



CLUB ALPINO ITALIANO Sezione di Oristano

Escursione del 12-19 luglio 2025
Tour di Val di Rhemes e Valgrisenche - Valle d'Aosta



[foto E. Canepa]

PRESENTAZIONE: è un bel giro di 5 giorni, sempre su sentieri ben segnalati e con qualche forte dislivello da superare. Permette di assaporare l'ambiente di alta montagna avvicinandoci a ghiacciai.

COMUNI INTERESSATI: Rhemes Notre Dame, Valgrisenche (AO)

DURATA: 5 giorni di trekking, esclusi i viaggi in nave (+2 giorni)

DATI TECNICI: dislivello complessivo (m) 2750, Quota partenza (m) 1723, Quota max/colle (m) 3096

CLASSIFICAZIONE: vedere la scheda di ciascuna giornata. La maggior parte dei percorsi saranno Escursionistici (E) con tratti Turistici (T), ma saranno per Escursionisti Esperti (EE) la traversata dal Rifugio Benevolo al Rifugio Bezzi e quella dal Rifugio Chalet de l'Epee a Rhemes Notre Dame, per cui si richiede capacità di orientamento, allenamento ed equilibrio [*«Classificazione dei percorsi in base alle difficoltà in ambito escursionistico e cicloescursionistico»*, approvata dal Comitato Centrale di indirizzo e controllo del CAI (CC)].

DIRETTORI DI ESCURSIONE: Alberto Ribotti (347.2106540), Giovanni Loddo, Maria Antonietta Chiesa, Renato Casu

RADUNO: partenza dal parcheggio del Rimedio (Oristano) alle 17:00 circa del 12 luglio

PRENOTAZIONE: inviare un messaggio WhatsApp al direttore entro le ore 12:00 del 20/01/2025. In seguito si organizzerà una riunione per caparre e viaggio.

LIMITAZIONI: max 15 soci CAI, non è consentita la partecipazione di minorenni, di non soci e di animali al seguito

MEZZI E PASTI: raggiungeremo i punti di inizio dei trekking con le nostre auto condividendo i costi di gestione (traghetti, parcheggi, carburante, pedaggi). La prenotazione ai rifugi sarà di mezza-pensione (rendere note allergie o scelte alimentari al Direttore) e panini a pranzo preparati dai rifugi a carico di ciascun partecipante. Si condivideranno le caparre richieste dai rifugi. Il rifugio L'Epee richiede una caparra di 15,00 euro/persona.

AVVERTENZE: possibile mancanza del segnale telefonico durante l'itinerario; divieto di oltrepassare il Direttore che precede la comitiva; in caso di smarrimento non muoversi e attendere i soccorsi dopo aver chiamato telefonicamente il Direttore (se possibile). Visti i dislivelli si richiede un buon allenamento fisico, capacità di adattamento (nei rifugi si dormirà in camerate miste o si condivideranno camere miste con altre persone, anche sconosciute; **pasti:** nei rifugi non c'è menù ma si mangia quanto preparato dal rifugista) e di seguire scrupolosamente quanto indicato dai direttori

EQUIPAGGIAMENTO: è indispensabile avere scarpe tra trekking (no outdoor), zaino da 50-60 l, abbigliamento da escursionismo estivo ed invernale antipioggia, sacco letto, borraccia, torcia elettrica. Sarà organizzata una riunione ad hoc con i partecipanti per il materiale.

DESCRIZIONE:

sabato 12/07/2025 Imbarco la sera a Porto Torres per Genova

1°giorno (domenica 13/07/2025): Genova – Rifugio Benevolo

Sbarco e trasferimento dal Terminal Traghetti di Genova (3 ore 12 min; 281 km) a Rhemes/Thumel (AO).

