



## EsplorAyas

Escursioni tematiche accompagnati da Guide Alpine e Guide escursionistiche della Val d'Ayas per conoscere le caratteristiche che compongono questo paesaggio delicato e distintivo ricco di meraviglie.

Un paesaggio è composto dalle forme del territorio e dal modo in cui si integrano con le sue caratteristiche naturali ed artificiali. Il paesaggio include elementi fisici di geomorfologia tra cui **laghi, montagne e ghiacciai**, elementi che lo rendono vivo come la **vegetazione**, elementi dovuti alla presenza umana tra cui il **terrazzamento e i villaggi**, ed elementi in costante mutamento come le condizioni meteorologiche.

Combinando le loro origini fisiche e la sovrapposizione culturale della presenza umana, spesso sviluppatasi nel corso di millenni, i paesaggi riflettono **una sintesi vivente di persone ed ambiente che crea l'identità locale**. Nasce così una serie di itinerari per scoprire l'identità della **Val d'Ayas** a piedi lungo i suoi percorsi più significativi e scenografici. Il trekking permette di immergersi nel paesaggio e di circondarsi di natura facendo un'attività salutare, e di raggiungere una conoscenza **autentica** del territorio.

### LEGENDA

#### I TRE TIPI DI ESCURSIONI



##### Cultura e tradizioni

Gli elementi umani del paesaggio alpino: usi del territorio, strutture e identità locale



##### Laghi, flora e fauna

Alla scoperta del paesaggio naturale: geomorfologia ed ecologia del territorio



##### Cime e colli

Raggiungere i punti panoramici per osservare paesaggi montani a perdita d'occhio



Degustazione/pranzo con prodotti tipici della Val d'Ayas



Escursione adatta a famiglie con bambini (minimo 6 anni)

### PREZZO

€20 a persona **Minimo 4 partecipanti**

### VENERDI' 3 LUGLIO: ANELLO DEL LAGO LOCHIEN



Ritrovo: Chiesa di Saint Jacques (1700m), ore 9.

Salita nel bosco in Val di Nana fino a raggiungere la località di Alpe Nana Inferiore. Da qui si sale fino al lago Lochien (2285m). Questo laghetto seppur di modeste dimensioni offre un panorama incredibile su tutto il massiccio del Monte Rosa e della Val d'Ayas. Da qui si svalica una dorsale che porta verso il Ru Courtod e i pascoli soprastanti Antagnod. Merenda facoltativa all'agriturismo La Tchavana e discesa verso il caratteristico villaggio di Mandrou.

### DOMENICA 5 LUGLIO: I LAGHI DI FRUDIÈRE



Ritrovo: Villaggio di Graines (1375m), ore 8.30.

I tre laghi di Frudière (2040m – 2220m) sono conosciuti ed apprezzati per la bellezza del contesto naturale in cui si trovano. I laghi posti al termine del selvaggio Vallone di Graines sono riparati a Nord dalle severe e strapiombanti pareti del Monte Rena, Taille e Taf (2520m); a sud pareti ancora più elevate risalgono fino ai 2680 metri della Punta Champlon, ai 2885 m della Punta di Soleron ed ai 3075 m del magnifico Mont Nery o Becca Frudiera. Da prevedere pranzo al sacco.

### MARTEDI' 7 LUGLIO: ANELLO DI SACH FENDU'



Ritrovo: Parcheggio di Lignod, ore 9.

Percorso ad anello, con partenza e arrivo a Lignod, alla scoperta del bosco di Pracharbon e delle sue leggende. Escursione di mezza giornata adatta a tutti, con un dislivello di 200 metri circa.

### MERCOLEDI' 8 LUGLIO: LE 14 GALLERIE DEL RU COURTHOD



Ritrovo: Parcheggio di Barmasc (1970m), ore 9.

Il Ru Courthod è un antico canale di irrigazione della lunghezza di 25 km; costruito tra il 1393 e il 1433, aveva lo scopo di portare acqua dal torrente di Ventina nel vallone del Courthod e fino al Col de Joux, rendendo fertili gli aridi pascoli e campi. Con un'importante operazione di recupero e messa in sicurezza del sentiero, il Ru è stato riaperto per il trekking solamente nel 2015 e costituisce un grande itinerario che costeggia a cavallo dei 2000m tutta l'alta valle dei territori di Ayas e Brusson. Da prevedere un pranzo al sacco.

### SABATO 11 LUGLIO: ANELLO DEI LAGHI DI ESTOUL



Ritrovo: Parcheggio di Estoul (1880m) ore 9.

Salita graduale lungo i selvaggi valloni di Palasinaz modellati dal ghiacciaio fino a raggiungere i laghi a 2450m. Da qui si sale fino al colletto al di sotto della Punta Valnera per poi intraprendere la discesa sul rifugio Arp per una merenda facoltativa. Da prevedere un pranzo al sacco.



## LUNEDI' 13 LUGLIO: ALPEGGIO DI MASCOGNAZ: IL GRANDE SENTIERO WALSER



Ritrovo: Chiesa di Champoluc (1560m) ore 9.

Dalla chiesa di Champoluc si sale lungo il sentiero fino alla località di Frantze (1900m) appena sotto il Vieux Crest, e poi si prosegue, attraversando a mezza costa lungo gli antichi sentieri che collegavano i villaggi Walser, fino ai rascard di Mascognaz (m 1822). Visita all'alpeggio Mascognaz, splendido esempio di recupero di un'economia antica. Da prevedere un pranzo al sacco.

