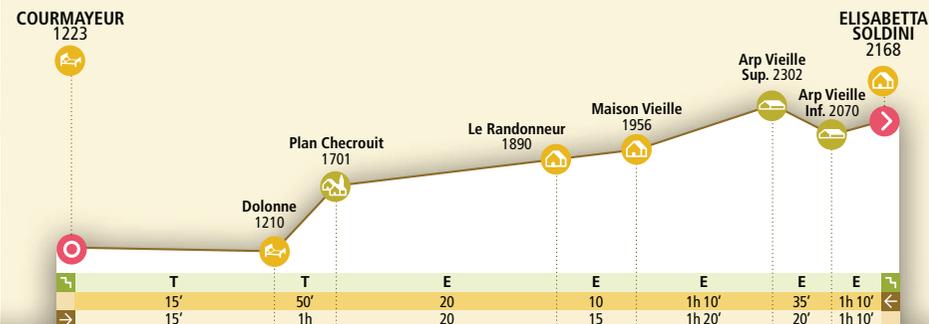


COMUNE INTERESSATO:
COMMUNE CONCERNÉE :
• Courmayeur



	→	4h 40 min
	←	4h 30 min
	→	+ 1317 m - 553 m
	←	+ 553 m - 1317 m



ALTA VIA



TAPPA
ÉTAPE

Courmayeur → Rifugio Elisabetta Soldini

1

Dall'abitato di **Courmayeur** si imbecca la strada comunale che conduce alla frazione di **Dolonne**, dopodiché, attraversato l'abitato, si imbecca verso destra il sentiero che sale, a tratti ripido, fino alla località Praz Neyron, dove è presente il posto tappa "**Le Randonneur**" e, poco più avanti, il rifugio maison Vieille. Dal **rifugio Maison Vieille** il sentiero sale ancora, fiancheggiando due laghetti alpini e attraversa i pascoli fino a raggiungere una costa pietrosa dalla quale inizia a scendere toccando i due alpeggi **Arp Vielle Superiore** e **Arp Vielle Inferiore**, fino a immettersi sulla strada sterrata di fondovalle. Si prosegue infine sullo sterrato risalendo il pianoro del lago Combal e l'ultimo tratto di sentiero che, intersecando la strada, porta al **rifugio Elisabetta Soldini**.

Dans le centre de **Courmayeur**, emprunter la route communale qui porte au hameau de **Dolonne** et, après celui-ci, prendre, sur la droite, le sentier qui monte, raide par endroits, jusqu'au lieu-dit Praz Neyron, qui accueille le gîte d'étape « **Le Randonneur** » puis, un peu plus loin, le refuge maison Vieille. Après le **refuge Maison Vieille**, le sentier continue encore à monter, longe deux petits lacs alpins et traverse les pâturages jusqu'à une côte pierreuse, où commence la descente. Le sentier passe par les deux alpages d'**Arp Vielle Superiore** et **Arp Vielle Inferiore**, puis rejoint le chemin en terre battue du fond de la vallée. Continuer ensuite sur le chemin en terre battue, remonter le plateau du lac Combal puis la dernière partie du sentier qui, coupant la route, mène au **refuge Elisabetta Soldini**.

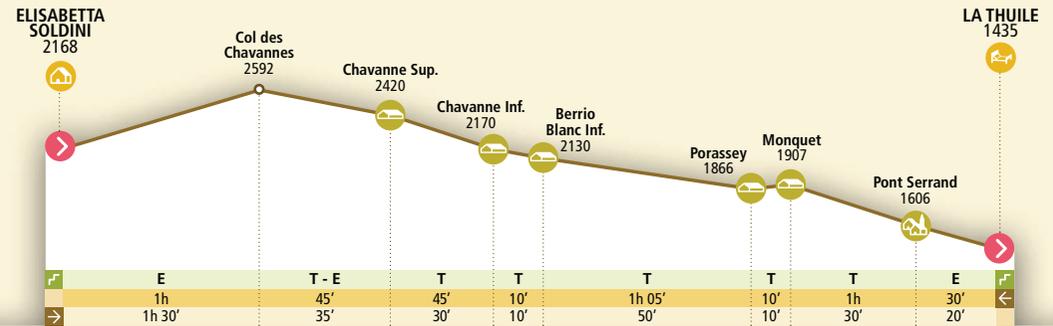


COMUNI INTERESSATI:
COMMUNES CONCERNÉES :

- La Thuile
- Courmayeur



	→	4h 35 min
	←	5h 25 min
	→	+ 485 m - 1134 m
	←	+ 1134 m - 485 m



ALTA VIA



TAPPA
ÉTAPE

Rifugio Elisabetta Soldini → La Thuile

2

Dal rifugio Elisabetta Soldini si scende la strada sterrata per 200 m circa fino a raggiungere alcune vecchie costruzioni in pietra, in prossimità delle quali si imbecca il sentiero che prosegue attraversando il torrente su di una passerella in legno. Da qui si percorre il pianoro costeggiando il torrente per circa un chilometro, dopo di che il sentiero risale il versante, tra pendii erbosi e pietrosi, fino a raggiungere il **Col Des Chavannes**. Il tracciato si sviluppa ora in discesa su una pista sterrata passando per gli alpeggi di **Chavanne Superiore** e **Chavanne Inferiore** per poi proseguire, più dolcemente, verso l'alpe di **Berrio Blanc Inferiore** e, attraversando a mezza costa il vallone, raggiungere gli alpeggi di **Porassey**, **Monquet** e la frazione di Orgères, dalla quale la strada diviene asfaltata fino alla località **Pont Serrand**. Dall'abitato di Pont-Serrand si scende sul sentiero, che interseca i tornanti della strada statale, fino a raggiungere l'albergo Miramonti, dove si attraversa il ponte sulla Dora di Verney e si raggiunge in pochi minuti il centro di **La Thuile**.

Du refuge Elisabetta Soldini, descendre sur le chemin en terre battue sur environ 200 m jusqu'aux anciennes constructions en pierre. À côté de celles-ci, s'engager sur le sentier, qui continue, enjambant le torrent sur une passerelle en bois. Traverser alors le plateau, en longeant le torrent sur environ un kilomètre. Le sentier remonte ensuite le versant, entre pentes couvertes d'herbes et de pierres, jusqu'au **col des Chavannes**. Le parcours descend sur un chemin en terre battue, passant par les alpages de **Chavanne Supérieure** et **Chavanne Inférieure** pour ensuite continuer, en douceur, en direction de l'alpe de **Berrio Blanc Inferiore**. Il traverse le vallone à mi-côte, portant aux alpages de **Porassey**, **Monquet** et au hameau d'Orgères. À partir de là, emprunter la route goudronnée jusqu'au lieu-dit **Pont Serrand**. À Pont-Serrand, descendre sur le sentier qui coupe les virages de la route nationale, jusqu'à atteindre l'hôtel Miramonti. À cet endroit, dépasser le pont qui enjambe la Doire de Verney puis continuer pendant quelques minutes et rejoindre le centre de **La Thuile**.

