

Passeggiate

Randonnées

Italia **Vallée d'Aoste**
Valle d'Aosta



Lago Vargno Lac Vargno

1

Bella passeggiata molto panoramica all'interno della riserva naturale del Mont Mars. Si sale da Fontainemore, nella Valle di Gressoney, verso Coumarial e si lascia l'auto a Plan dou Coumarial. Imboccare la strada sterrata, anche conosciuta come percorso natura, e seguirla fino ad immettersi in quella proveniente da Pillaz. Da qui si prosegue (segnavia 2) salendo fino a raggiungere il Lago Vargno.

>	Fontainemore Plan Coumarial	1475 m		-66 m +281 m	T	
<	Lago Vargno	1690 m		1h45'		2

Une belle promenade panoramique au cœur de la réserve naturelle du Mont Mars. Départ en montant de Fontainemore, dans la vallée de Gressoney, vers Coumarial. Puis vous pouvez garer votre véhicule à Plan dou Coumarial. Prenez le chemin de terre – connu sous le nom de « sentier nature » – et suivez-le jusqu'au sentier provenant de Pillaz. Suivez le balisage 2 en montant jusqu'au lac Vargno.

Issime - Gaby

2

Questo itinerario della Valle di Gressoney, per lo più pianeggiante, si snoda in parte su strada sterrata e in parte su asfalto. Partendo dalla chiesa di Issime si toccano i caratteristici villaggi di Rickard e di Tzendelabò. Su strada pedonale si prosegue poi fino a raggiungere l'abitato di Gaby (segnavia GSW – Grande Sentiero Walser). Possibilità di sosta nell'area attrezzata in località Rickard e nell'area ludico-sportiva di Tzendelabò.

>	Issime	953 m		103m	T	
<	Gaby	1056 m		1h20'		GSW

Cet itinéraire de la Vallée de Gressoney, plutôt plat, alterne les chemins de terre et les routes goudronnées. Départ de l'église d'Issime, le parcours passe ensuite par les pittoresques villages de Rickard et de Tzendelabò pour arriver enfin au village de Gaby (balise GSW – « Grand Sentier Walser »). Possibilité de garer votre véhicule dans la zone prévue à cet effet, dans le hameau Rickard, et dans l'aire ludique et sportive de Tzendelabò.

Sentiero dell'ecomuseo (Passeggiata della Regina e del Lys) Sentier de l'ecomusée (Promenade de la Reine et du Lys)

3

L'itinerario si sviluppa nel fondovalle dei due Gressoney, toccando molti dei villaggi più caratteristici dell'architettura Walser. Il sentiero parte dal piazzale del Castello Savoia di Gressoney-Saint-Jean, con un andamento a mezza costa che regala diversi punti panoramici sull'abitato. Dopo aver superato il lago Gover si raggiunge la frazione Tschemenoa, dove si attraversa il Lys e, passando tra un villaggio e l'altro, si giunge alla piazza di Gressoney-La-Trinité. Il percorso prosegue poi toccando i villaggi di Orsio, Baette Biel fino e Staffal. È possibile interrompere la passeggiata in diversi punti e rientrare tramite i mezzi pubblici.

>	Gressoney-St-Jean Castel Savoia	1404 m		416 m	T/E	
<	Staffal	1820 m		4h30'		14 15

L'itinéraire se déroule sur le fond de la vallée des deux Gressoney et permet de s'approcher des villages représentant le mieux l'architecture de type Walser. Le sentier démarre de la place du Château Savoie de Gressoney-Saint-Jean, avec une promenade à flanc de coteau offrant plusieurs vues panoramiques sur le centre habité. Après le lac Gover, vous tomberez sur le hameau Tschemenoa, où vous traverserez le Lys, passant ainsi d'un village à l'autre avant d'atteindre la place de Gressoney-La-Trinité. Le chemin mène ensuite aux villages d'Orsio, Baette Biel et Staffal. Vous pouvez interrompre la promenade à plusieurs endroits et emprunter les moyens de transport publics pour revenir au point de départ.

Il Santuario di Machaby Le Sanctuaire de Machaby

4

Dalla Frazione Moulin de Va, sulla collina di Arnad, si imbecca la strada selciata, che sale tra castagni secolari, per raggiungere, il Santuario di Machaby (XV sec.) ed il pianoro che ospita il villaggio omonimo: punto molto panoramico sulla bassa Valle d'Aosta. E' possibile continuare lungo la strada militare verso il Colle di Cou, lungo un percorso storico alla scoperta di ruderi e resti di fortificazioni militari risalenti al XIX secolo.