Segnavia 13	Difficoltà E
partenza Thumel 1896 m	Quota arrivo 2296 m
Dislivello positivo 390 m	Dislivello negativo 0 m
Lunghezza 3716 m	Tempo di andata 1h28

Dal parcheggio di Thumel (se da Rhemes aggiungere circa 4 Km di strada in piano) si continua per alcune centinaia di metri per la stradina asfaltata, fino ad un bell'alpeggio dove si trova un bivio. Imboccare a sinistra il sentiero n.13 per il Rifugio Benevolo. Si incrocia prima il sentiero n.14 sulla nostra destra, quindi un ponte e una bella cascata. Si prosegue attraversandolo e poi con una serie di scorciatoie si perviene al Rifugio Benevolo posto su un cucuzzolo in posizione panoramica. Punto d'appoggio rif. Benevolo 0165936143 <https://rifugiobenevolo.com/>

2°giorno (lunedì 14/07/2025) Rifugio Benevolo: Giro "Truc di Tsanteleina"

Segnavia 13 C e 13 D	Difficoltà E
Quota partenza 2296 m	Quota arrivo 2647m
Dislivello positivo 389 m	Dislivello negativo 387 m
Lunghezza 6,2 Km	Tempo di percorrenza 3,5h solo andata

Situato a 2696 metri di altitudine e incastonato sotto l'imponente Granta Parey, il Lago di Tsanteleina è una meraviglia naturale di alta quota nella splendida Valle di Rhêmes, dominato da pietraie e circondato da una flora alpina specializzata, come il papavero alpino e la genziana, adattata alla vita ad alta quota.

3°giorno (martedì 15/07/2025) Rifugio Benevolo – Rifugio Bezzi

I tratto: Rifugio Benevolo - Colle Bassac Déré

Segnavia 13D - 13C	Difficoltà E
Quota partenza 2296 m	Quota arrivo 3085 m
Dislivello positivo 891 m	Dislivello negativo 30 m
Lunghezza 5026 m	Tempo di percorrenza 3h

Dal Rifugio si segue il sentiero 13D per il Colle Bassac Déré fino ai pressi di una baita diroccata Montagna di Soches a 2313 m di quota, dove si incontra un nuovo bivio (qui arriva il sentiero 13D) che riprende a salire

più ripidamente ma con pendenza costante, compiendo una lunga serie di svolte e tornanti tra terriccio ed erba, fino ad una bella sella. Un tratto a mezza costa quasi pianeggiante conduce in pochi minuti al bellissimo Lago Goletta da dove è ben visibile il Colle Bassac Déré e la Becca della Traversiere. Si costeggia il lago sulla destra, sempre seguendo il facile sentiero con frecce gialle e quindi ripide salite con tornanti, si arriva al colle con tavola d'orientamento per la gran vista di cime tutt'intorno.

Il tratto: Colle Bassac Déré – Rifugio Bezzi

Segnavia 12C – HRG	Difficoltà EE
Quota partenza 3096 m	Quota arrivo 2298 m
Dislivello positivo 0 m	Dislivello negativo 807 m
Lunghezza 5330 m	Tempo di percorrenza 1h38

Dal Colle Bassac Derè, scendendo lungo il sentiero dell'alta via, si arriva al Rifugio Bezzi (1,5 ore). Punto d'appoggio rif. Bezzi 016597129; <http://www.rifugiobezzi.com/>

4°giorno (mercoledì 16/07/2025) Rifugio Bezzi - Rifugio Chalet de l'Epèe

Segnavia 11, 12A, 12B, HRG, 10, 9A, 9	Difficoltà E
Quota massima 2659 m	Quota minima 2279 m
Dislivello salita 686 m	Dislivello discesa 599 m
Lunghezza 9415 m	Tempo di percorrenza 4h05

Si giunge al rif. Chalet de l'Epèe lungo il sentiero 11, parte della nuova HRG (Haute route glaciaire). E' un nuovo sentiero ben tracciato e segnalato che, dopo 400m di dislivello iniziali, traversa quasi in piano (4 ore). Punto d'appoggio rif. Chalet de l'Epèe 016597215 <https://www.rifugioepee.com/>

5°giorno (giovedì 17/07/2024) Rifugio Chalet de l'Epèe – Rhemes Notre Dame

Quota massima 2840 m	Quota minima 1722 m
Dislivello salita 1118 m	Dislivello discesa 470 m
Sviluppo (2D) 7930 m	Tempo di percorrenza 4-5h
Difficoltà complessiva T/E - EE	Elenco segnavia AV2 - 15 - 9B (AV2)

