



## CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Oristano

**Escursione del 12-19 luglio 2026**  
**Valle d'Aosta: dal Monte Rosa al Cervino**



[Chamois; foto M. Lazzaro]

**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 e di godere della vista di due grandi montagne, il Cervino e il Massiccio del Monte Rosa, e della cultura Walser.

**COMUNI INTERESSATI:** partenza da Brusson (Val d'Ayas; AO) e arrivo a Buisson (Valtournenche; AO)

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

**DATI TECNICI:** Sviluppo complessivo pari a 41 Km circa. D+ (m) 2553, D- (m) 2450. Quota minima (m) 1690 (Saint-Jacques des Allemands). Quota max (m) 2772 (col de Nanaz).

**CLASSIFICAZIONE:** vedere la scheda di ciascuna giornata. I percorsi sono Escursionistici (E) con qualche tratto Turistico (T), ma si richiede buona capacità di adattamento, orientamento, allenamento ed equilibrio in quanto cammineremo in ambiente di media montagna con dislivelli anche superiori ai 1000 m giornalieri

**DIRETTORI DI ESCURSIONE:** Alberto Ribotti (347.2106540), Mauro Lazzaro

**RADUNO:** partenza dal parcheggio del Rimedio (Oristano) alle 17:00 circa di domenica 12 luglio 2026

**PRENOTAZIONE:** inviare un messaggio WhatsApp al direttore entro le ore 12:00 del 08/02/2026. Nei mesi successivi si organizzerà una riunione fra i partecipanti per caparre e organizzazione viaggio.

**LIMITAZIONI:** max 10 solo soci CAI adulti, non è consentita la partecipazione animali al seguito

**COSTI:** ad oggi circa 650 euro che includono viaggio, vitto e alloggio per 10 persone e due auto, traghetto in camere da 4 persone. Il costo non include spese personali, tutto ciò che si aggiunge rispetto a vitto e alloggio forniti dai rifugi. Si farà cassa a copertura delle spese comuni tenuta da uno dei partecipanti. Il costo potrebbe differire rispetto al preventivo per aumenti al momento dell'acquisto.

**MEZZI E PASTI:** raggiungeremo la zona di partenza e rientro dei trekking con le nostre auto condividendo i costi di gestione (traghetto, parcheggi, carburante, pedaggi) anche tramite cassa comune. 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.

**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 camerette 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. In caso di intolleranze o allergie si prega di avvisare i direttori prima della partenza

**EQUIPAGGIAMENTO:** è indispensabile avere scarpe tra trekking alte (no outdoor), zaino da 40-60 l, abbigliamento da escursionismo misto estivo/invernale, antipioggia, sacco letto, borraccia, torcia elettrica. Sarà organizzata una riunione ad hoc con i partecipanti sui materiali.

**DESCRIZIONE:**

**domenica 12/07/2026** Imbarco la sera a Porto Torres per Genova

**1°giorno (lunedì 13/07/2026): Genova – Rifugio Arp**

Sbarco e trasferimento con le auto dal Terminal Traghetti di Genova al parcheggio di Estoul (Brusson, AO; 2 ore 44 min; 228 km).

Segnavia 5-6	Difficoltà T
Partenza Estoul 1884 m	Quota arrivo 2440 m
Dislivello positivo 614 m	Dislivello negativo 0 m
Lunghezza 6.02 Km	Tempo di andata 2h21m

Usciti dal casello autostradale di Verrès, passato Brusson e imboccato il bivio a destra per Estoul, si prosegue per 7 km fino a raggiungere un ampio parcheggio circa 100m dopo il villaggio di Estoul dove lasceremo le auto. Da qui inizia il cammino lungo la strada sterrata sulla sinistra seguendo l'indicazione del sentiero n. 5 per il Rifugio Arp per 6 Km. Troveremo il rifugio nel vallone di Palasinaz a 2.446 m di altitudine, circondato da numerosi laghi alpini e vette che sfiorano i 3.000 m.

