario: **Maison de Cogne Gérard-Dayné; Gentiana verna; tessitura della canapa a Champorcher** presso la cooperativa Lou Dzeut. Nella pagina a fianco, in alto: **il castello d'Introd**; in basso: **l'imponente struttura del Pont d'Aël a Ponderl.**



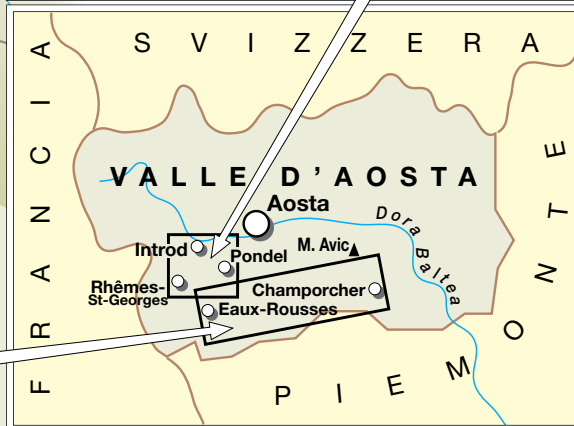
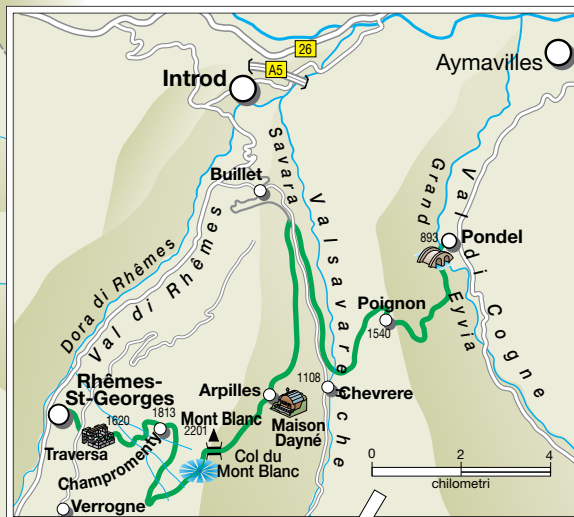




## L'itinerario: Giroparchi rosso



Si tratta di un percorso itinerante che ricalca in gran parte l'Alta Via n°2, da compiere a tappe e dormendo in rifugio, ad esclusione del punto tappa di Cogne. Il percorso potrebbe essere effettuato anche in 4 tappe "saltando" il rifugio Miserin, che dista solo un paio d'ore di cammino da Champorcher, ma il luogo è talmente bello che merita una sosta. Importante preparare bene lo zaino con un completo antipioggia e un ricambio sempre a portata di mano. Non ci sono passaggi tecnici e l'unico tratto di sentiero un po' esposto è lo scollinamento del Col Lauson. Nessun problema per l'approvvigionamento di cibo e acqua. Indispensabili scarponcini da trekking, copricapo, occhiali da sole e crema solare. Consigliate barrette energetiche o frutta secca per prevenire



cali di zucchero durante la camminata. Molto utile l'app per iOS e Android del Giro dei Giganti, in cui è compreso il percorso proposto con cartografia dettagliata e dati utili; si trova nello store con "giro dei giganti" oppure "apptor".

### Prima tappa: il Col Lauson

**Punto di partenza:** Eaux-Rousses (1.658 m)  
**Punto di arrivo:** Rifugio Vittorio Sella (2.584 m)  
**Dislivello:** 1.640 m in salita, 720 m in discesa  
**Durata:** 7 ore

**Note:** tappa molto impegnativa per distanza e dislivello, che prevede il valico del Col Lauson a 3.296 metri d'altezza, da affrontare solo in caso di condizioni atmosferiche stabili (nebbia o innervamento possono creare situazioni di difficoltà). Il colle presenta tratti di sentiero esposti e attrezzati con corde fisse.

