



Itinerari per racchette da neve e sci alpinismo nelle Alpi Cuneesi e dell'Alta Provenza

Itinéraires de randonnées en raquettes et de ski de randonnée
dans les Alpes de Cuneo et les Alpes de Haute Provence

Routen zum Schneeschuhwandern und Skibergsteigen
in den Alpen Cuneos und der Haute Provence

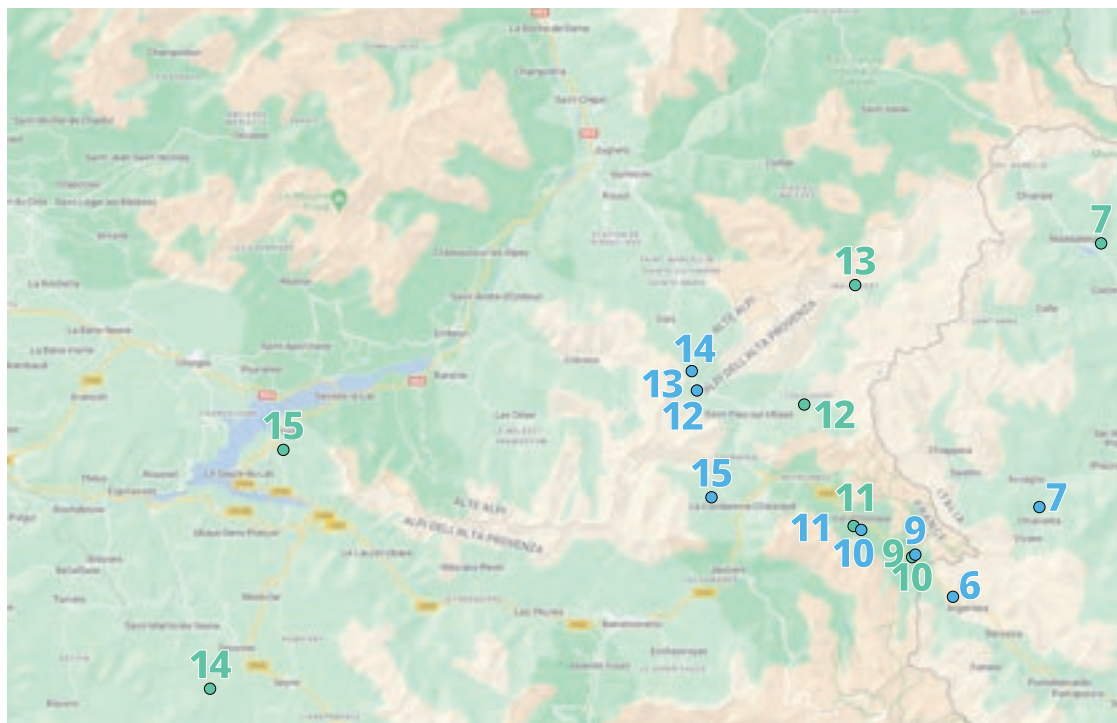
Snowshoe and ski mountaineering itineraries
in the Cuneo and Haute Provence Alps



Cofinancé par
l'Union Européenne
Cofinanziato
dall'Unione Europea

France – Italia ALCOTRA

Alpi Cuneesi e dell'Alta Provenza:
Divertimento invernale. Su misura. Senza confini.
Alpes de Cuneo et les Alpes de Haute Provence :
les plaisirs de l'hiver. Adaptés à chacun. Sans frontières.



In questa guida ti presentiamo 30 itinerari per escursioni con racchette da neve e di sci alpinismo tra le Alpi del Cuneese e dell'Alta Provenza, per una vacanza senza confini tra Italia e Francia.

Aria pura, paesaggi incontaminati e natura intatta sono pronte ad accogliere la tua voglia di rigenerazione! Qualunque sia il tuo livello di preparazione tecnica, principiante o avanzato, regalati la quiete di un'escursione con le racchette da neve o l'emozione di una gita scialpinistica in uno dei favolosi scenari innevati d'alta quota delle nostre valli montane: dalla Blanche Serre Ponçon alla Val d'Allos alle valli dell'Ubaye e del Cuneese, dalle Alpi Marittime all'iconico Mont Viso.

Scopri gli itinerari completi e scarica le tracce gpx su tourisme-alpes-haute-provence.com e visitcuneese.it

Dans ce guide, nous vous présentons 30 itinéraires de randonnées en raquettes et de ski de randonnée dans les Alpes de Cuneo et de Haute Provence, pour des vacances sans frontières entre l'Italie et la France.

L'air pur, des paysages authentiques et une nature préservée sont prêts à accueillir votre envie de vous ressourcer ! Quel que soit votre niveau de préparation technique, débutant ou avancé, offrez-vous la tranquillité d'une randonnée en raquettes ou le frisson d'une sortie en ski de randonnée dans l'un des fabuleux décors enneigés d'altitude de nos vallées de montagne : de Blanche Serre Ponçon au Val d'Allos en passant par les vallées de l'Ubaye et de Cuneo, des Alpes Maritimes à l'émblématique Mont Viso.