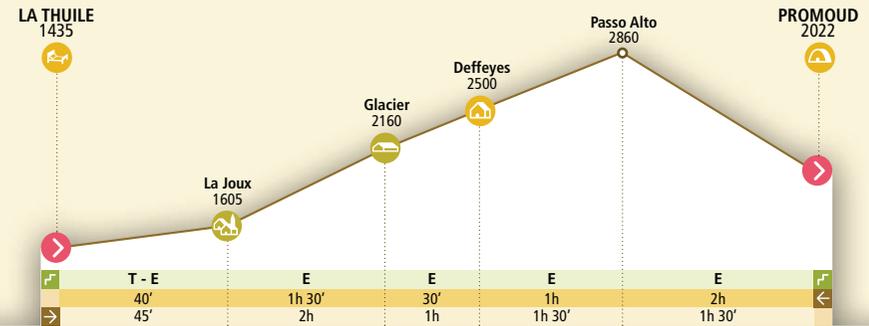
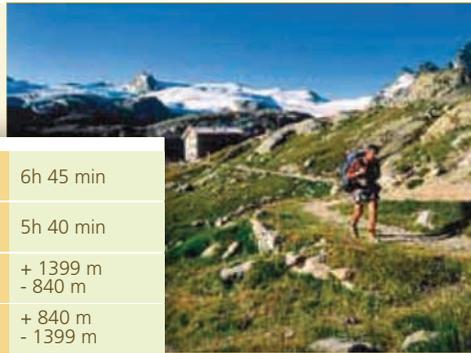


COMUNI INTERESSATI:
COMMUNES CONCERNÉES :

- La Salle
- La Thuile



	→	6h 45 min
	←	5h 40 min
	→	+ 1399 m - 840 m
	←	+ 840 m - 1399 m



ALTA VIA



TAPPA
ÉTAPE

La Thuile
Promoud

3

Dal centro abitato di **La Thuile** si risale la strada asfaltata sulla sinistra del torrente Rutor, si prosegue fino a che la strada si sdoppia, quindi si svolta a destra attraversando un ponte e si segue lo sterrato fino a imboccare il sentiero che, intersecando per brevi tratti la strada asfaltata, porta alla località **La Joux**. Da qui il tracciato, passando per i prati, attraversa il torrente e si immette nel bosco dove passa al fianco di tre affascinanti cascate e sale deciso fino al lago **Glacier**. Si supera l'alpeggio Glacier e si sale ancora fino al **rifugio Alberto Deffeyes**, dal quale si prosegue a sinistra attraversando una zona umida di grande valore naturalistico. Il sentiero, tra pendici erbose e pietraie, raggiunge il **colle Passo Alto**, da dove si scende percorrendo una pietraia nel primo tratto, poi un agevole sentiero tra i pascoli, fino a raggiungere il **bivacco Promoud**.

Du centre de **La Thuile**, remonter la route goudronnée sur la gauche du torrent Rutor et continuer jusqu'à l'endroit où la route se divise. Tourner alors à droite, franchissant un pont. Suivre le chemin en terre battue jusqu'à l'entrée du sentier qui, coupant par endroits la route goudronnée, porte au lieu-dit **La Joux**. Le parcours, qui passe dans les prés, traverse le torrent et s'engage dans un bois, passant à côté de trois merveilleuses cascades, puis grimpe franchement jusqu'au lac **Glacier**. Après l'alpage Glacier, l'ascension continue jusqu'au **refuge Alberto Deffeyes**. À cet endroit, continuer à gauche et parcourir une zone humide, espace naturel de grande valeur. Le sentier, qui serpente entre pentes herbeuses et pierreilles, mène au **col Passo Alto**. De là commence une descente, parcourant un amas de pierres puis un agréable sentier au cœur des pâturages, jusqu'au **bivouac Promoud**.

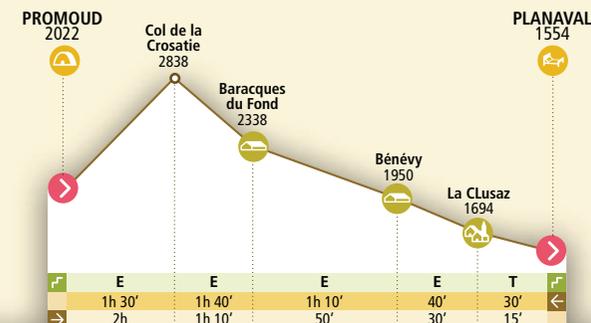


COMUNI INTERESSATI:
COMMUNES CONCERNÉES :

- Arvier
- Avise
- La Salle



	→	4h 45 min
	←	5h 30 min
	→	+ 812 m - 1326 m
	←	+ 1362 m - 812 m



ALTA VIA



TAPPA
ÉTAPE

4

✓ Promoud
→ Planaval

Dal bivacco Promoud si scende fino ad attraversare il torrente su un ponticello in legno e si risale la dorsale verso il **colle de la Crosatie**. Gli ultimi 200 metri di dislivello circa sono alquanto caratteristici in quanto il sentiero percorre un affascinante crinale caratterizzato da una lunga scalinata in pietra. Al Col de la Crosatie il tracciato inizia a scendere fino a raggiungere le prime balze erbose dove si percorre una lunga diagonale in mezzacosta verso destra, dopodiché il sentiero si sviluppa decisamente in discesa per poi addolcirsi nei pressi del Lac de Fond. Si costeggia per un breve tratto il lago fino ad attraversare il ruscello in uscita e si prosegue fino ai resti dell'alpeggio **Baracques du Fond**; da qui il sentiero percorre un bel pianoro alla fine del quale attraversa il torrente e scende lungo un costone che, riattraversando il corso d'acqua, porta ad un altro piano. Il tracciato continua a scendere tra i pascoli fino ad incontrare i ruderi dell'alpeggio **Bénévy**, dopo il quale si immerge in un rado bosco per poi giungere poco a monte di un tornante della strada asfaltata che porta a Planaval. Da qui l'itinerario segue la strada, passa per il villaggio di **La Clusaz**, e arriva a **Planaval**.

Partant du bivouac Promoud, descendre jusqu'au petit pont en bois qui enjambe le torrent et remonter la dorsale en direction du **col de la Crosatie**. Les 200 derniers mètres de dénivelé sont très caractéristiques car le sentier parcourt une fascinante arête qui se caractérise par son long escalier en pierre. Le parcours amorce ensuite une descente au niveau du col de la Crosatie, jusqu'aux premiers escarpements herbeux, où il dessine une longue diagonale à mi-côte, vers la droite. La descente est ensuite plus prononcée mais s'adoucit aux alentours du lac de Fond. Le sentier longe pendant un petit moment le lac puis traverse le ruisseau et poursuit sa course jusqu'aux ruines de l'alpage **Baracques du Fond**; à cet endroit, traverser un beau plateau puis franchir le torrent et descendre le long d'une arête qui, traversant de nouveau le cours d'eau, mène à un autre plateau. Descendre au cœur des pâturages, jusqu'aux ruines de l'alpage **Bénévy**. Après celles-ci, pénétrer dans un bois clairsemé pour ensuite déboucher en amont d'un virage de la route goudronnée qui porte à Planaval. Suivre la route, passer par le village de **La Clusaz** et arriver à **Planaval**.

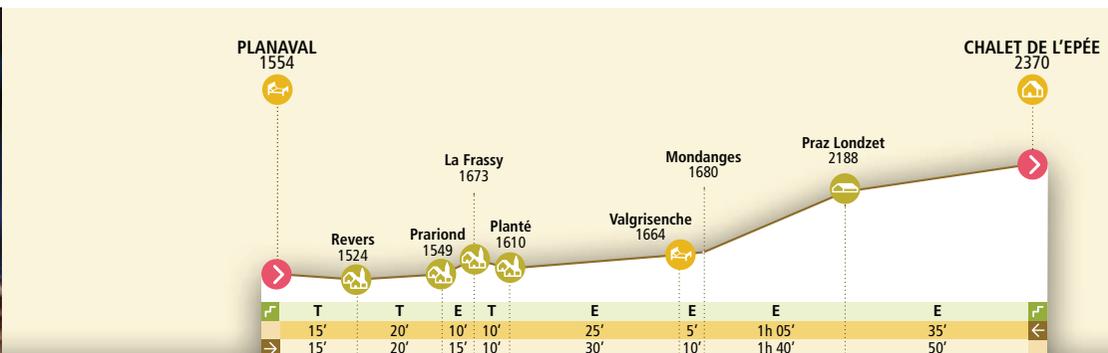


COMUNI INTERESSATI:
COMMUNES CONCERNÉES :

