










## Alpi Cozie – Alta Valle Maira

### **Trek in terra Occitana**

## Giro ad anello a la Tête de la Fréma – Tour del gruppo Provenzale/Castello

19-20-21 Luglio 2024

La Valle Maira è considerata una delle valli più selvagge d'Italia. Priva di nuove costruzioni, impianti di risalita e collegamenti discutibili, la Valle conserva il suo aspetto autentico. Nel trekking di due giorni attraverseremo ambienti solitari di grande bellezza, costellati da laghi alpini, cascate cristalline e montagne maestose che sovrastano le nuvole; ma soprattutto ci immergeremo nei suoni ancestrali della natura incontaminata, abitata da una ricca fauna selvatica. Prima di approdare in terra occitana visiteremo il Museo Nazionale della Montagna di Torino, che quest'anno celebra i suoi 150 anni!

	<b>Difficoltà</b> T-E-EE		<b>Tempo di percorrenza</b> 1° giorno: visita al Museo della Montagna 2° giorno: 8 ore escluse le soste 3° giorno: 5 ore escluse le soste
	<b>Cartografia</b> Fraternari n°11 Alta Val Maira 1:25000		<b>Dislivello</b> 1° giorno: // 2° giorno: +/- 1500 m 3° giorno: +/- 680 m
	<b>Breve descrizioni del percorso escursionistico</b> <b>20 luglio:</b> Borgata Chiappera (1.650 m) – Rifugio Stroppia (2.260 m) – Bivacco Barengi (2.815 m) – Colle della Gippiera (2.930 m) – Tête de la Fréma (3.151 m) – Colle dell'Infernetto (2.783 m). <b>21 luglio:</b> Borgata Chiappera (1.650 m) – Sentiero per i colli del Rui e Greguri – Colle Greguri (2.319) – Grange Collet (2006 m).		
	<b>Abbigliamento:</b> media montagna, guscio impermeabile, scarponi ben marcati, bastoncini, guanti, cappello, crema solare, termos, kit di pronto soccorso. Consigliabile il binocolo.		
	<b>Ritrovo: ore 8:00 al Casello autostradale di Peschiera del Garda.</b> 1^ tappa Museo Nazionale della Montagna di Torino (3 ore di viaggio senza sosta). 2^ tappa Acceglio – Hotel Londra locanda occitana (2 ore di viaggio senza sosta).		
	<b>Costo:</b> 4€ iscrizione al Trek Pernotto: 81,60 € al giorno camera doppia, mezza pensione caraffa d'acqua compresa. Cestino: 9,00 € a persona al giorno. Tassa di soggiorno 1,50 € a giorno. Segnalare eventuali intolleranze alimentari, dieta vegetariana o vegana.		
	<b>Informazioni iscrizioni:</b> presso la sede CAI, oppure contattando l'accompagnatore della Sezione di Rovigo. Al momento dell'iscrizione va versato il 30% del pernotto.		
	<b>Direttore di escursione</b> Micaela O. 335 7049508 (CAI Sez. Rovigo) Pierluigi C. (CAI Sez. Bassano del Grappa) Marco A. (CAI Uget Torre Pellice)	<b>Note</b> Escursione riservata ai Soci CAI. Per chi è interessato si può attivare l'assicurazione Kasko per i 3 giorni comunicando il numero di targa.	

#### AVVERTENZE PER LE ESCURSIONI SOCIALI

La pratica della montagna comporta dei rischi ineliminabili, chi decide di intraprendere un'escursione deve essere consapevole di esporsi, seppur in modo minimo, ad una percentuale di rischio. Ogni partecipante deve essere responsabilmente consapevole che le personali capacità psicofisiche devono essere adeguate all'impegno richiesto per l'attività sociale a cui intende partecipare. I Referenti dell'escursione possono in ogni momento, per la sicurezza e l'incolumità del gruppo, in considerazione delle condizioni atmosferiche, delle capacità tecniche dei partecipanti o di valutazioni locali sulle condizioni del manto nevoso:

A) Adeguare o modificare il percorso programmato o, eventualmente disporre la rinuncia

B) Escludere dalla partecipazione all'escursione quanti non ritenuti idonei, per capacità o carenze di equipaggiamento.