Vicino al rifugio è presente un Giardino Botanico con i suoi oltre 100 esemplari di piante valdostane e un piccolo percorso geologico. Superando il Giardino Botanico, seguendo il sentiero 5A, in 20 minuti raggiungiamo il lago basso di Valfredda mentre in 30 minuti il lago alto di Valfredda (2575 m). Altri piccoli bacini sono presenti più in alto ma spesso asciutti.

Punto d'appoggio Rifugio Arp, <https://rifugioarp.com/> [rifugioarp@gmail.com](mailto:rifugioarp@gmail.com) Loc. Pian Fret, Brusson. Camere da 2, 3 e 4 posti letto con bagno privato e doccia, o camerette da 8 posti letto con servizi in comune.

**2°giorno (martedì 14/07/2026) Rifugio Arp – Rifugio Vieux Crest**

Segnavia 105-4, 105-14, 13A	Difficoltà E
Quota partenza 2446 m	Quota arrivo 1935 m
Dislivello positivo 591 m	Dislivello negativo 1088 m
Lunghezza 13 Km	Tempo di percorrenza 5h

Lasciato il rifugio Arp prendiamo il sentiero che rientra verso Estoul per poi svoltare a destra per il sentiero 105-4 in direzione di Alpe di Palasinaz e dei Laghi di Palasinaz per raggiungere, in poco più di 1.5 ore, il Colle di Palasinaz posto a 2674 m di quota dopo aver percorso 2.63 Km. Da qui entriamo in Val D'Ayas e scendiamo verso Mascognaz, posto a 1809 m di quota, seguendo il sentiero 105-14 che raggiungeremo dopo aver superato l'alpeggio di Les Chavannes in circa 2.5 ore e aver percorso circa 6 Km. A Toulassa, nei pressi di Les Chavannes, sono presenti 5 esemplari di larici (*Larix decidua Mill.*) indicati come alberi monumentali con altezze di oltre 22 m e circonferenze del tronco di quasi 4 m ed età presunta >200 anni. Mascognaz è un piccolo gioiello fatto di pietra e legno con i suoi meravigliosi *rascard* (costruzioni in tronchi di pino, abete e larice tipiche della Val d'Ayas) che risalgono al Seicento e al Settecento, così come la Cappella di San Grato, riccamente affrescata. Da Mascognaz seguiamo il sentiero 13A posto alla nostra destra che, in 45 minuti circa e 2.1 Km, ci porta all'antico villaggio Walser di Crest con numerose meridiane

che adornano le vecchie case, che domina Champoluc e la Val d'Ayas regalando panorami mozzafiato, dopo un dislivello positivo di 183 m e negativo di zero metri.

Punto d'appoggio Rifugio Vieux-Crest <https://www.refugevieuxcrest.com/>, Cell. 339.1296345, [info@refugevieuxcrest.com](mailto:info@refugevieuxcrest.com) Un antico villaggio Walser, 40 posti letto, Loc. Crest, 11020 Ayas (AO)

### 3°giorno (mercoledì 15/07/2026)

### Rifugio Vieux Crest – Rifugio G.B. Ferraro

Segnavia SI-F18 e AV1	Difficoltà E
Quota partenza 1925 m	Quota arrivo 2078 m
Dislivello positivo 275 m	Dislivello negativo 30 m
Lunghezza 5.026 Km	Tempo di percorrenza 2h

Dal rifugio Vieux Crest si percorre inizialmente un tratto di sentiero SI-F18 e AV1 e poi si segue la strada sterrata che porta all'agglomerato rurale di Soussun (2 Km in circa 45 min), lo si attraversa e, con percorso pianeggiante, prosegue fino alla località Charcherioz. Da qui si prosegue, ancora per un breve tratto, sulla strada sterrata e poi, lungo il sentiero, si sale in breve al bel villaggio di Résy e al rifugio G. B. Ferraro (2.6 Km in circa 50 minuti). Résy è posto su una spalla glaciale ed è stato uno dei luoghi più alti dell'intero continente europeo ad essere abitato tutto l'anno. Lasciati gli zaini al Rifugio, andremo a vedere il bel Lago Blu al Plan de Veraz (segnavia 8B verso nord) posto a 2086 m (D+96 m, D-0 m; lunghezza 2 Km; tempo 38 minuti solo andata) con vista sulla parte "Ayassina" del massiccio del Monte Rosa, su Polluce, Castore e le 3 cime del Breithorn, occidentale centrale e orientale. Tornati al rifugio, saliremo a destra verso i Lacs de Résy (D+528 m, D-0 m; lunghezza 2.88 Km; tempo 1h 50m solo andata) adagiati sul pianoro roccioso ai piedi del Monte Rosso (Mont Rouge).