- Valgrisenche
- Arvier



	→	4h 10 min
	←	3h 05 min
	→	+ 996 m - 47 m
	←	+ 47 m - 996 m



ALTA VIA



TAPPA
ÉTAPE

Planaval Rifugio Chalet de l'Épée

5

Da **Planaval** l'itinerario segue la strada asfaltata che scende fino ad incontrare la strada regionale per Valgrisenche, sulla quale continua in questa direzione per poi abbandonarla al bivio per la frazione di **Revers**. Qui si attraversa il torrente e si raggiunge l'abitato, dal quale si prosegue su una strada sterrata pianeggiante che, attraverso i prati, costeggia il torrente e porta alla località Prariond. Si attraversa ora l'abitato di **Prariond** e si imbocca il sentiero che sale a sinistra nel bosco e porta a **La Frassy**, dove l'itinerario ritorna su strada asfaltata, quindi si oltrepassano gli abitati di **Planté** e poi di Chez Carral e si prosegue fino a Gerbelle. Dall'abitato di Gerbelle si attraversa il torrente Dora di Valgrisenche e si imbocca il sentiero a monte della strada regionale che porta nel centro del paese di **Valgrisenche**. Dopo aver superato il centro abitato, prima di una galleria, si svolta a sinistra sulla strada che porta alla frazione **Mondanges** da dove, attraversato il ponte, si prosegue a destra costeggiando il campo sportivo fino ad incontrare un sentiero che si addentra in un fitto bosco di conifere. Si percorre ora il sentiero che giunge all'alpeggio di Benevy dal quale si prosegue, attraverso i pascoli, fino all'alpeggio di Bois. Dall'alpeggio di Bois si risale la strada poderale, si raggiunge l'alpeggio di **Praz-Londzet** e, imboccato il sentiero sulla destra, si sale fino al rifugio **Chalet de l'Épée**.

À **Planaval**, l'itinéraire suit la route goudronnée qui descend jusqu'à la route régionale qui conduit à Valgrisenche. Continuant dans cette direction, il quitte cette route à la bifurcation portant au hameau de **Revers**. Franchir alors le torrent et atteindre le hameau, suivant ensuite un chemin en terre battue plat qui passe à travers les prés, longe le torrent et porte au lieu-dit **Prariond**. Traverser le hameau de Prariond et s'engager sur le sentier qui monte, sur la gauche, dans le bois et mène à **La Frassy**, où l'itinéraire se poursuit sur la route goudronnée. Dépasser ensuite les hameaux de **Planté** puis de Chez Carral et continuer jusqu'à Gerbelle. Après le hameau de Gerbelle, traverser le torrent Doire de Valgrisenche et prendre le sentier, en amont de la route régionale, qui mène au centre du village, avant le tunnel, tourner à gauche, prenant la route qui conduit au hameau de **Mondanges**. À cet endroit, après avoir franchi le pont, continuer sur la droite, en longeant le terrain de sport jusqu'à un sentier qui pénètre dans un bois épais de conifères. Parcourir alors le sentier en direction de l'alpage Benevy et continuer, à travers les pâturages, jusqu'à l'alpage Bois. De l'alpage Bois suivre le chemin rural jusqu'à l'alpage de **Praz-Londzet** puis, après s'être engagé sur le sentier sur la droite, monter jusqu'au refuge **Chalet de l'Épée**.

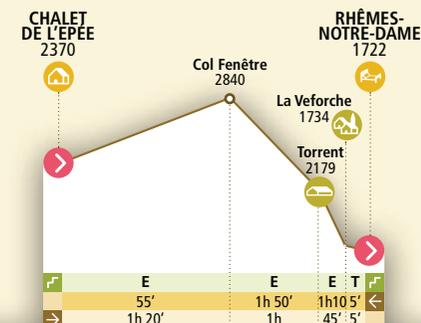


COMUNI INTERESSATI:
COMMUNES CONCERNÉES :

- Rhêmes-Notre-Dame
- Valgrisenche



	→	3h 10 min
	←	4h
	→	+ 507 m - 1114 m
	←	+ 1114 m - 507 m



ALTA VIA



TAPPA
ÉTAPE

Rifugio Chalet de l'Épée Rhêmes-Notre-Dame

6

Dal rifugio Chalet de l'Épée si risale un breve pendio erboso e si arriva in un vasto pianoro dove il sentiero costeggia il torrente; si continua poi affrontando l'ultima salita prima su manto erboso poi su pietraia per raggiungere infine il Col Fênêtre. Dal valico il sentiero scende tortuosamente su un ripido pendio di sfasciumi e pascoli e attraversa sulla destra un grande canalone alluvionale, al termine del quale incontra l'alpeggio **Torrent**. Da qui il percorso si sviluppa su uno spallone erboso, disegnando una lunga diagonale in leggera discesa, fino ad inoltrarsi in un rado bosco di conifere e successivamente ridiscendere un costone erboso dominato da un'alta parete rocciosa. Oltrepassato il ponte sul torrente il sentiero attraversa per un breve tratto i prati e termina sulla strada asfaltata in prossimità di un parcheggio sito in località **Veforche**. Seguendo la strada asfaltata verso destra, per circa duecento metri, si raggiunge il centro di **Rhêmes-Notre-Dame**.

Du refuge Chalet de l'Épée, remonter une courte pente herbeuse et atteindre un vaste plateau où le sentier longe le torrent; continuer jusqu'au **col Fênêtre** après avoir franchi la dernière montée, qui se développe tout d'abord sur un sol herbeux puis sur des pierres. Après le col, le sentier amorce une descente tortueuse, sur une pente raide couverte de débris rocheux et de pâturages, puis traverse sur la droite un grand canal d'écoulement, après lequel il rejoint l'alpage **Torrent**. De cet endroit, le parcours s'articule sur un épaulement herbeux, dessinant une longue diagonale qui descend légèrement, puis pénètre dans un bois clairsemé de conifères. Il redescend ensuite une arête herbeuse surplombée d'une haute paroi rocheuse. Après avoir franchi le pont qui enjambe le torrent, le sentier traverse brièvement les prés puis laisse place à la route goudronnée, à proximité d'un parking qui se trouve dans le lieu-dit **Veforche**. Suivre la route goudronnée vers la droite sur deux cents mètres environ pour atteindre le centre de **Rhêmes-Notre-Dame**.



COMUNI INTERESSATI:
COMMUNES CONCERNÉES :

- Valsavarenche
- Rhêmes-Notre-Dame



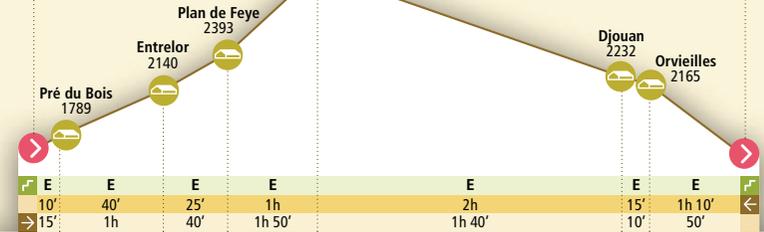
	→	6h 25 min
	←	5h 40 min
	→	+ 1376 m - 1369 m
	←	+ 1369 m - 1376 m



RHÊMES-NOTRE-DAME
1722

Col Entrelor
3002

EAUX-ROUSSES
1658



ALTA VIA



TAPPA
ÉTAPE

✓ Rhêmes-Notre-Dame
→ Eaux-Rousses

7

Dal centro abitato di **Rhêmes-Notre-Dame** si attraversa il ponte sulla Dora di Rhêmes, si passa di fianco al centro visitatori del Parco Nazionale Gran Paradiso e si prende il sentiero che sale all'alpeggio **Pré du Bois**. Superato l'alpeggio l'itinerario si inoltra in un fitto bosco di conifere, prende quota ed esce dal bosco in prossimità di una croce di legno, per entrare nel lungo pianoro dove sorge l'alpeggio **Entrelor**. Si percorre il pianoro poi si ricomincia a salire, incontrando l'alpeggio **Plan de Feye**, e si prosegue tra pascoli e poi sfasciumi fino a raggiungere il **colle dell'Entrelor**. Dal valico il sentiero scende in diagonale e con qualche tornante, attraversa i pascoli costeggiando alcuni laghi alpini, incontra l'alpeggio **Djouan** e, poco oltre, raggiunge la casa di caccia del Re Vittorio Emanuele II, attualmente usata come casotto dei Guardaparco. Da qui si incontrano i primi boschi di larice e si discende una balza erbosa che porta all'ultimo pascolo dopo il quale, proseguendo nel bosco su una discesa molto dolce, si sbucca nei prati a monte dell'abitato di **Eaux-Rousses**.