I partecipanti hanno il dovere di tenere una condotta diligente e collaborativa attenendosi alle disposizioni dei Referenti e del Regolamento di partecipazione all'attività escursionistica sociale. In caso di inosservanza saranno, di fatto, esclusi dall'attività sociale con conseguente esonero di responsabilità degli Accompagnatori e della Sezione CAI di Rovigo. I minori devono essere accompagnati da un adulto che ne abbia la responsabilità. Il Regolamento sezionale delle escursioni è consultabile sul sito [www.cairovigo.it](http://www.cairovigo.it)

#### CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI ROVIGO

Via G. Bruno 15, 45100 Rovigo

Orario segreteria: Mercoledì 18:30/19:30 – Giovedì 21:15/22:30

Tel 0425 21061 | E-mail [info@cairovigo.it](mailto:info@cairovigo.it)

[Cairovigo.it](http://Cairovigo.it) | [Facebook](#) | [Instagram](#) | [X](#) |



# CLUB ALPINO ITALIANO

## Intersezionale Rovigo – Bassano del Grappa – Uget Torre Pellice



**1° giorno** Da Rovigo prendere la Transpolesana (SS n.434) verso la A4/E70 e proseguire fino al casello di Verona sud da quale si entrerà in A4 fino al casello di Peschiera del Garda. Da qui si prosegue lungo la A4 fino a Torino (uscita Settimo Torinese). Entrati nella città metropolitana di Torino si prosegue fino al Monte dei Cappuccini, sede del Museo Nazionale della Montagna. Dopo la visita è possibile pranzare al ristorante del Museo, oppure consumare il pasto al sacco sul posto. Nel primo pomeriggio si riprende il viaggio lungo l'A6 per proseguire sulla statale fino ad Acceglio.

**2° giorno** Escursione ad anello a la Tête de la Fréma. Giro ad anello lungo e faticoso ma senza difficoltà alpinistiche. Dal Rifugio "Campo Base" Loc. Chiappera imbocchiamo il sentiero Dino Icardi, interamente marcato con tacche giallo/blu. Fin da subito ci aspettano diversi tornanti che conducono alla bastionata rocciosa delle Cascate di Stroppia, secondo alcune fonti le più alte d'Italia. Si prosegue lungo la vecchia mulattiera militare per poi sbucare nel vallone sospeso del Vallonasso di Stroppia, passando per il Bivacco Barenghi. Superato il Col de Gippiera (2948 m) arriveremo a la Tête de la Fréma (3.151 m), la cima situata sullo spartiacque alpino principale tra la Valle Maira e la Valle dell'Ubaye. Dopo la meritata sosta, torneremo al Bivacco Barenghi per proseguire in direzione del Colle dell'Infernetto (2783 m) e scendere lungo l'omonimo vallone al punto di partenza.

**3° giorno.** Giro del gruppo Provenzale/Castello. La Rocca Provenzale è senza dubbio uno dei simboli della Valle Maira e con i suoi 2451 m. domina l'alta Valle e si erge alle spalle della splendida Chiappera, una delle borgate più belle dell'alta Valle Maira. Il tour ad anello proposto, comprendente anche Rocca Castello, è uno fra i più spettacolari dell'intera valle. Il panorama circostante è dominato dall'impressionante massiccio roccioso del gruppo Provenzale-Castello che con le sue vertiginose pareti emerge verticale dai prati dietro Chiappera. Il punto più alto che toccheremo è Colle Greguri (2.319), dove si trova un bunker del Vallo Alpino, il sistema di fortificazioni voluto da Mussolini per proteggere il confine italiano in previsione della seconda guerra mondiale.

