

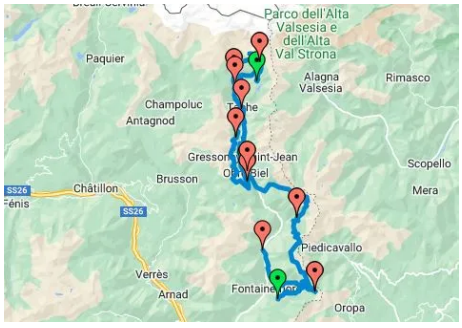
SPRING & AUTUMN SUMMER

stile :	Autoguidato Viaggi a Piedi
difficoltà :	
durata :	8 giorni
periodo:	Giu Lug Ago Set
codice:	ITSW430

Sentiero del Lys, verso il Monte Rosa - Italy

Sentiero del Lys, verso il Monte Rosa

8 giorni, PREZZO DA *€ 1284*



La Valle del Lys - chiamata così per il fiume che la percorre - è la più lunga della Val d'Aosta.

Percorrerla verso nord significa scoprire **luoghi incantati e villaggi antichissimi nella splendida cornice del Monte Rosa**: dai terrazzamenti di Fontainemore alla Riserva Naturale del Monte Mars - qui tutto parla di natura selvaggia e dell'influenza dei **Walser**, una popolazione di origine germanica giunta in questa zona più di otto secoli fa.

E' un tour bellissimo, **perfetto per scoprire l'anima del Monte Rosa e per chi ama e conosce la montagna**.

Itinerario

Giorno 1 Arrivo a Fontainemore

La partenza di questa avventura è a Fontainemore, a breve distanza da Pont Saint Martin (quest'ultima è raggiungibile con la ferrovia – su richiesta un transfer può portarvi da lì al primo alloggio). Già al vostro arrivo in **agriturismo** potrete apprezzare **l'aria frizzantina** della Valle del Lys, passeggiando ne boschi attorno la struttura. Non perdetevi il formaggio caprino prodotto in loco.

Giorno 2 Da Fontainemore a La Barma 8,5 km

Dopo una bella colazione, il cammino inizia con il sentiero che vi porta alla **montagna del Mars**, spartiacque fra il Piemonte e Valle D'Aosta. Il percorso attraversa foreste e campi, prima di immergersi in un paesaggio più selvaggio di **laghi alpini** incastonati fra **picchi lucenti**. Cercate di intravedere il rifugio nella vallata di granito! Se una volta giunti al rifugio siete curiosi di esplorare maggiormente la zona, chi vi ospita saprà consigliarvi tutte le migliori opzioni possibili.

NOTA IMPORTANTE: Portatevi un ricambio di abiti comodi e il necessario per la notte a La Barma, dato che il trasporto bagagli oggi non è possibile, ritroverete il vostro bagaglio il giorno successvo nel prossimo alloggio.

Distanza: 8,5 km

Dislivello: +939 / -280 m

Giorno 3 Da La Barma a La Gruba, 16,5 km

Se il tramonto è magia, l'alba vista da quest'altezza è uno spettacolo ancora ancora più prodigioso. Se vi siete svegliati così presto, sarete pronti per camminare per il percorso montagnoso che attraversa il **Colle della Vecchia**: è un tratto non agile per cui preparatevi ad affrontare molti dislivelli. Tuttavia, se volete prendervela comoda, c'è una opzione più agevole ma ugualmente piacevole che discendendo vi porta ad Issime attraverso vari villaggi. Da Issime un breve transfer vi condurrà alla struttura dove pernotterete, a la Gruba.

Distanza: 16,5 km

Dislivello: +1138 / -1556 m

Giorno 4 Da La Gruba a Cialvrina, 14 km

Oggi vi aspetta il Vallone del Loo, in una tratta punteggiata dalle piccole casupole in pietra nate per ospitare animali, in parte restaurate come alloggio per camminatori. In una atmosfera ammantata di pace e tranquillità scenderete verso la valle di Grassoney, per poi scollinare dall'altro lato (con transfer opzionale se richiesto) fino a Cialvrina. Qui potrete godervi **viste mozzafiato** sull'imponente **Monte Rosa**, così chiamato per la particolare sfumatura della sua componente granitica.