Du centre de **Rhêmes-Notre-Dame**, franchir le pont qui enjambe la Doire de Rhêmes puis longer le centre d'accueil des visiteurs du parc National du Grand-Paradis. S'engager sur le sentier qui monte en direction de l'alpage **Pré du Bois**. Après l'alpage, l'itinéraire continue au cœur d'un épais bois de conifères, prend de l'altitude et sort du bois à côté d'une croix en bois, pour ensuite atteindre le long plateau sur lequel se dresse l'alpage **Entrelor**. Il parcourt le plateau puis amorce une autre montée, passant par l'alpage **Plan de Feye**, et poursuit dans les pâturages. Après les débris rocheux, il arrive au **col Entrelor**. De là, le sentier descend en diagonale, dessinant quelques lacets, traverse des pâturages, longe quelques lacs alpins et atteint l'alpage **Djouan**. Il rejoint ensuite, un peu plus loin, le pavillon de chasse du roi Victor Emmanuel II, aujourd'hui habité par les gardes du Parc. C'est ici que commencent les premiers bois de mélèzes. Descendre un escarpement herbeux qui porte au dernier pâturage après lequel, en continuant dans le bois sur une descente très douce, on débouche dans les prés qui se situent en amont du hameau d'**Eaux-Rousses**.



PARCO NAZIONALE DEL GRAN PARADISO



COMUNI INTERESSATI:
COMMUNES CONCERNÉES :

- Cogne
- Valsavarenche



	→	6h
	←	5h
	→	+ 1642 m - 711 m
	←	+ 711 m - 1642 m



EAUX-ROUSSES
1658



Livionaz Inf.
2289



Col Loson
3299



SELLA
2584



E	E	EE
1h 05'	2h 05'	1h 50'
1h 30'	3h	1h 30'

ALTA VIA



TAPPA
ÉTAPE

↙ Eaux-Rousses → Rifugio Vittorio Sella

8

Superato l'abitato di **Eaux-Rousses** si attraversa il ponte sul torrente Savara e si segue il sentiero che si snoda tra i prati, quindi ci si inoltra nel bosco e si risalgono gli ampi tornanti, si percorre un tratto pianeggiante e si esce dal bosco dove si incontra l'alpeggio di **Livionaz Inferiore** e il casotto dei Guardaparco. Da qui l'itinerario continua nel vallone su un lungo pianoro, risale e poi attraversa con un ponticello il torrente Levionaz, quindi si inerpicca su terreno pietroso fino a raggiungere il punto più alto delle alte vie: il **Col Loson**, che sfiora i 3.300 metri di quota. Dal colle il sentiero scende inizialmente seguendo un traverso sulla sinistra, poi, con alcuni tornanti, su un ampio pendio pietroso fino ad una conca erbosa, dalla quale ridiscende un ripido pendio, dopodiché, con pendenza più dolce, percorre una lunga diagonale che costeggia il torrente e attraversa i pascoli fino ad arrivare al **rifugio Vittorio Sella**.

Du hameau d'**Eaux-Rousses**, traverser le pont qui enjambe le torrent Savara et suivre le sentier, qui serpente au cœur des prés, pénètre ensuite dans le bois et remonte en larges lacets. Après un passage plutôt plat, sortir du bois au niveau de l'alpage de **Livionaz Inferiore**, près de la maison des gardes du parc. À partir de là, l'itinéraire continue dans le vallon sur un long plateau, remonte puis franchit un petit pont qui enjambe le torrent Levionaz, puis commence à grimper sur un terrain caillouteux, atteignant le point culminant des Hautes Routes : le **col Loson**, qui frôle les 3 300 mètres d'altitude. Du col, le sentier amorce une descente par la gauche, puis dessine des lacets, le long d'une grande pente caillouteuse, débouchant sur une cuvette herbeuse. Il descend encore, le long d'une pente raide qui devient ensuite plus douce et dessine une longue diagonale qui longe le torrent et traverse les pâturages jusqu'au **refuge Vittorio Sella**.

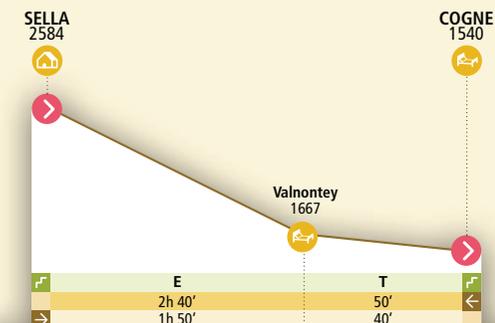


PARCO NAZIONALE DEL GRAN PARADISO

COMUNE INTERESSATO:
COMMUNE CONCERNÉE :
• Cogne



	→	2h 30 min
	←	3h 30 min
	→	- 1043 m
	←	+ 1043 m



ALTA VIA



TAPPA
ÉTAPE

Rifugio Vittorio Sella → Cogne

9

Dal rifugio Vittorio Sella si comincia a scendere il vallone costeggiando il torrente prima a sinistra, poi, attraversato il corso d'acqua, sulla 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 Paradisia. 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 imbecca una pista sterrata che costeggia il torrente fino ad incontrare un sottopassaggio che permette di attraversare la strada asfaltata e quindi di continuare sulla pista inoltrandosi nel bosco. Raggiunte le prime abitazioni di Cogne 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.

Du refuge Vittorio Sella, descendre le vallon en longeant le torrent sur la gauche puis, après avoir traversé le cours d'eau, sur la droite, continuer jusqu'à l'alpage de Thoules. L'itinéraire se poursuit alors dans le bois, franchit de nouveau le torrent et amorce une douce descente, en larges lacets, jusqu'à sortir du bois, débouchant non loin du jardin botanique Paradisia. À cet endroit, après le pré, descendre une courte pente goudronnée, dépasser un grand pont carrossable en bois qui domine le torrent et rejoindre le hameau de Valnontey. De là, l'itinéraire suit brièvement la route goudronnée portant à Cogne, jusqu'à un camping. Après le camping, s'engager sur un chemin en terre battue qui longe le torrent, jusqu'à un passage souterrain qui permet de traverser la route goudronnée et donc de continuer sur la piste, pénétrant dans le bois. Après les premières habitations de Cogne, quitter la piste et descendre aux alentours d'un parking. De là, continuer sur la route goudronnée qui longe le superbe pré de Saint-Ours et mène à la place centrale de Cogne.