Superato l'abitato di Eaux-Rousses si attraversa il ponte sul torrente Savara e si segue il sentiero che, delimitato da muretti a secco, si snoda fra grandi pascoli. Si prosegue nel bosco risalendo ampi tornanti; poi si percorre un tratto pianeggiante e si esce dal bosco per raggiungere un'edicola votiva e in seguito il casotto di Léviaz Inferiore, la struttura utilizzata dalle guardie del Parco Nazionale Gran Paradiso per

lo svolgimento del servizio di sorveglianza in quota durante il periodo estivo. Da qui l'itinerario continua nel vallone su un lungo pianoro, risale e poi attraversa con un ponticello il torrente omonimo, quindi si inerpicca su terreno pietroso fino a raggiungere il punto più alto delle alte vie. La mulattiera continua, sempre ben tracciata, sino al tratto finale che diventa più ripido e faticoso e giunge allo stretto intaglio del col Lauson o Loson, che sfiora i 3.300 metri di quota. Dal colle il sentiero scende inizialmente seguendo un traverso sulla sinistra con alcuni punti un po' esposti, poi, con alcuni tornanti, su un ampio pendio pietroso fino ad una conca erbosa, dalla quale ridiscende inizialmente in accentuata pendenza, poi più dolcemente, fino a percorrere una lunga diagonale che costeggia il torrente e attraversa i pascoli fino ad arrivare al rifugio Vittorio Sella.

### Seconda tappa: verso Cogne

**Punto di partenza:** rifugio Vittorio Sella (2.584 m)  
**Punto di arrivo:** Cogne (1.540 m)  
**Dislivello:** 1.045 m in discesa  
**Durata:** 2 ore e mezzo  
**Note:** tappa senza difficoltà, in continua discesa.

Dal rifugio Vittorio Sella si comincia a scendere il vallone costeggiando il torrente prima a

**DISCESA A VALLE** Studio della carta prima di partire dal rifugio Vittorio Sella.





sinistra, poi, attraversato il corso d'acqua, a destra, fino ad incontrare l'alpeggio di Thoules. L'itinerario prosegue ora nel bosco, attraversa nuovamente il torrente e scende dolcemente con ampi tornanti fino ad uscire dal bosco e giungere in prossimità del **Giardino Botanico Alpino Paradisia**, che merita una visita. Da qui si supera il prato, si scende una breve rampa asfaltata, si attraversa il torrente su un grande ponte carrabile in legno e si arriva all'abitato di **Valnontey**, dal quale si percorre un breve tratto su strada asfaltata verso Cogne fino a raggiungere un campeggio. Dopo il campeggio si imbrocca sulla sinistra una pista sterrata che costeggia il torrente proseguendo nel bosco verso l'ampia conca di Cogne. Raggiunte le prime abitazioni, si abbandona la pista e si scende nei pressi di un parcheggio dal quale si procede sulla strada asfaltata che costeggia il bellissimo prato di Sant'Orso e arriva nella piazza centrale di **Cogne**.



### Terza tappa: Verso Mont Avic

**Punto di partenza:** Cogne (1.540 m)  
**Punto di arrivo:** rifugio Sogno di Berzé (2.530 m)  
**Dislivello:** 1.100 m in salita, 120 m in discesa  
**Durata:** 5 ore  
**Note:** in alternativa al sentiero di Giroparchi/Alta Via n°2, si può percorrere come variante la strada poderale, utile in caso di maltempo e scarsa visibilità. Ideale da percorrere in mountain bike, a piedi è sicuramente meno entusiasmante del sentiero.

Dal centro abitato di **Cogne** si segue la strada asfaltata in direzione di Lillaz e, poco prima della **cappella di Santa Colomba**, si imbrocca la strada sterrata sulla destra. Si percorre la sterrata che sale dolcemente tra i boschi fino a sbucare in prossimità di un ponte carrabile, lo si attraversa svoltando a sinistra e si arriva all'abitato di **Champlong**, dal quale si continua sul marciapiede (lungo la strada asfaltata) fino al piazzale di **Lillaz**.

Si supera il piazzale e dopo circa 200 metri si imbrocca il sentiero che sale a sinistra, tra prati e boschi, e costeggia per un breve tratto una condotta forzata. Il sentiero poi continua fino a raggiungere un piano che porta all'alpeggio di **Goilles Inferiore**.