>	Arnad Fraz. Moulin de Va	603 m		120 m	T
<	Machaby	723 m		25'	

Départ du hameau de Moulin de Va d'Arnad, prendre la route pavée qui monte au milieu d'une forêt de châtaigniers séculaires et atteint le sanctuaire de Machaby (XV siècle) ainsi que le plateau qui accueille le village du même nom : point panoramique sur la basse Vallée d'Aoste. Il est possible de continuer par la route militaire qui mène au col de Cou, le long d'un parcours historique à la découverte des ruines d'anciennes fortifications militaires remontant au XIX siècle.

Alpe Salomon

5

Da Brusson, dove si lascia l'auto, salire a piedi sulla strada asfaltata prendendo la deviazione per Estoul-Palasinaz, sino a trovare a sinistra, dopo circa 500 m, un cartello con segnavia 2 "fonte ferruginosa". Il percorso prevalentemente su strada asfaltata e a tratti su sterrata e sentiero, sale tra prati e boschi per raggiungere infine l'Alpe Salomon da dove si gode di una bella vista panoramica sul paese e sul Col de Joux.

>	Brusson	1332 m		365 m	E
<	Alpe Salomon	1697 m		1h20'	2

Gardez votre véhicule à Brusson puis montez à pied sur la route goudronnée en prenant la déviation pour Estoul-Palasinaz. Vous y trouverez, à environ 500 m à gauche, un panneau de balise 2 « fonte ferruginosa » (« source d'eau ferrugineuse »). Le parcours se fait surtout sur route goudronnée et, par endroits, sur chemin de terre et sentier ; vous monterez parmi les prés et les bois pour rejoindre l'Alpe Salomon, offrant une belle vue panoramique qui donne sur le village et sur le Col de Joux.

Extrepierez, Rû Courtod

6

Dal parcheggio sul piazzale del Col de Joux, raggiungibile salendo da Saint-Vincent o da Brusson, si imbecca il sentiero che sale brevemente sino a raggiungere la strada sterrata pianeggiante. Svoltare a destra e seguirla (segnavia 1) fino ad un bivio che, sempre sulla destra, scende su sentiero fino alla località Extrepierez.

>	Saint-Vincent Col de Joux	1638 m		-265 m	T/E
<	Extrepierez (Brusson)	1373 m		1h	1

À partir du parking situé au Col de Joux – que l'on atteint en montant de Saint-Vincent ou de Brusson –, prenez le sentier qui monte brièvement jusqu'à un chemin de terre plat. Tournez à droite et suivez la balise 1 jusqu'à un croisement qui, toujours sur la droite, descend par un sentier menant au hameau Extrepierez.

Rû Courtod

7

Bella passeggiata pianeggiante che alterna ampi scorci panoramici sul massiccio del Monte Rosa a tratti nel bosco di abeti lungo uno dei più antichi "Rû" (canali irrigui) della regione. Dalla frazione Barmasc di Ayas prendere il largo sentiero n°105 che si stacca al margine del parcheggio e seguirlo fino ad incrociare il Rû Courtod a quota 1970 m circa. Seguire quindi, verso destra, il sentiero pianeggiante n°5 che costeggia il canale fino a raggiungere la località Metznan.

>	Ayas Loc. Barmasc	2000 m		36 m	T	
<	Loc. Metznan	2036 m		1h30'		105 5

Une belle promenade sur terrain plat qui longe un des plus longs "Rû" (canaux d'irrigation) de la région et offre une magnifique vue sur le massif du Mont-Rose. Depuis le hameau de Barmasc d'Ayas prendre le large sentier n°105 qui part au bout du parking et continuer jusqu'à croiser le Rû Courtod à 1970 m d'altitude environ. Ensuite, suivre sur la droite le sentier n°5 qui côtoie le canal jusqu'au lieu-dit Metznan.

Col de Joux

8

Da Saint-Vincent salire in auto lungo la strada regionale della collina verso il Col de Joux. Raggiunta la Cappella dei partigiani, subito dopo l'abitato di Amay, imboccare nei pressi del piccolo parcheggio la strada sterrata sulla sinistra che si addentra nel bosco fino al bivio in località Plan de la Barma. Girare a destra sulla stradina con segnavia n°12, che raggiunge il Col de Joux, da dove si gode di uno splendido panorama sulla Valle centrale e su quella di Ayas.