Découvrez les itinéraires complets et téléchargez les tracés GPX sur tourisme-alpes-haute-provence.com et visitcuneese.it

Die Alpen Cuneo und der Haute Provence: Winterspaß. Nach Maß. Ohne Grenzen. Cuneo and Haute Provence Alps: Winter enjoyment. Made-to-measure. No borders.

In diesem Führer präsentieren wir Ihnen 30 Routen für Schneeschuhwanderungen und das Skibergsteigen zwischen den Alpen Cuneo und der Haute Provence, für einen Urlaub ohne Grenzen zwischen Italien und Frankreich.

Reine Luft, ursprüngliche Landschaften und unberührte Natur erwarten Sie, um Ihrem Wunsch nach Regeneration Raum zu geben! Wie auch immer Ihre technischen Fertigkeiten aussehen, ob Sie Anfänger oder Fortgeschrittener sind, schenken Sie sich die Stille einer Schneeschuhwanderung oder die Emotion einer Skitour in einer der herrlichen Schneekulissen unserer Hochgebirgstäler: vom Blanche Serre Ponçon über das Val d'Allos zu den Tälern von Ubaye und Cuneo, von den Seealpen zum ikonischen Monviso.

Entdecken Sie die vollständigen Routen und laden Sie die GPX-Tracks auf tourisme-alpes-haute-provence.com und visitcuneese.it herunter.

This guide includes 30 snowshoe and ski mountaineering excursion itineraries in the Cuneo and Haute Provence Alps - for holidays without borders between Italy and France.

Pure air, uncontaminated landscapes and intact nature will match your desire to recharge your batteries! Whatever your level of technical expertise, whether beginner or advanced, treat yourself to a peaceful snowshoe excursion or a thrilling ski mountaineering trip in one of the fabulous high-altitude, snow-covered scenarios set in our mountain valleys: from Blanche Serre Ponçon to Val d'Allos, and the Ubaye and Cuneo valleys, from the Maritime Alps to the iconic Monviso group.

**Check out all the itineraries and download the GPX tracks at:
tourisme-alpes-haute-provence.com and visitcuneese.it**

Legenda - Légende - Legende - Key



Ascesa - Ascension - Aufstieg - Ascent



Lunghezza totale - Longueur totale - Gesamtlänge - Total distance



Altitudine partenza - Altitude de départ - Ausgangshöhe - Starting altitude



Altitudine massima - Altitude maximale - Maximale Höhe - Maximum altitude



~ Circa - Environ - Zirka - Approx

Difficoltà - Difficulté - Schwierigkeit - Difficulty:



T (Turistico) = Terreni nell'insieme poco pendenti e senza pendii ripidi nelle immediate vicinanze.

T (Touriste) = Terrain à faible déclivité en général et sans pentes raides à proximité immédiate

T (Touristisch) = Gelände insgesamt wenig ansteigend und ohne Steilhänge in unmittelbarer Nähe.

E (Easy) = Terrain with shallow slopes overall and no steep slopes in the immediate vicinity.



MR (Medio Racchettatore) = Terreni nell'insieme poco pendenti (fino a 25°) ma con pendii ripidi nelle immediate vicinanze che potrebbero causare il distacco di valanghe più o meno grandi.

MR (Moyen Randonneur) = Terrain à faible déclivité en général (jusqu'à 25°) mais avec des pentes raides dans les environs immédiats qui peuvent entraîner le déclenchement d'avalanches plus ou moins importantes.

MSW (Mittlerer Schneeschuhwanderer) = Gelände insgesamt wenig ansteigend (bis 25°), aber mit Steilhängen in unmittelbarer Nähe, bei denen es zur Auslösung von mehr oder weniger großen Lawinen kommen kann.

SD (Somewhat Difficult) = Terrain with shallow slopes overall (up to 25°) but with steep slopes in the immediate vicinity which could set off more or less large avalanches.



BR (Bravo Racchettatore) = Terreni nell'insieme moderatamente pendenti (fino a 30°) con brevi passaggi ripidi. Pericolo di valanghe.

BR (Bon Randonneur) = Terrain moyennement raide en général (jusqu'à 30°) avec de courts passages raides. Danger d'avalanches.

GSW (Guter Schneeschuhwanderer) = Gelände insgesamt mittelmäßig ansteigend (bis 30°) mit kurzen steilen Passagen. Lawinengefahr.

D (Difficult) = Moderately sloping terrain overall (up to 30°) with short, steep sections. Risk of avalanches.



MS (Medio Sciatore) = Pendii facili, fino a 30°.

MS (Moyen Skieur) = Pentes faciles, n'excédant pas 30°.