Poco dopo l'alpeggio si svolta a destra attraversando il **torrente dell'Urtier** su un ponte in legno e ci si inoltra nel bosco di conifere prendendo decisamente quota: ora il bosco diventa più rado e si attraversano diversi corsi d'acqua fino ad incontrare il casotto dei Guardaparco.

Da qui l'itinerario si fa più pianeggiante, esce dal bosco, attraversa i pascoli ricchi di ruscelli e si immette sulla pista sterrata che porta in fondo al vallone, dove si trova il **rifugio Sogno di Berzé** al Pèradza.

### Quarta tappa: col Fenêtre

**Punto di partenza:** Sogno di Berzé (2.530 m)  
**Punto di arrivo:** rifugio Miserin (2.588 m)  
**Dislivello:** 300 m (in salita), 240 m (in discesa)  
**Durata:** 1 ora e 50 minuti

**Note:** tappa breve che prevede lo scollinamento del Col Fenêtre de Champorcher; nessuna difficoltà tecnica ma le giuste precauzioni legate alle condizioni atmosferiche: in condizioni di scarsa visibilità o di innevamento è indispensabile muoversi con prudenza.

Dal **rifugio Sogno di Berzé** si risale il sentiero percorrendo diversi tornanti tra le pietraie e



**RANUNCOLI IN PENDIO** In discesa tra il rifugio Dondena e Champorcher, durante l'ultima tappa. In basso: fioritura di *Mysotis alpestris* a due passi dal Col Fenêtre de Champorcher. Nella pagina a fianco: il torrente Urtier.

si raggiunge il **col Fenêtre de Champorcher**, straordinario punto panoramico dove sorge un vecchio ricovero militare. Da qui, entrati nel territorio del **Parco Naturale Mont Avic**, il sentiero scende in un piccolo avvallamento pietroso; poi, con andamento più pianeggiante, passa di fianco al suggestivo **lago Miserin**, attraversa il torrente a valle dello sbarramento artificiale dello specchio d'acqua e arriva nei pressi del **rifugio Miserin**.

### Quinta tappa: verso Champorcher

**Punto di partenza:** Rifugio Miserin (2.588 m)  
**Punto di arrivo:** Champorcher (1.408 m)  
**Dislivello:** 1.180 m in discesa  
**Durata:** 3 ore e mezzo

Dal **rifugio Miserin** si continua sul sentiero incrociando più volte la strada sterrata, sulla quale ci si immette quando la discesa si fa più dolce. Questa, con un lungo percorso in mezza costa, arriva



fino al **rifugio Dondena**. Da qui si scende sulla strada sterrata, si oltrepassa il caseggiato di Dondena e si attraversa il torrente per poi prendere il sentiero a valle della strada. Il sentiero si sviluppa tra i pascoli e tocca gli alpeggi di **Champlong** e **Créton**, dopodiché, in breve, si inoltra nel bosco dove scende lungo vere e proprie scalinate che danno al sentiero la denominazione "della Scaletta". Raggiunto il ponte, si attraversa il **torrente Ayasse** e si prosegue ancora, prima nel bosco, poi tra i prati, fino ad immettersi su una larga strada in pietra, costruita ai tempi del Re Vittorio Emanuele II per le sue battute di caccia.

Giunti in località **Char-donney**, nel fondovalle, si percorre un breve tratto di strada asfaltata e si riattraversa verso destra il torrente. Quindi si prosegue su una pista sterrata lungo il corso d'acqua fino all'area attrezzata, dalla quale si raggiunge in breve il centro della località **Château** a **Champorcher**.





**DURATA** 5 - 8 giorni  
**QUANDO** fine giugno - settembre

### Come arrivare

**In auto:** la Valle d'Aosta si raggiunge con l'Autostrada A5, uscendo ad Aosta Ovest per raggiungere le valli di Cogne, Valsavarenche e Rhêmes-Notre-Dame. **In treno:** da Torino e Milano è necessario cambiare a Chivasso e/o Ivrea: le fermate di riferimento sono Pont-Saint-Martin, Verrès, Aosta, Saint-Pierre, Villeneuve. **In bus:** SAVDA ([www.savda.it](http://www.savda.it)) effettua regolari collegamenti giornalieri con Milano. Aereo: gli aeroporti internazionali più vicini sono Torino Caselle, Milano Malpensa e Ginevra Cointrin.

