



Club Alpino Italiano
Sezione di Perugia "G. Bellucci"



3 – 6 settembre 2015

Con la mountain bike nella val di Cogne, in Valsavarenche e nel Parco Nazionale del Gran Paradiso



Organizzatori: **Andrea Bellucci** 335 5284478 a.bellucci@inail.it
Angelo Bianchini 338 9081066 stelio67@hotmail.it

Il territorio

Istituito il 3 dicembre 1922 grazie alla donazione fatta da Vittorio Emanuele III di 2000 ettari di terreno di sua proprietà, **il Parco Nazionale del Gran Paradiso** è stato creato con lo scopo di proteggere ambiente naturale e fauna di uno degli angoli più belli del settore alpino occidentale e, soprattutto, di salvaguardare l'ormai sparuta popolazione di stambecchi che nel corso dei secoli

aveva subito una caccia sfrenata, diventando preda del bracconaggio. Nella sua estensione attuale (circa 70.000 ettari), il territorio del Parco è equamente diviso tra Piemonte e Valle d'Aosta. Tra le tante specie di animali che vivono nel Parco, oltre allo stambecco che ne costituisce l'emblema, troviamo il camoscio, la marmotta, l'ermellino, la martora, la volpe, lo scoiattolo, la lepre alpina, l'aquila reale, il gufo reale, il gallo forcello, la coturnice, il picchio verde e il gracchio corallino.

Malgrado interessi solo il 15% della superficie del parco, **il comune di Cogne** (situato nella parte alta dell'omonima vallata, a quota 1534 mt) è diventato, di fatto, il centro del Parco nazionale del Gran Paradiso.

Posta tra la valle di Rhemes e la val di Cogne, la **Valsavarenche** è uno dei luoghi più selvaggi e incontaminati della Valle d'Aosta ed è compresa, per la quasi totalità della sua estensione, all'interno del Parco del Gran Paradiso. Fanno da contorno alla valle il Gran Paradiso (4061 mt), il Grivola (3969 mt), la Becca di Moncorvè (3875 mt) e l'Herbetet (3778 mt).



Gli Itinerari proposti

Quello del primo giorno (20 km e 400 mt D+ circa) si sviluppa nel fondovalle di Cogne: attraverseremo l'affascinante Valnontey, dominata dal Massiccio del Gran Paradiso (4061 m) e dal Ghiacciaio della Tribolazione. Oltre che per la bellezza del posto la Valnontey è nota per la presenza del Giardino Botanico Alpino, che ospita più di 1000 specie di piante e di fiori delle alpi (tra cui il *Paradisica Liliastrum* o giglio di monte). Pedaleremo anche attraverso i suggestivi boschi di Sylvenoire e arriveremo a Lillaz, dove ammireremo le famose cascate.

Il secondo giorno (26 km e 1300 mt D+ circa), percorreremo i fantastici scenari dei valloni dell'Urtier (che risaliremo fino ai quasi 3000 m del Col de l'Invergneux) e del Grauson, da dove scenderemo per un lunghissimo sentiero definito da una famosa rivista svizzera di mtb "uno dei 5 singletrack più belli delle Alpi".

Il terzo giorno (20 km e 981 mt D+ circa), seguendo un percorso interamente posto all'interno del territorio del Parco, raggiungeremo la cima del Petit Mont Blanc (2171 mt), con magnifici scorci sulla vallata di Rhems, sulla Granta Parey, sulla Grande Rousse, e con una vista completa di tutte le vette sopra i 4000 che circondano la Valle d'Aosta (Monte Bianco, Gran Combin, Monte Rosa, Cervino e Gran Paradiso). Lungo il percorso vi sarà la possibilità di avvistare lo stambecco, il camoscio, lo scoiattolo e altre specie che vivono nel parco.



Difficoltà

TC/MC (primo giorno); MC/BC (secondo giorno); MC/MC (terzo giorno). Non sono richieste particolari doti tecniche ma, vista la lunghezza e la natura dei percorsi (che si sviluppano lungo strade, carrarecce e sentieri di montagna, caratterizzati dalla presenza di singletracks, talvolta con ostacoli come pietre o fondo di breccia o sassi), esperienza di mtb, buon allenamento, resistenza, nonché predisposizione allo svolgimento di sport di montagna e alla permanenza in quota.

Si raccomanda particolare attenzione all'abbigliamento (visto il periodo, sono frequenti repentini abbassamenti di temperatura o piogge nel pomeriggio, per cui è necessario dotarsi di antivento/antipioggia; obbligatori casco, zaino, occhiali e guanti), alle condizioni del mezzo (che andrà controllato e revisionato prima della partenza), e all'alimentazione (obbligatorie scorte di cibo e acqua) difficoltà tecniche.

Riunione organizzativa

Incontro con gli interessati **Martedì 25 agosto**, ore **20.30**, in **Sezione a Perugia**. Chi non può partecipare contatti comunque gli organizzatori ai recapiti indicati sopra.