MS (Mittlerer Skifahrer) = Einfache Hänge bis 30°.

MS (Medium Skier) = Easy slopes, up to 30°.



BS (Buono Sciatore) = Pendii fino a 40°, per tratti brevi e poco esposti.

BS (Bon Skieur) = Pentes jusqu'à 40°, sur des tronçons courts et peu exposés.

GS (Guter Skifahrer) = Hänge bis 40°, für kurze und wenig exponierte Abschnitte.

GS (Good Skier) = Slopes up to 40°, over short and little exposed sections.



OS (Ottimo Sciatore) = Pendii anche oltre 40°, passaggi obbligati ed esposti.

SE (Skieur Expérimenté) = Pentes excédant 40°, passages obligatoires et exposés.

AS (Ausgezeichneter Skifahrer) = Hänge auch über 40°, obligatorische und exponierte Passagen.

SS (Skilled Skier) = Slopes even over 40°, obligatory and exposed sections.



OSA (Ottimo Sciatore Alpinista)

SAE (Skieur Alpiniste Expérimenté)

ASB (Ausgezeichneter Skibergsteiger)

ESM (Expert Ski Mountaineer)

Esposizione - Exposition - Exposition - Exposure



Nord - Nord - Norden - North



Sud - Sud - Süden - South



Esposizioni varie - Différentes expositions - Verschiedene Expositionen - Varied exposure



Note/Attenzione - Remarques - Hinweise - Notes



Punto di partenza - Point de départ - Ausgangspunkt - Starting point



Attrezzatura - Équipement - Ausrüstung - Equipment



Da sci alpinismo - De ski de randonnée - Zum Skibergsteigen - Ski mountaineering



Piccozza - Piolet - Pickel - Ice pick



Ramponi - Crampons - Steigeisen - Crampons



Ovest - Ouest - Westen - West



Est - Est - Osten - East



Racchette da neve
Raquettes à neige
Schneeschuhe
Snowshoes



1 Baita Elica – Valle Ellero

 Sant'Anna di Prea (Roccaforte Mondovì)

	≈ 370 m		1.087 m
	≈ 5,5 km		1.455 m
			



 Un suggestivo itinerario che risale i soleggiati pendii di Sant'Anna di Prea fino alla baita Elica, chalet alpino collocato accanto alle piste da sci del comprensorio di Lurisia sul crinale che divide la valle Ellero dalla pianura. Vista la posizione privilegiata offre un panorama a giro d'orizzonte che nelle giornate terse può arrivare fino ai lontanissimi Cervino e Monte Rosa. Un percorso non troppo lungo indicato anche per i principianti delle racchette da neve.

 Un itinéraire agréable qui remonte les pentes ensoleillées de Sant'Anna di Prea jusqu'à la Baita Elica, un chalet d'alpage situé à côté des pistes de ski du domaine de Lurisia sur la crête qui sépare la vallée d'Ellero de la plaine. Grâce à sa position privilégiée, il offre une vue panoramique qui, par temps clair, peut aller jusqu'au Cervin et au Mont Rose. L'itinéraire n'est pas trop long et convient également à ceux qui font leurs premiers pas en raquettes à neige.

 Eine stimmungsvolle Route, die sonnigen Hänge von Sant'Anna di Prea hinauf zur Hütte Elica, ein Alpenchalet neben den Pisten des Skigebiets Lurisia auf dem Kamm, der das Ellero-Tal von der Ebene trennt. Aufgrund seiner privilegierten Lage bietet es einen herrlichen Rundumblick, der an klaren Tagen bis zum weit entfernten Matterhorn und Monte Rosa-Massiv reicht. Eine nicht zu lange Strecke, die auch für Schneeschuh-Anfänger geeignet ist.

 An evocative itinerary up the sunny slopes of Sant'Anna di Prea as far as the Elica Refuge, an Alpine chalet located close to the ski slopes in the Lurisia area on the ridge that divides the Ellero valley from the plains below. This superb location offers a panoramic view of the horizon which on clear days reaches as far as Cervino and Monte Rosa in the far distance. This itinerary is not too long and also ideal for snowshoe beginners.

 La strada per Sant'Anna di Prea non viene sgomberata dalla neve, per cui potrebbe essere necessario lasciare l'auto nei pressi del cimitero di Prea allungando notevolmente il percorso.

La route de Sant'Anna di Prea n'étant pas déneigée, il peut s'avérer nécessaire de laisser sa voiture près du cimetière de Prea, ce qui rallonge considérablement le parcours.

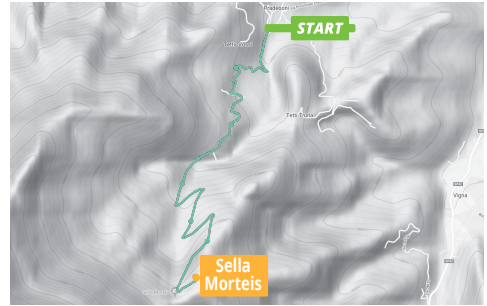
Die Straße nach Sant'Anna di Prea wird nicht schneegeräumt; daher muss das Auto ggf. in der Nähe des Friedhofs von Prea geparkt werden, wodurch sich die Strecke erheblich verlängert.