### Come spostarsi

**In bus:** Autolinee SAVDA, strada Pont-Suaz 6, Aosta, tel. 0165.367011, [www.savda.it](http://www.savda.it).

### Periodo

Da fine giugno a settembre. Verificare attentamente le condizioni in alta quota: gli itinerari toccano, nei punti più alti, i 3.000 metri.

### Dove dormire

**Aosta:** *Maison Bondaz*, via Sant'Anselmo 36, cell. 345.6373351, [www.maisonbondaz.com](http://www.maisonbondaz.com), romantico e accogliente, colazioni strepitose che valgono un buon pranzo, circa 120 € per la coppia. **Valsavarenche:** *Hostellerie du Paradis*, loc. Eaux Rousses, tel. 0165.905972, [www.hostellierieduparadis.com](http://www.hostellierieduparadis.com), nel cuore della valle, tradizione, atmosfera familiare, ottima cucina, frequentato da escursionisti, da 55 a 75 € a persona per la mezza pensione in camera doppia. **Introd:** *Il Fienile della Nonna*, fraz. Villes Dessus 78, cell. 348.5827682, tel. 0165.94110, [www.ilfieniledellanonna.it](http://www.ilfieniledellanonna.it), antico fienile ristrutturato con gusto, atmosfera e carattere, da 100 a 200 € al giorno per appartamento a seconda di periodi e offerte. **Cogne:** *Hotel Sant'Orso* (la piscina nella foto), via Bourgeois 2, tel. 0165.74821 e 0165.74822, [www.cognevacanze.com](http://www.cognevacanze.com), in bella posizione sul prato di Sant'Orso, centro benessere Lebois, servizi efficienti e di qualità, cucina del territorio, bici a pedalata assistita per i clienti, da 120 a 180 € per la doppia con colazione; *Hotel Bellevue*, rue Grand Para-



dis 22, tel. 0165.74825, [www.hotelbellevue.it](http://www.hotelbellevue.it), gran classe, eleganza e atmosfera in questo albergo storico affacciato sulla Valnontey e il prato di Sant'Orso, centro benessere e cucina raffinata, da provare almeno una volta nella vita, da 170 a 390 € per la doppia con colazione. **Champorcher:** *La Maison de la Tante B&B*, fraz. Mellier 6, cell. 347.6613014, [fausta.baudin@libero.it](mailto:fausta.baudin@libero.it), in una casa seicentesca ristrutturata con gusto e sensibilità nel rispetto della tradizione e dell'architettura sostenibile, da 70 a 100 € per la coppia.

### Rifugi

**Vittorio Sella** (2.584 m), loc. Lauson, Valnontey, Cogne, tel. 0165.74310 e 0165.551658, [www.rifugiosella.com](http://www.rifugiosella.com), 143 posti letto, in posizione strategica tra Valnontey-Cogne e Valsavarenche, antica casa di caccia del re Vittorio Emanuele II, da 39,50 a 49,50 €. **Sogno di Berdzé** (2.500 m, nella foto), loc. Alpe di Peradzà, Cogne, cell. 339.7371146 e 349.8535064, [www.rifugiosognocogne.com](http://www.rifugiosognocogne.com), 74 posti letto a 2.500 m. s.l.m., raggiungibile da Cogne a piedi, in mtb e a cavallo; bella posizione, da 25 a 50 €. **Dondena** (2189 m), loc. Dondena, Champorcher, cell. 347.2548391 e 348.2664837, [www.rifugidellarosa.it](http://www.rifugidellarosa.it), 75 posti letto, ex casa di caccia reale, in luogo di grande suggestione, 15 min. dal parcheggio, da 35 a 40 €. **Miserin** (2588 m), Loc. lago Miserin, Champorcher, cell. 340.9014630 e