Punto d'appoggio Rifugio Ferraro <https://www.rifugioferraro.it/>, [info@rifugioferraro.it](mailto:info@rifugioferraro.it) Cell. 328.3285050

Nel villaggio Walser di Resy, sopra l'abitato di Saint Jacques. 25 posti letto suddivisi in 7 camerate

### 4°giorno (giovedì 16/07/2026) Rifugio G.B. Ferraro - Rifugio Grand Tournalin

Segnavia SI F18/AV1	Difficoltà E
Quota massima 2544 m	Quota minima 1690 m
Dislivello salita 854 m	Dislivello discesa 350 m
Lunghezza 6,8 Km	Tempo di percorrenza 4h

Dal Rifugio G.B. Ferraro si segue il sentiero SI F18/AV1 in discesa per circa 350 m verso il fondovalle toccando prima l'alpeggio di Raccard e quindi Saint-Jacques des Allemands (in circa 50 minuti), il punto più basso del percorso odierno 1690 m di quota. Si oltrepassa il ponte carrabile sul torrente Evançon e si imbocca, sulla destra, il sentiero SI F18/AV1 che sale fra prati e radi boschi. Poco sopra l'alpeggio Croues si incontra la strada sterrata che il sentiero interseca in più punti, fino a raggiungere l'Alpe di Nanna inferiore (D+350m in 1h circa da Saint-Jacques) e poi quello di Tournalin inferiore. Il percorso segue ora interamente la strada sterrata che sale fino al rifugio Grand Tournalin (D+504m in circa 2h dall'Alpe di Nanna inferiore).

Punto d'appoggio Rifugio Grand Tournalin <https://www.rifugiograndtournalin.com/>, Tel: 0125.307003

Ylenia: 340.6800894; [info@rifugiograndtournalin.com](mailto:info@rifugiograndtournalin.com). 45 posti letto in stanze da 4 a 8 posti, Loc. Tournalin Damon, 11020 Ayas AO

### 5°giorno (venerdì 17/07/2026) Rifugio Grand Tournalin – Ostello Bellevue

Quota massima 2772 m	Quota minima 1927 m
Dislivello salita 219 m	Dislivello discesa 960-982 m
Sviluppo (2D) 8,0-9,7 Km	Tempo di percorrenza 3h
Difficoltà complessiva T-E	Elenco segnavia AV1 - 4 - 3 - 6 - 34

Da Col de Nannaz (2772 m)	D +	D -	Lunghezza Km	Km totali	Tempo stimato	# sentiero	Tipo di suolo	Difficoltà	Latitudine della via
0	960	8,308	9,725	2h 23'	AV1/4-3	Prato,	T-E	Alta	

<b>a Chamois (1823 m)</b>	0	960	6,853	8,270	2h 11'	AV1/4- 3-34	detriti, bosco	E	Intermedia
	0	982	6,585	8,002	2h 02'	AV1/4-4		E	Bassa/Cleyva Bella

Lasciamo il rifugio a 2544 m per salire verso il Colle di Nannaz, il punto più alto raggiunto in giornata a 2772 m, seguendo il sentiero dell'Alta Via n°1 (AV1) indicato anche come sentiero 4°-4 con un D+ di 346 m per una lunghezza di 2,23 Km (tempo di percorrenza stimato circa 40 minuti).

Da qui abbiamo tre diverse vie per raggiungere Chamois che indicate come alta, intermedia e bassa in base alla latitudine, sono indicate nella tabella sopra.

La scelta del sentiero sarà fatta in base alle condizioni del giorno e in accordo con i partecipanti.