PARCO NAZIONALE DEL GRAN PARADISO



COMUNE INTERESSATO:
COMMUNE CONCERNÉE :
• Cogne



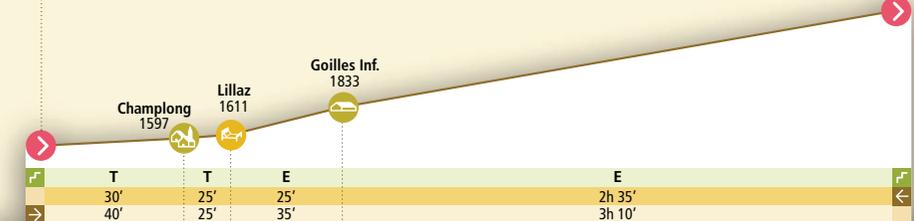
	→	4h 50 min
	←	3h 55 min
	→	+ 980 m - 38 m
	←	+ 38 m - 980 m



COGNE
1540



SOGNO BERZÉ
2530



ALTA VIA



TAPPA
ÉTAPE

Cogne Rifugio Sogno di Berzé

10

Dal centro abitato di **Cogne** si segue la strada asfaltata in direzione di Lillaz e, poco prima della cappella di Saint-Antoine, si imbecca 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 imbecca il sentiero che sale a sinistra tra prati e boschi, fiancheggiando per un breve tratto una condotta forzata, 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 torrentelli fino ad incontrare il casotto dei Guardaparco. Da qui l'itinerario si fa più pianeggiante, abbandona il bosco, attraversa i pascoli ricchi di ruscelli e si immette su una pista sterrata che porta al rifugio **Sogno di Berzé al Péradza**.

Du centre de **Cogne**, prendre la route goudronnée en direction de Lillaz et, un peu avant la chapelle Saint-Antoine, s'engager sur le chemin en terre battue sur la droite. L'itinéraire suit un chemin en terre battue qui monte doucement entre les bois, débouchant près d'un pont carrossable, qu'il franchit en tournant à gauche. Il atteint le hameau de **Champlong**, d'où l'on continue sur le trottoir (qui longe la route goudronnée) jusqu'à la petite place de **Lillaz**. Après cette place, au bout de 200 mètres environ, prendre le sentier qui monte, sur la gauche, entre près et bois, longeant brièvement une conduite d'eau forcée. Continuer jusqu'à un plateau qui porte à l'alpage de **Goilles Inferiore**. Peu après l'alpage, l'itinéraire tourne à droite, franchissant un pont en bois qui enjambe le torrent Urtier et pénètre dans un bois de conifères, amorçant une nette montée : le bois devient plus clairsemé et l'itinéraire traverse quelques petits torrents jusqu'à atteindre la petite maison forestière des gardes du parc. À cet endroit, il devient plus plat, sort du bois, traverse de riches pâturages sillonnés de ruisseaux et suit une piste en terre battue qui mène au refuge **Sogno di Berzé al Péradza**.



PARCO NAZIONALE DEL GRAN PARADISO

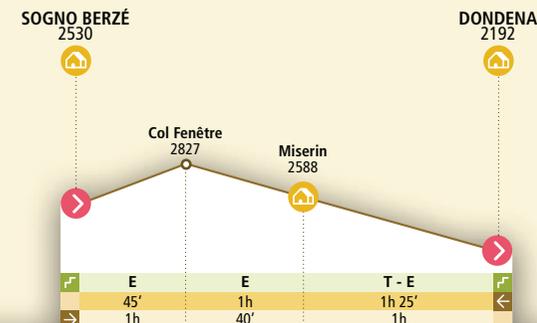


COMUNI INTERESSATI:
COMMUNES CONCERNÉES :

- Champorcher
- Cogne



	→	2h 40 min
	←	3h 10 min
	→	+ 361 m - 635 m
	←	+ 635 m - 361 m



ALTA VIA



TAPPA
ÉTAPE

✓ Rifugio Sogno di Berzé
→ Rifugio Dondena

11

Dal rifugio **Sogno di Berzé al Péradza** si risale il sentiero percorrendo diversi tornanti tra le pietraie e si raggiunge il **Col Fênêtre** de Champorcher, ove sorge un vecchio ricovero militare. Da qui, entrati nel territorio del Parco Regionale del 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**. Dal rifugio si continua sul sentiero incrociando più volte la strada sterrata sulla quale ci si immette quando la discesa si fa più dolce e che si percorre, con un lungo percorso in mezza costa, fino al **rifugio Dondena**.

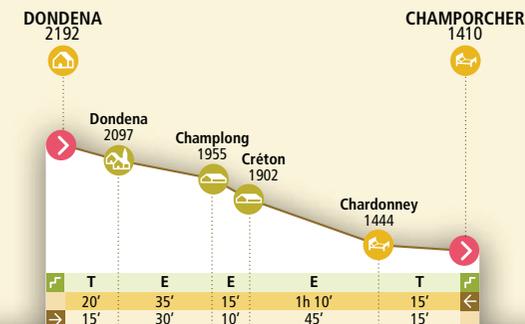
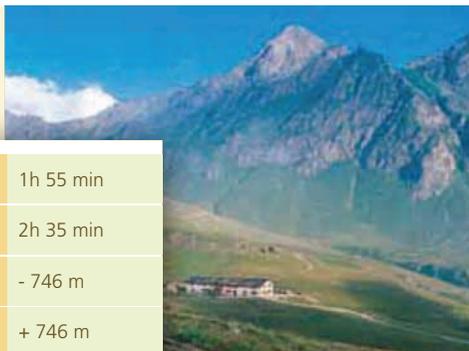
Du refuge **Sogno di Berzé al Péradza**, remonter le sentier en parcourant plusieurs lacets entre les coulées de pierres et attendre le **col Fênêtre** de Champorcher, où se dresse un ancien fortin militaire. Le sentier pénètre maintenant sur le territoire du parc régional du Mont-Avic, descend dans un petit ensemelage pierreux puis devient plus plat et longe le lac Miserin, très évocateur, traversant le torrent en aval du barrage artificiel de ce miroir d'eau et débouche dans les environs du **refuge Miserin**. De là, l'itinéraire continue sur le sentier, croisant plusieurs fois le chemin en terre battue sur lequel il s'engage lorsque la descente devient plus douce. Parcourir ce chemin à mi-côte pendant un moment, jusqu'au **refuge Dondena**.