## Giroparchi verde

Grandi suggestioni offre l'escursione giornaliera che permette di scoprire l'area del Parco Nazionale del Gran Paradiso poco frequentata da turisti ed escursionisti. Si tratta di un trekking giornaliero che non prevede alcuna difficoltà tecnica, ma è necessaria l'intera giornata e prevede un dislivello di 1.600 metri. Il percorso attraversa tre valli e offre punti panoramici straordinari. Si parte dalla val di Rhêmes e, passando per Valsavarenche, si raggiunge l'imbocco della valle di Cogne. L'escursione inizia da Rhêmes-Saint-Georges, dove si inizia a camminare verso il Col du Mont Blanc, affacciato sulla catena del Monte Bianco. Si parte nei pressi del Comune, vicino ad una croce in legno con segnavia n°4. Il sentiero che sale incrocia la sterrata per Verrogne e prosegue nel bosco fino ai ruderi della Traversa (1620 m). Si continua su sterrata e, dopo aver oltrepassato due torrenti, si prende il sentiero sulla destra che arriva alle case di Champromonty (1813 m). Si prosegue sulla strada sterrata (n° 4) fino al Col du Mont Blanc. Il punto panoramico più spettacolare si trova nei pressi del casotto del Parco. Da qui si scende verso Valsavarenche seguendo le indicazioni per Arpillés, dove si trova la casa-rifugio E. Dayné, luogo ideale per una breve sosta. Da qui il sentiero scende fino al Buillet, frazione di Introd. Senza difficoltà si segue il sentiero che corre parallelo alla strada fino ad arrivare a Chevrère (1.108 m). Qui inizia la salita (400 m di dislivello) fino alle case di Poignon (1540 m), dove inizia la spettacolare discesa verso Pondel (893 m) e lo spettacolare Pont d'Aël, ponte acquedotto romano d'epoca augustea. Località strategica per lasciare l'auto è Introd, o Villeneuve in alternativa. L'intera escursione è decisamente lunga (almeno 8 ore), ma può essere ridotta a 5-6 ore tornando a Introd dalla loc. Buillet.



348.6813091, [www.miserinesprilibre.it](http://www.miserinesprilibre.it), 36 posti letto, a 1 ora e mezzo dal rifugio Dondena, in bella posizione nei pressi del lago di Miserin, ex ospizio per viandanti del Santuario della Madonna delle Nevi, 40 €.

### Campeggi

**Valsavarenche:** *Pont Breuil*, fraz. Pont 24, tel. 0165.95458, cell. 335.6001921, [www.campingpontbreuil.com](http://www.campingpontbreuil.com); *Gran Paradiso*, loc. Plan de la Pesse 1, tel. 0165.905801, [www.campinggranparadiso.it](http://www.campinggranparadiso.it); *Grivola*, fraz. Bien, tel. 0165.905743, [www.campinghotelgrivola.com](http://www.campinghotelgrivola.com). **Cogne:** *Lo Stambecco*, Valnontey, Cogne, tel. 0165.74152, cell. 340.7796161, [www.campeggiolostambecco.it](http://www.campeggiolostambecco.it); *Gran Paradiso*, Valnontey, Cognetel. 0165.749204; *Al Sole*, fraz. Lillaz 129, tel. 0165.74237, [campeggioalsole@gmail.com](mailto:campeggioalsole@gmail.com); *Les Salasses*, fraz. Lillaz, tel. 0165.74252; *Vallée de Cogne*, via Cava-gnet 7, tel. 0165.74079.

### Aree sosta camper

**Valsavarenche:** loc. Dégioz (capoluogo), 11 piazzole, aprile-ottobre, a pagamento, coordinate WGS84, Est: 348755, Nord: 5053690. **Cogne:** loc. Revettaz (capoluogo), cell. 328.9036422, [gp88s3@hotmail.it](mailto:gp88s3@hotmail.it), 130 piazzole, a pagamento, annuale, coordinate WGS84, Est: 371971, Nord: 5051874; loc. Lillaz, 2,5 km oltre Cogne presso l'area picnic, 37 piazzole, annuale, coordinate WGS84, Est: 374293,

Nord: 5050447. **Champorcher:** loc. Char-donney, presso area picnic, zona funivie, sosta gratuita, coordinate WGS84, Est: 391569, Nord: 5052928.