>	Saint-Vincent Cappella dei Partigiani	1500 m		139 m	T	
<	Col de Joux	1639 m		1h30'		12

De Saint-Vincent, montez en voiture en empruntant la route régionale menant au Col de Joux. Après la chapelle des partisans, juste après le centre habité d'Amay, prenez le chemin de terre sur la gauche – près du petit parking – qui se dirige vers la forêt, jusqu'au croisement situé dans le hameau Plan de la Barma. Tournez à droite sur la petite route marquée par la balise n° 12, qui mène au Col de Joux, offrant un splendide panorama sur la vallée centrale et sur celle d'Ayas.

La Magdeleine - Chamois

9

Itinerario che si snoda tra boschi di conifere lungo il percorso del Rû Veullen. Oltrepassato il capoluogo di La Magdeleine, in frazione Vieu imboccare la strada sulla sinistra, raggiungere il primo tornante verso destra, in corrispondenza del quale si stacca sulla sinistra il sentiero n°107, oppure proseguire oltre il tornante e imboccare la strada sterrata sulla sinistra adatta anche ai passeggini. Il percorso quasi interamente pianeggiante raggiunge Chamois, incantevole paesino raggiungibile esclusivamente in funivia. Parcheggi lungo la strada a pagamento.

>	La Magdeleine Loc. Veullen	1741 m		71 m	T	
<	Chamois	1812 m		1h10'		107

Itinéraire passant entre les forêts de conifères, le long du parcours du Rû Veullen. Après le chef-lieu de La Magdeleine, dans le hameau de Vieu prendre la route sur la gauche, atteindre le premier virage vers la droite, là part sur la gauche le sentier n. 107 ou en continuant après le virage on prend sur la gauche le chemin de terre adapté aussi aux poussettes. Le parcours presque plat mène à Chamois, merveilleux petit village accessible uniquement par téléphérique. Parkings payants le long de la route.

Valnontey - Vermiana

34



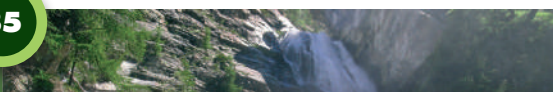
Dalla frazione Valnontey di Cogne, dove si può visitare il giardino botanico «Paradisia», parte il sentiero che, completamente pianeggiante, percorre il fondovalle costeggiando il torrente fino a raggiungere la piccola frazione di Vermiana. Da qui è ancora possibile proseguire sempre sul fondovalle e raggiungere, in circa 1h20, il pianoro dove sorgono le sorgenti dell'Erfaulets. Il paesaggio è molto suggestivo incorniciato dalle montagne con lo sfondo del massiccio del Gran Paradiso. In primavera è molto facile avvistare camosci e stambecchi che scendono a valle in cerca di erba fresca.

>	Cogne Valnontey	1670 m		65 m	T	
<	Loc. Vermiana	1735 m		1h		22

Du hameau Valnontey de Cogne, où vous pouvez visiter le jardin botanique « Paradisia », démarre le sentier totalement plat qui se déroule dans le fond de la vallée et longe le torrent jusqu'au petit hameau de Vermiana. De là, vous pouvez continuer et gagner, en 1h20 environ, le plateau où naissent les sources de l'Erfaulet. Les montagnes sont le cadre de ce paysage très pittoresque qui a pour fond le massif du Grand Paradis. Au printemps, vous verrez probablement des chamois et des bouquetins qui descendent dans la vallée pour se nourrir d'herbe fraîche.

Giro delle Cascate di Lillaz Tour des cascades de Lillaz

35



Dalla frazione Lillaz di Cogne parte il sentiero, sulla sinistra orografica del torrente Urtier, che attraversa un piccolo parco geologico prima di salire lungo le suggestive e spettacolari cascate formate da tre salti d'acqua per complessivi 150 metri di altezza. Oltrepassa poi il torrente su di un panoramico ponte per ridiscendere sul lato opposto (destra orografica) rientrando a Lillaz.

