

- ESCURSIONI AYAS -
in ordine di segnavia



INDICE:

❖ Segnavia n. 1	PILAZ – ANTAGNOD – PRACHARBON – EXTREPIERAZ	pag. 4
❖ Segnavia n. 1	LIGNOD – PRACHARBON	pag. 5
❖ Segnavia n. 1A	ALPEGGIO CRESPIN	pag. 6
❖ Segnavia n. 1B	CHAMPOLUC - BOSCO DI PIAN VILLY – LE FRACHEY	pag. 7
❖ Segnavia n. 2	COL PORTOLA	pag. 8
❖ Segnavia n. 2	MONTE ZERBION	pag. 9
❖ Segnavia n. 2A	COLLE PILLONET	pag. 10
❖ Segnavia n. 2B	MONTE TANTANÉ	pag. 11
❖ Segnavia n. 3	CHAMPOLUC – MANDROU	pag. 12
❖ Segnavia n. 3A	MANDROU – COLLE VASCOCCIA – COL DI NANAZ	pag. 13
❖ Segnavia n. 3 – 3A oppure 4A – 3A	FALCONETTA	pag. 14
❖ Segnavia n. 3B	MANDROU – COLLE DI VASCOCCIA	pag. 15
❖ Segnavia n. 3B	MANDROU – COLLE DI VASCOCCIA – MONTE FACCIABELLA	pag. 16
❖ Segnavia n. 3C	COL DI VASCOCCIA – BECCA TRÉCARE	pag. 17
❖ Segnavia n. 3F	LAGO LECHIEN	pag. 18
❖ Segnavia n. 4	MONTE ROISSETTA	pag. 19
❖ Segnavia n. 4	SAINT-JACQUES – RIFUGIO GRAND TOURNALIN – COLLE CROCE – LAGHI CROCE - MONTE CROCE (O MONTE BRUN) – LAGO VERDE	pag. 20
❖ Segnavia n. 4A	SAINT-JACQUES – RIF. GRAND TOURNALIN	pag. 21
❖ Segnavia n. 4A	SAINT-JACQUES - COL DI NANAZ	pag. 22
❖ Segnavia n. 5	RU COURTOD	pag. 23
❖ Segnavia n. 5B	PALENC – VARDAZ – SAINT-JACQUES	pag. 24
❖ Segnavia n. 6	SAINT – JACQUES – GRAN LAGO DELLE CIME BIANCHE - VALLONE SUPERIORE DELLE CIME BIANCHE	pag. 25
❖ Segnavia n. 6	COLLE SUPERIORE DELLE CIME BIANCHE – GRAN LAGO – LAGHI ROLLIN	pag. 26
❖ Segnavia n. 6C	BIVACCO CITTA’ DI MARIANO e LAGO TZERE	pag. 27
❖ Segnavia n. 7	SAINT-JACQUES -FIÉRY	pag. 28
❖ Segnavia n. 7	SAINT-JACQUES -LAGO BLU	pag. 29
❖ Segnavia n. 7 e 8	SAINT-JACQUES – PIAN di VERRA INFERIORE e SUPERIORE	pag. 30
❖ Segnavia n. 7	SAINT-JACQUES – RIF. MEZZALAMA	pag. 31
❖ Segnavia n. 7	SAINT-JACQUES – RIF. GUIDE DI AYAS	pag. 32

❖ Segnavia n. 8A	FIÉRY – RÉSY	pag. 33
❖ Segnavia n. 8C	PALON DI RÉSY	pag. 34
❖ Segnavia n. 8D	LAGHI DI RÉSY	pag. 34
❖ Segnavia n. 9 (o 7)	SAINT-JACQUES -RÉSY – RIF. FERRARO – RIF. GUIDE DI FRACHEY	pag. 35
❖ Segnavia n. 9	RÉSY – COLLE BETTAFORCA – RIF. QUINTINO SELLA	pag. 36
❖ Segnavia n. 10	LE FRACHEY – SOUSSUN – CREST	pag. 37
❖ Segnavia n. 10	PASSO ROTHORN e QUOTA	pag. 38
❖ Segnavia n. 10A	LAGO CONTENERY	pag. 39
❖ Segnavia n. 10A	RIF. BELVEDERE – LAGO delle RANE – LAGHI SALER	pag. 40
❖ Segnavia n. 11A	TESTA GRIGIA	pag. 41
❖ Segnavia n. 11B	COLLE PINTER e LAGHI PINTER	pag. 42
❖ Segnavia n. 11B/11A	BIVACCO LATELTIN	pag. 43
❖ Segnavia n. 13	CHAMPOLUC – CREST	pag. 44
❖ Segnavia n. 13 o 14A	LAGO PERRIN	pag. 45
❖ Segnavia n. 13 poi 10A	LAGO CIARCERIO	pag. 46
❖ Segnavia n. 13A	MASCOGNAZ – CREST	pag. 47
❖ Segnavia n. 13B	CREST – SOUSSUN	pag. 48
❖ Segnavia n. 14/14C -13A – 13 – 13B	VILLAGGI WALSER - CHAMPOLUC – MASCOGNAZ – CUNÉAZ – CREST – SOUSSUN – RÉSY	pag. 49
❖ Segnavia n. 14/14C – 14D MASCOGNAZ e CASCATE		pag. 51
❖ Segnavia n. 14/14C – 13A CHAMPOLUC – MASCOGNAZ – FRANTZE – CREST		pag. 52
❖ Segnavia n. 14B	AMPONEY (laghetto pesca sportiva) – MASCOGNAZ	pag. 53
❖ Segnavia n. 14 poi 15	CHAMPOLUC – AMPONEY – PERIASC	pag. 54
❖ Segnavia n. 15 poi 1B	BOSCO DI PRACHARBON -PERIASC – CHAMPOLUC – LE FRACHEY – SAINT-JACQUES	pag. 55
❖ Segnavia n. 16/16A/16B ALPE BOUSSOLAZ		pag. 56
❖ Segnavia n. 105	ANTAGNOD – BARMASC	pag. 57
❖ Segnavia n. 105	ANTAGNOD – PILAZ -CHAMPOLUC	pag. 58
❖ Segnavia TMR	LE FRACHEY – LA MANDRIA	pag. 59
❖ No Segnavia	PILAZ – ERIU – MAGNEAZ	pag. 60
❖ No Segnavia	SENTIERO FRASSATI – VALLONE di TZERE	pag. 61

Pilaz – Antagnod – Pracharbon – Extrepièraz

Segnavia n. 1

Tempo 2h

T – turistico

Dislivello: 485 m



Vari Ristoranti e Bar Antagnod/Bar Campeggio Monte Rosa



Questo itinerario attraversa diversi piccoli villaggi dell'alta Val d'Ayas con un percorso semplice e rilassante.

L'itinerario porta a Extrepièraz, ultima frazione di Brusson, che deve il suo nome al fatto che l'antico villaggio sarebbe stato distrutto da una frana caduta dai pendii del Corno Bussola.

Il percorso può partire da Pilaz o direttamente dall'abitato di Antagnod.

Partendo da Pilaz si attraversa il villaggio fino ad incontrare, sulla sinistra, le indicazioni del sentiero 105 che con una bella e ampia mulattiera porta ad Antagnod in circa 30 minuti. Dal paese si prosegue sulla strada regionale fino all'Hotel Alpe Fleurie in località Lignod oppure si può passeggiare lontano dalla strada prendendo il sentiero tra le case (sulla sinistra) appena dopo il ristorante Vieux Lyskamm.

Se si sceglie il sentiero, in ogni caso, si dovrà risalire per un breve tratto sulla regionale nei pressi dell'Albergo Miravalle per poi riprendere l'itinerario su mulattiera dopo l'Hotel Alpe Fleurie.

Il percorso si snoda in un primo tratto tra i bei prati sottostanti all'abitato di Lignod per poi sbucare sulla regionale.

Attraversata la regionale si trova l'indicazione per Servaz, un piccolo villaggio con pochi rascard e una chiesetta che si trova sul tracciato della vecchia mulattiera che collegava Ayas a Saint-Vincent e Chatillon attraverso il Col di Joux.

Il sentiero, quindi, costeggia la casa per ferie Don Bosco – Pracharbon e si addentra in un bellissimo bosco con alberi secolari fino a Servaz.

Arrivati al paesino il sentiero continua a scendere su un'ampia poderale fino al Campeggio Monte Rosa arrivando a Extrepièraz.

Lignod – Pracharbon

Segnavia n. 1 oppure 1A

Tempo 40' – segnavia 1

Tempo 50' – segnavia 1A

E – escursionistico

Dislivello: 115 m



Da Lignod (1630 m) si può raggiungere il bosco di Pracharbon dove si trova la casa vacanze salesiana “Don Bosco” e ci si può immergere in una bellissima pineta rilassante.

L’itinerario parte da dopo l’hotel Alpe Fleurie e si snoda tra i verdi prati sottostanti Lignod (segnavia n. 1)

Un’alternativa al percorso inizia, invece, nella parte al di sopra della strada regionale nei pressi del grande cartello di località (Lignod) (segnavia n. 1A).

Alpeggio Crespin

Segnavia n. 1A

Tempo 30'

T – turistico

Dislivello: 72 m

L'Alpe Crespin è un alpeggio a 1572 m da cui è possibile godere di una bellissima vista su Brusson e le sue frazioni.

Il percorso parte dal prato dove si trova la cappelletta di Pracharbon e si addentra nel bosco.

Pochissimi sono i punti in cui il sentiero si fa un po' più accentuato, per la restante parte l'itinerario è pressoché pianeggiante.

Usciti dal bosco si arriva ad un grande prato e dopo 5 minuti si giunge all'Alpe Crespin.

L'itinerario di rientro si può fare con un giro ad anello (circa 1h complessiva), scendendo verso Lignod (adesso stanno facendo una casa quindi ci sono lavori ma magari tra qualche tempo finiscono)

Champoluc - Bosco di Pian Villy – Le Frachey

Segnavia 1B

Tempo 1h

T – turistico

Dislivello: 54 m



Lo Sayoc chiosco/Ristorante West Road/ Ristorante Petit Coq/Cliffhanger's Grill (Camp Zero)/ Ristorante La Grange



Questo è un facile itinerario pianeggiante adatto a tutti (anche con passeggini e carrozzine) che permetterà di stare in mezzo alla natura e ammirare, allo stesso tempo, numerose statue in legno realizzate da famosi scultori valdostani.

Il percorso ha inizio dalla via pedonale che costeggia il fiume Evançon dietro l'Ufficio Guide di Ayas.

Si prosegue fino ad arrivare al parcheggio di Monte Rosa Terme.

Da qui lasciandosi l'edificio delle terme sulla sinistra si passa sotto un arco in legno su cui è indicata la scritta "Area Pian di Villy" e si percorre il sentiero nel bosco fino alla località Le Frachey nei pressi del parcheggio del trenino a cremagliera.

Per coloro che vogliono allungare il percorso, proseguendo ancora 1 km, è possibile arrivare fino al borgo di Saint-Jacques des Allemands.

In inverno il tracciato viene battuto ed è, pertanto, percorribile anche con la neve.

Col Portola

Segnavia n. 2

Tempo 1h

E – escursionistico

Dislivello: 515 m



Solo a Barmasc



Il Col Portola (2413 m) è una delle aperture lungo la dorsale tra Ayas e Valtournenche.

Sul sentiero che porta al Colle (circa 1h di cammino) sono state collocate lapidi in pietra scolpite che rappresentano le stazioni della Via Crucis che è meta abituale di pellegrinaggio il 17 agosto.

L'itinerario parte dal grande parcheggio di Barmasc e raggiunge in breve il Pian delle Signore, un'ampia radura molto frequentata grazie al passaggio del Ru Courtod, un canale di irrigazione.

A questo punto il sentiero si snoda, con una salita breve ma piuttosto ripida, dapprima nel bosco, in seguito con tornanti su roccia e terra.

Arrivati in cima lo sguardo può spaziare verso Champoluc e il Monte Rosa da un lato e verso la Valle Centrale dall'altro.

Dal Col Portola proseguendo verso sinistra si va verso il Monte Zerbion, mentre verso destra si va verso il Colle Pillonet e il Monte Tantané.

Monte Zerbion

Segnavia n. 2

Tempo 2h45

E – escursionistico

Dislivello: 820 m



Solo a Barmasc



Il Monte Zerbion è una delle mete più panoramiche e facilmente accessibili della Valle d'Ayas, godendo di un 360° spettacolare su tutte le più importanti vette della Valle d'Aosta. In una bella giornata di sole si potranno ammirare tutti i 4000 m della Valle.