The road to Sant'Anna di Prea is not cleared of snow. It may therefore be necessary to leave cars near the Prea Cemetery, which makes the itinerary significantly longer.

2 Sella Morteis – Valle Pesio



Pradeboni (Peveragno)



La sella Morteis è un balcone naturale situato sul fianco orientale della Besimauda lungo la via normale di salita da Pradeboni. Nei suoi pressi sorge un piccolo osservatorio astronomico dal quale è possibile ammirare una vasta porzione delle Alpi Liguri, dal monte Pigna al Bric Costa Rossa, con lo sguardo che si spinge fino all'impressionante parete nord del Marguareis. Questo itinerario, molto frequentato e con rischi limitati, è ideale per chi ha poco tempo perché il punto di partenza è raggiungibile in meno di mezz'ora di auto da Cuneo.

Le col Morteis est un balcon naturel situé sur le flanc est du Besimauda, le long de la voie normale d'ascension depuis Pradeboni. À proximité se trouve un petit observatoire astronomique d'où l'on peut admirer une vaste partie des Alpes ligures, du mont Pigna au Bric Costa Rossa, avec une vue qui s'étend jusqu'à l'impressionnante paroi nord du Marguareis. Cet itinéraire, très fréquenté et aux risques limités, est idéal pour ceux qui disposent de peu de temps, car le départ se situe à moins d'une demi-heure de voiture depuis Cuneo.

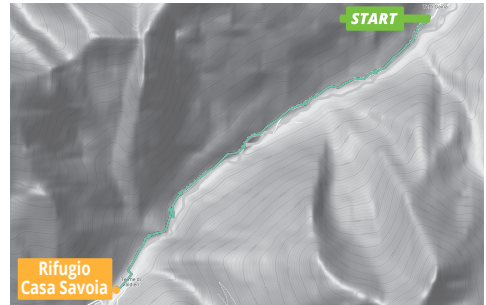
Der Sella Morteis ist ein natürlicher Balkon am Osthang des Besimauda am normalen Aufstiegsweg ab Pradeboni. In der Nähe befindet sich eine kleine Sternwarte, von der man einen großen Teil der Ligurischen Alpen, vom Monte Pigna bis zum Bric Costa Rossa, bewundern kann, wobei der Blick bis zur beeindruckenden Nordwand des Marguareis reicht. Diese beliebte und wenig gefährliche Route eignet sich besonders für Eilige, da der Ausgangspunkt in weniger als einer halben Autostunde von Cuneo aus erreichbar ist.

Sella Morteis is a natural balcony on the eastern side of Mount Besimauda along the customary ascent route from Pradeboni. There is a small astronomical observatory nearby, with admirable views of a vast portion of the Ligurian Alps, from Monte Pigna to Bric Costa Rossa, with a panorama extending as far as the impressive north face of Punta Marguareis. This itinerary is very popular and largely free of risks. It is ideal for a quick trip since the starting point can be reached in less than half an hour by car from Cuneo.



3 Rifugio Casa Savoia – Valle Gesso

 Tetti Gaina (Valdieri)



 Il rifugio Casa Savoia si trova in loc. Terme di Valdieri, a pochi passi dall'ottocentesco hotel Royal, nel cuore del parco delle Alpi Marittime. La storia delle terme affonda le radici nel '500, ma è nel 1857 che re Vittorio Emanuele II, innamorato della valle, posò la prima pietra del maestoso edificio che al massimo splendore arrivò a ospitare 600 persone. Il rifugio, ubicato in uno chalet ristrutturato e riscaldato con acqua termale, può essere raggiunto agevolmente con un percorso di circa 5 km ed è aperto, quando le condizioni lo permettono, anche in inverno nei fine settimana e durante le festività.

 Le refuge Casa Savoia est situé à Terme di Valdieri, à quelques pas de l'hôtel Royal du XIXe siècle, au cœur du parc des Alpes Maritimes. L'histoire des thermes remonte au XVIe siècle, mais c'est en 1857 que le roi Victor Emmanuel II, amoureux de la vallée, posa la première pierre du majestueux édifice qui, à son apogée, pouvait accueillir jusqu'à 600 personnes. Le refuge, situé dans un chalet qui a la particularité d'être chauffé à l'eau thermale, est facilement accessible par un parcours d'environ 5km. Lorsque les conditions le permettent, il est ouvert les week-ends et pendant les vacances scolaires en hiver.