>	Cogne Fraz. Lillaz	1611 m		190m	T	
<	Fraz. Lillaz	1611 m		40'		12 13

Le sentier démarre du hameau Lillaz de Cogne, sur la rive gauche du torrent Urtier, qui traverse un petit parc géologique avant de monter le long des pittoresques et spectaculaires cascades formées par trois chutes, pour une hauteur totale de 150 m. Ensuite, le sentier traverse le torrent sur un pont panoramique pour redescendre sur le côté opposé (rive droite) afin de rentrer à Lillaz.

Il Bosco di Brin Le bois de Brin

36



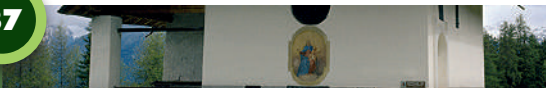
Questo itinerario si svolge completamente su strada sterrata immerso in uno splendido bosco di conifere. Da Aymavilles si sale in auto in direzione Ozein fino a raggiungere la Frazione di Turlin. Da qui la vista spazia sulle principali montagne valdostane. Lasciata la macchina si imbrocca la strada sterrata che raggiunge, con andamento quasi pianeggiante, la località di Pila.

>	Aymavilles Fraz. Turlin	1530 m		200 m	T	
<	Fraz. Chacard (Pila)	1730 m		1h30'		21 21a

Cet itinéraire se déroule complètement sur un chemin de terre au cœur d'une splendide forêt de conifères. D'Aymavilles, montez en voiture en direction d'Ozein, jusqu'au hameau de Turlin. De là, vous profiterez d'un panorama sur les principales montagnes de la vallée d'Aoste. Garez votre véhicule et prenez le chemin de terre presque plat qui vous mènera, au hameau de Pila.

San Grato

37



Da Pila, famosa stazione sciistica sopra la città di Aosta, nei pressi della partenza della telecabina, imboccare la strada sterrata che, passata sotto la seggiovia entra nel bosco e raggiunge l'eremo di San Grato, patrono della città di Aosta. Il percorso è molto facile e completamente pianeggiante.

>	Charvensod Loc. Pila	1810 m		23 m	T	
<	Eremo Saint Grat	1787 m		30'		14 i

De Pila, fameuse station de ski au-dessus de la ville d'Aoste, près du départ de la télécabine, prenez le chemin de terre qui passe sous le télésiège et entre dans le bois avant d'atteindre l'ermitage de San Grato, saint patron de la ville d'Aoste. Le parcours, très facile, est complètement plat.

Eremo di Saint-Julien Ermitage de Saint-Julien

38



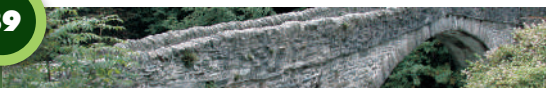
Dal tornante al Km 7 della strada comunale Fénis-Les Druges imboccare la strada sterrata che conduce in breve alle case di Coteau. Da qui si alza sulla destra il sentiero che risale le pendici del Mont Saint-Julien e, dopo aver attraversato una caratteristica passerella in legno, giunge alla chiesetta dedicata a San Grato. Il percorso ora scende sul versante opposto per giungere prima ad un rudere abitato fino al XIX secolo da alcuni eremiti, poi in breve all'eremo di Saint-Julien, luogo di culto e di preghiera e splendido balcone panoramico sulla bucolica Valle di Clavalité.

>	Fénis Loc. Coteau	1229 m		160 m	E	
<	Saint-Julien	1304 m		30'		10B

À partir du virage au km 7 de la route communale Fénis-Les Druges, prenez le chemin de terre qui mène brièvement aux maisons de Coteau. Là, vous trouverez sur la droite un sentier qui remonte les pentes du Mont Saint-Julien et, après avoir traversé une passerelle pittoresque en bois, vous arriverez à la petite église consacrée à San Grato. Le parcours descend ensuite sur le versant opposé pour arriver d'abord à une construction en ruines, habitée jusqu'au XIX^e siècle par des ermites, et enfin à l'ermitage de Saint-Julien, lieu de culte et de prière et splendide balcon panoramique sur la bucolique vallée de Clavalité.

Serra di Biel

39



Da Courtil, frazione di Hône all'inizio della Valle di Champorcher, seguire a piedi la strada asfaltata (chiusa al traffico) per circa 2 km. Dopo un paio di tornanti imboccare sulla destra la pista forestale, un percorso che segue la strada militare tracciata verso la fine '800 per costruire delle postazioni militari. Superata una caverna un tempo utilizzata come deposito di munizioni e un paio di palestre di arrampicata, si incontrano i ruderi di una caserma e dopo una serie di svolte, si sbucca sulla cima boscosa che ospitava una batteria di cannoni: questo è un ottimo punto panoramico che domina la Valle centrale.