Sulla cima dello Zerbion (2719 m) è stata eretta nel 1932 una statua della Madonna alta 7 metri come voto di madri, spose e sorelle degli uomini impegnati sui vari fronti nella prima guerra mondiale; al di sotto della statua vi è un basamento che ospita un altare nel quale celebrare le Messe.

Il sentiero per il Monte Zerbion parte dal grande parcheggio di Barmasc. Il primo tratto di itinerario è il medesimo del Col Portola.

Giunti al Colle ci si dirige verso sinistra seguendo il sentiero n. 2.

Il percorso è ben tracciato e sale abbastanza dolcemente tranne che nell'ultimo tratto che sale a zigzag con una pendenza più evidente fino ad arrivare ai piedi della statua della Madonna.

Il tempo complessivo per raggiungere la cima dello Zerbion è di circa 2h45.

Il Monte Zerbion può anche essere raggiunto dalla Valtournenche dalla Loc. Promiod.

Colle Pillonet

Segnavia n. 2A

Tempo 2h30

E – escursionistico

Dislivello: 800 m



Solo a Barmasc



Il Colle Pillonet è uno dei valichi che mette in comunicazione Ayas e Valtournenche e rispettivamente Barmasc con la zona di Chamois.

Il sentiero si prende a fianco del maneggio. Questo primo tratto è una strada sterrata che supera una prima baita a sinistra arrivando ad un primo bivio.

Si passa accanto a un gruppo di case e si presenta una nuova biforcazione alla quale si deve tenere la destra.

Si prosegue e si incontrano delle frecce gialle che indicano il percorso.

Si costeggia per un breve tratto il Ru Courtod (sulla sinistra) e si giunge all'Alpe Corneuil.

Passato l'agriturismo si attraversa il ru su un ponte e da qui comincia la risalita (si incontra un segnavia 2A) lungo le piste da sci di Pian Pera. Sono ora ben visibili i due coni detritici rossastri delle vecchie miniere di rame.

Dopo pochi minuti si incontra un nuovo bivio e si procede verso destra. Poi al successivo bivio si segue verso sinistra.

Da questo punto il sentiero è un po' meno evidente, ma si riesce a seguire la strada senza errori grazie alle frecce e ai bollini gialli.

Si arriva a un bivio a T e si traslascia la diramazione di destra che scende verso gli impianti di Pian Pera.

A questo punto il sentiero non è così ben tracciato, ma ci si può aiutare seguendo gli ometti.

Il sentiero si fa ripido fino ad arrivare a una sorgente e si prosegue sulla sinistra su un prato dove il cammino è ben visibile che in pochi minuti conduce al colle alla cui sommità è presente un ometto.

Dal colle si può proseguire verso sinistra percorrendo la lunga cresta fino al sentiero tra il Colle Portola e il Tantané o scendere verso Chamois.

Il Colle Pillonet è pertanto raggiungibile anche dal Col Portola svoltando a destra.

Monte Tantané

Segnavia 2B

Tempo 4h00

EE – escursionisti esperti

Dislivello: 835 m



Solo a Barmasc



Il Monte Tantané (2733 m) è situato tra la Val d' Ayas e la Valtournenche. Dalla cima di possono ammirare il Cervino, il Monte Rosa, il Monte Emilius e la Valle centrale di Aosta.

Una particolarità del percorso è data dal fatto che il Monte Tantané è il termine della lunga cresta, lunga 4 chilometri, che parte dal Monte Zerbion

Il percorso parte da Barmasc ricalcando, per il primo tratto, il sentiero che porta al Col Portola.

Al Colle si svolta a destra e si sale in direzione opposta al Monte Zerbion.

Dopo un primo tratto di salita si scende al Col du Biere dove si incontra, anche, una strada poderale.

Si prosegue verso sinistra e con qualche saliscendi si arriva ai margini della cresta.

L'itinerario procede tra le affioranti rocce della cresta dove si incontrano due gendarmi e poi un terzo dove bisogna prestare attenzione.

Una volta arrivati a 2683 m si svolta sulla sinistra e si percorre la cresta che porta alla cima del Monte dove è stata posta una caratteristica croce di acciaio.

Champoluc – Mandrou

Segnavia n. 3

Tempo 1h

E – escursionistico

Dislivello: 300 m



La Meridiana/Agriturismo La Tchavana



Questo itinerario ricalca i vecchi sentieri usati per raggiungere le frazioni poste sul versante ovest di Ayas.

Il percorso inizia da Piazza Dondeynaz in Champoluc. Il segnavia si trova adiacente al ponte vicino al torrente Evançon e indica la salita tra le case del vecchio villaggio di Champoluc.

Passando tra gli stretti vicoli si possono ancora ammirare le strutture architettoniche di alcune case (rascard) ad oggi ristrutturate.

Alla fine del vecchio paese si prosegue dritti su un'ampia mulattiera che in pochi minuti porta alla frazione di Champlan.

Una volta salita la scaletta adiacente ad alcune case con tetto in losa si sbuca sulla strada regionale. A terra sono disegnate delle frecce gialle che indicano di proseguire in direzione di Antagnod.

Dopo circa 300 m si può riprendere la salita attraversando la strada e passando in un piccolo sentiero tra due cancelletti in legno, dietro ad una abitazione per villeggiatura chiamata "Baita dell'Orso". Questo nome è dovuto ad un grande affresco sulla facciata raffigurante, per l'appunto, un orso.

Si prosegue per poche centinaia di metri fino a sbucare su una strada secondaria asfaltata che costeggia alcune case e porta alla chiesetta della frazione di Palenc.

A questo punto sono possibili due soluzioni di salita verso Mandrou.

Una dalla frazione di Palouettaz, l'altra dalla frazione di Magnéaz.

Da Palouettaz: dopo la chiesetta una freccia gialla sul muro di contenimento indica di procedere lungo una strada sterrata che attraversato il ponte di un ruscello fa attraversare alcune case della frazione. Un centinaio di metri avanti un cartello in legno e una freccia gialla sul muro di una casa indicano il villaggio di Mandrou.

Il sentiero sale alternando tratti più ripidi ad altri più dolci giungendo in circa 20 minuti sotto la chiesa di Mandrou.

Da Magneaz: dalla chiesetta di Planc si scende verso la strada regionale oppure si attraversa per intero il villaggio di Palouettaz. Dopo la chiesa di Magnéaz una palina indica la direzione per Mandrou. Si passa su una stradina asfaltata tra le case e dopo poco una grande scritta sul muro di contenimento e una freccia indicano, sulla sinistra, il sentiero che sale verso Mandrou. Il percorso è veloce anche se piuttosto ripido. In 15 minuti si raggiunge la piccola frazione a 1830 m.

Mandrou - Col di Vascoccia – Col di Nannaz

Segnavia 3A

Tempo 4h15

E – escursionistico

Dislivello: 920 m



La Meridiana (Mandrou) – Agriturismo La Tchavana (Alpe Metsan – solo estate)



L'itinerario parte dall'abitato di Mandrou a 1849 m. Il sentiero parte da dietro la chiesetta e sale con un semplice percorso fino all'Alpe Metsan dove si trova un bellissimo pianoro con vista panoramica sia sul Monte Rosa sia sul Monte Zerbion.

Il sentiero prosegue risalendo la montagna con un traverso fino ad una cappelletta.

Da qui il percorso continua tra i prati fino al Colle di Vascoccia.

Dal Colle si seguono le indicazioni con segnavia 3A sulla sinistra. Il sentiero inizialmente scende per poi proseguire con salite e scendi fino al Col di Nannaz.

Falconetta

Segnavia 3 – 3A o 4A – 3A

Tempo 3h45

EE – escursionisti esperti

Dislivello: 1150 m



Fior di Roccia/Lago Bleu /Rifugio Grand Tournalin

La Falconetta (3003 m) è la Becca di Nannaz che rappresenta il punto culminante del Colle omonimo.

Sulla sommità della Falconetta è posta una croce in metallo e un altare dove, ogni 14 agosto, viene celebrata una messa in onore di 18 Alpini morti in un incidente del 1954.

Nell'altare si trova, infatti, un cappello da Alpino, una riproduzione della copertina della Domenica del Corriere che riporta l'evento e il testo "Signore delle Cime".

La passeggiata è molto impegnativa nell'ultimo tratto in quanto il terreno è abbastanza friabile e ricco di pietre. Vi sono alcuni punti che richiedono particolare attenzione in quanto leggermente esposti.

Mandrou: si percorre il sentiero dalla chiesetta passando per l'Alpe Metsan e risalendo la montagna fino al Cappella Notre Dames des Montagnards sul sentiero 3.

Si passa a sinistra della cappella lasciando l'Alpe Vascozia e ci si dirige verso la strada sterrata e si segue l'indicazione verso sinistra arrivando all'Alpe Pian Pera (sentiero 3A).

Il sentiero attraversa i prati per poi volgere in una fine pietraia sulla quale è necessario prestare attenzione in quanto il percorso è più ripido e inclinato lateralmente.

Passato questo tratto a destra comincia a intravedersi la croce metallica e il piccolo altare. Pochi minuti è la cima della Falconetta è raggiunta.

Da Saint-Jacques: il percorso è il medesimo fino al Colle di Nannaz. Al Colle si trova un ometto in pietra con il cartello giallo dell'Alta Via n. 1 da cui, a sinistra, parte il sentiero per La Falconetta (cartello in legno con la scritta).

Il sentiero è piuttosto ripido e con alcuni tratti friabili (in alcuni punti è consigliabile tenersi con le mani).

Arrivati alla base di un risalto roccioso si procede salendo per un apio di metri sulla roccia.

Si procede lasciandosi sulla destra un gendarme di roccia fino ad arrivare al punto più delicato della salita. Il terreno diventa sabbioso e friabile fino ad una cengia pressoché scavata nella roccia ma dall'altezza di circa un metro (è, pertanto, necessario abbassarsi il più possibile e evitare le rocce taglienti sopra la testa).

Poco dopo si incontra un altro punto simile (è necessaria la massima attenzione).

Si giunge poi alla larga cresta sommitale dopo una rapida salita su pietrisco (un aiuto con le mani è auspicabile).

Colle di Vascoccia

Segnavia n. 3-3B

Tempo 2h45

E – escursionistico

Dislivello: 710 m



La Meridiana/Agriturismo La Tchavana



Il Colle di Vascoccia è uno stretto pianoro erboso a 2559 m che permette una buona visuale sul ghiacciaio a nord e sull'alto vallone dove si trova il Rifugio Grand Tournalin.

L'itinerario parte dalla chiesa di Mandrou (segnavia 3) risalendo il bosco e i prati fino all'Alpe Metsan.

Da qui il sentiero prosegue vicino all'agriturismo La Tchavana e costeggiando il laghetto, prosegue a sul versante della montagna fino a una piccola chiesetta che domina la valle. Da questo spiazzo erboso la vista è davvero molto bella sia su Antagnod sia sul Monte Zerbion.

Si prosegue su un sentiero che sale abbastanza deciso tra i prati antistanti il Colle e in circa 1 ora si giunge alla sommità erbosa.

Dal Colle Vascoccia dipartono poi gli itinerari per il Monte Facciabella (segnavia n. 3B) e il Col di Nannaz (segnavia n. 3A).

Monte Facciabella

Segnavia n. 3- 3B

Tempo 3h45

E – escursionistico

Dislivello: 800 m



La Meridiana/Agriturismo La Tchavana



Il Monte Facciabella è caratterizzato da una lunga cresta erbosa che si estende a est – nordest dal Colle di Vascoccia.

Il Monte Facciabella domina Champoluc e permette un ampio 360° sull'alta Val d'Ayas e sul Monte Rosa.

L'itinerario per arrivarvi parte dalla chiesetta di Mandrou ed è il medesimo che conduce al Colle di Vascoccia.

Al Colle si tiene la destra dove, su un grosso masso, è indicato il segnavia 3B. Si percorre l'intera cresta senza particolari difficoltà e in poco tempo si giunge ad un ometto che indica la sommità del Facciabella.

Il tempo complessivo di salita è di circa 2h.

Becca Trécare

Segnavia 3C

Tempo 1h dal Col di Nanaz

EE – escursionisti esperti

Dislivello: 1310 m



Fior di Roccia/Lago Bleu/Rifugio Gran Tournalin



La Becca Trecare (3033 m) è una montagna dalla forma piramidale che si trova compresa tra il Petit Tournalin e la Becca di Nannaz.

La partenza dell'itinerario dal ponte nei pressi del torrente a Saint-Jacques e si segue il percorso che porta al Colle di Nannaz.

Giunti al Colle si prosegue sulla destra e si sale rapidamente la cresta.