COMUNE INTERESSATO:
COMMUNE CONCERNÉE :
• Champorcher



	→	1h 55 min
	←	2h 35 min
	→	- 746 m
	←	+ 746 m



ALTA VIA



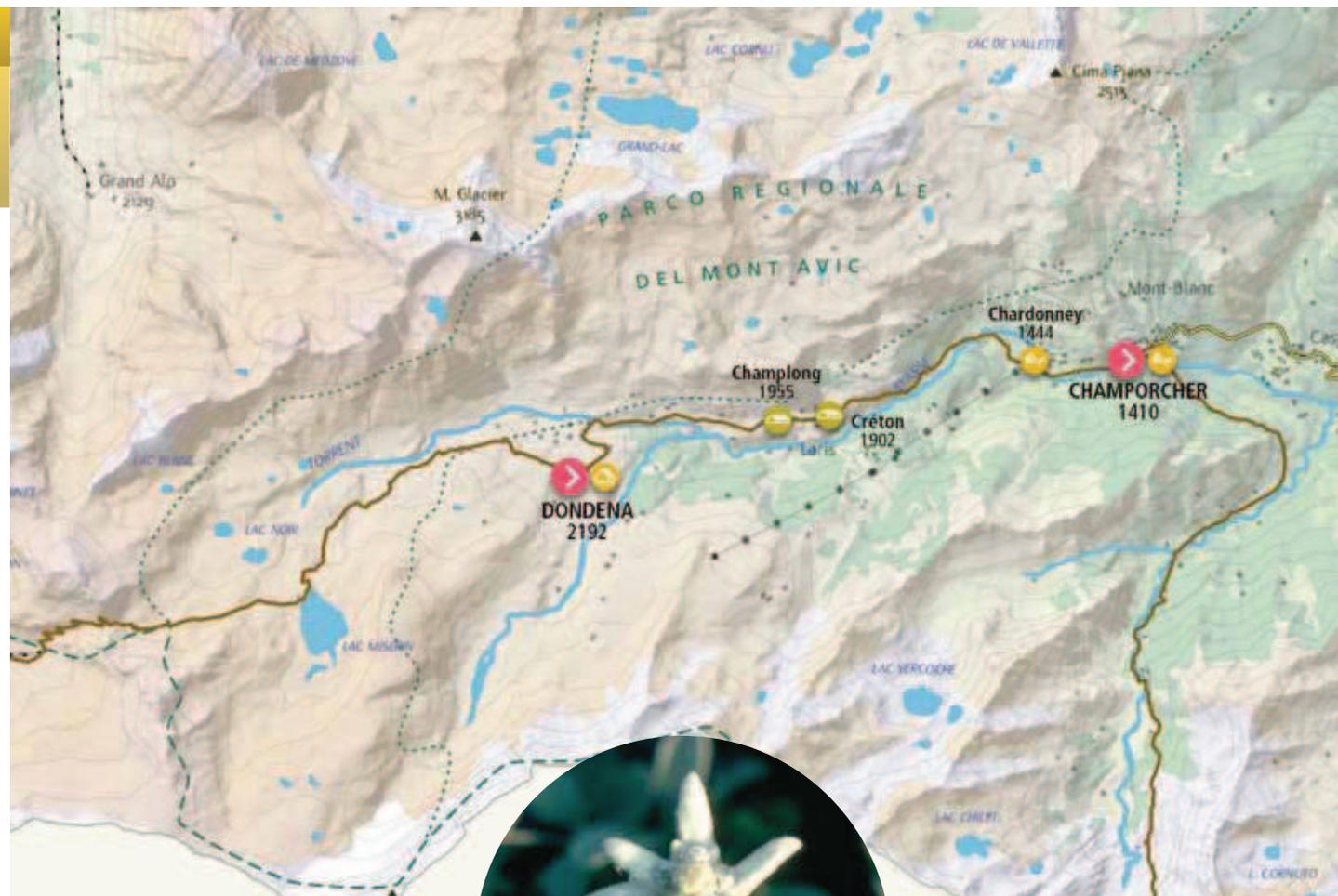
TAPPA
ÉTAPE

Rifugio Dondena → Champorcher

12

Dal rifugio Dondena si scende sulla strada sterrata, si oltrepassa l'abitato di Dondena e si attraversa il torrente, quindi si prende 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 per le quali il sentiero è stato denominato "della Scaletta". Raggiunto il ponte si attraversa il torrente Ayasse e si prosegue ancora, prima nel bosco, poi tra i prati, fino ad immergersi su una larga strada in pietra, costruita ai tempi del Re Vittorio Emanuele II per le sue battute di caccia. Giunti in località Chardonney 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.

Du refuge Dondena, descendre sur le chemin en terre battue, dépasser le hameau de Dondena et traverser le torrent puis prendre le sentier qui court en aval de la route. Le sentier serpente entre les pâturages et passe par les alpages de Champlong et Créton. Après ceux-ci, il pénètre rapidement dans le bois, descendant le long de véritables marches, si bien que le sentier a pris le nom de « della Scaletta » (du petit escalier). Franchir le pont qui enjambe le torrent Ayasse et continuer encore, tout d'abord à travers le bois puis dans les prés, débouchant sur une large route en pierre réalisée à l'époque de Victor Emmanuel II pour ses parties de chasse. L'itinéraire rejoint le fond de la vallée, dans le lieu-dit Chardonney. Parcourir ensuite la route goudronnée sur une courte distance, traverser de nouveau le torrent vers la droite et continuer sur un chemin en terre battue le long du cours d'eau jusqu'à l'aire équipée, d'où il est possible de rejoindre rapidement le centre du lieu-dit Château à Champorcher.

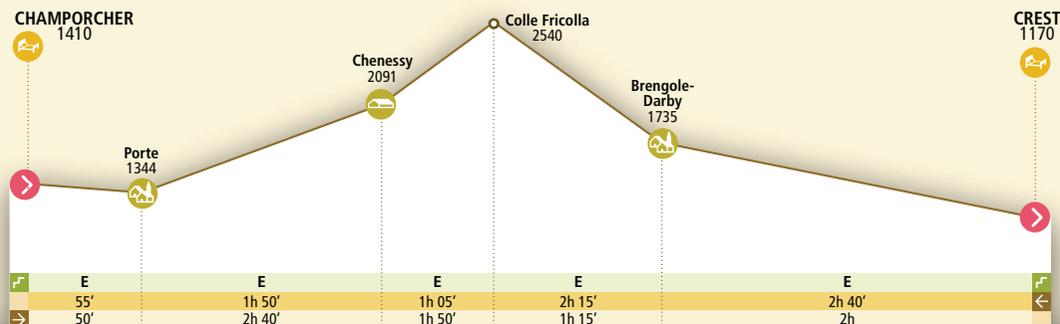
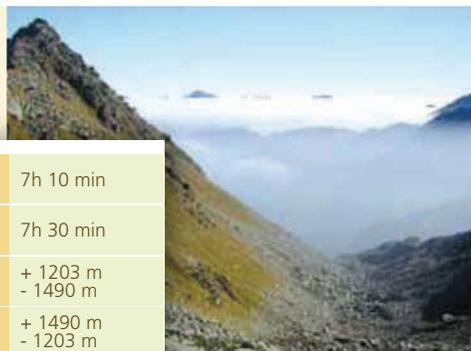


COMUNI INTERESSATI:
COMMUNES CONCERNÉES :

