



## **Alta Via dei Giganti: trekking d'alta quota tra le vette più alte d'Europa**

**dal 1 al 4 agosto 2025**

**(massimo 20 partecipanti)**

L'Alta Via n. 1, denominata Alta Via dei Giganti, è un itinerario escursionistico dallo scenario incomparabile: si sviluppa infatti ai piedi dei massicci più elevati d'Europa quali il Monte Rosa e, il Cervino.

Questo itinerario offre, accanto ai superbi esempi di architettura naturale delle Alpi, basti pensare all'elegante piramide del Cervino, impareggiabili testimonianze di architettura rurale, strettamente legata alla vita degli alpeggi.

L'Alta Via n.1 si snoda lungo sentieri ben tracciati, con larghezza media di 80 cm. interamente segnalati. L'itinerario completo conduce da Donnas a Courmayeur, con 17 tappe giornaliere che richiedono in media 3-5 ore di marcia ciascuna (**noi percorreremo solo 3 tappe partendo da Saint-Jacques in Val d'Ayas e arrivando a Lignan nella Valle di Saint-Barthélemy**).

L'itinerario è percorribile nei mesi estivi e si sviluppa nella media e alta montagna, fra prati, pascoli, boschi e pietraie, mantenendosi ad una quota media di 2.000 metri e sfiorando i 3.000 m.

L'elevato valore naturalistico di questi ambienti, che testimoniano il rispetto e l'equilibrio della cultura contadina tradizionale nell'uso delle risorse del territorio, e le alte e celebri montagne, cariche di storia e di imprese, che ne fungono da superba cornice, offrono esperienze da ricordare.

### **Venerdì 01/08/25**

#### **1a Tappa: Saint-Jacques - Rifugio Grand Tournalin 2:50h + 860m / - 4 m.**

Si parte da Trento, ore 6, piazzale Zuffo, con il pullman e si arriva all'abitato di **Saint-Jacques** (1697m), la frazione più alta del comune di Ayas.

Proseguiamo quindi a piedi oltrepassando il ponte carrabile sul **torrente Evançon** e si imbecca, sulla destra, il sentiero che sale fra prati e radi boschi; poco sopra **l'alpeggio Croues** si incontra la strada sterrata, che il sentiero interseca in più punti, fino a raggiungere **l'alpeggio di Nannaz inferiore** (2045m).

Il percorso segue ora interamente la strada sterrata che sale fino al **rifugio Grand Tournalin** (2535m). Pernottamento con mezza pensione.

Dal rifugio si può salire, tramite un sentiero ripido, al **Monte Croce** (2895m) per arrivare ad ammirare il Cervino (ulteriore tempo di salita e discesa 2:15h +360 m / - 360 m).

### **Sabato 02/08/25**

#### **2a Tappa: Rifugio Grand Tournalin – Rifugio Barmasse 5:45h + 1002 m / - 1371 m**

Dal **rifugio Grand Tournalin** si scende, per un breve tratto, sulla strada sterrata e poi si imbecca, sulla destra, il sentiero.

Effettuata una lunga diagonale in mezza costa, fra pascoli, si raggiunge un gradone roccioso, superato il quale il sentiero continua a salire, fra dossi erbosi e rocciosi, fino a raggiungere il **Col di Nannaz** (2772m).

Da qui si scende nella conca erbosa sita poco sotto il colle, per risalire poi leggermente fino al **Col des**

**Fontaines** (2695m), posto su una costiera rocciosa; il sentiero riprende ora la discesa, fra gli ampi pascoli, toccando l'**alpeggio di Champsec** (2335m) e, più in basso, la **località Cheneil** (2104m).

Si continua poi a scendere addentrandosi nel bosco di conifere, passando a fianco dell'**alpeggio di Promindo**, che è posto su di un panoramico pianoro erboso, e proseguendo infine la discesa fino a raggiungere la **frazione di Crétaz** (1485m). Da qui si attraversa la strada asfaltata e si imbecca il sentiero che scende a collegarsi alla strada carrabile; questa, attraversato il torrente Marmore, risale, in breve, all'**abitato di Valmartin** (1510m). Qui si imbecca il sentiero che fra i pascoli guadagna decisamente quota, attraversa un bosco e dopo una lunga diagonale conduce ad alcune costruzioni della centrale idroelettrica. Il tracciato raggiunge poi l'**alpeggio di Falegnon** (1914m) e prosegue, in mezza costa, dentro il vallone fino a giungere ai piedi dello **sbarramento artificiale di Tsignanaz**; a questo punto si prosegue sul sentiero che svolta a sinistra, a valle del muro della diga, si passa dietro all'abitazione della centrale idroelettrica, quindi si procede per un breve tratto sulla strada sterrata e, appena dopo il tornante, si prende il sentiero a sinistra che porta direttamente al **rifugio Barmasse** (2175m). Pernottamento con mezza pensione.