Sulla cima della Becca Trecare si trova una croce, ad oggi, ridotta ad un palo in legno.

Lago Lechien (ad Ayas chiamato Lochien o Lago delle streghe)

Segnavia n. 3F

Tempo 1h15

E – escursionistico

Dislivello: 440 m da Mandrou – 597 m da Saint-Jacques



La Meridiana/Agriturismo La Tchavana



Il Lago Lechien ha dimensioni ridotte (poco più di uno stagno in un pianoro erboso), ma da qui si gode una stupenda vista su tutta l'alta Val d'Ayas.

È una facile escursione che si snoda tra il Vallone del Monte Tournalin e il Monte Facciabella.

Il Lago è raggiungibile da Saint-Jacques (paline gialle vicino al ponte del torrente dopo la chiesa) seguendo in parte il sentiero per il Rifugio Grand Tournalin oppure da Mandrou seguendo l'itinerario che parte dalla sinistra della chiesa e segna l'Alpe di Metsan.

Da Saint-Jacques: si segue l'Alta Via n. 1 e dopo aver percorso il sentiero nel bosco che taglia in diversi punti la strada poderale poco sopra l'Alpeggio di Nannaz inferiore, ci si lascia alle spalle quest'ultima e si prende il sentiero sulla destra che costeggia un piccolo ruscello verso il Rifugio Grand Tournalin.

Superati alcuni gradoni vi è una deviazione sulla sinistra che indica il sentiero 3F e il Lago Lechien.

Si percorre un rado boschetto e in seguito una piccola pietraia fino a che il sentiero non spiana leggermente arrivando così al Lago Lechien.

Da Mandrou: si risale il sentiero a lato della chiesetta in mezzo alle poche case del piccolo abitato. Dopo pochi minuti il sentiero interseca la poderale che porta alla casa vacanze di Ca' Zena. Si prosegue nel bosco di larici fino a che non si incontra il segnavia 3F che indica il Lago Lechien. Proseguendo verso destra si percorre per un certo tratto il Ru Courtod fino ad intersecare nuovamente una poderale.

Su una pietra a terra vi è il simbolo giallo 3F che fa proseguire dritti tra un rado bosco e qualche pietraia. Il percorso continua a salire con un sentiero ben marcato fino al piccolo pianoro che ospita il Lago.

Il tempo di percorrenza è di circa 1h15.

Monte Roisetta

Segnavia n. 4

Tempo 5h30

EEA – escursionisti esperti attrezzati

Dislivello: 1640 m



Fior di Roccia/Lago Bleu /Rifugio Grand Tournalin

Il Monte Roisetta (3332 m) è una meta abbastanza frequentata anche perché permette di superare i 3000 m senza difficoltà estreme.

Dal Monte Roisetta il panorama a 360° davvero mozzafiato.

La partenza è da Saint-Jacques e si segue il percorso per il Rifugio Grand Tournalin.

Ci si lascia il rifugio a destra e si prosegue seguendo il segnavia che indica il Monte sempre sulla destra.

Il percorso inizialmente sale dolcemente e poi scende verso la conca che ospita i Laghi Croce.

Aniché arrivare al fondo della conca si devia puntando verso il Colle Croce (circa 30 minuti).

Dal Colle si ridiscende attraversando tratti di sfasciumi e roccette.

Ci si lascia a destra il Lago Verde e si comincia la salita sul pendio morenico.

Il sentiero alterna tratti erbosi a tratti di rocce e sfasciumi, ma il percorso si segue senza grandi difficoltà grandi ai numerosi bollini gialli e frecce.

A quota 3200 il sentiero devia a sinistra e si innalza velocemente raggiungendo il colletto. In pochi minuti, superando un intaglio di circa 2 m, al quale è necessario prestare attenzione, si sale senza difficoltà la vetta Nord.

C'è una croce che si trova sull'anticima.

**Saint-Jacques – Rifugio Grand Tournalin – Colle Croce – Laghi Croce - Monte Croce (o Monte Brun)
– Lago Verde**

Segnavia n. 4

Tempo 3h30

EE – escursionisti esperti

Dislivello: 1300 m



Fior di Roccia/Lago Bleu/Rifugio Grand Tournalin

Questo itinerario con ricche varianti parte da Saint-Jacques. Segue per il primo tratto il sentiero che conduce al Rifugio Grand Tournalin.

Dal Rifugio si può optare per intraprendere diverse escursioni.

Laghi Croce e Colle Croce (2801 m): si risale il sentiero ben visibile a sinistra del rifugio. Dopo circa 600 m la salita termina e ci si trova di fronte ad una conca erbosa circondata dal Petit Tournalin, il Monte Croce e il Palon di Nanaz.

Il sentiero scende addentrandosi nella conca. Se si mantiene la quota e si gira verso sinistra si giunge al Colle Croce, mentre se si continua la discesa tra i prati si raggiungono, in pochi minuti, i bacini lacustri.

Monte Croce (2892 m): è una vetta che si trova tra il Lago Verde e i Laghi Croce.

L'itinerario parte da Saint-Jacques e segue il percorso fino al Rifugio Grand Tournalin per poi seguire le indicazioni con segnavia n. 4.

Arrivati al Colle Croce si può seguire l'itinerario di salita senza particolari difficoltà (pur non essendo numerato) procedendo lungo la traccia che si snoda tra grandi massi.

Dal Colle alla vetta del Monte ci vogliono poche decine di minuti. In cima si trova un ometto con una croce in legno.

Lago Verde (2723 m): è un bacino lacustre poco conosciuto che si trova a nord del Colle Croce. Il sentiero parte dal Rifugio Grand Tournalin e si prosegue su pietraia. Si scollina dal Colle Croce e si prosegue verso destra fino ad intravedere il lago.

Rifugio Grand Tournalin

Segnavia n. 3 o 4A e Alta via n. 1

Tempo 2h

E – escursionistico

Dislivello: 850 m



Fior di Roccia/Lago Bleu /Rifugio Grand Tournalin



Il Rifugio Grand Tournalin (2535 m) è stato costruito nel 1994 dalla famiglia Becquet e si trova nel bellissimo Vallone di Nannaz. È una meta escursionistica e ciclistica molto nota ed è raggiungibile o da Saint-Jacques o da Mandrou.

Saint-Jacques: partenza dal ponticello vicino alla chiesa. Si risale in un primo tratto tra alcune case e ci addentra nel bosco seguendo le indicazioni Alta via n. 1/4/4A tenendosi sulla sinistra.

Il sentiero sale nel bosco e incontra più volte la strada poderale fino ad arrivare agli alpeggi all'imbocco del Vallone di Nannaz.

Si transita per un breve tratto sulla poderale e poco oltre le baite si gira a destra costeggiando un piccolo torrente. Pochi passi e si incontra il falso bivio che indica il Lago Lechien (3F – che in realtà non presenta alcun bivio evidente), perciò si continua a seguire il sentiero (unico in questo caso) che curva leggermente e poi procede dritto.

Il vero bivio per il lago si troverà qualche centinaio di metri più in su. Si procede sul falso piano che risale il torrentello seguendo i numerosi bollini gialli a terra.

Un breve tratto su pietraia porta ad un ponticello che fa proseguire il cammino sulla riva opposta.

A questo punto il sentiero comincia a salire tra i pascoli.

Il sentiero attraversa la poderale ancora tre volte dopo di che si raggiunge, con un ultimo strappetto, il Rifugio Grand Tournalin (circa 2h di cammino).

Mandrou: si segue il percorso per il Lago Lechien e dal bacino lacustre si ridiscende fino ad incontrare il bivio che indica l'Alta via n. 1. Da qui il percorso è il medesimo descritto prima.

Volendo allungare ancora il percorso da Mandrou si può arrivare al Rifugio passando dal Col di Vascoccia, La Falconetta e il Col di Nannaz (si consiglia un buon allenamento).

Colle di Nanaz

Segnavia 3 o 4A

Tempo 3h

E – escursionistico

Dislivello: 1083 m



Fior di Roccia/Lago Bleu /Rifugio Grand Tournalin



Il Colle di Nanaz (2772 m) è posto sulla dorsale intervalliva tra Ayas e Valtournenche. È un valico alpino importante al pari del Col Portola e del Col Ranzola.

Il Colle si può raggiungere o da Saint-Jacques o da Mandrou.

Saint-Jacques: l'itinerario parte dal ponte vicino alla chiesa e segue il percorso che conduce al Rifugio Grand Tournalin.

Arrivati al rifugio lo si lascia sulla destra e si scende leggermente la poderale (ignorare i segnavia per Lago Verde, Monte Brun e Monte Roisetta) e dopo pochi passi, più in basso sulla destra, si trova un segnavia che indica il Colle.

Il sentiero risale la montagna con un sentiero ben tracciato tra rocce e prati e in poco più di 50 minuti si arriva al Colle ai piedi dei contrafforti settentrionali della Falconetta.

Dal Colle la vista è ampia e spazia dal Monte Rosa alla Valtournenche.

Mandrou: si parte dalla chiesetta di Mandrou e si segue il percorso n. 3 che passa per il Colle di Vascocchia.

Al Colle si prende il sentiero sulla sinistra che conduce al Col di Nannaz.

Ru Courtod

Segnavia n. 5

Tempo 2h

T – turistico

Dislivello: 73 m



Maison du Braconnier/Le Solitaire/Agriturismo Goil/Agriturismo Alpe Corneuil/Agriturismo La Tchavana



La “collina” soleggiata della valle principale, da Saint-Vincent a Emarèse, aveva tutto per accogliere e nutrire una popolazione in costante espansione, agli albori del XV secolo. Tutto, salvo una cosa essenziale: l’acqua. Il ghiacciaio più vicino cui attingere era quello del Ventina che scende dal Monte Rosa, 25 km più lontano. Fu dunque realizzato un canale irriguo di 25 km costruito con pala e picco dagli “uomini liberi” della collina di Saint-Vincent nel territorio di Ayas e Brusson. Nel rifacimento degli anni 80 molti tratti sono stati lasciati a cielo aperto e costituiscono ora una piacevole passeggiata ricca di storia, attraverso ampie praterie e numerosi alpeggi.

A Barmasc, che dista circa 1 km da Antagnod, prendere il largo sentiero n. 105 che si stacca al margine del parcheggio e seguirlo fino ad incrociare il Ru Courtod a quota 1970 m circa. Seguire quindi, verso destra, il sentiero pianeggiante n. 5 che costeggia il canale, oltrepassare l’alpeggio di Chavannes, quindi quello di Granaz. Nei pressi dell’Alpe Soudaz, dopo aver incrociato la strada che sale agli alpeggi di Vascoccia, proseguire sul sentiero a valle dell’agriturismo “La Tchavana” fino al bivio con il sentiero n. 3. Imboccato tale percorso sulla destra, scendere alla Fraz. Mandriou.

Il percorso può proseguire fino a Saint-Jacques.

Palenc - Vardaz e oltre fino a Saint-Jacques

Segnavia n. 5B

Tempo 50' fino a Vardaz – da Vardaz a Saint-Jacques 1h

E – escursionistico

Dislivello: 264 m



Solo all'arrivo a Saint-Jacques



Itinerario semplice e piacevole che parte dalla frazione di Palenc.

Appena dopo la chiesetta di Palenc si procede per circa 100 m e sulla sinistra si imbecca una strada asfaltata che attraversa l'abitato lasciandoselo sulla destra (sul muro si trova il bollino n. 5B).

Terminata la stradina tra le abitazioni, si prosegue dritto e si passa davanti a una bella casa (sulla sinistra) dopo la quale si vede un segnavia marrone indicante la località Vardaz (50 minuti di cammino).

Da qui inizia il sentiero che procede con una lieve pendenza tra muretti a secco e prati. Si costeggiano da lontano alcune stalle dopo di che il sentiero comincia a farsi più ripido con un breve strappo che porta leggermente più in quota per poi proseguire con una pendenza più moderata.

Si procede ancora nel bosco fino a raggiungere un primo pianoro con un bello scorcio sul Monte Rosa.

Arrivati ad un piccolo gruppo di baite un po' diroccate e ampi prati con muretti a secco si è raggiunta Vardaz. Da qui si può proseguire verso Saint-Jacques seguendo due percorsi che si biforcano nei pressi di una piccola croce in legno. Il sentiero di sinistra si tiene maggiormente in quota e dopo circa 20 minuti si ricongiunge con la poderale proveniente da Saint-Jacques che porta verso il Rifugio Grand Tournalin.

A questo punto si può scendere verso Saint-Jacques seguendo l'ampia strada sterrata o tagliando in alcuni punti dal sentiero nel bosco.

