

## TOUR DU MONT FALLERE

Il Tour del Mont Fallère (3.061 m s.l.m.) è uno spettacolare itinerario escursionistico circolare di più giorni per amanti della montagna che si sviluppa nel cuore della Valle d'Aosta, collegando con un filo immaginario i sentieri un tempo molto frequentati che univano la valle del Gran San Bernardo e la vallata centrale della Valle d'Aosta percorsa dalla Dora Baltea. Le tappe più alte del percorso fanno da terrazza panoramica su tutti i punti cardinali della regione, con una spettacolare visuale su tutti i principali 4000 (Monte Bianco, Gran Paradiso, Monte Rosa, Cervino, Gran Combin).

In breve:

Durata: 3 giorni/2 notti

Pernottamento: 2 notti in rifugio (rifugio Chaligne e Rifugio Mont Fallère) con trattamento di mezza pensione (cena e prima colazione).

Dislivello totale +: 2.700 m circa (riferito all'itinerario di solo trekking)

Lunghezza: 36 km circa

Tipologia: trekking di gruppo con guida escursionistica naturalistica in totale autonomia (senza trasporto bagagli durante l'attività)

Altitudine del punto più alto del trekking: 2.821 m s.l.m. (Mont de Vertosan)

Natura del terreno: sentiero di montagna senza particolari difficoltà tecniche. In prossimità di alcuni colli (Col de Vertosan e Col Fenêtre) ci si muove su sfasciumi.

Possibili imprevisti: eventuali attraversamenti di tratti innevati

Trekking confermato con minimo: 6 partecipanti

Punti di forza:

La vista impagabile su tutti i 4.000 della Valle d'Aosta

L'assenza di particolari difficoltà tecniche che lo rende appetibile ad un pubblico molto vasto

Date partenza:

31 luglio 2020

Difficoltà del trekking:

Circa 5 ore di marcia giornaliera in media. Dislivelli positivi da 310 à 1.460 metri. E richiesta una discreta condizione fisica e di salute. Prevedete un minimo allenamento prima della vostra partenza.

Età minima: 16 anni

Il tour si snoda ai piedi del Mont Fallère 3061m, per una lunghezza di circa 36 km e un dislivello positivo di circa 2.700 m. L'itinerario è consigliabile a tutti coloro che amano camminare in montagna, non presenta particolari difficoltà tecniche ma richiede, comunque, un discreto allenamento fisico. Si cammina per 5/6 ore al giorno in media, sempre su sentieri ben tracciati e non difficili; si ha così il tempo di ammirare il paesaggio e vivere al meglio le due soste nei rifugi (Mont Fallère e Chaligne), entrambi molto confortevoli.

#### ITINERARIO DEL TREKKING

1° giorno Saint –Oyen

Incontro con la Guida a Saint –Oyen (ore 9.00)

Illustrazione dell'itinerario, verifica dei materiali ed inizio trekking

Prima tappa: Saint-Oyen – Tza de Flassin – Col Fenêtre – Rifugio Mont Fallère

Partendo da Saint-Oyen, si raggiunge in un primo momento l'alpeggio Tza de Flassin (2.260 m s.l.m.), si prosegue poi verso il Colle Vertosan (2.821 m s.l.m.) e il Col Fenêtre (2.726 m s.l.m.). In questo tratto in cresta, sullo sfondo, in direzione nord ovest è ben visibile il maestoso Monte Bianco. Si scende poi rapidamente in direzione sud attraverso pascoli alpini tuttora utilizzati fino a raggiungere il Rifugio Mont Fallère, ubicato in una splendida conca verdeggiante a monte della frazione Vétan di Saint-Pierre. Da qui, si può ammirare osservando verso sud le principali vette che coronano la testata delle valli del Gran Paradiso.

6 ore di marcia

Dislivello + 1470 m

Dislivello - 420 m

Tipologia di alloggio : presso rifugio (Mont-Fallère) con trattamento di mezza pensione (cena e prima colazione)

2° giorno Rifugio Mont-Fallère

Prima Colazione in rifugio

Seconda tappa: Rifugio Mont Fallère - Lac Fallère – Col de Metz – Punta Chaligne – Rifugio Chaligne

Dopo aver lasciato alle spalle il rifugio Mont Fallère, si costeggia in quota il versante sud del Mont Fallère, salendo al Col de Metz (2.487 m s.l.m.) e alla Punta Chaligne (2.608 m s.l.m.) dalla quale, volgendo lo sguardo verso il basso si gode, in giornate soleggiate, di uno splendido panorama sulla città di Aosta. Dopo una ripida discesa lungo il versante est della Punta Chaligne, si raggiunge il rifugio Chaligne, dove è possibile pernottare. Dal rifugio lo sguardo affascinato contempla verso est la Dent d'Hérens e le Grandes Murailles, le montagne simbolo della testata della Valpelline, che si apre dinanzi a noi.

