



## 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 4 Febbraio 2024**

# 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 dov'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 grandioso territorio del 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 "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 31 Gennaio 2024 - Ore 21:00** oppure, 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 scarso innevamento. Per iscriversi inviare una e-mail a [gite@scuolasfeadda.it](mailto:gite@scuolasfeadda.it) o telefonare al numero **378 0832270 (orario 19.30 ÷ 21.00)**.

Località di partenza	Orario di partenza	Quote di iscrizione*
<b>1) Brignano Gera d'Adda</b> Piazza Marconi	<b>6:00</b>	<b>Soci C.A.I. adulti € 30,00</b>
<b>2) Vaprio d'Adda</b> P. scuole via Don Moletta	<b>6:20</b>	<b>Soci C.A.I. ragazzi € 26,00</b>
<b>3) Trezzo sull'Adda</b> Piazzale fermata autobus ATM	<b>6:30</b>	<b>* LA QUOTA DI ISCRIZIONE NON COMPRENDE L'ACCESSO ALLE PISTE</b>

**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

## "GIRO in GIRO" ... nei DINTORNI di COGNE

*Attraverso un collegamento di vari percorsi ... storti e per niente dritti ... pieni di su e giù ... proveremo a disegnare un grande ... giro ... quasi da capogiro! ... un itinerario che non avrà una meta ben precisa, ma, una "destinazione diffusa" ... i dintorni vicini e lontani ... delle vallate che convergono sul paese di Cogne ... attraversando molteplici luoghi ... dal Prato di Sant'Orso, ai Valloni di Grauson, Urtier e di Valeille ... fino alle Cascate di Lillaz, per continuare tra splendidi boschi con le curiose formazioni delle "Marmitte dei Giganti" e ... rientrando, fin quasi al fondo della Valnontey!*

*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 tornare a 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, mediante 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.*



*Dopo la breve ma ripida discesa, non rimane che percorrere l'itinerario di ritorno a Cogne, tra baite dalle svariate architetture, antico e moderno, si fondono insieme nel borgo di Lillaz ... dopodiché, con un percorso in saliscendi ... tra i silenzi della profonda intimità del "Bosco Incantato", ascoltando i frequenti cinguettii delle cince dal ciuffo e delle cinciarelle, che si incrociano con i vocalizzi delle nocciolaie ed il ritmato tambureggiare sui tronchi del picchio rosso maggiore ... o ancora, con lo sguardo rivolto a terra, ricercare, attraverso impronte e tracce, la presenza degli scoiattoli, dei camosci e dei più elusivi caprioli, ovvero, una gran parte della fauna che popola 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		
<b>ATTENZIONE!</b>		
In funzione delle condizioni ambientali, dell'andamento meteorologico e dello svolgimento dell'attività, il percorso descritto potrebbe subire delle variazioni.		