Il sentiero più a destra scende, invece, più rapidamente giungendo dopo circa 40 minuti alla frazione di Rovinal. Dal piccolo abitato si scende lungo la strada asfaltata arrivando al ponte nei pressi del torrente e della chiesa di Saint-Jacques.

Qualora si volesse fare un giro ad anello da Vardaz, poco più in là dopo le baite, è possibile girare a sinistra tornando verso Mandrou (segnavia n. 5 – con indicazione anche della deviazione in occasione della chiusura delle gallerie per manutenzione).

Il ritorno verso Mandrou percorre una parte di cammino nel bosco per poi riportare sul sentiero pianeggiante che costeggia il Ru Courtod.

Si segue il corso del ruscello fino ad arrivare all'Alpe Metsan e si riscende poi a Mandrou.

Da Mandrou è possibile tornare al punto di partenza attraverso il sentiero, appena sotto la chiesa, che porta a Palouettaz (tenersi sulla sinistra) e una volta all'abitato svoltare a sinistra attraversando il ponte del torrente e seguire l'ampia strada sterrata che in 5 minuti riporta alla chiesetta di Palenc.

Saint – Jacques – Gran Lago delle Cime Bianche - Vallone superiore delle Cime Bianche

Segnavia n. 6

Tempo 4h

E - escursionistico

Dislivello: 1293 m



Fior di Roccia/Lago Bleu Fiéry

Questo itinerario fa parte del TMR (Tour del Monte Rosa) e il Colle Superiore rappresenta punto di passaggio tra la Val d' Ayas e Valtournenche.

Il Colle Superiore delle Cime Bianche (2982 m) è raggiungibile con partenza da Saint-Jacques.

Il primo tratto è lo stesso che ricalca quello che porta a Fiéry.

Si attraversa il piccolo villaggio e una volta incontrata una lapide si procede verso sinistra seguendo le indicazioni TMR.

Il sentiero è ben tracciato e attraversa un piccolo corso d'acqua. Si prosegue sul sentiero n. 6 fino a un altro piccolo guado dove si incontra uno steccato (qualora fosse chiuso si può aprirlo e poi rimetterlo a posto).

Dopo qualche minuto si incontra una roccia con segnavia 6 che da indicazioni per un sentiero dritto e a destra. Si prosegue dritti.

Si attraversa nuovamente e si sale sulla destra poi ad un bivio non segnalato lungo la salita si prosegue a destra.

Il percorso prosegue a destra di alcune baite dell'Alpe Ventina e si procede in salita.

Si attraversa, nuovamente, un corso d'acqua fino ad una zona più pianeggiante.

Poco dopo si arriva al grande masso erratico dove sono riportate le indicazioni per il Bivacco Città di Mariano. Si prosegue invece seguendo il sentiero n. 6 (evitare la deviazione a destra).

Poco più avanti altri segnavia indicano i sentieri 6/6A/6B (si tralascia il 6C).

Si passa a sinistra di una costruzione dove si incontrano le indicazioni TMR e si scende leggermente in una zona umida (probabile terreno fangoso) da cui si raggiunge un altopiano.

A questo punto si guarda il torrente e si incontra un cartello marrone che indica il Colle Superiore delle Cime Bianche. Si prosegue dritto.

Si giunge nuovamente a una zona paludosa e con 4 guadi si arriva all'Alpe Mase.

Dopo l'alpeggio (sulla destra) il sentiero sale con alcuni tornanti (nuovamente indicazioni TMR) e dopo un attraverso del torrente si giunge ad un prato.

Si prosegue ancora con anche falsi bivi che comunque si ricongiungono poco dopo.

Al termine della salita si attraversa un altro altopiano e poco dopo si trova un ometto di pietre con un bivio.

Si trovano le indicazioni 6A/6B che portano direttamente al Colle di Roissetaz e al Colle Inferiore delle Cime Bianche, ma si segue il 6 dritto senza attraversare il torrente. Si sale ancora seguendo i segni gialli.

Poi si deve, nuovamente, attraversare il ruscello e con sentiero ben tracciato ed evidente si raggiungono le sponde del Gran Lago delle Cime Bianche.

Si guarda l'emissario e si sale ancora (più a est si vede anche il Lago di Ventina).

A questo punto il sentiero si fa più pianeggiante e sbocca al Colle Superiore delle Cime Bianche.

Colle superiore delle cime bianche con Gran Lago e Laghi Rollin

Segnavia n. 6

Tempo 4h

E – escursionistico

Dislivello: 1120 m



Fior di Roccia/Lago Bleu/Fiéry



Il Gran Lago delle Cime Bianche (2808 m) è caratterizzato da un intenso colore blu ed è molto esteso. È racchiuso dai versanti inferiori della Pointe de Rollin e da quelli del Colle Inferiore.

Il sentiero per ammirarlo è il medesimo che si segue per il Colle Superiore delle Cime Bianche.

Nelle vicinanze si trovano anche altri due laghi: i Laghi di Rollin.

Bivacco Città di Mariano e Lago di Tzère

Segnavia n. 6C

Tempo 3h45

E – escursionistico

Dislivello: 1400 m



Fior di Roccia/Lago Bleu /Fiéry



Il Bivacco Città di Mariano è caratterizzato da un bel colore giallo (fino al 2008 il bivacco era invece rosso) ed è posto nell'alto vallone delle Cime Bianche appena sotto il Ghiacciaio di Ventina e di Tzère.

È una meta di appoggio per alpinisti per l'ascensione al Gobba di Rollin.

L'itinerario parte da St-Jacques dal ponte vicino alla chiesetta.

Per il primo tratto è il medesimo che conduce ai Piani di Verra e al Lago Blu.

Si risale la strada nel bosco fino al bivio che indica il Bivacco. Svoltare a sinistra e proseguire fino a Fiéry costeggiando l'Albergo "Bella Vista".

Si arriva in prossimità di un ponte in legno sotto cui scorre il Torrente Tzère. Si devia, quindi, verso destra procedendo verso la cascata ed arrivando ad un pianoro su cui è stata costruita una panchina in legno.

Si risale costeggiando il torrente. Il cammino presenta diversi gradoni che conducono ad un secondo pianoro (Comba di Rollin) alla cui fine si attraversa un ponte.

Da qui il percorso si fa più ripido e si prosegue fino ad un bivio. Su una pietra verticale a sinistra vi è il bollino TMR, mentre a destra (leggermente più in basso) si legge il segnavia 6C.

Si segue il 6C passando accanto ai ruderi di una vecchia baita e si procede su un sentiero che si perde tra diverse rocce.

Da qui il percorso è interamente su pietraia e si può seguire la traccia con l'aiuto dei numerosi ometti e segni gialli che indicano la strada corretta.

Si deve prestare attenzione a non far cadere piccoli massi su coloro che seguono.

Poco distante dall'arrivo al bivacco vi è un canalino che richiede in parte l'aiuto delle mani.

Da qui si continua su pietraia a zigzag arrivando in circa 3h30 alla costruzione di lamiera.

Dal Bivacco si può anche raggiungere il Lago di Tzère in circa 45 minuti.

Si prosegue verso destra in direzione di un grosso ometto e della morena. La si supera su un percorso ben tracciato e una volta scollinati si deve proseguire per poche centinaia di metri in discesa fino alle rive del Lago.

Saint-Jacques – Fiéry

Segnavia n. 7

Tempo 30'

E – escursionistico

Dislivello: 190 m



Fior di Roccia/Lago Bleu /Fiéry



Il piccolo abitato di Fiéry è un antico avamposto di media montagna che ospita ancora la massiccia struttura della Pensione Bellavista che ospitò, tra altri, il poeta crepuscolare Guido Gozzano e la famiglia Frassati alla quale è intitolato il sentiero Beato Pier Giorgio Frassati.

Il percorso parte da Saint-Jacques e segue l'itinerario n. 7 (lo stesso per il Lago Blu).

Risalendo il sentiero nel bosco si giunge dopo qualche decina di minuti a un bivio che indica la località di Fiéry sulla sinistra.

Dal bivio in pochi minuti ci si ritrova nel piccolo villaggio immerso nella quiete e della frescura del bosco.

Da Fiéry è possibile, in circa 1h, raggiungere la località di Résy seguendo il sentiero 8A attraverso l'Alpe Belbosco direttamente dietro il vecchio Albergo Bellavista tenendosi sulla destra. (verificare dove si prende sto sentiero)

Saint-Jacques – Lago Blu

Segnavia n. 7

Tempo 1h30

E – escursionistico

Dislivello: 550 m



Fiori di Roccia/Lago Bleu/Fiéry



Il Lago blu è una delle mete più rinomate della Val d' Ayas. Il nome del lago è dovuto all'incantevole colore dell'acqua che con la luce del sole acquista una colorazione intensa tra il turchese, il verde smeraldo e il verde acqua.

L'itinerario parte da Saint-Jacques dal ponte del torrente dove il segnavia 7 indica la direzione da seguire risalendo la strada asfaltata in località Blanchard.

Si attraversa un ponticello sulla sinistra e subito si sale lungo un sentiero nel bosco dapprima lastricato e in seguito ricco di radici e facili scalini in pietra.

Arrivati alla località di Fiéry si prosegue sempre in salita fino ad un secondo bivio che indica, a sinistra, le escursioni per Vallone di Tzére e delle Cime Bianche.

Proseguire verso destra seguendo i segnavia 7 e 8 fino a raggiungere i Piani di Verra.

Questo lungo pianoro permette un'incantevole vista sul Monte Rosa.

Giunti alla fine della piana erbosa si segue il segnavia, sulla sinistra, che indica il Lago Blu.

Ancora un ultimo sforzo in salita con un sentiero a gradoni rocciosi e in pochi minuti si intravede un ponticello in pietra e il bellissimo Lago Blu.

Il tempo complessivo di percorrenza è di 1h30.

Dal Lago Blu si possono raggiungere due mete più impegnative: il Rifugio Mezzalama e il Rifugio Lambronecca.

Saint-Jacques – Piani di Verra inferiore e superiore

Segnavia 7 e 8

Tempo 3h

E – escursionistico

Dislivello: 364 m al Pian di Verra Inferiore – 693 m al Pian di Verra Superiore



Fior di Roccia/Lago Bleu/Fiéry



I Piani di Verra sono due splendidi pianori da cui è possibile avere un'ampia e ravvicinata visuale del Monte Rosa.

Il percorso parte da Saint-Jacques e si seguono le indicazioni per il Lago Blu, poste vicino al ponte del torrente.

Arrivati al Pian di Verra inferiore (2050 m) si prosegue fino in fondo dove si troveranno le indicazioni per il Pian di Verra Superiore (a destra)

Dal Pian di Verra Superiore si può seguire il sentiero 8B che porta al Rifugio Ferraro oppure per il Rifugio Mezzalama.

Rifugio Mezzalama

Segnavia n. 7

Tempo 3h45

E – escursionistico

Dislivello: 1347 m



Fior di Roccia/Lago Bleu /Fiéry/Rifugio Mezzalama



Il Rifugio Mezzalama (3036 m) porta gli appassionati di montagna ai piedi della morena laterale del Grande Ghiacciaio di Verra.

Il percorso iniziale è il medesimo che parte da Saint-Jacques e arriva Lago Blu.

Dal Lago si procede risalendo la morena per poi ridiscendere leggermente verso un ampio pianoro che incontra una poderale arrivare dai piani di Verra superiori.

Si risale un breve tratto di poderale dopo di che sulla sinistra vi è l'indicazione per il Rifugio Mezzalama.

Il sentiero si fa più ripido e serpeggia tra i prati fino a giungere ad un nuovo piccolo pianoro.

Da qui si intravedono le persiane rosse del Mezzalama e più su il Rifugio Guide di Ayas - Lambronecca.

Il percorso riparte sul crinale della morena con un sentiero ripido su pietraia per raggiungere in circa 30 minuti il Mezzalama e i piedi del ghiacciaio.

Il tempo totale di percorrenza è di 3h45.

Rifugio Guide di Ayas - Lambronecca

Segnavia n. 7

Tempo 4h45

EEF – escursionisti esperti attrezzati (ghiacciaio)

Dislivello: 1736 m



Fior di Roccia/Lago Bleu /Fiéry/Rifugio Mezzalama/Rifugio Guide di Ayas



Posto su un grande spuntone roccioso che sorge dal Grande Ghiacciaio di Verra, il rifugio delle Guide di Ayas al Lambronecca costituisce forse una delle mete più interessanti ed impegnative della Valle d'Ayas. Il rifugio è stato inaugurato nel 1989. La struttura, in metallo, muratura e legno, è imponente per dimensioni.

L'ambiente interno è perfettamente curato.