 Die Schutzhütte Casa Savoia liegt in Terme di Valdieri, unweit des Hotels Royal aus dem 19. Jh. und im Herzen des Naturparks Alpi Marittime. Die Geschichte der Therme reicht bis in das 16. Jh. zurück, aber erst 1857 legte Viktor Emanuel II, nachdem er seine Liebe zum Gesso-Tal entdeckt hatte, den Grundstein des majestätischen Gebäudes, das zu seinen Glanzzeiten 600 Personen beherbergte. Die Schutzhütte ist in einem renovierten und mit Thermalwasser beheizten Chalet untergebracht und bequem auf einer etwa 5 km langen Strecke zu erreichen. Geöffnet ist sie, wenn es die Bedingungen erlauben, auch im Winter an Wochenenden und Feiertagen.

 The Casa Savoia refuge is part of the Terme di Valdieri spa complex, not far from the XIX-century Royal Hotel, in the heart of the Maritime Alps Park. The history of the spa goes back to the XVI century, but it was in 1857 that King Vittorio Emanuele II, who loved this Valley, laid the foundation stone of the majestic building that, at the height of its splendour, could accommodate 600 people. The refuge occupies a renovated chalet heated with thermal water and is easily reached about 5 km further on. When conditions permit, it is even open in winter at weekends and during holidays.

 Non è da sottovalutare il pericolo valanghe che si possono staccare dai grandi colatoi discendenti dal monte Matto. È fondamentale leggere il bollettino e informarsi con i gestori del rifugio, attivi sui social network, sulle condizioni aggiornate. Il ne faut pas sous-estimer le danger d'avalanches qui peuvent se déclencher dans les grands couloirs qui descendent du mont Matto. Il est essentiel de lire le bulletin météo et de se renseigner auprès des responsables des refuges, actifs sur les réseaux sociaux, sur les conditions mises à jour.

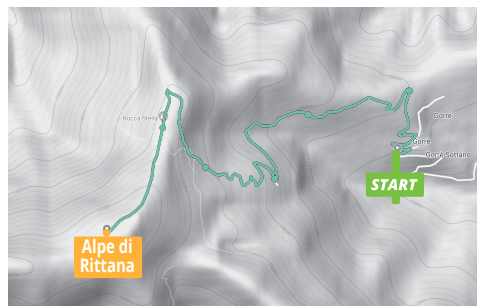
Die Gefahr eines Lawinenabgangs über die großen vom Monte Matto abfallenden Rinnen ist nicht zu unterschätzen. Lesen Sie unbedingt den Lagebericht und informieren Sie sich bei den Schutzhüttenbetreibern, die in den sozialen Netzwerken aktiv sind, über die aktuellen Bedingungen.

Do not underestimate the risk of avalanches that may start from the large gullies descending from Mount Matto. It is essential to read the bulletins and ask refuge managers – who are active on social media networks – for updated information about conditions.

4 Alpe di Rittana – Valle Stura

 **Gorrè (Rittana)**

	≈ 700 m		1.107 m
	≈ 11 km		1.796 m
			



 In inverno l'Alpe di Rittana si presenta come un'ampia dorsale innevata priva d'alberi posta tra la valle Stura e il vallone di Coumboscuro. Pur essendo di modesta altezza, offre panorami vastissimi che spaziano dal massiccio della Bisalta al Monte Rosa abbracciando gran parte dell'arco alpino.

 En hiver, l'Alpe de Rittana ressemble à une large crête enneigée et sans arbres, située entre la vallée de la Stura et le vallon de Coumboscuro. Bien que de hauteur modeste, il offre de vastes panoramas qui vont du massif de la Bisalta au Mont Rose, embrassant ainsi une grande partie de l'arc alpin.

 Im Winter zeigt sich der zwischen dem Stura- und Coumboscuro-Tal gelegene Alpe di Rittana als breiter verschneiter Bergrücken ohne Bäume. Trotz seiner eher bescheidenen Höhe bietet er weitreichende Panoramen, die vom Bisalta-Massiv über einen Großteil des Alpenbogens bis zum Monte Rosa reichen.

 In winter, Alpe di Rittana resembles a broad, snow-covered ridge with no trees between the Stura Valley and the Coumboscuro Valley. Despite not being particularly high, its vast panoramas range from the Bisalta Massif to Monte Rosa, taking in much of the Alpine arc.

 Questo percorso va fatto solo quando il manto nevoso è ben assestato.
Cet itinéraire requiert une bonne stabilité du manteau neigeux pour être emprunté en toute sécurité.
Diese Route darf nur begangen werden, wenn die Schneedecke gut verfestigt ist.
This itinerary should only be followed when the snow cover is compact.