- Pontboset
- Champorcher



	→	7h 10 min
	←	7h 30 min
	→	+ 1203 m - 1490 m
	←	+ 1490 m - 1203 m



ALTA VIA



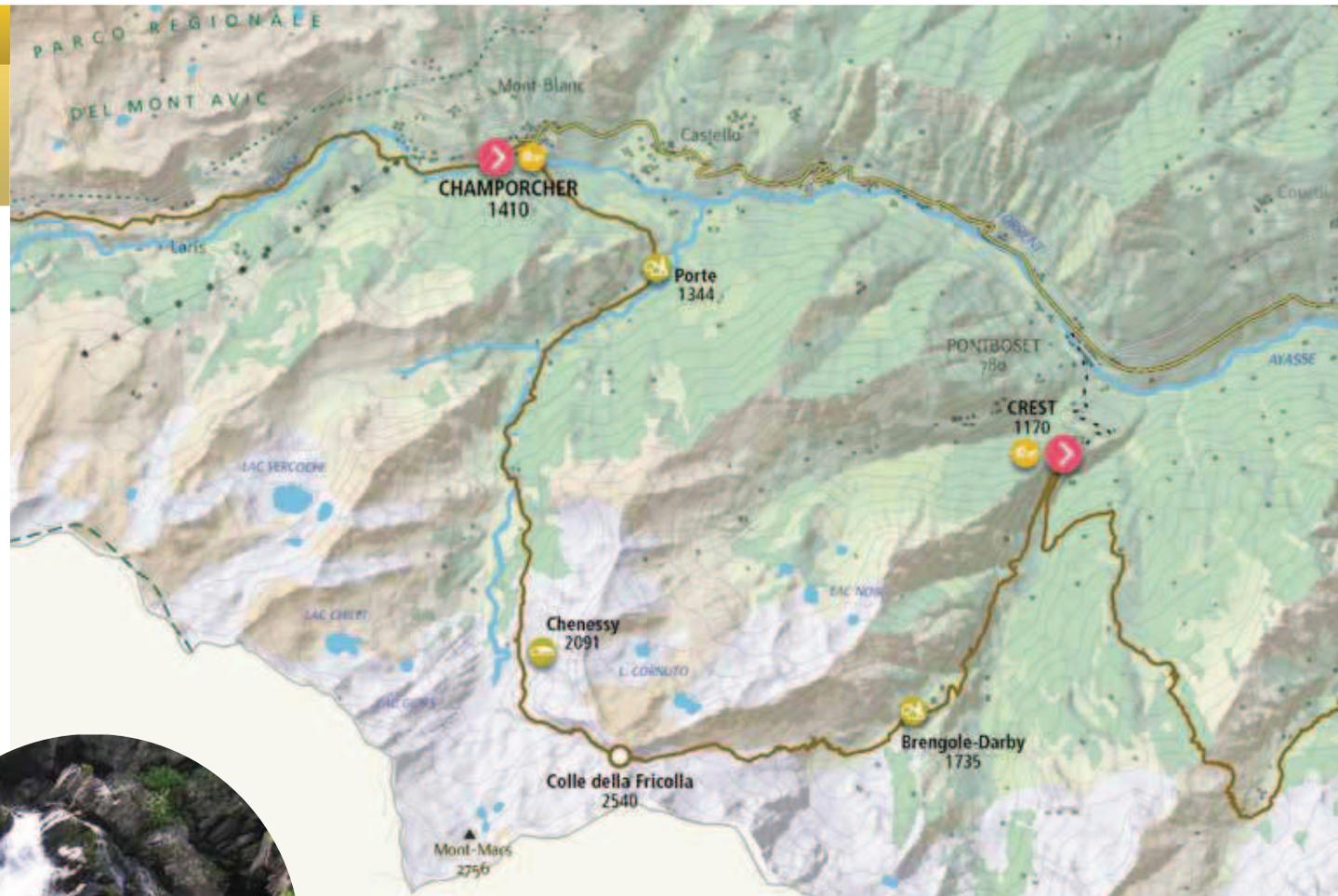
TAPPA
ÉTAPE

Champorcher
Crest

13

Dalla loc. Château, superato il ponte sul torrente Ayasse, si costeggia il torrente e l'area pic-nic e si raggiunge in breve l'abitato di Karlantze; da qui si prosegue lungo un tracciato a mezza costa, molto panoramico, che conduce alle baite ormai diroccate di **Porte**. A questo punto si risale l'intero vallone di La Leigne raggiungendo dapprima l'alpeggio di Ourty poi, attraversate le due passerelle sul "Torrent du Bois", si guadagna dolcemente quota all'interno di un bosco di conifere raggiungendo il lungo pianoro di Sant'Antonio e l'alpeggio di **Chenesty**. Il tracciato devia ora verso sinistra e risale il versante in parte su prati ripidi ed in parte su pietraia sino a raggiungere in breve il **colle della Fricolla**. Il sentiero inizia ora a scendere lungo una diagonale a mezza costa per attraversare poi alcuni tratti di pietraia che raggiungono la baita del Breuil, punto molto panoramico da cui s'intravede il villaggio sottostante di Brenve. Raggiunte le baite si attraversa il lungo pianoro e s'imbocca nuovamente il sentiero che ridiscende verso gli alpeggi di Lettaz e Miallet, quindi si costeggiano le ripide pareti del "Mont De Plodze" e si oltrepassano le case, ormai disabitate, di Fontana per raggiungere l'abitato di **Crest Damon**, dove è possibile pernottare.

Du lieu-dit Château, après le pont qui enjambe l'Ayasse, longer le torrent et l'aire de pique-nique, atteignant rapidement le hameau de Karlantze ; de là, continuer le long d'un parcours à mi-côte, très panoramique, qui porte aux chalets de **Porte**, aujourd'hui en ruine. À cet endroit, l'itinéraire commence à graver le vallone de La Leigne, passant tout d'abord par l'alpage d'Ourty puis, après avoir franchi les deux passerelles sur le « torrent du Bois », il commence en douceur à gagner de l'altitude, au cœur d'un bois de conifères, atteignant le long plateau de Sant'Antonio et l'alpage de **Chenesty**. Le parcours se dirige alors vers la gauche et remonte le versant, tour à tour sur des prés raides et sur des pierrailles, portant rapidement au **col de la Fricolla**. Descendre le long d'une diagonale à mi-côte, traversant ensuite quelques tronçons couverts de pierrailles, atteindre le chalet du Breuil, un lieu panoramique d'où l'on pourra apercevoir le village de Brenve, situé en contrebas. Après les chalets, traverser un long plateau et s'engager de nouveau sur le sentier qui redescend vers les alpages de Lettaz et Miallet, continuant ensuite le long des raides parois du « mont de Plodze ». Dépasser les maisons, aujourd'hui inhabitées, de Fontana et rejoindre le hameau de **Crest Damon**, où il est possible de passer la nuit.

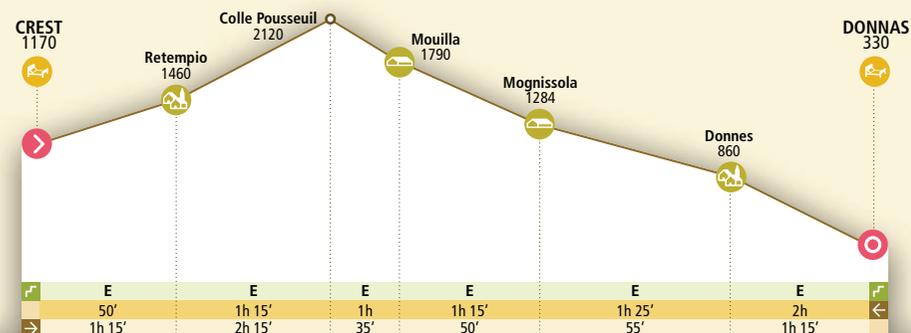


COMUNI INTERESSATI:
COMMUNES CONCERNÉES :

- Donnas
- Pontboset



	→	7h 05 min
	←	7h 45 min
	→	+ 971 m - 1777 m
	←	+ 1777 m - 971 m



ALTA VIA



TAPPA
ÉTAPE

✓ Crest
○ Donnas

14

Dalla loc. **Crest** si prosegue in piano sul sentiero che costeggia un canale intubato lungo il quale si incontrano alcune cappelle votive. Il sentiero supera il torrente Brenve su un ponte in legno e, dopo poche decine di metri, incomincia la ripida scalinata in pietra che conduce in mezzo al bosco e raggiunge il **Santuario di Retempio**. In seguito si prosegue la salita camminando su un crestone ed al primo bivio si procede a sinistra raggiungendo così la loc. Valsomma. Oltrepassando gli alpeggi il sentiero svolta a destra e sale fino al **Colle Pousseuil**, apice della tappa, dove si entra nel comune di Donnas. Si scende quindi il vallone della **Mouilla** ed arrivando all'alpeggio omonimo, pianoro un tempo occupato da un lago, si prosegue a sinistra, si attraversano le loc. Giassit, Bochet, **Mognissola** e, prima di arrivare alla loc. Pian Mery-damon, si attraversa il torrente Bonze. Si percorre per un centinaio di metri la strada sterrata fino a raggiungere le case di **Donnes**, per proseguire poi la discesa fino in località Clapey, in parte sul sentiero ed in parte percorrendo la strada comunale asfaltata. Giunti alla rotonda si attraversa il fiume Dora Baltea sul ponte pedonale arrivando così nel borgo storico del comune di **Donnas**.

Du lieu-dit **Crest**, continuer sur un terrain plat, prenant le sentier qui suit un canal dirigé dans une conduite le long duquel se dressent quelques chapelles votives. Franchir le pont en bois qui enjambe le torrent Brenve. Au bout de quelques dizaines de mètres commence un escalier en pierres raide qui porte au cœur du bois et atteint le **sanctuaire de Retempio**. L'ascension se poursuit sur une grande arête. À la première bifurcation, continuer sur la gauche et atteindre le lieu-dit Valsomma. Après les alpages, le sentier part sur la droite et monte jusqu'au **col Pousseuil**, point culminant de l'étape, où l'on entre dans la commune de Donnas. Descendre ensuite le vallon de la **Mouilla** et arriver à l'alpage du même nom. Ce plateau était autrefois occupé par un lac. Continuer sur la gauche, traverser les lieux-dits Giassit, Bochet, **Mognissola** et franchir le torrent Bonze avant d'arriver au lieu-dit Pian Mery-damon. Parcourir le chemin en terre battue sur une centaine de mètres, jusqu'aux habitations de **Donnes** puis continuer à descendre jusqu'au lieu-dit Clapey, en partie sur le sentier et en partie sur la route communale goudronnée. Au rond point, traverser le pont piétonnier le fleuve Doire Baltée et arriver au bourg historique de **Donnas**.