Trovandosi sulla colata del Grande Ghiacciaio di Verra si è proiettati in mezzo ai ghiacci, infatti da questo rifugio partono le cordate per cime come il Castore ed il Polluce, il Breithorn e la Schwarztor con il suo passaggio per la Svizzera. I contrafforti meridionali di tali vette sono particolarmente apprezzabili, così come il panorama a valle, che nelle belle serate arriva ad offrire perfino il lontanissimo Monviso.

Per raggiungere il Rifugio si parte da Saint-Jacques seguendo lo stesso segnavia n, 7 fino al Rifugio Mezzalama.

Da qui dalla piazzola per l'elicottero si prosegue arrivando ad una lingua del ghiacciaio di Verra.

Si prosegue verso destra e si attraversa il piano glaciale verso lo sperone di roccia di Lambronecca dove sorge il Rifugio.

Il percorso risale pendii con sfasciumi fino ad arrivare ad un tratto con corde fisse e passerelle in legno.

Dal Rifugio Mezzalama il tempo di percorrenza è di una ulteriore ora e mezza.

È utile avere a disposizione dei ramponi da poter indossare in caso di necessità.

Fiéry – Résy

Segnavia n. 8A

Tempo 1h

E – escursionistico

Dislivello: 188 m

Beau Bois che è abbellita da un vecchio albergo e da un rascard ligneo.

Si raggiunge la località di Fiéry seguendo il percorso n. 7 che conduce ai Piani di Verra e al Lago Blu con partenza da Saint-Jacques (località Blanchard). Dopo aver percorso un primo tratto su selciato ci si addentra nel bosco fino ad incontrare delle paline gialle che indicano la località di Fiéry ivi raggiungibile in pochi minuti.

Da Fiéry è possibile raggiungere Résy tramite un sentiero che si snoda completamente nel bosco.

Da Fiéry il sentiero n. 8A si prende da dietro l'Albergo Bellavista e si segue la traccia che procede verso destra e si ricollega dopo poco con il percorso proveniente da Saint-Jacques.

Dalla curva del sentiero si incontrano delle paline che indicano il sentiero per Résy (8A -sulla destra). Questo percorso giunge a un rascard e scende nel bosco fino ad incontrare delle paline segnavia che indicano la salita a Résy sulla sinistra.

Da qui l'itinerario si fa più ripido salendo interamente nel bosco fino ad incontrare il sentiero n. 9 proveniente da Saint-Jacques.

Ancora pochi minuti di salita e si giunge a Résy dove si trovano anche i Rifugi Ferraro e Guide di Frachey.

Résy - Palon di Résy – Laghi

Segnavia n. 8C – 8D

Tempo 2h

E – escursionistico

Dislivello: 954 m al Palon di Resy – 883 m ai Laghi di Resy



Fior di Roccia/Lago Bleu/Rifugio Ferraro/Rifugio Guide di Frachey



Palon di Résy è un bellissimo balcone panoramico su sui ghiacciai di Verra e sulle cime Breithorn. Il percorso parte da Saint-Jacques seguendo le indicazioni per Résy/Rifugio Ferraro/Rifugio Guide di Frachey di fronte alla chiesa.

Arrivati a Résy l'itinerario, nella primissima parte, prosegue sulla sterrata che da Résy verso il Colle Bettaforca.

Dopo circa 650 m si trova un bivio sulla sinistra dove si trova un palo rosso con qualche segnavia dipinti sulle rocce. Da questo punto inizia la salita al Palon di Résy.

Il sentiero sale piuttosto ripido e si seguono i diversi bollini gialli sulle rocce.

Arrivati quasi in cima si transita per il bivio che indica i Laghi di Résy e il Monte Rosso (segnavia 8D).

Si prosegue, invece, per il Palon (2673 m) seguendo il segnavia 8C. Arrivati in cima la vista spazia dalle cime del Breithorn, alla Rocca Nera, il Castore, il Polluce, i ghiacciai di Verra, i rifugi Mezzalama e Lambronecca, il lago blu e tutta la Valle d'Ayas in direzione di Champoluc.

Dal Palon di Résy è possibile raggiungere i Laghi di Résy, adagiati sul pianoro roccioso ai piedi del Monte Rosso.

Tornando indietro fino al bivio che indica con evidenti roccette e segnavia la strada da seguire sulla sinistra.

Il sentiero aggira il Palon e in alcuni tratti scende piuttosto ripidamente (è pertanto utile prestare attenzione a dove mettere i piedi) seguendo bollini gialli e ometti fino al lago più basso (2523 m).

La traccia svolta poi a sinistra passando vicino ad altri laghi e si dirige verso un grosso ometto posto sopra una gobba rocciosa nei pressi del lago maggio e più alto (2572 m).

Per raggiungere il Palon di Résy e i laghi con itinerari separati ci vogliono circa 2 ore. Si deve aggiungere 1h ora di cammino per completare entrambi i percorsi.

Saint-Jacques – Résy/Rifugio Ferraro e Rifugio Guide di Frachey

Segnavia n. 9 oppure 7

Tempo 1h30

E – escursionistico

Dislivello: 380 m



Frantze Le Rascard/Rifugio Vieux Crest/Tavola Calda Vieux Crest/Edelweiss/Cré
Forné/Rifugio Ferraro/Rifugio Guide di Frachey



Il Rifugio Ferraro (2066 m) e il Rifugio Guide di Frachey (2060 m) si trovano immersi nel villaggio Walser di Résy da dove è possibile godere di una bellissima vista sulla valle di Champoluc dal Tournalin alla Testa Grigia.

I Rifugi sono di facile accesso ed è quindi un itinerario adatto ad adulti e bambini (il Rifugio Guide di Frachey effettua anche servizio di jeep).

Si possono raggiungere da Saint-Jacques seguendo due itinerari: o direttamente dalla chiesetta o passando dal Pian di Verra Inferiore.

Dalla Chiesetta: si prosegue verso destra, seguendo le indicazioni per Résy, Rifugio Ferraro e Guide di Frachey. Il primo tratto sale da un sentiero quasi completamente nel bosco e costeggia in due punti delle baite. Si giunge ai due Rifugi in località Résy in circa 1h30.

Dal Ponte vicino al torrente di Saint-Jacques: il percorso segue il sentiero che sale verso il Lago Blu e i Piani di Verra (segnavia n. 7).

Si prosegue lungo la strada asfaltata in frazione Blanchard fino ad un ponticello che attraversa il torrente che scende dai Piani di Verra.

Si continua a salire lungo la mulattiera tenendosi sulla destra ed entrando nel bosco.

Il sentiero non è omogeneo, ma presenta molti tratti con radici e piccoli scalini in pietra.

Dopo circa mezz'ora di cammino si giunge ad un bivio (ignorare i segnavia che indicano Fiéry e tutte le escursioni del Vallone delle Cime Bianche) e proseguire dritto.

Ancora una mezz'ora e si arriva al grande pianoro erboso di Pian di Verra inferiore dove poter ammirare da vicino gran parte della catena del Monte Rosa.

All'imbocco della piana una grande roccia riporta alcuni segnavia che indicano, tra gli altri, la località di Résy (segnavia n. 8B).

Svoltare a destra e dopo aver costeggiato per qualche tempo il torrente si ritorna nel bosco e si sale fino ad un tratto in falso piano che conduce ai 2066 m del Rifugio Ferraro (complessivamente circa 2h) e poco più sotto ai 2060 m del Rifugio Guide di Frachey.

I due rifugi sono punti tappa per altre escursioni a piedi o in mountain bike.

L'itinerario può essere percorso ad anello in circa 3h30.

Résy – Colle Bettaforca – Rifugio Quintino Sella

Segnavia n. 9

Tempo 5h

EE – escursionisti esperti

Dislivello: 1893 m

Questo itinerario è piuttosto impegnativo sia per la lunghezza ed il dislivello sia per la presenza di alcune parti in cresta (è pertanto sconsigliato a persone con vertigini) e di passaggi alpinistici.

La meta finale porta ai 3585 m del Rifugio Quintino Sella (alla base del ghiacciaio del Felik) passando per il Colle Bettaforca.

Per il Colle l'itinerario parte da Saint-Jacques seguendo il sentiero fino a Résy e proseguendo poi lungo il tracciato n. 9. Si percorre una strada carrabile e il percorso non presenta grosse difficoltà se non per l'ultimo strappo per arrivare alla funivia per Gressoney.

Si può ovviare la salita a piedi fino al Colle utilizzando un taxi fuoristrada (risparmio di 2/3 ore di cammino) che però impedisce una salita graduale e quindi un adattamento progressivo del corpo all'altitudine.

Giunti al Bettaforca si prosegue sempre su sentiero n. 9 e si comincia a camminare su pietraia. Da qui è necessario prestare attenzione e seguire i segni gialli dipinti sulle rocce o gli ometti in pietra lungo il percorso.

Mano a mano che si prosegue ci si avvicina al Colle Bettolina. Qui il sentiero diventa un po' meno segnalato, ma non problematico.

Il Colle è una breve cresta di un paio di metri di larghezza che è compresa tra due pendii piuttosto ripidi.

Si prosegue fino ad incontrare il sentiero 10 che proviene dai Piani di Verra Superiore.

Il sentiero prosegue su pietraia fino alla cresta finale dove i pendii si fanno più ripidi. A questo punto si intravedono le cime più lontane come il Gran Paradiso, il Rutor e il Monte Bianco.

Dopo un ultimo strappo si cominciano a trovare le corde fisse che aiuteranno il cammino fino al Rifugio.

La cresta alterna piccole salite a piccole discese.

Si arriva, quindi, a una cresta dove è posto un ponte in legno che si deve attraversare per giungere all'ultimo tratto.

Prima di arrivare al rifugio bisogna superare un passaggio stretto (dotato di corda) e un altro in cui bisogna arrampicarsi in verticale usando sia la corda sia le mani.

Ancora poco cammino in cresta e si giunge al rifugio da cui è possibile spaziare tra le Cime del Monte Rosa, la Pianura Padana e agli Appennini.

Le Frachey – Soussun – Crest

Segnavia n. 10

Tempo 2h

E – escursionistico

Dislivello: 323 m



Frantze Le Rascard/Rifugio Vieux Crest/Tavola Calda Vieux Crest/Edelweiss/Cré
Forné/Stadel Soussun

Il sentiero parte da Le Frachey (1612 m) dalla parte opposta della strada davanti all'Hotel Stella Alpina, a poche centinaia di metri dall'Hotel Le Campagnol.

La salita è abbastanza ripida e completamente nel bosco. Dopo circa 40 minuti il bosco finisce e il panorama si apre in ampi prati. Si risale una piccola mulattiera fino al piccolo abitato di Soussun (1975 m).

Ci si lascia le case sulla sinistra e si prosegue ora sull'ampia poderale che risale leggermente per poi procedere in direzione del Crest con lievi saliscendi.

Dopo 50 minuti di cammino un segnavia giallo a terra indica la direzione per il Crest che si raggiunge in circa 15 minuti.

L'itinerario di ritorno può essere fatto tornando indietro per la stessa strada oppure con un giro ad anello scendendo in Champoluc dal sentiero che attraversa le case del vecchio villaggio del Crest e arriva dietro la chiesa parrocchiale.

A questo punto è obbligato il percorso su strada regionale per tornare a Le Frachey.

Passo del Rothorn e Quota

Segnavia n. 10

Tempo 3h15

E – escursionistico

Dislivello: 1000 m al Passo del Rothorn – 1092 m a Quota



Forné/Rifugio Belvedere Frantze Le Rascard/Rifugio Vieux Crest/Tavola Calda Vieux Crest/Edelweiss/Cré Forné/Rifugio Belvedere



Il Passo di Rothorn (2689 m) mette in comunicazione la Val d'Ayas con la località Sant'Anna della Valle di Gressoney.

Il primo tratto di sentiero ricalca quello che porta al Rifugio Belvedere (quindi con partenza a sinistra della chiesa verso il Crest o con salita con impianti) seguendo le indicazioni per il Lago delle rane e il Lago Conténéry.

Da sotto il rifugio si deve continuare dritti lungo un prato un po' acquitrinoso e si seguono alcune tracce che si trovano qua e là lungo un pendio erboso.

Alcuni segnavia non sono ben visibili, ma il percorso è comunque battuto.

Si scollina e si attraversa la pista che scende dal Col Sarezza e si prosegue dritti fino ad un torrente tra le rocce che contraddistingue il Colle Rothorn.

Da questo punto si cammina su pietraia e la salita risulta essere più faticosa, ma molti sono i segni gialli che conducono al Colle.

In cima si possono ammirare i Laghi del Salero e delle baite abbandonate.

