



CLUB ALPINO ITALIANO

S.sez. Vaprio d'Adda (Sez. Bergamo)
S.sez. Trezzo sull'Adda (Sez. Cassano d'Adda)
Sez. Gorgonzola "i camosci"



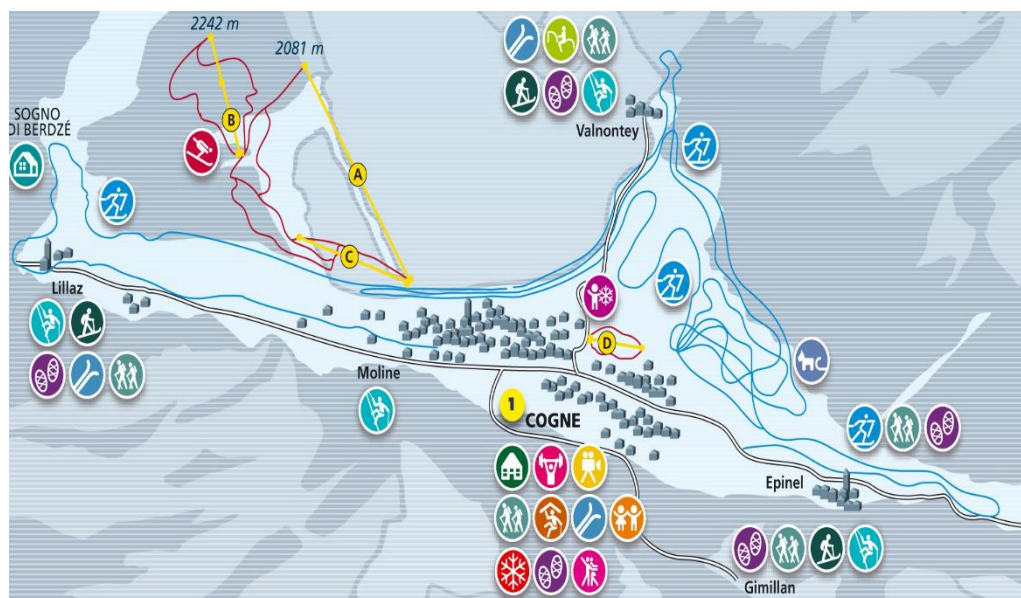
Con il Patrocinio della
SCUOLA NAZIONALE SCI FONDO ESCURSIONISMO INTERSEZIONALE ADDA
Via Magenta, 15 – 20069 Vaprio d'Adda (MI)

Domenica 10 Febbraio 2019

COGNE "Parco del Gran Paradiso" (AO) – 1544 m s.l.m.

Regina incontrastata dello sci nordico, questa località è spesso sede di grandi competizioni sportive quali la "Coppa del Mondo" e la "Marcia Gran Paradiso", Cogne offre 12 anelli per oltre 80 chilometri complessivi di piste, su tracciati che si snodano tra boschi, torrenti e ponticelli, per un'immersione totale in un paesaggio incontaminato dove è ancora possibile ascoltare il silenzio della natura.

Nell'area delimitata dell'impegnativa pista della "Marcia Gran Paradiso" (45 km), esistono piste di distanza ridotta e di difficoltà tali da soddisfare anche fondisti con minori ambizioni; dei 3 "rami" della pista dalla "MGP", particolarmente consigliato il ramo che risale la Valnontey, splendida vallata immersa nel Parco Nazionale del Gran Paradiso.



Piste	
Nome	Difficoltà
Cogne - Anello km 2	F
Cogne - Anello km 3	F
Cogne - Anello km 4	F
Cogne - Anello km 5	M
Cogne - Anello Alta km 7,5	D
Cogne - Anello Bassa km 7,5	M
Cogne - Anello km 10	D
Cogne - Anello km 15	D
Cogne - Anello km 16,3	D
Cogne - Pista km 45	D
"Marcia Gran Paradiso"	D
Pista "Cogne - Lillaz" km 3	F
Lillaz "Cascade" km 0,7	F
Lillaz - Anello km 1,5	F
Lillaz - Anello km 2,5	M
Lillaz - Anello km 3,5	M
Lillaz - Anello km 5	M
Valnontey - Anello km 5	F
Epinel - Anello km 2	F
Epinel - Anello km 5	M

Termine iscrizioni: **Mercoledì 6 Febbraio 2019 Ore 20:00** o ad esaurimento dei posti disponibili.

Oltre tale termine, eventuali successive disdette non vengono accettate ed è pertanto obbligatorio pagare comunque la quota di partecipazione. L'organizzazione si riserva di modificare la località scelta in caso di mancato innevamento.