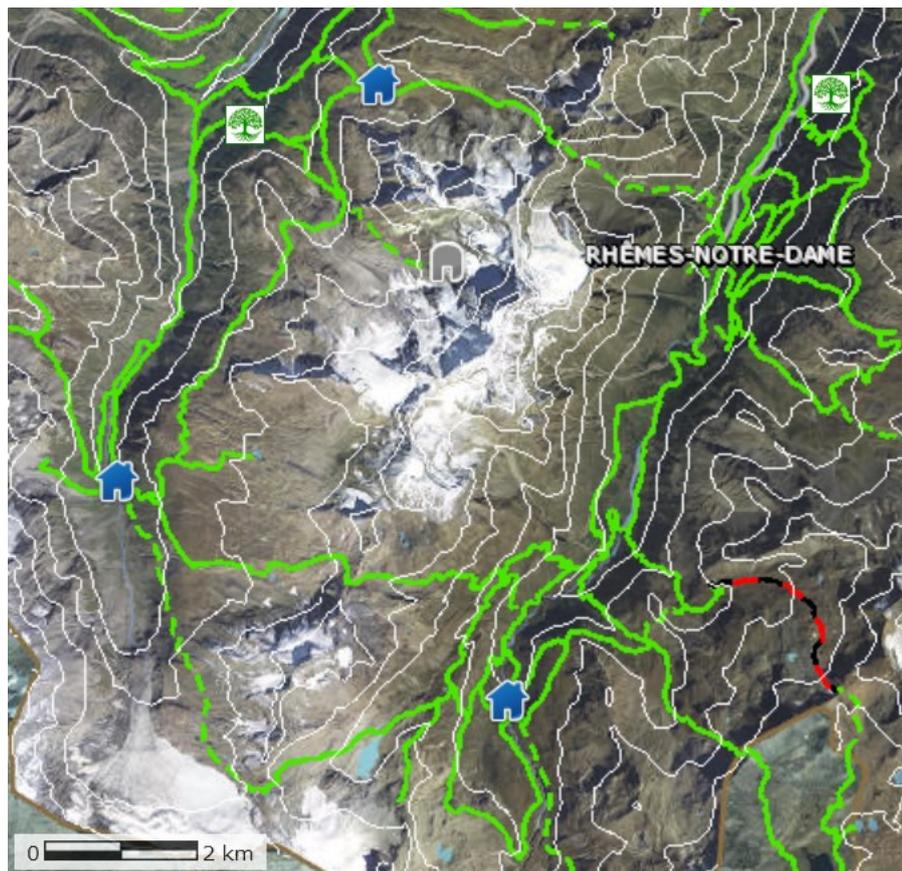
Seguendo il sentiero dell'Alta Via n°2, tramite il colle de la Fenetre a 2840m, si ritorna a Rhemes, punto di partenza. Nel ripido tratto che dal colle scende verso Rhemes il sentiero è stato di recente revisionato (4 ore). Punto d'appoggio a Rhemes Notre Dame l'affittacamere Cristina Tanini (347.2529095).

6°giorno (venerdì 18/07/2025) Rhemes Notre Dame – Genova imbarco traghetti

Trasferimento da Rhemes Notre Dame (AO) al Terminal Traghetti di Genova (3 ore 12 min; 281 km). Imbarco in serata per la Sardegna.

7°giorno (sabato 19/07/2025) Rientro a Oristano

Sbarco in mattinata e rientro a Oristano



Mappa con le isoipse in bianco e i sentieri presenti in zona in verde (T-E linea continua, EE linea tratteggiata)
Da Rhemes-N.-D. in senso orario incontriamo (casetta blu) il rif. Benevolo, il rif. Bezzi e il rif. Chalet de L'Epee

[Licenza CCBY: Dati forniti dalla Struttura Forestazione e Sentieristica della Regione Autonoma Valle d'Aosta]