5 ore di marcia

Dislivello + 550 m

Dislivello - 1010 m

Tipologia di alloggio: presso rifugio (Chaligne) con trattamento di mezza pensione (cena e prima colazione).

3° giorno Rifugio Chaligne

Prima Colazione in rifugio

Terza tappa: Rifugio Chaligne – Ars - Étroubles – (Flassin)Saint - Oyen

Dal Rifugio Chaligne, situato nei pressi di un grande alpeggio al limitare del bosco, con una breve discesa si raggiunge una strada podereale sotto cui passa il rû de Collet che si sviluppa in discesa mai ripida lungo il fianco della montagna. Una volta raggiunta la parte superiore del vallone d'Ars, si prosegue in discesa, questa volta ripida, nel fitto bosco di abeti e, dopo aver percorso un tratto su strada rurale, l'itinerario raggiunge il borgo di Étroubles e quindi la località Flassin di Saint-Oyen.

5 ore

Dislivello + 310 m

Dislivello - 900 m

N.B.

I programmi sopradescritti sono dati a titolo indicativo e possono essere modificati per cause esterne all'organizzazione (condizioni meteo avverse, livello tecnico dei partecipanti, etc.). La guida si riserva sin d'ora la facoltà di modificare l'itinerario in funzione delle condizioni meteo o se la sicurezza del gruppo lo rendesse necessario.

Quota per persona:

250 €

La quota di partecipazione comprende:

- assistenza tecnica della Guida escursionistica naturalistica durante tutto il trekking
- assicurazione RC verso terzi per infortuni dovuti a comportamenti negligenti della guida
- 2 pernottamenti in rifugio con trattamento di mezza pensione (cena e prima colazione)  
Tipologia della camera: dormitori da 6 a 15 persone a seconda del rifugio

**N.B.** A seguito dell'emergenza COVID-19 in atto, durante l'estate 2020, la sistemazione in rifugio, previa prenotazione, sarà curata dal gestore della struttura con la premura di rispettare le linee guida comportamentali necessarie al rispetto del distanziamento sociale durante il soggiorno.

La quota di partecipazione non comprende:

- materiale ed attrezzatura personale per effettuare il trekking
- le spese di viaggio per arrivare al luogo di ritrovo del primo giorno
- pasti e bevande non menzionati (nello specifico, l'acquisto del pranzo al sacco presso il rifugio)
- le bevande extra in rifugio
- tasse di soggiorno
- assicurazione personale x infortuni in montagna per 3gg (costo 5 €) oppure per 7 gg (costo 12 €) su richiesta
- tutto quanto non indicato alla voce "La quota di partecipazione comprende".
- In caso di modifica dell'itinerario per cause esterne all'organizzazione (condizioni meteo avverse, livello tecnico dei partecipanti, etc.) le spese non previste saranno addebitate ai partecipanti.

Elenco equipaggiamento trekking di più giorni:

Zaino 40-50 lt.

Abbigliamento da indossare:

- Scarponi da trekking
- Pantaloncini da montagna
- Maglietta maniche corte (meglio se di materiale traspirante, tipo microfibra)
- Calze da montagna non corte
- Cappellino per il sole/bandana
- Occhiali da sole
- Giacca windstopper

Dentro lo zaino:

- Pantalone lungo da montagna (tipo Schoeller, soft shell)
- Magliette di ricambio (n°3)
- Calze di ricambio
- Intimo di ricambio
- Maglietta a maniche lunghe
- Calzmaglia da utilizzare in caso di freddo e come indumento per la notte
- Giacca a vento impermeabile (tipo Gore-tex, pac-lite)
- Mantella per la pioggia

- Coprizaino se non incorporato nello zaino stesso
- Necessario per lavarsi (dentifricio, bagnoschiuma ecc)
- Asciugamano
- Berretto di lana
- Guanti
- Borraccia/thermos + snack (tipo barrette ai cereali, cioccolato)
- Sacco a letto per il rifugio N.B. (Sacco a pelo fino a quando non terminerà l'emergenza Covid-19)
- Ciabatte (per il rifugio)
- Crema solare
- Coltellino multiuso
- Bastoncini da montagna
- Farmacia personale (antidolorifici, compeed, aspirina)
- Lampada frontale
- Macchina fotografica