Dal colle è possibile proseguire verso Quota (2781 m) che è una vetta senza nome che si trova a nord del Colle Rothorn.

Non vi è un vero e proprio sentiero, ma si punta verso la cima risalendo il pendio.

La cima si raggiunge una volta arrivati ad un pinnacolo e poco più in là vi è un piccolo spiazzo da cui poter ammirare il panorama.

Il tempo di percorrenza è di circa 3h15 dal Crest.

Lago Contenery

Segnavia n. 10A - 10

Tempo 2h

E – escursionistico

Dislivello: 560 m



Frantze Le Rascard/Rifugio Vieux Crest/Tavola Calda Vieux Crest/Edelweiss/Cré
Forné/Rifugio Belvedere



Il Lago Contenery (2248 m) si trova in una conca tra il Monte Saler e il Monte Cavallo.

Il lago è costeggiato dalla seggiovia delle Mandrie che è in funzione solo d'inverno.

Per raggiungere il lago, il primo tratto dell'itinerario è lo stesso per la salita al Rifugio Belvedere.

Al Crest ci si lascia l'arrivo della telecabina alle spalle e si risale verso destra, poco dopo si incontrano delle paline con l'indicazione Lago delle Rane, Lago Contenery, Lago Ciarcerio.

Dirigendosi verso l'Alpe Saler, ad un bivio si lascia a sinistra la diramazione per il Rifugio Belvedere.

La strada scende leggermente fino ad arrivare al Lago Contenery in circa 2h;

Il percorso è fattibile anche partendo da Saint-Jacques (loc. Crocetta). Si imbecca il sentiero sterrato che sale di fronte al parcheggio e una volta raggiunto il pianoro con i punti di ristoro (Alpe Taconet) si segue il sentiero n. 10 che conduce al pianoro dove si trova la stazione di arrivo della seggiovia Lago Ciarcerio – Alpe Belvedere.

Dai prati si prosegue verso destra imboccando il sentiero con bollino 10A fino al Lago Contenery le cui acque verde/blu sono un vero spettacolo.

Rifugio Belvedere Lago delle Rane e Laghi Saler

Segnavia n. 10A

Tempo 1h30

E – escursionistico

Dislivello: 790 m



Frantze Le Rascard/Rifugio Vieux Crest/Tavola Calda Vieux Crest/Edelweiss/Cré
Forné/Rifugio Belvedere



Il Rifugio Belvedere (2350 m) deve il suo nome al fatto che la vista su Champoluc, sul Cervino, sul Monte Rosa e sul Vallone delle Cime Bianche è spettacolare. Posto in località Alpe Saler il Rifugio è raggiungibile da Champoluc attraverso il sentiero per il Crest (segnavia 13) con partenza alla sinistra della chiesa parrocchiale.

Dall'arrivo della funivia del Crest (altra soluzione possibile per coloro che vogliono accorciare il percorso) si dovrà prendere la carrozzabile sulla sinistra.

Dopo poche centinaia di metri si prende subito il sentiero sulla destra in direzione del Lago delle Rane.

Il percorso prosegue tra pascoli e boschi risalendo alcuni tratti (a volte piuttosto ripidi) di quei pendii che d'inverno diventano le piste da sci.

Giunti al Rifugio, in circa 1h dall'arrivo della funivia e 1h50 da Champoluc, ci si potrà ristorare e rifocillare con succulenti piatti.

Appena sotto al Rifugio si trovano due bellissimi laghi (uno turchese e l'altro più allungato) che, insieme al Lago delle Rane, fanno parte dei Laghi di Saler.

Dal Rifugio Belvedere si possono raggiungere il Lago Contenery e il Lago Ciarcero.

Testa Grigia

Segnavia 11A

Tempo 5h15

EE - escursionisti esperti

Dislivello: 1755 m



Dopo il Crest non ci sono più punti di ristoro e di acqua



La Testa Grigia è uno dei 3000 della Valle di Ayas che funge da balconata sul Cervino e sul Monte Rosa.

Per raggiungere questa bella, ma impegnativa, meta può essere effettuata in giornata o divisa in due pernottando al Bivacco Lateltin posto sulla cresta sommitale.

L'escursione prevede la partenza dalla chiesa parrocchiale di Champoluc seguendo l'itinerario n. 13 che conduce alla località Crest. In alternativa si può raggiungere la medesima frazione mediante la telecabina. Da qui proseguire sull'Alta Via n.1 risalendo il vallone di Pinter fino all'omonimo colle. Durante la risalita di questo ultimo tratto si possono ammirare i laghi Pinter. Abbandonare il percorso dell'Alta Via n.1 che scende verso Alpenzu e imboccare sulla sinistra il tracciato n. 11A, che dopo aver superato il bivacco Lateltin, porta in vetta alla Testa Grigia.

La cima Testa Grigia dista solo 30 minuti dal Bivacco ma presenta alcune difficoltà, pertanto, lasciato il bivacco si rimane in cresta seguendo i numerosi segni gialli sulle rocce.

Si devono effettuare alcuni tratti tenendosi saldamente alle catene per poi raggiungere una cengia esposta qualche decina di metri (non ci sono appigli in quanto la roccia è molto friabile ed è necessario chinarsi per chi è più alto di 1.70m).

In seguito vi è un cavo d'acciaio che permette di superare l'ultimo tratto di roccia (molto ripido).

Qui sopra si arriva ad una zona pianeggiante: la cima della Testa Grigia dove vi è un treppiede sistemato dal CAI di Parabiago con una Madonnina.

Colle Pinter e Laghi Pinter

Segnavia 11B

Tempo 3h30

E – escursionistico

Dislivello: 1217 m al Colle Pinter – 1135 m ai Laghi Pinter



L'Aroula/Hotellerie de Mascognaz/ Frantze Le Rascard/Rifugio Vieux Crest/Tavola Calda
Vieux Crest/Cré Forné/Edelweiss



I laghi Pinter sono posti in una conca alla base del Colle Pinter tra l'imponente Testa Grigia e la Gran Cima.

Il Colle Pinter (2777 m) è uno tra i più frequentati valichi in quanto mette in comunicazione le vallate di Ayas e Gressoney (dal Colle si giunge all'Alpenzù). E' infatti passaggio sia dell'Alta Via n. 1 sia del Grande Sentiero Walser.

I laghi sono raggiungibili da Champoluc con partenza dalla sinistra della chiesa parrocchiale o dall'arrivo della telecabina del Crest per coloro che vogliono già portarsi in quota usando gli impianti.

L'itinerario in parte è lo stesso che si percorre per raggiungere il Lago Perrin. Arrivati all'abitato di Cunéaz (ultima possibilità di rifornimento d'acqua) lo si attraversa e si percorre il sentiero tra balze erbose fino al bivio che indica a destra il sentiero n. 13 per il Lago Perrin.

Si prosegue dritti (segnavia 11A, GSW o Alta Via n. 1) fino a giungere a un pianoro. Si prosegue fino a raggiungere l'ultima, più faticosa, salita che a seguito dell'ultima frana del luglio 2006 è stata gradinata e dotata di corde fisse.

La salita si conclude con il raggiungimento del bivio per Laghi e Colle Pinter in cui vi è un masso con le indicazioni dell'Alta Via n. 1. Si devia a destra e con sentiero ben evidente si costeggia il primo dei tre laghi Pinter (2689/2695 m).

L'itinerario si può effettuare anche dall'arrivo dell'ovovia di Ostafa incamminandosi sul sentiero che passa sotto la seggiovia per il Col Sarezza proseguendo a mezza costa con alcuni sali-scendi.

Attraversato un torrente si continua lungo un sentiero un po' più scosceso fino a una cengia un po' esposta (catena) fino ad un pianoro panoramico.

Si prosegue con altri sali-scendi e si risale il vallone detritico che culmina con il Colle Pinter.

Da qui, deviando a destra, si possono raggiungere i Laghi Pinter.

Bivacco Lateltin

Segnavia 11B/11A

Tempo 4h45

EE – escursionisti esperti

Dislivello: 1563 m



Dopo il Crest non ci sono più punti di ristoro e di acqua



Il Bivacco si trova a 3132 m poco sotto la cima del Monte Pinter e funge da punto di appoggio per la salita alla Testa Grigia (3315 m).

Per raggiungere il bivacco si percorre lo stesso itinerario fino al Colle Pinter.

Dalla sommità del Colle di imbocca il segnavia n. 6/11A/11B e si prosegue su un sentiero che, a tratti, risulta instabile. È, pertanto, necessario prestare attenzione.

In seguito si attraversa, nuovamente, un tratto di pietraia con sentiero poco tracciato, ma ci si porta comunque sulla cresta spartiacque dove passa il sentiero tra il Bivacco Lateltin e la cima della Testa Grigia.

Per il Bivacco (dopo 4h45 di cammino da Champoluc) si avanza verso destra e lo si raggiunge dopo pochi minuti.

Champoluc – Crest

Segnavia 13

Tempo 1h

E – escursionistico

Dislivello: 375 m



Frantze Le Rascard/Rifugio Vieux Crest/Tavola Calda Vieux Crest/Edelweiss/Cré Forné



Il villaggio del Crest è una delle espressioni più rappresentative della tipica architettura dei “rascard” Walser.

La località Crest è raggiungibile in funivia o a piedi da Champoluc.

Il Crest è meta rinomata per gli amanti delle passeggiate in estate in quanto punto di partenza di numerosi itinerari e per gli sciatori d’inverno in quanto snodo importante del Comprensorio Monte Rosa Ski.

Il percorso che conduce al Crest parte a sinistra della Chiesa parrocchiale S. Anna di Champoluc. Il segnavia da seguire è il n. 13, ma le paline a fianco della parrocchia non riportano tale numerazione che sarà invece indicata su alcuni massi un po' più su (a fianco della chiesa sono riportate le numerazioni 11A e 11B per il Colle Pinter, il Bivacco Lateltin e la Testa Grigia).

L’itinerario, della durata complessiva di circa 1 ora, sale quasi interamente nel bosco attraversando, a circa un quarto di cammino, il “pistone” di rientro che d’inverno permette agli sciatori di ritornare in Champoluc senza l’utilizzo degli impianti; solo l’ultimo tratto, giunti al villaggio di Frantze, prosegue su un pendio erboso ben tracciato che in circa 10 minuti porta ai piedi del villaggio del Crest.

Lago Perrin

Segnavia 13 da Cunéaz

Tempo 3h30

Segnavia 14A da Mascognaz

Tempo 3h

E – escursionistico

Dislivello: 1075 m



L'Aroula/Hotellerie de Mascognaz/ Frantze Le Rascard/Rifugio Vieux Crest/Tavola Calda



Vieux Crest/Cré Forné/Edelweiss

Il lago è situato in una conca glaciale in cui, un tempo, vi era un ghiacciaio che ad oggi ha lasciato solo un piccolo vallone detritico al di sopra del bacino lacustre.

Il percorso parte da dietro la chiesa parrocchiale di Champoluc (stesso itinerario per salire al villaggio del Crest) oppure si può accorciare la salita prendendo la telecabina del Crest in centro paese.

All'arrivo della telecabina, svoltando a destra si prende la poderale che costeggia la partenza dell'ovovia di Ostafa che conduce verso il villaggio di Cunéaz (2032 m).

Si scende nel villaggio per costeggiare una fontana (ultimo rifornimento d'acqua) e si prosegue risalendo i prati seguendo le evidenti indicazioni dell'Alta Via n. 1.

Si prosegue quasi in piano fino ad un torrente che si attraversa su un ponte di legno. A questo punto si giunge ad un bivio. Se si prosegue dritti si va verso il Colle Pinter (segnavia 11A, Alta Via n. 1 e GSW), mentre girando a destra si imbecca il sentiero n. 13 verso il lago Perrin.

Si scende di qualche metro e si attraversa il torrente Cunéaz dopo di che si giunge all'Alpe Pian Long (2176 m).

Da qui si percorre il labile sentiero con pochi segni gialli tenendosi verso sud verso il Monte Perrin.

Ripreso il sentiero (la pendenza si fa più accentuata), dopo aver superato qualche balza erbosa e pietraia si giunge all'ultima rampa che conduce al lago Perrin (2635 m).

La discesa può essere effettuata dallo stesso percorso oppure si può rientrare verso Mascognaz seguendo l'emissario e il monolito dalla struttura a terrazzo.

Il sentiero è tracciato anche se un po' stretto e conduce fino agli alpeggi di Toulassa e Chavannes.

Da qui si percorre la strada poderale fino all'Alpe Palù e poi, arrivati ad un vasto pianoro, si prosegue fino all'Alpe Vieille da dove ci si reimmette nel bosco di larici fino al villaggio di Mascognaz.