**Punto d'appoggio Ostello Bellevue** <http://www.ostellobellevue.it/>, Loc. Corgnolaz, 13 (Chamois), Tel: 0166 47133, Email [bellevue.chamois@gmail.com](mailto:bellevue.chamois@gmail.com) Il Bellevue è rustico e semplice, composto da **8 stanze per un totale di 23 posti letto**, caratterizzato da una sala ristorante con grandi tavolate. Menù fisso a base di tradizione. Ha un'ampia biblioteca, una sala giochi e una terrazza solarium. Gestore: Sig. Carlo

#### 6°giorno (sabato 18/07/2026) Chamois – Genova imbarco traghetti

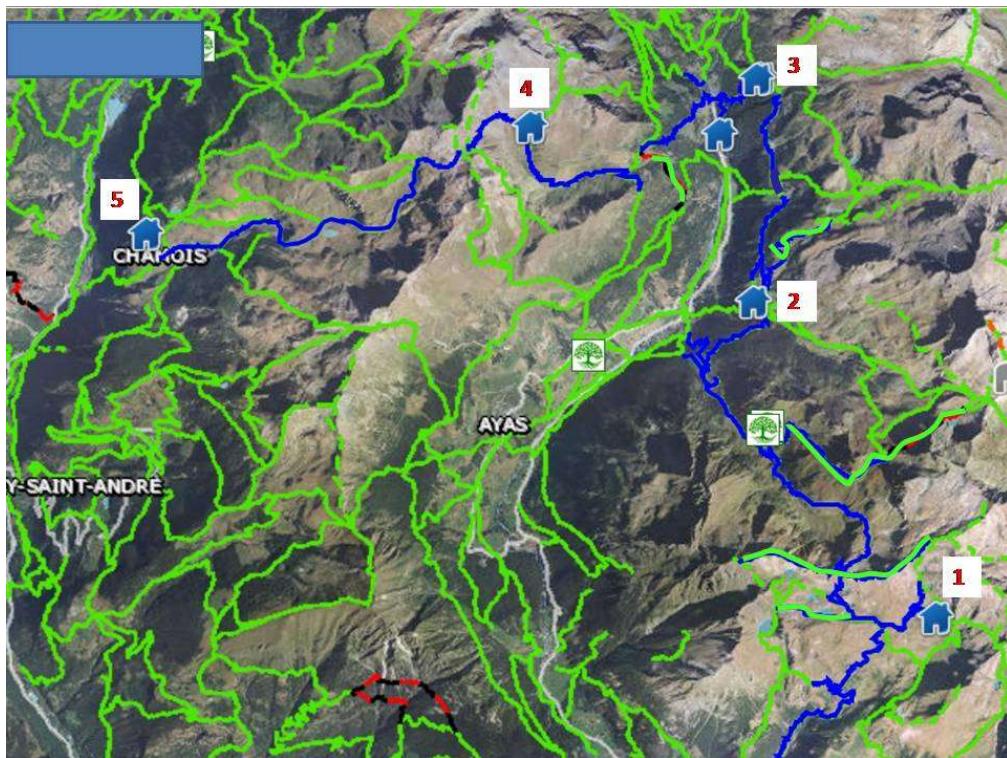
Trasferimento da Chamois (Buisson) al parcheggio di Estoul (Brusson; 43,5 Km in 1h 5m) per riprendere le auto, quindi rientro al Terminal Traghetti di Genova (228 Km in 2h 44m). In serata imbarco per la Sardegna.

Sig.ra Carminati                    cell. 3336300188                    indicativamente 130 euro

Sig. Bertuletti                    cell. 3398297794                    indicativamente 200 euro

#### 7°giorno (domenica 19/07/2026) Rientro a Oristano

Sbarco in mattinata e rientro a Oristano



Mappa con il percorso in blu (T-E linea continua, EE linea tratteggiata) da Estoul in basso a destra, in senso anti-orario, incontriamo (casetta blu) il rif. Arp (1), Vieux Crest (2), Ferraro (3), Tournalin (4), e il rif. XXX (5)