>	Hône Courtil	1238 m		241 m	T	
<	Serra di Biel	1479 m		1h30'		4A

De Courtil, hameau de Hône au début de la vallée de Champorcher, suivez à pied la route goudronnée (fermée à la circulation) sur environ 2 km. Après deux virages, prenez à droite le sentier forestier, qui suit la route militaire tracée vers la fin du XIX^e siècle pour construire des refuges militaires. Après avoir dépassé une caverne, jadis utilisée comme dépôt de munitions, et deux zones équipées pour l'escalade, vous tomberez sur les ruines d'une caserne. Après une série de tournants, vous arriverez au sommet qui accueillait une batterie de canons : il s'agit d'un excellent panorama dominant la vallée centrale.

Rifugio Barbustel da Le Cort

Refuge Barbustel en partant de Cort

40

Dalla località Cort, raggiungibile in auto da Champorcher, parte il sentiero con segnavia 10 che raggiunge, dopo circa mezz'ora, il lago Muffé ed il bar ristorante. Tenendosi sulla sinistra del lago si prosegue salendo fino al colle Lago Bianco (2.309 m), dopodiché si scende nel territorio del comune di Champdepraz per raggiungere il Rifugio Barbustel. Si tratta di un itinerario molto interessante dal punto di vista naturalistico in quanto si sviluppa all'interno del Parco Regionale del Mont Avic.

>	Champorcher Fraz. Cort	1778 m		531 m	E	
<	Rifugio Barbustel	2200 m		2h		10 5

D e Champorcher, rejoignez en voiture le hameau Cort, où démarre le sentier n°10 qui mène en une demi-heure environ au lac Muffé et au bar-restaurant récemment rénové. En restant sur la gauche du lac, continuez et montez jusqu'au Col du Lac Blanc (2309 m). Ensuite, descendez sur le territoire de la commune de Champdepraz pour vous rendre au Refuge Barbustel. Il s'agit d'un itinéraire très intéressant sur le plan naturel, car il se trouve au beau milieu du Parc Régional du Mont Avic.

Rifugio Dondena

Refuge Dondena

41

Dalla località Cort, raggiungibile in auto da Champorcher, si prosegue a piedi sulla strada sterrata che, dopo un lungo mezza costa, attraversato il torrente, giunge alla vecchia casa di caccia, fatta costruire dal re Vittorio Emanuele II, ormai in rovina, e quindi al Rifugio Dondena.

>	Champorcher Fraz. Cort	1778 m		414 m	T	
<	Rifugio Dondena	2192 m		1h55'		9B AV2

D a Champorcher, rejoignez en voiture le hameau Cort, puis continuez à pied sur le chemin de terre qui, après un long parcours à flanc de coteau, traverse le torrent et arrive à l'ancienne demeure de chasse que Victor Emmanuel II fit construire et qui est aujourd'hui en ruines. Vous gagnerez ensuite le Refuge Dondena.

Torre di Pramotton

Tour de Pramotton

42

Dalla località Pramotton in comune di Donnas, sulla destra orografica della Dora Baltea, si imbecca il tracciato con segnavia 1 che corre per un primo tratto adiacente alla Dora, con una parte su di un'area cengia con spettacolare veduta panoramica, per poi salire in direzione della Torre di Pramotton, ottimo belvedere sulla pianura canavesana e sugli abitati del fondovalle.

>	Donnas Loc. Pramotton	320 m		230 m	E	
<	Torre di Pramotton	550 m		45'		1

D u hameau Pramotton (commune de Donnas), sur la rive droite de la Doire Baltée, prenez le chemin marqué par la balise 1, qui longe d'abord la Dora (avec une partie caractérisée par un rebord suspendu offrant un splendide panorama), puis qui remonte en direction de la Tour de Pramotton, excellent belvédère sur la plaine du Canavaise et sur les centres habités du fond de la vallée.



Valle d'Aosta Vallée d'Aoste



www.loveda.it



UFFICIO REGIONALE DEL TURISMO
OFFICE REGIONAL DU TOURISME

T+39 0165 40532

info@turismo.vda.it