Lago Ciarcerio

Segnavia 13 poi 10A

Tempo 3h

E – escursionistico

Dislivello: 816 m



Forné/Rifugio Belvedere Frantze Le Rascard/Rifugio Vieux Crest/Tavola Calda Vieux Crest/Edelweiss/Cré Forné



Il lago è di rara bellezza e presenta una forma allungata e offre un panorama spettacolare.

Il lago Ciarcerio si raggiunge da Champoluc (sentiero a sinistra della chiesa parrocchiale), passando il Crest.

Ci si lascia l'arrivo della telecabina alle spalle e si risale verso destra, poco dopo si incontrano delle paline con l'indicazione Lago delle Rane, Lago Contenery, Lago Ciarcerio.

Si risale verso l'Alpe Saler dove ad un bivio si lascia a sinistra la diramazione per il Rifugio Belvedere. La strada scende leggermente fino ad arrivare al Lago Contenery; lo si costeggia e si risale verso l'Alpe Contenery.

Dall'arrivo della seggiovia Lago Ciarcerio – Alpe Belvedere è possibile proseguire in direzione del sentiero 10 verso il Lago Ciarcerio che si trova alla sommità della seggiovia.

Dal pianoro si prosegue fino alle baite in pietra e si svolta a sinistra, si risale quella che d'inverno è una pista da sci fino al lago Ciarcerio (2376 m).

Mascognaz - Crest

Segnavia 13A

Tempo 1h

E – escursionistico

Dislivello: 85 m



Hotellerie de Mascognaz/Rifugio Vieux Crest/Tavola Calda Crest/Cré
Forné/Novez/Edelweiss/Frantze Le Rascard



L'itinerario parte dal bellissimo villaggio Walser di Mascognaz collegandolo alla zona del Crest, luogo di arrivo della cabinovia Champoluc – Crest.

Da Mascognaz si scende verso il torrente Mascogna, lo si attraversa sul ponte in legno e si risale a mezzacosta sul versante opposto.

Si segue il sentiero 13A che si addentra nel bosco con semplici Sali e scendi fino ad arrivare ad un altro ponte in legno.

Da qui si trovano delle paline in legno che indicano a sinistra il villaggio di Frantze e il Rifugio Vieux Crest e dritto il villaggio di Cuneaz.

Si scende per circa 10 minuti verso Frantze per poi risalire con un semplice traverso fino al villaggio Walser Crest.

Crest – Soussun

Segnavia n. 13 B

Tempo 1h

E – escursionistico

Dislivello: 65 m



Frantze Le Rascard/Rifugio Vieux Crest/Tavola Calda Vieux Crest/Edelweiss/Cré



Forné/Stadel Soussun

Questa passeggiata si fa interamente in quota ed è adatta ad adulti e bambini per la facilità del percorso.

L'itinerario parte o da Champoluc seguendo il percorso che porta al Crest o direttamente dall'arrivo degli impianti qualora ci si volesse portare in quota con la telecabina.

Giunti alla stazione di arrivo della funivia ci si dirige appena sopra le case del villaggio di Crest e si imbecca il sentiero verso destra dove si trovano alcune indicazioni per il Rifugio Ferraro.

Il sentiero nel bosco è breve e sbuca dopo qualche tempo su una poderale che con qualche saliscendi, in circa 1h, conduce ad un altro villaggio Walser: Soussun.

Villaggi Walser - Champoluc – Mascognaz – Cunéaz – Crest – Soussun – Résy

Segnavia 14/14C -13A -13 -13B

Tempo 4h

E – escursionistico

Dislivello: 1200 m



Hotellerie de Mascognaz/Frantze Le Rascard/Rifugio Vieux Crest/Tavola Calda Vieux Crest/Novez/L'Aroula/Cré Forné/Edelweiss/Stadel Soussun/Taconet/Rifugio Ferraro/Rifugio



Guide di Frachey

I Walser erano una popolazione che a partire dal XII secolo colonizzò i territori che corrispondono alle tre Valli: Valtournenche, Val d'Ayas e Valle del Lys.

L'itinerario proposto vuol far rivivere, in parte, la storia di questo popolo attraverso le loro particolari costruzioni (i rascard) e la bellezza dei luoghi abitati.

Il percorso oltre ai segnavia gialli ha delle indicazioni con cartellonistica marrone (GSW – Grande sentiero Walser).

Il percorso parte dall'ufficio del Turismo di Champoluc in direzione del villaggio di Mascognaz, risale la strada asfaltata (segnavia n. 14/14C) fino ad un ponticello in legno.

Si attraversa il ponte e si sale sulla destra lasciandosi il torrente Mascogna sulla sinistra.

Durante la salita si incontrano tre cappelle votive fino a giungere a un grande prato antistante l'abitato di Mascognaz.

Ad oggi il villaggio di Mascognaz è stato ristrutturato ed ospita una Hotellerie.

Dalla piccola piazzetta con fontana del villaggio si seguono le indicazioni per il Crest (segnavia n. 13A).

Si scende leggermente attraversando il ponte in legno del torrente e ci si sposta sull'altro versante della montagna dove il sentiero con una semicurva a mezzacosta si addentra nel bosco.

Dopo circa 30 minuti di sali e scendi si arriva ad un altro ponte dove si incontrano le indicazioni su pannelli di legno per il villaggio Walser di Cunéaz (a destra segnavia n. 13) e per quello di Frantze (a sinistra).

Salendo verso Cunéaz si percorre ancora un primo tratto nel bosco e poi si arriva a dei prati che costeggiano delle baite.

La salita al villaggio è breve ma molto suggestiva con una bella vista sul Testa Grigia.

Il borgo di Cunéaz (2042 m) è posto sul pendio soprastante il fondo del vallone omonimo tra boschi e pascoli lussureggianti. Le decine di baite e antichi rascard ristrutturati sono adibiti a villeggiatura sia per il periodo estivo sia per quello invernale. Nel villaggio si trova, anche, l'Affittacamere e ristorante L'Aroula.

Ammirato il piccolo paesino si ridiscende per la stessa strada fino al bivio che indicava anche il sentiero per il villaggio Walser Frantze. Per raggiungerlo bastano una decina di minuti, ma una volta arrivati ci si può immergere in una bellissima atmosfera antica grazie ai bellissimi rascard del piccolissimo borgo e alla Residenza Turistico Alberghiera e ristorante Frantze Le Rascard 1721.

Da qui si gira a destra e si risale lungo un grande pendio erboso fino a raggiungere il villaggio del Crest (già visibile da Frantze) dove si trova il Rifugio Vieux Crest. Da qui, pochi minuti in salita, si raggiungono la stazione di arrivo della telecabina proveniente da Champoluc (utilizzabile qualora ci si voglia portare già in quota e visitare tutti i villaggi direttamente dal Crest) e vari ristoranti e strutture ricettive.

Attraversato il vecchio borgo Walser del Crest, appena sopra le ultime baite, sulla destra si trovano le indicazioni per i Rifugi Ferraro e Guide di Frachey (segnavia n. 13B) posti in località Résy, meta finale dell'itinerario.

Il sentiero costeggia alcune baite e si addentra nel bosco fino a sbucare su un'ampia poderale che conduce in circa 30 minuti al villaggio Walser di Soussun (1949m) dove è presente anche l'albergo/ristorante Stadel Soussun.

Da qui si risale (sempre seguendo il sentiero n. 13B), lungo la poderale, sino all'arrivo del trenino a cremagliera proveniente da Frachey.

Al primo tornante sottostante, si svolta a destra e si seguono le indicazioni per il Rifugio Guide di Frachey (13B), raggiungendo la località di Résy (2072 m) dopo circa 30 minuti di salita.

Dal Crest il tempo di percorrenza totale fino a Résy è di circa 2h45.

Il percorso può essere effettuato anche al contrario partendo dalla chiesa di Saint-Jacques prendendo il sentiero n. 9 in direzione Résy e seguendo a ritroso le indicazioni.

Mascognaz

Segnavia 14/14C - in alternativa tramite poderale - Segnavia 14B

Tempo 50'/1h

Dislivello: 260 m

Cascate di Mascognaz

Segnavia 14D

Tempo 15'

E – escursionistico

Dislivello: 50 m



Hotellerie de Mascognaz



Mascognaz (1822 m) è un piccolo borgo strutturato a livello architettonico e compositivo come i tipici villaggi walser; è infatti costituito da baite ed antichi rascard (strutture in legno con alla base grandi “funghi” di pietra che tenevano lontani i topi dalle granaglie), una cappella, un abbeveratoio e qualche stretta stradina.

Ad oggi ha avuto un ampio sviluppo turistico e urbanistico con la costruzione di una Hotellerie e di alcune abitazioni a disposizione per i turisti.

Il villaggio Walser di Mascognaz e le omonime cascate si raggiungono partendo da Champoluc dietro all'Ufficio del Turismo. Si risale la strada asfaltata che costeggia il torrente Mascogna fino a raggiungere un ponticello in legno. Svoltando a sinistra si raggiungono le cascate in circa 15 minuti, attraversando, invece, il ponte e salendo sulla destra si arriva in circa 1 ora di cammino all'abitato di Mascognaz (ignorare, a 100 metri dal ponte, il segnavia 15 e più in alto il 14B (a destra) che conducono invece a Amponey e Periasc).

Questo itinerario può anche essere effettuato partendo dalla località di Amponey.

Dal parcheggio davanti ai Vigili del fuoco di Champoluc (distante circa 1,5 km dal centro) si risale nel bosco attraverso la strada poderale (segnavia n. 14B) ed in circa 1h di cammino si giunge al villaggio di Mascognaz.

Da Mascognaz si possono raggiungere anche i Laghi Palasinaz, il lago Perrin e i laghi e Colle Pinter (quest'ultimo itinerario è comunque da valutare in quanto si transita su pietraia ed il terreno potrebbe essere franoso in caso di pioggia).

Champoluc - Mascognaz – Frantze – Crest

Segnavia 14/14C -13A

Tempo 1h50

E – escursionistico

Dislivello: 200 m



Hotellerie de Mascognaz/Frantze Le Rascard/Rifugio Vieux Crest/Tavola Calda Vieux Crest/Cré Forné/Edelweiss



Questo itinerario parte dall'Ufficio del Turismo di Champoluc dove si trova il segnavia n. 14/14C che conduce al villaggio Walser di Mascognaz.

Si risale la strada asfaltata che costeggia il torrente Mascogna fino a raggiungere un ponticello in legno.

Attraversato il ponte si continua a salire seguendo il sentiero nel bosco durante il quale si incontrano tre cappelle votive.

Un grande prato appena sotto il borgo preannuncia l'arrivo ai rascard di Mascognaz.

Arrivati nella piazzetta principale dell'abitato, accanto all'abbeveratoio una grossa scritta sul muro di una delle case indica con una freccia la direzione per il Crest (1935m).

Si discende di pochi passi verso il torrente e si attraversa il ponte in legno. A questo punto si vede una traccia di sentiero a mezza costa nei prati passando dietro le case e ci si immette nel bosco (segnavia n. 13A).

Dopo circa 30 minuti si esce dal bosco e si attraversa un ponte dopo il quale si trovano delle indicazioni su pannelli in legno che segnalano il villaggio di Frantze (a sinistra) e quello di Cunéaz (a destra).

In poco più di 10 minuti di discesa si giunge al villaggio di Frantze (1888 m) dove si trovano diversi rascard Walser ristrutturati e un piccolo auberge charmant.

Lasciandosi il villaggio alle spalle si risale, quindi, il sentiero in mezzo ai prati che in circa 10 minuti conduce al villaggio del Crest, piccolo abitato con grandi case e ampi spioventi tra cui si snodano strette viuzze.

Il percorso può essere effettuato anche in senso contrario partendo da dietro la chiesa parrocchiale e risalendo in direzione del Crest.

Amponey (laghetto pesca sportiva) – Mascognaz

Segnavia 14B

Tempo 1h

E – escursionistico

Dislivello: 282 m



Hotellerie de Mascognaz



Itinerario che parte dal grande prato di Amponey in corrispondenza dei segnavia che indicano la poderale per Mascognaz.

Il percorso collega il villaggio di Mascognaz (salendo) e poco più avanti il laghetto della pesca sportiva (in discesa verso Periasc).

L'escursione si snoda interamente nel bosco e si collega con il sentiero proveniente da Champoluc all'altezza di una cappella votiva.

In seguito l'itinerario prosegue fino ad un'altra piccola cappelletta posta nei grandi prati antistanti l'abitato di Mascognaz.