5 Monte Crocette – Valle Grana



santuario di San Magno (Castelmagno)
Sanctuaire de San Magno - Wallfahrtskirche San Magno -
Sanctuary of San Magno



≈ 450 m



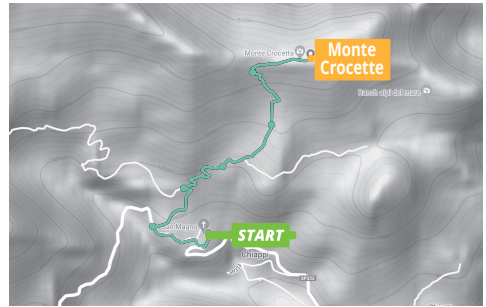
1.767 m



≈ 6 km



2.192 m



Il monte Crocette, conosciuto anche come “Crosetta”, è un rilievo posto sulla dorsale sud-est del monte Tibert. Molto frequentato in tutte le stagioni per la relativa facilità di accesso, splendidi panorami e vicinanza al santuario di san Magno, si presta alle camminate con le ciaspole, a patto che la neve sia ben assestata visto che l'ultimo tratto risale un pendio assai ripido.



Le mont Crocette, également connu sous le nom de « Crosetta », est un relief situé sur la crête sud-est du mont Tibert. Très fréquenté en toutes saisons pour sa facilité d'accès, ses vues splendides et sa proximité du sanctuaire de San Magno, il se prête parfaitement à la randonnée en raquettes, dès lors que le manteau neigeux est suffisamment tassé pour permettre d'aborder sereinement le dernier tronçon dont la pente est raide.



Der Monte Crocette, auch als „Crosetta“ bekannt, erhebt sich auf dem südöstlichen Rücken des Monte Tibert. Aufgrund der relativ einfachen Zugänglichkeit ist er zu jeder Jahreszeit gut besucht und eignet sich wegen der herrlichen Ausblicke und der Nähe zur Wallfahrtskirche San Magno gut für Schneeschuhtouren. Voraussetzung ist eine gut verfestigte Schneedecke, da der letzte Abschnitt einen ziemlich steilen Hang hinaufführt.



Mount Crocette, also known as “Crosetta”, is a relief located on the south-east ridge of Mount Tibert. It is very popular in all seasons thanks to relatively easy access, splendid views and the nearby Sanctuary of San Magno. It is ideal for snowshoe treks, provided the snow is compact and bearing in mind that the last stretch involves a very steep slope.



Questo percorso va fatto solo quando il manto nevoso è ben assestato.

Cet itinéraire requiert une bonne stabilité du manteau neigeux pour être emprunté en toute sécurité.

Diese Route darf nur begangen werden, wenn die Schneedecke gut verfestigt ist.

This itinerary should only be followed when the snow cover is compact.

6 Cugn di Gorìa – Valle Maira

 colle della Cavallina (Elva)

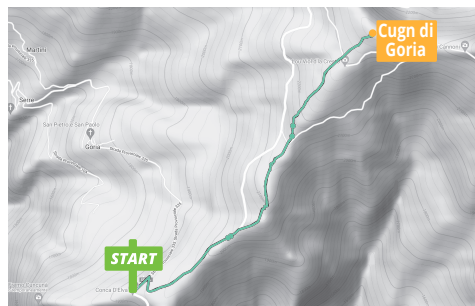
 ≈ 450 m

 ≈ 7,5 km



 1.940 m

 2.385 m



 Un itinerario al cospetto dei tremila Chersogno, Rocca la Marchisa e Pelvo d'Elva che fanno da corona a Elva. Un percorso facile, indicato anche per i principianti delle racchette da neve, che risale i pendii soleggiati che conducono sull'arrotondata cima del Cugn di Gorìa.

 Un itinéraire qui permet de randonner au pied du Chersogno, de la Rocca la Marchisa et du Pelvo d'Elva, des sommets qui culminent à 3000 mètres d'altitude et qui couronnent Elva. Un itinéraire facile, également adapté aux débutants en raquettes, qui gravit les pentes ensoleillées menant au sommet arrondi de Cugn di Gorìa.

 Eine Route im Angesicht der Dreitausender Chersogno, Rocca la Marchisa und Pelvo d'Elva, die sich rund um die Gemeinde Elva erheben. Die auch von Schneeschuh-Anfängern leicht zu bewältigende Strecke verläuft die sonnigen Hänge hinauf bis zum abgerundeten Gipfel des Cugn di Gorìa.

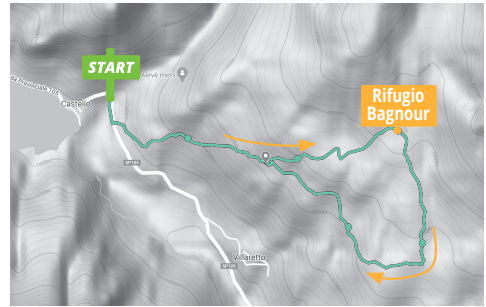
 This itinerary takes in the three thousand metre Chersogno, Rocca la Marchisa and Pelvo d'Elva peaks crowning Elva. An easy route which is also ideal for snowshoe beginners. It climbs the sunny slopes up to the rounded peak of Cugn di Gorìa.