### Dove mangiare

Tutti gli alberghi, i rifugi e l'agriturismo segnalati nel *Dove dormire* si caratterizzano per una cucina di ottimo livello. **Cogne:** *Bar à Fromage*, rue Grand Paradis 21, tel. 0165.749696, piatti tipici, ingentiliti, della tradizione montanara valdostana; *Lou Rassignon*, rue Mines de Cogne, tel. 0165.74034, [www.louressignon.it](http://www.louressignon.it), ristorante - taverna che offre piatti della tradizione; *Lou Bequet*, fraz. Crétaz 93, tel. 0165.74651, [www.loubequet.it](http://www.loubequet.it), Marco Stefanelli propone una cucina di qualità e ricerca; *La Cave de Cogne*, rue Bourgeois 50, tel. 0165.74498, [www.lacavedecogne.com](http://www.lacavedecogne.com), ristorante, enoteca, sala da tè, wine bar, gastronomia da asporto rappresenta un concetto in-



novativo di ristorazione; *Ristorante Valnontey*, fraz. Valnontey 32, Cogne, tel. 0165.74154, gran vista sul Gran Paradiso, antipasti e piatti della tradizione. **Champorcher:** *Ristoro Lago Muffé*, loc. Lago Muffé, cell. 346.5431511, [www.ristorolagomuffe.com](http://www.ristorolagomuffe.com), si raggiunge solo a piedi (50 min), a 2.080 metri d'altezza, prodotti tipici valdostani; *Lo Skiman Gontier*, fraz. Chardonney 85, tel. 0125.376000, cell. 349.6474528, zuppe e gnocchi fatti in casa, fonduta e vini valdostani.

### Cosa comprare



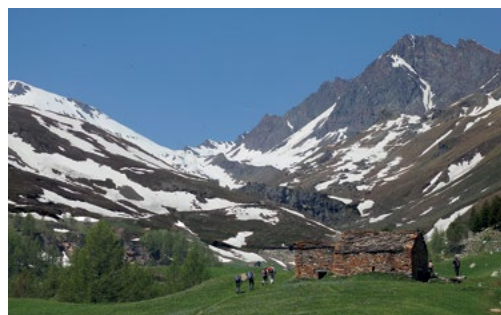
**Artigianato:** tovaglie, centrotavola, lenzuola, asciugamani e copriletti lavorati con la tecnica

del pizzo al tombolo presso la cooperativa *Les Dentellières*, Maison di Pitz, rue Dr. Grappein 50, Cogne, tel. 0165.759282, [dentelles.cogne@yahoo.it](mailto:dentelles.cogne@yahoo.it); oggetti tipici in legno lavorati secondo le tradizioni locali come grolle, coppe dell'amicizia, taglieri, mortai, ciotole e bassorilievi da *Les Amis du Bois*, fraz. Villes Dessus 9, Introd, tel. 0165.95557, [www.lesamisdubois.com](http://www.lesamisdubois.com); Champorcher: tagli di stoffa in canapa o misto canapa, asciugamani con orli a pizzo, canovacci, grembiuli, borse, tovaglie e gentri tavola, cuscini, tende e raffinati capi di abbigliamento presso la Cooperativa Lou Dzeut, fraz. Chardonney 42, Champorcher, tel. 0125.37327, [www.tessereamano.com](http://www.tessereamano.com). **Prodotti enogastronomici:** formaggi (fontina, toma, ricotta, reblec), yogurt, burro, panna cotta e montata, latte presso l'*Azienda Agricola Pra su Piaz* (Loc. Pra su Piaz, Valnontey, Cogne, cell. 340.7845336, [prasupiaz@libero.it](mailto:prasupiaz@libero.it); formaggi caprini di alta qualità presso *La Chevrerie*, fraz. Dégioz 17, Valsavarenche, cell. 338.5431028 e 347.0088736, [lachevreries@gmail.com](mailto:lachevreries@gmail.com); Génepy bianco essiccato e altre tisane *Da Emy*, loc. Bois de Clin 18, Valsavarenche, tel. 0165.905791, cell. 347.3716812. tisane e creme per il corpo prodotte con erbe officinali come stella alpina, achillea e lavanda da *Montiflor* di Bruna Vai, loc. Chardonney 38, Champorcher, cell. 347.5130255. **Oggetti d'arte:** *Tempio d'Argilla*, via Limnea Borealis, Cogne, tel. 0165.749117, [www.biancardianna.it](http://www.biancardianna.it), laboratorio atelier di Anna