Distanza: 14 km

Dislivello: +1149/ -1038 m

Giorno 5 Da Cialvrina ad Alpenzu, 11 km

Questa è proprio "**la tappa del Monte Rosa**", in quanto questa montagna ci guiderà come la stella polare. Attraverserete alpeggi dove pecore e mucche pascolano placidamente. La cultura e le **tradizioni Walser** sono una caratteristica tipica di quest'area. Si tratta di una antica popolazione nomadica di origine germanica stanziatasi qui nel medioevo grazie alla loro abilità nell'allevamento. Il Rifugio Alpenzu, dove pernotterete, è uno degli esempi migliori della loro architettura tipica. Chiedete di visitare il loro tradizionale forno a legna "sociale"!

NOTA IMPORTANTE: Portatevi un ricambio di abiti comodi e il necessario per la notte ad Alpenzu, dato che il trasporto bagagli oggi non è possibile, ritroverete il vostro bagaglio il giorno successvo nel prossimo alloggio.

Distanza: 11 km

Dislivello: +792/ -617 m

Giorno 6 Da Alpenzu a Orestes, 14,5 km

La tappa di oggi ha una difficoltà più moderata: raggiungerete il **rifugio Orestes** a circa 2600 metri di altitudine. Avete due opzioni: potete prendere la cabinovia fino Gabiet e camminare per circa un'ora e mezzo fino al rifugio, oppure seguire l'intero percorso senza accorciare con la cabinovia. Nel rifugio potrete assaggiare cibo saporito, ma solo vegetariano e vegano.

NOTA IMPORTANTE: anche oggi non è incluso il trasporto bagaglio, per cui portatevi il ricambio e il necessario per la notte.

Distanza: 14,5 km

Dislivello: +1400/ -600 m

Giorno 7 Da Orestes ad Anderbatt, 12 km

Oggi raggiungerete le pendici del "gigante rosa": qui gli alpinisti iniziano la loro ascesa alla famosa Capanna Margherita, o alla famosa cresta del Lyskamm. Voi invece camminerete fino al Colle Salza (2800m) per poi scendere verso Staffal/Anderbatt nella valle del Lys, un ottimo punto per **maestose vedute sul ghiacciaio**. I camminatori più in gamba possono anche raggiungere "**Alta Luce**", un punto panoramico a 3200, per una prospettiva ancora migliore.

Distanza: 12 km

Dislivello: +700/ -1500 m

Giorno 8 Arrivederci Monte Rosa!

I nostri servizi terminano dopo la colazione, almeno che non abbiate prenotato servizi extra o notti aggiuntive. Per tornare al punto di partenza di Fontainemore, potete prendere un bus (o un transfer aggiuntivo)

Informazioni pratiche

Tracce GPS disponibili su richiesta. Ti forniremo comunque accesso alla nostra APP personalizzata di autonavigazione, utilizzabile anche offline

Incluso

La quota comprende

- 7 pernottamenti in camera doppia con bagno in comune in rifugi,B&B e agriturismi con prima colazione, pranzo al sacco e cena
- trasporto bagagli (tratte Fontainemore-Gruba, Gruba-Cialvrina, Cialvrina-Anderbatt)
- transfer da Fontainemore all'agriturismo Le Soleil
- Descrizioni dettagliate del percorso in formato digitale, mappe, tracce GPS e App
- assicurazione medico-bagaglio
- supporto telefonico 24h su 24

La quota non comprende

- viaggio per raggiungere le località di arrivo e partenza
- i pranzi e le cene, salvo dove diversamente indicato.
- le visite e gli ingressi - le mance
- gli extra di carattere personale
- eventuali tasse di soggiorno
- tutto quanto non specificato sotto la voce “la quota comprende”

Servizi aggiuntivi

Si possono richiedere oltre ai servizi compresi nella quota

- supplemento camera singola
- assicurazione annullamento
- eventuali transfer per arrivare alla località di partenza o per ritornare dal punto di arrivo, che potranno essere quotati su richiesta
- documentazione di viaggio cartacea (descrizione del percorso e mappe), spedita al primo hotel