## MERCOLEDI' 15 LUGLIO: LA TESTA DI COMAGNA : LA BALCONATA SULLA VALLE D'AOSTA

Ritrovo al Col di Joux (1630m), ore 9.

Partenza dal Col de Joux (1630m) e salita fino alla Testa di Comagna, cima che gode di una vista invidiabile sulla Valle Centrale e tutti i rilievi della zona Ayas/Palasinaz. La discesa segue un percorso ad anello che transita dal Col Tzecure, il villaggio di Sommarese e si conclude nuovamente al Col de Joux. Da prevedere un pranzo al sacco.

## GIOVEDI 16 LUGLIO: 4 PASSI TRA STORIA E LEGGENDA: ANELLO DEL LAGO BLU



Ritrovo alla chiesa di St Jacques, ore 9.

Percorso ad anello con partenza e arrivo a Saint Jacques. Un'escursione al suggestivo lago glaciale ai piedi della morena del Ghiacciaio di Verra unita alla visita dei villaggi d'alta quota di Fiery e di Resy, alla scoperta del loro passato e delle loro leggende. Escursione di una giornata, adatta a tutti, con un dislivello di 550 metri circa. Da prevedere un pranzo al sacco.

## VENERDI' 17 LUGLIO: I LAGHI DI RESY

Ritrovo: Chiesa di St Jacques (1700m) ore 9.

Salita nel bosco per arrivare allo storico villaggio Walser di Resy (2070m), dopodiché si prosegue in salita per arrivare ai laghi di Resy (2550m). Possibilità di continuare in salita fino alla croce del Palon di Resy (2675m) per una vista indimenticabile del ghiacciaio del Monte Rosa. Discesa su sentiero fino al villaggio per un pranzo delizioso presso il Rifugio Ferraro con prodotti tipici della Val d'Ayas. Ritorno a St Jacques.

## MARTEDI' 21 LUGLIO: AGRITURISMO CHAMPOLUC CHEVRE



Ritrovo: St Jacques (1700m) ore 9.

Salita fino all'Alpe Nana inferiore (2040m) lungo l'Alta Via numero 1. Si prosegue in piano verso i pascoli dell'Alpe Varda, discesa sul villaggio di Pallenc per una degustazione di prodotti tipici della Val d'Ayas presso il fantastico Agriturismo Champoluc Chèvre.

## MERCOLEDI' 22 LUGLIO: QUATTRO PASSI TRA STORIA E LEGGENDA: ALPE CEUCCA



Ritrovo: Chiesa di St Jacques, ore 9.

Percorso ad anello, con partenza e arrivo a Saint Jacques, tra i selvaggi valloni di Tsére e delle Cime Bianche per conoscere l'importanza di alcune antiche vie di comunicazione. Escursione di una giornata, adatta a tutti, con un dislivello di 500 metri circa. Da prevedere un pranzo al sacco.

## **VENERDI' 24 LUGLIO: COLLE DEL ROTHORN**

Ritrovo: Parcheggio degli impianti di Champoluc (1560m), ore 8.30.

Salita verso il caratteristico villaggio Walser di Soussun. Si continua la salita verso loc. Contenery e il colle del Rothorn (2690m). Dal colle si apre una splendida vista delle valli di Gressoney e di Ayas. I laghi spettacolari che si trovano in cima al colle presentano il posto perfetto per una pausa pranzo rilassante prima di scendere di nuovo a Champoluc.

## **DOMENICA 26 LUGLIO: I LAGHI DI FRUDIÈRE**

Ritrovo: Villaggio di Graines (1375m), ore 8.30.

I tre laghi di Frudière (2040m – 2220m) sono conosciuti ed apprezzati per la bellezza del contesto naturale in cui si trovano. I laghi posti al termine del selvaggio Vallone di Graines sono riparati a Nord dalle severe e strapiombanti pareti del Monte Rena, Taille e Taf (2520m); a sud pareti ancora più elevate risalgono fino ai 2680 metri della Punta Champlon, ai 2885 m della Punta di Soleron ed ai 3075 m del magnifico Mont Nery o Becca Frudiera. Da prevedere pranzo al sacco.

## **MERCOLEDI' 29 LUGLIO : LE 14 GALLERIE DEL RU COURTHOD**

Ritrovo: Parcheggio di Barmasc (1970m), ore 9.

Il Ru Courthod è un antico canale di irrigazione della lunghezza di 25 km; costruito tra il 1393 e il 1433, aveva lo scopo di portare acqua dal torrente di Ventina nel vallone del Courthod e fino al Col de Joux, rendendo fertili gli aridi pascoli e campi. Con un'importante operazione di recupero e messa in sicurezza del sentiero, il Ru è stato riaperto per il trekking solamente nel 2015 e costituisce un grande itinerario che costeggia a cavallo dei 2000m tutta l'alta valle dei territori di Ayas e Brusson. Da prevedere un pranzo al sacco.

## **VENERDI' 31 LUGLIO: COLLE VASCOTCHA**

Ritrovo: Parcheggio di Mandrou (1835m)

Grande meta per lo sci alpinismo d'inverno, il Colle Vascotcha è il posto migliore per osservare il ghiacciaio di Verra. Si sale verso l'Alpe Metzán e da qui il sentiero prosegue a mezza costa fino a raggiungere la caratteristica cappella votiva di Vascotcha. Dopo una piccola sosta il sentiero entra nella valletta ai piedi della Becca di Nana e conduce fino al Colle (2560m). Se si continua per la cresta, si può raggiungere la cima dell'imponente Monte Facciabella. Merenda facoltativa presso l'agriturismo La Tchavana. Da prevedere un pranzo al sacco.