Biancardi, sensibile interprete della ceramica artistica, la galleria è uno spazio polivalente caratterizzato dalle opere dell'artista. **Abbigliamento:** *Ezio Sport*, via Bourgeois 62, Cogne, tel. 0165.74201, [eziosport2002@libero.it](mailto:eziosport2002@libero.it), abbigliamento tecnico e attrezzatura per l'escursionismo e l'alpinismo; noleggio materiale tecnico, organizzazione gite in collaborazione con le Guide Alpine ed Escursionistiche; *Le Paradis des Sports*, via Bourgeois 10, Cogne, tel. 0165.74882, attrezzature tecniche e sportive. **Arredamento:** *Art Maison*, rue Limnea Borealis 2, tel. 0165.749689, cell. 347.7866882, [www.artmaisoncogne.it](http://www.artmaisoncogne.it), tessuti per arredamento, cuscini, tovaglie, coperte e anche oggettistica come lampade, paralumi e piatti; *Le Marché aux Puces*, rue Gran Paradis 4, Cogne, tel. 0165.749666, boutique di montagna che propone artigianato locale, abbigliamento tradizionale alpino, oggetti per la casa e mobili antichi di arte popolare.

### Guide

**Guide escursionistiche:** *ASD Namasté*, via S. Martin de Corléans 151, Aosta, cell. 333.5813792, [www.guidenatura.com](http://www.guidenatura.com); *Associazione guide della natura di Cogne*, rue Bourgeois 33, Cogne, tel. 0165.74835, [www.guidenaturacogne.net](http://www.guidenaturacogne.net); *Associazione La Genziana*, loc. Torille 15, Verrès, cell. 340.9175734, [www.guidelagenziana.it](http://www.guidelagenziana.it); *Cooperativa Habitat Guide Naturalistiche*, fraz. Bressan 8, Saint-Pierre, tel. 0165.363851, cell. 335.8118731, [www.ambientenatura.com](http://www.ambientenatura.com); *Associazione Arc-en-Ciel*, fraz. Derby 194, La Salle, [www.eaec.it](http://www.eaec.it). **Guide alpine:** *Società delle guide alpine di Cogne*, Rue Bourgeois 33, Cogne, tel. 0165.74835, [www.guidelalpinecogne.it](http://www.guidelalpinecogne.it); *Società guide alpine del Gran Paradiso*, loc. Dégioz 52 (in estate riferimento presso il Punto Informazione di Pont Valsavarenche), Valsavarenche, tel. 0165.95304, cell. 345.2106893, [www.guidesgranparadiso.com](http://www.guidesgranparadiso.com).



### Cosa fare

**Turismo equestre:** *Le Traineau*, fraz. Valnontey, Cogne, cell. 333.3147248, [www.letraineau.too.it](http://www.letraineau.too.it). **Centro Ippico Callà**, fraz. Chardonney (funivie), Champorcher, cell. 338.8649458, [www.cascinapeverona.it](http://www.cascinapeverona.it).

### Servizi turistici



**Fondation Grand Paradis Pass:** al costo di 8 € si può acquistare il pass valido un anno che consente l'accesso ai dieci siti gestiti e promossi da *Fondation Grand Paradis* (Giardino Botanico Alpino Paradisi, Centri visitatori del Parco Nazionale Gran Paradiso di Cogne, Valsavarenche e Rhêmes-Notre-Dame, esposizione La Miniera di Cogne, Maison de Cogne Gérard Dayné, Maison Bruil Introd, Maison Musée Jean-Paul II e Castello di Introd, e Châtel-Argent a Villeneuve). **MTB elettriche:** per spostarsi sul territorio in modo sostenibile è possibile utilizzare gratuitamente le *e-MTB ITER*, mountain bike elettriche grazie alle quali chiunque potrà affrontare escursioni sui sentieri impegnativi del Gran Paradiso, senza allenamenti particolari; il motore elettrico di cui sono dotate le biciclette consente di superare i dislivelli come se si stesse pedalando in pianura. Le mountain bike hanno un'autonomia che varia da 40 km in salita a più di 100 km in pianura, pesano meno di 20 kg e sono dotate di freni idraulici a disco e forcelle ammortizzate. Leggere e funzionali, dunque, l'ideale per spostarsi sul territorio montano. Le e-MTB si trovano nei Centri Visitatori del Parco Nazionale Gran Paradiso di Cogne, Valsavarenche e Rhêmes-Notre-Dame e presso il punto informativo di Maison Pellissier a Rhêmes-Saint-Georges.