7 Rifugio Bagnour – Valle Varaita

 Castello (Pontechianale)

 ≈ 550 m	 1.583 m
 ≈ 7 km	 2.017 m
	



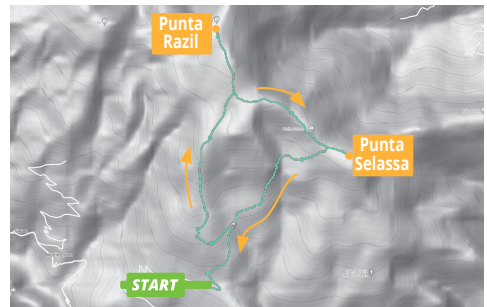
-  Un itinerario nel cuore del magnifico bosco dell'Alevè, la cembreta più grande dell'Europa meridionale. Un vero e proprio tesoro naturale, una distesa di antichissimi pini cembri, non a caso conosciuti come “regine delle Alpi”, dai lunghi aghi e dalle possenti radici che li ancorano saldamente al terreno.
-  Un itinéraire au cœur de la magnifique forêt de l'Alevè, la plus grande réserve de pins des Alpes d'Europe du Sud. Un véritable trésor naturel, une étendue d'anciens pins des Alpes, également appelés, et ce n'est pas un hasard, « rois des Alpes », avec leurs longues aiguilles et leurs puissantes racines fermement ancrées dans le sol.
-  Eine Route im Herzen des wunderschönen Alevè-Forstes, dem größten Zirbelkiefernwald Südeuropas. Ein wahrer Naturschatz voller uralter Zirben, die mit ihren langen Nadeln und tief verankerten Wurzeln nicht umsonst als „Königinnen der Alpen“ bekannt sind.
-  This itinerary is in the heart of the magnificent Alevè Forest, the largest stone pine area in southern Europe. An authentic natural treasure, an expanse of ancient stone pines – by no coincidence known as the “Queens of the Alps” – with long needles and strong roots that anchor them firmly to the ground.



8 Punta Rrazil – Valle Po

 Meire Durandini (Ostana)

 ≈ 850 m	 1.622 m
 ≈ 9 km	 2.385 m
★★★	



 Un anello che tocca le punte Rrazil e la Selassa offrendo quello che molto probabilmente è uno dei panorami più spettacolari sul Monviso e le cime circostanti. Un itinerario mozzafiato non eccessivamente faticoso da compiere in una tersa giornata invernale e con le giuste condizioni della neve.

 Cette boucle, qui touche les pointes Rrazil et Selassa, offre probablement l'une des vues les plus spectaculaires sur le Mont Viso et les sommets environnants. Un itinéraire à couper le souffle et qui ne présente pas des difficultés particulières à réaliser par une journée d'hiver claire et avec de bonnes conditions d'enneigement.

 Der Rundweg führt über die Gipfel Punta Rrazil und Punta Selassa und belohnt die Mühen des Aufstiegs mit einem der wohl schönsten Blicke auf den Monviso und die umliegenden Berge. Eine atemberaubende, nicht übermäßig schwierige Tour, die an einem klaren Wintertag mit den richtigen Schneebedingungen durchgeführt werden sollte.

 A circular itinerary that touches on the Rrazil and Selassa peaks. It offers what is probably one of the most spectacular views of Monviso and the surrounding mountains. This breathtaking itinerary is not excessively tiring on a clear winter day when the snow conditions are right.

 Questo percorso va fatto solo quando il manto nevoso è ben assestato.
Cet itinéraire requiert une bonne stabilité du manteau neigeux pour être emprunté en toute sécurité.
Diese Route darf nur begangen werden, wenn die Schneedecke gut verfestigt ist.
This itinerary should only be followed when the snow cover is compact.

9 Colle di Roburent – Vallée de l'Ubayette



Larche Le Pontet (Val-d'Oronaye)

	≈ 570 m		1.948 m
	≈ 11,5 km		2.496 m
★★			



- Un itinerario che partendo poco a monte di Larche conduce al colle di Roburent, situato sul confine italo-francese. Uno straordinario balcone panoramico affacciato sul lago superiore di Roburent, adagiato in una conca sospesa ai piedi dell'immenso ammasso roccioso del monte Oronaye.
- Un itinéraire qui part juste au-dessus de Larche mène en direction du col de Roburent, situé à la frontière italo-française. Il offre une vue panoramique extraordinaire en surplomb du lac Supérieur de Roburent, niché au pied de l'immense massif rocheux du mont Oronaye.
- Die Tour führt vom Ausgangspunkt kurz vor Larche bis zum Colle di Roburent an der italienisch-französischen Grenze. Ein Logenplatz mit Blick auf den oberen Roburent-See, der sich in einer Mulde am Fuße des riesigen Felsmassivs des Monte Oronaye versteckt.
- This itinerary starts just above Larche and leads to the Roburent Hill, on the Italian-French border. This extraordinary scenic balcony overlooks the upper Lake Roburent nestled in a basin hanging at the feet of the immense, rocky mass of Monte Oronaye.