Champoluc – Amponey – Periasc

Segnavia 14 – 15

Tempo 1h10

T – turistico

Dislivello: 57 m



Per coloro che vogliono godersi la natura e assaporare il profumo dei boschi e dei prati la passeggiata da Champoluc a Periasc è l'ideale.

Durante il percorso si costeggiano alcuni piccoli abitati molto caratteristici e i passi vengono accompagnati dallo scorrere dell'Evançon, il corso d'acqua che attraversa tutta la Valle d'Ayas.

Il percorso parte dall'Ufficio del Turismo, dove si percorre la strada asfaltata lungo il torrente Mascogna (stesso itinerario per raggiungere il villaggio Walser di Mascognaz), arrivati al ponticello di legno si segue il sentiero 14/14C.

A circa 100 metri dal ponticello sulla destra è indicato su una roccia a terra il segnavia n. 15 che indica il percorso per Amponey e Periasc.

La passeggiata, di circa 1 ora, si snoda tra lievi sali-scendi e dopo aver superato il laghetto attrezzato anche per la pesca sportiva prosegue lungo l'Evançon. A distanza si possono ammirare, da un'altra prospettiva, la frazione di Pilaz e gli abitati costruiti nella parte più alta della montagna come Antagnod.

Bosco di Pracharbon – Periasc – Champoluc - Le Frachey – St-Jacques

Segnavia n. 15 poi 1B

Tempo 3h30

T – turistico

Dislivello: 190 m



Vari ristoranti e bar in Champoluc/Le Frachey/Saint-Jacques



Il Bosco di Pracharbon è la “porta principale” da cui si accede ad Ayas.

L’itinerario parte dal bellissimo bosco caratterizzato da alberi secolari e da un’atmosfera suggestiva, più precisamente dallo spiazzo dove si trova la cappelletta di Pracharbon.

Si scende nel bosco arrivando nei pressi della cava estrattiva e si costeggia il torrente. Si passa sotto al ponte della regionale e si prosegue lungo l’ampia strada sterrata a lato del corso d’acqua fino a Periasc.

Da qui si attraversa la regionale e ci si sposta sul lato opposto del torrente Evançon proseguendo tra prati e tratti di bosco con lievi sali e scendi.

Giunti alla fine dell’ultimo piccolo tratto di salita il sentiero si ricongiunge con quello che sale verso Mascognaz.

Si prosegue fino alle cascate omonime e si scende sulla sinistra fino ad arrivare nei pressi dell’Ufficio del Turismo.

Da qui si attraversa la piazza di Champoluc e ci si dirige a sinistra verso l’Ufficio delle Guide Alpine dietro il quale si trova la strada pedonale che costeggiando l’Evançon, in breve, conduce all’area verde e al bosco di Pian Villy.

Si cammina tra gli alberi del bosco in una passeggiata piacevole e rilassante fino alla frazione Le Frachey. Da qui costeggiando, sempre, il torrente si arriva a Saint-Jacques in circa 15 minuti.

Alpe Boussolaz

Segnavia 16 (da Le Cornu) – 16A (da Corbet) - 16B (da Periasc)

Tempo 2h

E – escursionistico

Dislivello: 650 m

L'Alpe Boussolaz o Boutsola (2184 m) è un bellissimo alpeggio posto a 2184 metri raggiungibile da diversi punti: da Corbet (segnavia 16A), da Periasc (segnavia n. 16B) o dalla frazione di Le Cornu (segnavia n. 16). I due sentieri che provengono da Periasc e Corbet, ad un certo punto, si intersecano entrambi con il sentiero n. 16 proveniente da Le Cornu.

Il sentiero percorre i boschi di Cornu e Maseruel fino a sbucare in un ampio prato con alcuni ruderi.

Dall'Alpe Boussolaz è possibile ammirare Punta Ruines e la zona di Lignod e Corbet dall'alto.

Da Corbet: ai margini dell'abitato di Corbet nei pressi delle ultime case che si incontrano prima di intraprendere il tratto di strada regionale che conduce a Extrepièraz si trova la palina segnavia n. 16A.

Si comincia a salire nel bosco lungo con ampi tornanti fino ad incrociare un altro sentiero piuttosto largo (il n. 16) che è quello proveniente da Le Cornu. Si sale ancora lungo una strada agevole fino a uno spiazzo tra gli alberi.

Da qui il sentiero si fa più ripido e sale deciso fino ad incontrare una piccola pietraia. Si prosegue ancora fino ad incontrare l'altro sentiero (n. 16B) proveniente da Periasc.

La via da seguire è sempre e comunque quella marcata dal segnavia n. 16. Si svolta a destra e si continua la salita che a zig zag conduce tra massi e arbusti di rododendro, paesaggio che preannuncia l'arrivo al grande prato dell'Alpe Boussolaz.

Da Periasc: dal parcheggio dello sci di fondo si attraversa la strada regionale e ci si incammina in direzione di Champoluc verso il sentiero n. 15.

Appena intrapresa la prima piccola rampa per portarsi sul sentiero si incontrano le paline segnavia che indicano Champoluc (dritto) e l'Alpe Boussolaz (a destra – segnavia n. 13B).

Si sale inizialmente lungo una poderale sterrata fino a raggiungere una centralina in pietra. Da qui si svolta a destra dove inizia il sentiero nel bosco che sale piuttosto ripidi per tutto il percorso.

Quasi all'arrivo all'Alpe la numerazione del segnavia cambia e diventa la n. 16. Il percorso è quello corretto, pertanto si prosegue in salita nel bosco per ancora circa -20-25 minuti fino a raggiungere i prati dell'Alpe.

Da Cornu: l'escursione parte dalla strada regionale proprio nei pressi delle case di Le Cornu in direzione di Champoluc.

Il sentiero mantiene la numerazione n. 16 dall'inizio alla fine e percorre un primo tratto lungo i muretti a secco e i prati per poi addentrarsi nel bosco, dapprima con un ampio sentiero, in seguito (dopo un piccolo pianoro tra gli alberi) con un itinerario più ripido fino all'Alpe Boussolaz.

Antagnod – Barmasc

Segnavia 105

Tempo 30'

T – turistico

Dislivello: 188 m



Le Solitaire/La Maison du Braconnier



Questo itinerario è un facile percorso che può essere considerato come gita a sé, oppure come diverso punto di partenza per le numerose escursioni che partono da Barmasc o ancora come inizio (o completamento) di quello che collega gli abitati di Barmasc, Antagnod, Pilaz e Champoluc.

Il sentiero parte dal cancello del Municipio di Ayas (Ville Rivetti) raggiungibile dalla strada che costeggia il sagrato della chiesa di Antagnod.

I cartelli gialli indicano la salita lungo una mulattiera costeggiando i campi da tennis e il parco delle Ville Rivetti.

Il percorso è nel bosco nel primo tratto fino a raggiungere poi una radura dove si trovano un oratorio a destra e una croce a sinistra (Croix de Goil).

La mulattiera, di moderata pendenza, prosegue fino alla frazione Goil. Si prosegue sempre in salita incontrando, a sinistra, il giardino del Ristorante Le Solitaire.

Si procede ancora di qualche centinaio di metri fino a raggiungere la strada asfaltata e il grande parcheggio di Barmasc.

Antagnod – Pilaz – Champoluc

Segnavia 105

T – turistico

Dislivello: 150 m



Vari ristoranti in Champoluc



Itinerario semplice che mette in comunicazioni le diverse frazioni è percorribile partendo dal sentiero che si prende tra le case di Antagnod, tra il Ristorante Krammortal e il negozio di articoli sportivi.

Il sentiero non è visibile sulla strada ma bisogna affacciarsi e scendere tra le strette stradine che attraversano i rascard.

Una volta passati in mezzo all'abitato il sentiero procede in mezzo ai pascoli fino ad entrare nel bosco dove si incontra, sulla sinistra, un vecchio mulino.

Si prosegue agevolmente fino ad arrivare alla frazione di Pilaz.

Qui si giunge alla strada asfaltata che attraversa il piccolo hameau fino a raggiungere quasi la strada regionale.

Proseguire dritto passando davanti ad alcune stalle (prestare attenzione ai cani che spesso sono lasciati liberi; per ovviare al problema si può percorrere un tratto di regionale e riprendere il sentiero poco più avanti salendo, facilmente, dai prati) costeggiando la regionale e dirigersi verso la Cappella di Salus.

Il sentiero è ampio e ben evidente e in pochi minuti si arriva nuovamente alla regionale. La si attraversa e si arriva dal lato ove scorre il torrente Evançon.

Ora l'itinerario diventa completamente pianeggiante e passa accanto al recinto adibito all'allevamento di alcuni Alpaca.

Dal grande prato, dove d'inverno viene battuta la pista da sci di fondo) è possibile ammirare il Monte Zerbion.

Si prosegue per una decina di minuti seguendo il sentiero tracciato e tenendosi sulla destra arrivando ad una stradina asfaltata che si snoda tra le case di villeggiatura.

Ancora pochi minuti e si arriva a Champoluc nei pressi dell'Ufficio del Turismo e della chiesa parrocchiale di Sant'Anna.

Frachey – La Mandria

Segnavia TMR

Tempo 1h

E – escursionistico

Dislivello: 657 M



La Grange/Campo Base/Lo Restignon

Appena dopo il parcheggio della cremagliera di Le Frachey il sentiero parte dalla salita che porta a località Crocetta.

Si sale fino alla località Ciarcerio e all'arrivo della funicolare si può seguire la strada sterrata o il sentiero fino a La Mandria dove si trova il ristorante Campo Base.

Pilaz – Eriu – Magneaz

Nessun segnavia ma sentiero tracciato

Tempo 50'

E – escursionistico

Dislivello: 160 m



Percorso di collegamento tra le varie frazioni, questo itinerario parte dall'abitato di Pilaz e risale la strada asfaltata che attraversa il paesino.

Appena sopra le case si ignora il segnavia 105 che sale con sentiero sulla sinistra e si procede fino ad incontrare il cartello Eriu. Poche centinaia di metri ancora sul percorso asfaltato lasciano poi lo spazio all'inizio di una bella poderale che dolcemente risale i prati, spianando solo per pochi tratti.

Dall'alto si possono ammirare la chiesetta di Salus e l'abitato di Pilaz, nonché il grande prato battuto con piste da sci di Varasc e il collegamento con Périasc.

Dopo circa 20 minuti dall'inizio della poderale, il percorso fa una leggera discesa nei pressi di una casa in costruzione per poi risalire in maniera decisa nel tratto che in breve porterà alle abitazioni di Magnéaz.

Terminato il ripido sentiero si giunge a una strada asfaltata che viene usata come strada per raggiungere il villaggio di Magnéaz desot.

A questo punto si può proseguire tra le case ritrovandosi sulla strada regionale.

L'itinerario si può allungare partendo anche dalla Piazza di Champoluc seguendo in parte il sentiero 105 fino a Pilaz.

Vallone di Tzère – Sentiero Frassati

Segnavia n. SENTIERO FRASSATI - segnavia n. 6 poi TMR poi 9

Tempo 5h30

E – escursionistico

Dislivello: 900 m



Fior di Roccia/Lago Bleu Fiéry

Il Sentiero Pier Giorgio Frassati è un percorso devozionale in memoria del giovane proclamato Beato nel 1990 da Papa Giovanni Paolo II, che si può percorrere in circa 5h30 e che si estende da Saint-Jacques a Fiéry e all'Alpe Varda, dal Piand i Tzère al Pian di Verra Inferiore e quindi a Résy con rientro su Saint-Jacques.

Il progetto del Sentiero è stato presentato solo recentemente, nel 2009.

Il percorso parte da Saint-Jacques e segue il sentiero nel bosco fino a Fiéry dove si transita tra le case fino ad attraversare il torrente.

L'itinerario prosegue con una pendenza più accentuata fino all'inizio del Vallone delle Cime Bianche (formazioni calcaree abbastanza rare nella nostra Regione) fino all'Alpe Vardaz.

Al pianoro si imbecca un sentiero, sulla destra, che scende verso il Pian di Tzère.

Una volta al Piano si prosegue verso sinistra, si attraversa un torrente per poi costeggiarlo scendendo un tratto più ripido che porta a un "belvedere" da cui poter ammirare Champoluc.

L'itinerario prosegue a sinistra in direzione dei Piani di Verra fino a raggiungere il sentiero che porta verso un ponticello e quindi alla poderale che riscende verso Saint – Jacques.

Pochi minuti di cammino e si trovano le indicazioni per Résy e i Rifugi Ferraro e Guide di Frachey.

Con brevi tratti di salita alternati a zone più dolci il percorso porta al villaggio di Résy.

Da qui il sentiero da seguire è il n. 9 che riporta in breve a Saint-Jacques