### Cartografia

*Carta dei sentieri Giroparchi - Trekking nei parchi della Valle d'Aosta*, informazioni a [info@grand-paradis.it](mailto:info@grand-paradis.it). *Carta escursioni, bike, sci alpinismo*, *Gran Paradiso - Valle d'Aosta*

n° 86, scala 1:50.000, ed. Kompass. *Parco Nazionale del Gran Paradiso, Carta dei sentieri*, 1:50.000, Blu Edizioni. *Valle di Champorcher - Parco Mont Avic, Carta dei sentieri*, 1:25.000, L'Escursionista editore.

### Uffici informazioni dei Parchi

**Cogne:** *Centro Visitatori Parco Nazionale Gran Paradiso*, Villaggio Minatori, tel. 0165.75301, [www.grand-paradis.it](http://www.grand-paradis.it), laboratorio interattivo, spazi sensoriali e multimediale, temi di riferimento sono l'acqua, il bosco e il pascolo, la fauna e l'uomo; postazione di volo virtuale sulle Alpi. **Valsavarenche:** *Centro Visitatori Parco Nazionale Gran Paradiso*, loc. Dégioz 65, tel. 0165.75301, 0165.905500, [www.grand-paradis.it](http://www.grand-paradis.it), informazioni generali sui predatori del Parco con due spazi dedicati alla lince e al lupo. **Rhêmes-Notre-Dame:** *Centro Visitatori Parco Nazionale Gran Paradiso*, fraz. Chanavey 28, tel. 0165.75301, [www.grand-paradis.it](http://www.grand-paradis.it), luogo d'informazione quasi totalmente dedicato al gipeto, il più grande avvoltoio europeo, reintrodotta nel Parco dopo la sua estinzione. **Champdepraz:** *Centro visitatori Parco Naturale Mont Avic*, loc. Covarey; tel. 0125.960643, [www.montavic.it](http://www.montavic.it), punto informativo sul Parco e il territorio, museo naturalistico su zone rocciose, foreste e ambienti umidi, plastico in scala 1:5.000 che riproduce il Parco. **Champorcher:** *Centro visitatori Parco Naturale Mont Avic*, loc. Château, tel. 0125.37134, [www.montavic.it](http://www.montavic.it), punto informativo sul Parco e il territorio, museo dedicato a flora, vegetazione, fauna e attività pastorali.

### Indirizzi utili

**Ufficio Regionale del Turismo**, piazza Porta Praetoria 3, Aosta, tel. 0165.236627, [www.lovevda.it](http://www.lovevda.it), materiale informativo per viaggiare in Valle d'Aosta. **Fondation Grand Paradis**, Villaggio Minatori, Cogne, tel. 0165.75301, [www.grand-paradis.it](http://www.grand-paradis.it), [www.giroparchi.it](http://www.giroparchi.it). **Ente Parco Gran Paradiso**, sede centrale, via della Rocca 47, Torino, tel. 011.8606233, [www.pnpgp.it](http://www.pnpgp.it); Punto informativo sul Parco Nazionale Gran Paradiso, Segreteria di versante Valle d'Aosta, loc. Cheriottes, Aymavilles, tel. 0165.902693, [www.pnpgp.it](http://www.pnpgp.it). **Ente Parco Naturale Mont Avic**, loc. Fabbrica 164, tel. 0125.960643, fax 0125.961002, [www.montavic.it](http://www.montavic.it). **Ufficio del Turismo di Cogne**, rue Bougeois 34, tel. 0165.74040 e 0165.74056, [cogne@turismo.vda.it](mailto:cogne@turismo.vda.it).