AOSTA

Piazza Emile Chanoux, 2
11100 AOSTA
tel. +39 0165 236627
fax +39 0165 34657
aosta@turismo.vda.it

ANTEY-SAINT-ANDRÉ

Pizza A. Rolando
11020 Antey Saint André
tel. +39 0166 548266
fax +39 0166 548388
antey@turismo.vda.it

AYAS - CHAMPOLUC

Via Varasc, 16
Fr. Champoluc - 11020 Ayas
el. +39 0125 307113
fax +39 0125 307785
champoluc@turismo.vda.it

BREUIL-CERVINIA

Via Guido Rey, 17
Loc. Breuil-Cervinia
11021 Valtournenche
tel. +39 0166 949136
fax +39 0166 949731
cervinia@turismo.vda.it

BRUSSON

Piazza Municipio, 2
11022 Brusson
tel. +39 0125 300240
fax +39 0125 300691
brusson@turismo.vda.it

COGNE

Rue Bourgeois, 34 - 11012 Cogne
tel. +39 0165 74040-74056
fax +39 0165 749125
cogne@turismo.vda.it

COURMAYEUR

Piazzale Monte Bianco, 13
11013 Courmayeur
tel. +39 0165 842060
fax +39 0165 842072
courmayeur@turismo.vda.it

ÉTROUBLES

Strada Nazionale G.S. Bernardo, 13 - 11014 - Étroubles
tel. +39 0165 78559
fax +39 0165 78568
etroubles@turismo.vda.it

GRESSONEY-LA-TRINITÉ

loc. Edelboden Superiore
11020 Gressoney-La-Trinité
tel. +39 0125 366143
fax +39 0125 366323
gressoneylatrinite@turismo.vda.it



GRESSONEY-SAINT-JEAN

Villa Deslex I - Via Lyskamm Waeg, 8
11025 Gressoney-Saint-Jean
tel. +39 0125 355185
fax +39 0125 355895
gressoneysaintjean@turismo.vda.it

LA THUILE

Via Marcello Collomb, 36
11016 La Thuile
tel. +39 0165 884179
fax +39 0165 885196
lathuile@turismo.vda.it

LA SALLE (apertura stagionale ouverture saisonnière)

Via Gerbollier - 11015 La Salle
tel./fax +39 0165 862562
lasalle@turismo.vda.it

PILA (apertura stagionale ouverture saisonnière)

11020 Gressan
tel. +39 0165 521008
pila@turismo.vda.it

PONT-SAINT-MARTIN

Via Circonvallazione, 30
11026 Pont-Saint-Martin
tel. +39 0125 804843
fax +39 0125 801469
pontsaintmartin@turismo.vda.it

SAINT-VINCENT

Via Roma, 62
11027 Saint-Vincent
tel. +39 0166 512239
fax +39 0166 511335
saintvincent@turismo.vda.it

SARRE

c/o Castello Reale
Loc. Lalex
11010 Sarre
tel./fax +39 0165 257854
sarre@turismo.vda.it

VALPELLINE

(apertura stagionale
ouverture saisonnière)
Loc. Capoluogo, 1
11010 Valpelline AO
tel +39 0165 713502
fax +39 0165 713600
valpelline@turismo.vda.it

VALTOURNENCHE

Via Roma, 80
11028 Valtournenche
tel. +39 0166 92029
fax +39 0166 92430
valtournenche@turismo.vda.it

VERRÈS

Via Circonvallazione, 119
11029 Verrès
tel. +39 0125 921648
fax +39 0125 921907
verres@turismo.vda.it

VILLENEUVE

Loc. Trepont, 90
11018 Villeneuve
tel. +39 0165 95055
fax +39 0165 95975
villeneuve@turismo.vda.it

UFFICIO INFORMAZIONI TURISTICHE · BUREAU RENSEIGNEMENTS TOURISTIQUES COMUNITÀ MONTANA MONTE CERVINO

Loc. Perolle, 20
(Area Autostradale Agip)
11024 Châtillon
tel. +39 0166 62787-62791
fax +39 0166 62793
infoturismo@montecervino.org
www.montecervino.org

UFFICIO INFORMAZIONI TURISTICHE · BUREAU RENSEIGNEMENTS TOURISTIQUES COMUNE DI TORGNON

Piazza Frutaz, 10
11020 Torgnon
tel. +39 0166 540433
fax +39 0166 540991
info@torgnon.net
www.torgnon.net

REGIONE AUTONOMA
VALLE D'AOSTA
ASSESSORATO TURISMO,
SPORT, COMMERCIO
E TRASPORTI
REGION AUTONOME
VALLÉE D'AOSTE
ASSESSORAT DU TOURISME,
DES SPORTS, DU COMMERCE
ET DES TRANSPORTS

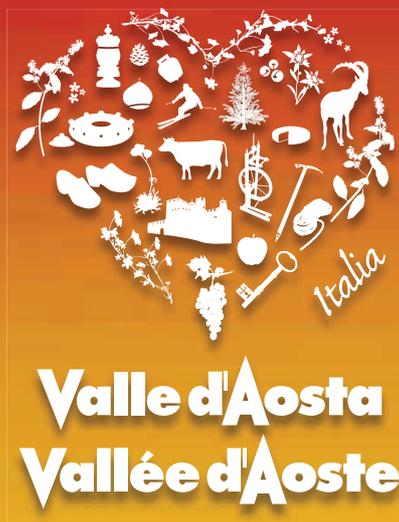
Piazza Narbonne, 3
11100 AOSTA

ASSESSORATO AGRICOLTURA
E RISORSE NATURALI
DIREZIONE SISTEMAZIONI
MONTANE E INFRASTRUTTURE
ASSESSORAT DE L'AGRICULTURE
ET DES RESSOURCES NATURELLES
DIRECTION DE L'AMÉNAGEMENT
DE LA MONTAGNE ET DES
INFRASTRUCTURES

Località Amérique, 127/A
11020 QUART
Tel. 0165 776111

OFFICE REGIONAL DU TOURISME
UFFICIO REGIONALE DEL TURISMO

Piazza Emile Chanoux, 2
11100 AOSTA
T (+39) 0165 236627
F (+39) 0165 34657
www.lovevda.it
uit-aosta@regione.vda.it



www.regione.vda.it/altevie
www.lovevda.it

FOTOGRAFIE

- Archivio Assessorato Turismo, Sport, Commercio e Trasporti
- Direzione Sistemazioni Montane e Infrastrutture
- Direzione Foreste
- Servizio Aree Protette
- Direzione Flora, Fauna, Caccia e Pesca

- Truc Fabrizio, Cerise Ornella, Troise Carmine, Schiapparelli Mariagrazia, Camisasca Davide, Zanolli Marino, Danni Francesco, Rettori Enzo, Sergio Enrico, Censi Giuliano, Ronc Daniele, Coslovich Roberto.

BASE CARTOGRAFICA

"Dai tipi dell'Archivio topografico dell'Ufficio cartografico e sistemi informativi della Regione Autonoma Valle d'Aosta, autorizzazione n. 1380 del 10.12.2009"

RT DIRECTION

Arnaldo Tranti Design

STAMPA

Tipografia Valdostana spa