### Bibliografia/Sitografia

AA.VV. «*Meridiani Montagne - Valle Maira e Castello provenzale*» Ed. Domus, marzo 2024

AA.VV. «*Val Maira. Ambiente, cultura e tradizioni di un'affascinante valle occitana*» Più Eventi Edizioni, 2011

Giambattista Aimino - Gian Vittorio Avondo «*Terre di Occitania*» Edizioni del Capricorno, 2015

Franco Faggiani «*L'inventario delle nuvole*» Fazi Editore, 2023

<https://www.museomontagna.org/>

<https://www.vallemaira.org/>

[https://www.youtube.com/watch?v=faxB823B7AA&ab\\_channel=ValleMaira](https://www.youtube.com/watch?v=faxB823B7AA&ab_channel=ValleMaira)

[https://www.youtube.com/watch?v=H\\_aWv2wZKjE&ab\\_channel=Anna%26RikiOutdoors](https://www.youtube.com/watch?v=H_aWv2wZKjE&ab_channel=Anna%26RikiOutdoors)

<https://cuneotrekking.com/itinerari/escursioni/giro-del-gruppo-provenzalecastello-valle-maira/>

[https://issuu.com/paolome/docs/dizionario\\_occitano\\_lr4](https://issuu.com/paolome/docs/dizionario_occitano_lr4)

[https://www.youtube.com/watch?v=ZaJEpa\\_IODE](https://www.youtube.com/watch?v=ZaJEpa_IODE) Se Chanto - Inno Occitano

#### AVVERTENZE PER LE ESCURSIONI SOCIALI

La pratica della montagna comporta dei rischi ineliminabili, chi decide di intraprendere un'escursione deve essere consapevole di esporsi, seppur in modo minimo, ad una percentuale di rischio. Ogni partecipante deve essere responsabilmente consapevole che le personali capacità psicofisiche devono essere adeguate all'impegno richiesto per l'attività sociale a cui intende partecipare. I Referenti dell'escursione possono in ogni momento, per la sicurezza e l'incolumità del gruppo, in considerazione delle condizioni atmosferiche, delle capacità tecniche dei partecipanti o di valutazioni locali sulle condizioni del manto nevoso:

A) Adeguare o modificare il percorso programmato o, eventualmente disporre la rinuncia

B) Escludere dalla partecipazione all'escursione quanti non ritenuti idonei, per capacità o carenze di equipaggiamento.

I partecipanti hanno il dovere di tenere una condotta diligente e collaborativa attenendosi alle disposizioni dei Referenti e del Regolamento di partecipazione all'attività escursionistica sociale. In caso di inosservanza saranno, di fatto, esclusi dall'attività sociale con conseguente esonero di responsabilità degli Accompagnatori e della Sezione CAI di Rovigo. I minori devono essere accompagnati da un adulto che ne abbia la responsabilità. Il Regolamento sezionale delle escursioni è consultabile sul sito [www.cairovigo.it](http://www.cairovigo.it)

#### CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI ROVIGO

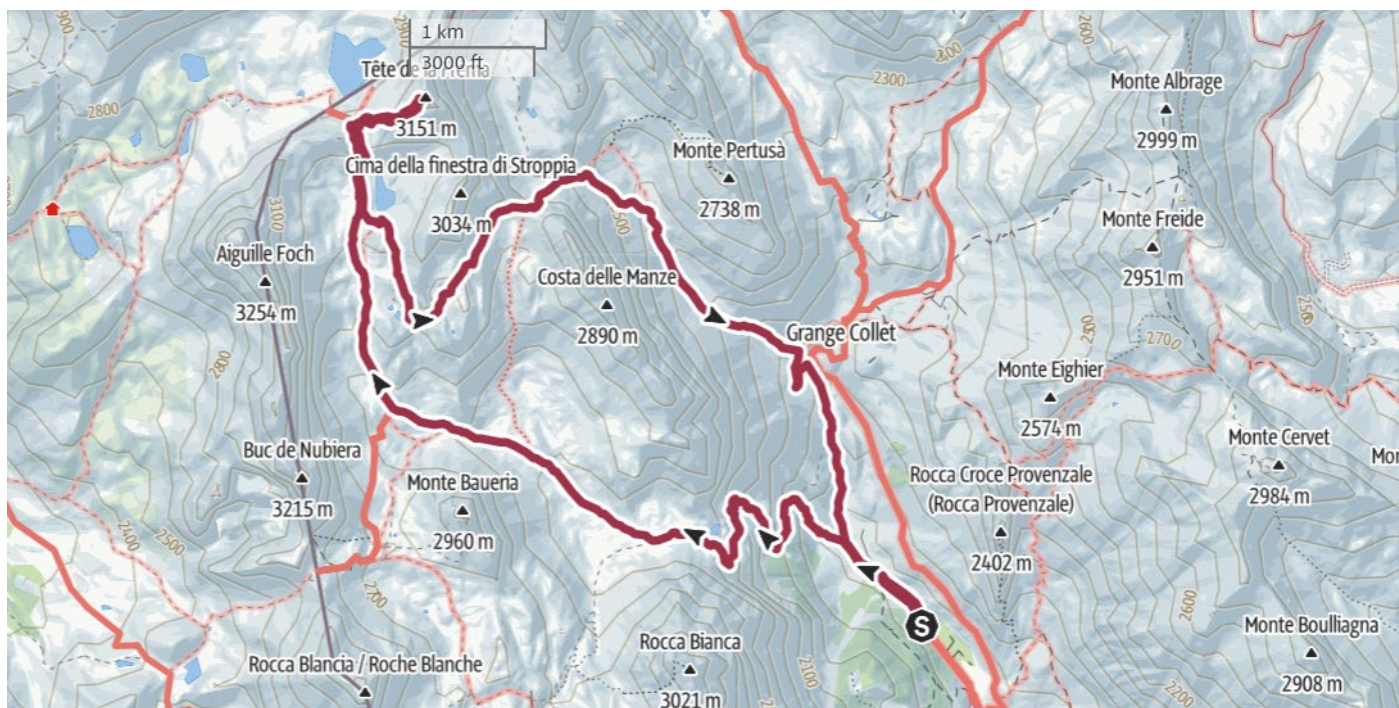
Via G. Bruno 15, 45100 Rovigo

Orario segreteria: Mercoledì 18:30/19:30 – Giovedì 21:15/22:30

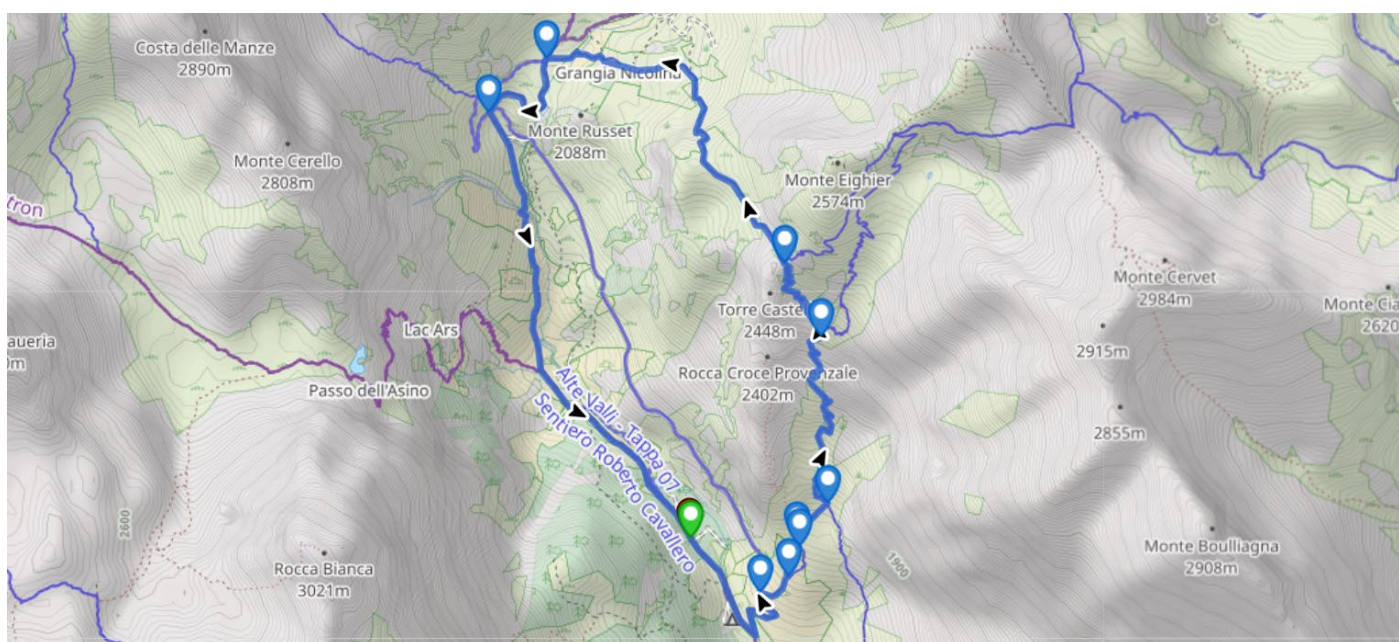
Tel 0425 21061 | E-mail [info@cairovigo.it](mailto:info@cairovigo.it)

[Cairovigo.it](http://Cairovigo.it) | [Facebook](#) | [Instagram](#) | [X](#) |

### Sabato 20 luglio 2024 – Giro ad anello a la Tête de la Fréma



### Domenica 21 luglio 2024 – Tour del gruppo Provenzale/Castello



#### AVVERTENZE PER LE ESCURSIONI SOCIALI

La pratica della montagna comporta dei rischi ineliminabili, chi decide di intraprendere un'escursione deve essere consapevole di esporsi, seppur in modo minimo, ad una percentuale di rischio. Ogni partecipante deve essere responsabilmente consapevole che le personali capacità psicofisiche devono essere adeguate all'impegno richiesto per l'attività sociale a cui intende partecipare. I Referenti dell'escursione possono in ogni momento, per la sicurezza e l'incolumità del gruppo, in considerazione delle condizioni atmosferiche, delle capacità tecniche dei partecipanti o di valutazioni locali sulle condizioni del manto nevoso:

A) Adeguare o modificare il percorso programmato o, eventualmente, disporre la rinuncia.

B) Escludere dalla partecipazione all'escursione quanti non ritenuti idonei, per capacità o carenze di equipaggiamento.

I partecipanti hanno il dovere di tenere una condotta diligente e collaborativa attenendosi alle disposizioni dei Referenti e del Regolamento di partecipazione all'attività escursionistica sociale. In caso di inosservanza saranno, di fatto, esclusi dall'attività sociale con conseguente esonero di responsabilità degli Accompagnatori e della Sezione CAI di Rovigo. I minori devono essere accompagnati da un adulto che ne abbia la responsabilità. Il Regolamento sezionale delle escursioni è consultabile sul sito [www.cairovigo.it](http://www.cairovigo.it)

#### CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI ROVIGO

Via G. Bruno 15, 45100 Rovigo

Orario segreteria: Mercoledì 18:30/19:30 – Giovedì 21:15/22:30

Tel 0425 21061 | E-mail [info@cairovigo.it](mailto:info@cairovigo.it)

[Cairovigo.it](http://Cairovigo.it) | [Facebook](#) | [Instagram](#) | [X](#) |