Dal rifugio si può salire, tramite strada interpodereale, alla "**Finestra di Cignana**" (2445m) per ammirare il Cervino da un'altra prospettiva. Ulteriore tempo di salita e discesa 1h 45 min +580 m / - 580 m.

### Domenica 03/08/25

#### **3a Tappa: Rifugio Barmasse – Rifugio Cuney 6:50h + 1233 m / - 703 m**

Dal **rifugio Barmasse** si prosegue sulla strada sterrata per un breve tratto e si imbecca a sinistra il sentiero che scende all'**alpeggio di Cortina Superiore**; si rientra poi nella strada sterrata e al bivio si scende sulla sinistra per raggiungere l'**alpeggio Cortina Inferiore**. Poco prima dell'alpeggio si imbecca il sentiero sulla destra che, attraversata una zona umida, si addentra nel bosco e sbuca sulla strada sterrata. Si attraversa quindi la strada e si percorre il sentiero che, passando per l'**alpeggio Ersà Dessus**, porta al **colle Fenêtre d'Ersà** (2293m). Dal valico, scendendo leggermente, si prende la strada sterrata che giunge all'**alpeggio Vareton** dal quale si prosegue su sentiero attraversando i pascoli, fino all'**alpeggio Gran Raye** e poi al **lago Tsan**, dove sorge l'omonimo bivacco (2465m). Da qui il tracciato sale fino al **colle Fenêtre de Tsan** (2738m), da dove inizia a scendere dapprima con vari tornanti e poi con una lunga diagonale a mezza costa che termina nel pianoro dove si trova il **bivacco Reboulaz** (2575m), nonché il magnifico **lago Lusény**. Si attraversa quindi il torrente che esce dal lago e si inizia a salire passando accanto ad alcuni ruderi. Dopo aver superato un ripido pendio si arriva al **Col Terray** (2780m), dal quale si affronta una discesa molto ripida, poi si procede a mezzacosta con alcuni saliscendi fino a giungere su un pianoro erboso. Si attraversa un torrente verso sinistra e, superato un piccolo promontorio, si raggiunge il **rifugio Cuney** (2652m). Pernottamento con mezza pensione.

### Lunedì 04/08/25

#### **4a Tappa: Rifugio Cuney – Lignan 2:30h + 59 m / - 1064 m**

Dal **rifugio Cuney** si scende brevemente tra alcuni dossi e seguendo il sentiero n. 11 ci si dirige verso **Col du Salvè** (2568m). Proseguendo con lo stesso sentiero si passa per l'**alpeggio di Tsa Fontaney** (2300m) e, imboccando il sentiero n. 11B, si scende tra praterie d'alta quota e boschi di conifere, tagliando varie volte la strada sterrata, fino a raggiungere **Lignan**, frazione montana a 1600 metri d'altezza del Comune di Nus, nel vallone di Saint-Barthélemy, dove ci sono il Planetario di Lignan e l'Osservatorio Astronomico della Regione, OAVdA.

Da qui prenderemo il pullman per Trento.

**IMPORTANTE:** Il programma può subire modifiche a causa delle condizioni meteorologiche o logistiche.

Il **costo** è stimato in € 400,= per persona, calcolato per il massimo di **20** partecipanti; la quota comprende:

- Pullman da Trento a Saint-Jacques e rientro da Lignan a Trento;
- Pernottamenti in rifugi con mezza pensione, per 3 notti;

**NB** Il costo definitivo verrà determinato in base al numero di iscritti.

**La quota non comprende:**

I pranzi (al sacco o in rifugio), bevande.

**Caparra:** 150 € da versare entro il 28/02/25, successivamente alla conferma della partecipazione, sul conto corrente della Sezione (IBAN IT61J0604501801000005002701) con causale: **trek Giganti nome+cognome**

**Accompagnatori: Saverio Giacomelli e Eveline Gispen**

**Modalità di prenotazione:**

Le prenotazioni per i soli soci della Sezione di Trento si aprono il giorno **venerdì 14 febbraio 2025** alle ore **8** iscrivendosi **unicamente** compilando il modulo cliccando sul link <https://forms.gle/7QR4JU9NFUNeMGif8>

Dal giorno **domenica 16 febbraio** si potranno prenotare anche i soci di altre Sezioni.

Il giorno **18 febbraio 2025** le prenotazioni con la modalità descritta si chiuderanno.

Dopo l'invio del modulo riceverete una mail di avvenuta prenotazione. Questa però non costituisce conferma della partecipazione che sarà comunicata separatamente con apposita email. Quindi anche la caparra non andrà versata prima di tale conferma.

**Ricordiamo che in base al Regolamento della Sezione, ogni socio può presentare la richiesta di partecipazione per se e massimo un altro partecipante.**

Dopo la chiusura delle prenotazioni, colui interessato alla gita può comunque inviare una mail a [gite.sattrento@gmail.com](mailto:gite.sattrento@gmail.com) con oggetto "Alta Via dei Giganti" per chiedere di inserire il proprio nominativo nella lista delle riserve.