Iscrizioni presso "Pullman Gite Sci di Fondo" oppure telefonando al numero: **346 4739516**

(Dal Martedì al Venerdì con orario: 19.30 / 21.00)

Località di Partenza	Orario di Partenza	Quote di Iscrizione *	
1) Brignano Gera d'Adda Piazza Marconi	6:00	Soci C.A.I. € 22,00	Ragazzi Soci € 18,00
2) Vaprio d'Adda P. Scuole - Via Don Moletta	6:20	Non Soci C.A.I. € 30,57	Ragazzi Non Soci € 26,57
3) Trezzo sull'Adda P.le Fermata Autobus ATM	6:30	* LA QUOTA DI ISCRIZIONE NON COMPRENDE IL COSTO DI ACCESSO ALLE PISTE	

Tutte le escursioni vengono effettuate in ambiente alpino e di conseguenza possono presentare un margine di rischio non del tutto eliminabile del quale i partecipanti devono essere consapevoli.
Attività Escursionistica - Obbligo della dotazione di A.R.T.Va. - Pala - Sonda



CLUB ALPINO ITALIANO

S.sez. Vaprio d'Adda (Sez. Bergamo)
S.sez. Trezzo sull'Adda (Sez. Cassano d'Adda)
Sez. Gorgonzola "i camosci"



Con il Patrocinio della

SCUOLA NAZIONALE SCI FONDO ESCURSIONISMO INTERSEZIONALE ADDA

Via Magenta, 15 – 20069 Vaprio d'Adda (MI)

Itinerario Ciaspole.

Attraverso un percorso ad anello ... *"... tutto storto e per niente dritto ..."* ... compiremo un grande ... *"... giro da capogiro ..."* che avrà, quale destinazione, i dintorni ... *"vicini e lontani"* ... di Cogne ... attraversando molteplici luoghi ... dal Prato di Sant'Orso, ai Valloni di Urtier e Valeille ... dalle Cascate di Lillaz e le Marmitte dei Giganti ... fino al fondo della Valnontey!

Descrizione.

Nonostante la Valnontey sia una delle zone più frequentate della Valle di Cogne, basta addentrarsi all'interno del vallone, seguire il sentiero sul versante orografico destro e quasi per magia, poter respirare appieno la "wilderness" del Parco del Gran Paradiso: boschetti e radure si alternano permettendo di osservare in maniera relativamente facile la fauna che popola questi territori; sarà piuttosto facile incontrare la volpe, volatili di varie specie, in questo sito, ad esempio, sono presenti le tre specie di picchio, (*Picidae*) il rosso maggiore, il verde e il nero, come anche il rampichino alpestre, la cincia dal ciuffo, il crociere e l'astore ... infine ... "tornando a terra" ... avremo la possibilità di incontrare camosci e stambecchi, aspetto non così raro e ... rivolgendo ancora lo sguardo in alto ... osservare le pareti assolate esposte a Sud che potranno svelare la presenza dei grandi rapaci in volo veleggiato, come l'aquila reale e il gipeto ... un percorso semplice ... in vista dei Ghiacciai del Gran Paradiso, la caratteristica architettura dei villaggi di Valnontey e Vermianaz, la zona umida di "Praz Suppiaz" e il "Prato di Sant'Orso" ... prima di fare ritorno a Cogne. ... "Ri-Partendo" ... da Cogne, ci si inoltra nel Bosco di Sylvenoire, seguendo da subito una ripida mulattiera per poi "scollinare" in una radura pianeggiante, dove compare un edificio, detto la "Stambeccaia" che segna il termine della "zona abitata"; proseguendo sempre lungo la traccia che in brevi saliscendi conduce nel fitto del bosco, per raggiungere il Piano di Sylvenoire. (Bar / Ristoro) In questo interessante bosco, che è una ricolonizzazione vegetale ad alto fusto di una vecchia pietraia, troveremo molte specie di conifere, Larice, Abete Rosso, Pino Cembro e altri "alberi colonizzatori" ovvero, Betulla e Pioppo Tremulo; i "piani" di Sylvenoire li percorreremo in direzione di Lillaz; prima transitando alti sopra il borgo di Champlong e seguire una "linea di terrazzamenti" verso Lillaz, (Area Campeggi / Piste Sci Nordico) costeggiando il bordo della Paleofrana del Gran Clapey e attraverso il ponte sul Torrente di Valeille, con una breve e ripida rampa si giunge in vista di incantevoli colate di ghiaccio, le "Cascate di Lillaz", dominate ad Ovest dai Ghiacciai della Sengie, della Valeille e del Monveso di Forzo, ammirato il contesto del Torrente Urtier, tra affioramenti di rocce montonate, "Marmitte dei Giganti" e alpinisti, ("Cascatisti") alle prese con la risalita delle effimere linee di ghiaccio delle cascate, faremo ritorno a Cogne, tra l'architettura caratteristica del borgo di Lillaz e con un percorso in saliscendi nella profonda intimità del "Bosco Incantato", soste più o meno prolungate e silenziose permetteranno di ascoltare i cinguettii delle cincie dal ciuffo e delle cinciarelle che si incrociano con i vocalizzi delle nocciolaie ed il tambureggiare del picchio rosso maggiore, o attraverso impronte e tracce, gli scoiattoli, i camosci e i più elusivi caprioli, che popolano questi boschi in ogni stagione.



Difficoltà / Tipo di Escursione	Tempi di Percorrenza	Dislivello
EAI. / Escursione in Ambiente Innevato.	Circa: 5 h. 30'	Circa: 500 m.
Abbigliamento da Montagna - Scarponi da Trekking - Ciaspole - A.R.T.Va. - Pala - Sonda Macchina Fotografica e Binocolo - Colazione al sacco - Acqua		