Questo percorso va fatto solo quando il manto nevoso è ben assestato.

Cet itinéraire requiert une bonne stabilité du manteau neigeux pour être emprunté en toute sécurité.

Diese Route darf nur begangen werden, wenn die Schneedecke gut verfestigt ist.

This itinerary should only be followed when the snow cover is compact.

10 Lac du Lauzanier – Vallée de l'Ubayette

 Larche Le Pontet (Val-d'Oronaye)

	≈ 450 m		1.948 m
	≈ 13 km		2.284 m
★★			



 Il lac du Lauzanier è un meraviglioso specchio d'acqua situato ai piedi del monte Enciastria nel Parc National du Mercantour. Per la straordinaria bellezza è diventato una meta molto gettonata in estate, ma anche in inverno regala esperienze indimenticabili. Un itinerario con poco dislivello ma piuttosto lungo da fare con le giuste condizioni della neve.

 Le lac du Lauzanier est un magnifique plan d'eau situé au pied du mont Enciastria dans le Parc National du Mercantour. Son extraordinaire beauté en fait une destination très prisée en été, mais il offre également des expériences inoubliables en hiver. Un itinéraire assez long mais avec peu de dénivellé à faire avec de bonnes conditions d'enneigement.

 Der Lac du Lauzanier ist ein wunderschöner See zu Füßen des Monte Enciastria im Nationalpark Mercantour. Er ist nicht nur im Sommer ein beliebtes Ausflugsziel, sondern verspricht auch im Winter unvergessliche Eindrücke. Eine Tour mit wenig Höhenunterschied, die aber relativ lang ist und mit den richtigen Schneebedingungen durchgeführt werden sollte.

 Lac du Lauzanier is a wonderful body of water at the feet of Monte Enciastria in the Parc National du Mercantour. Its extraordinary beauty means it has become a very popular destination in summer, yet it offers unforgettable experiences even in winter. This itinerary has few ups and downs but is rather long. It should be taken only in the right snow conditions.

 Questo percorso va fatto solo quando il manto nevoso è ben assestato.
Cet itinéraire requiert une bonne stabilité du manteau neigeux pour être emprunté en toute sécurité.
Diese Route darf nur begangen werden, wenn die Schneedecke gut verfestigt ist.
This itinerary should only be followed when the snow cover is compact.

11 Pas des Manzes – Vallée de l'Ubayette

 Larche (Val-d'Oronaye)

 ≈ 770 m	 1.670 m
 ≈ 8 km	 2.415 m
★★★	



 Il pas des Manzes unisce i valloni laterali di Rofre e Font Crèse a sud-ovest di Larche. Il percorso risale un ripidissimo bosco di larici per poi accedere a un fantastico e inaspettato vallone sospeso circondato da cime imponenti. Nonostante la posizione appartata questa zona è molto battuta in inverno dagli scialpinisti che si spingono fino alla Tête de Plate Longe.

 Le Pas des Manzes unit les vallées latérales de Rofre et de Font Crèse au sud-ouest de Larche. L'itinéraire très escarpé chemine dans une forêt de mélèzes avant de déboucher dans un superbe vallon entouré de sommets imposants. En dépit de sa situation géographique relativement isolée, ce secteur de montagne est très prisé des amateurs de ski de randonnée qui rejoignent la Tête de Plate Longe.

 Der Pas des Manzes verbindet die Seitentäler Rofre und Font Crèse südwestlich von Larche miteinander. Bei dieser Tour wandern Sie sehr steil durch einen Lärchenwald bergauf, um sich dann plötzlich in einem fantastischen hängenden Tal wiederzufinden, das von gewaltigen Gipfeln umgeben ist. Trotz der abgeschiedenen Lage sind hier im Winter viele Skibergsteiger anzutreffen, die bis zum Tête de Plate Longe vorstoßen.

 Pas des Manzes joins the Rofre and Font Crèse side valleys south-west of Larche. The route climbs through a very steep larch forest to reach a fantastic and unexpected hanging valley surrounded by imposing peaks. Despite its secluded location, this area is very popular in winter with ski mountaineers who go as far as the Tête de Plate Longe.

 Questo percorso va fatto solo quando il manto nevoso è ben assestato.
Cet itinéraire requiert une bonne stabilité du manteau neigeux pour être emprunté en toute sécurité.
Diese Route darf nur begangen werden, wenn die Schneedecke gut verfestigt ist.
This itinerary should only be followed when the snow cover is compact.

12 Pas de la Couletta – Vallée de l'Ubaye

 Fouillouse (Saint-Paul-sur-Ubaye)

	≈ 870 m		1.886 m
	≈ 12 km		2.752 m
★★★			



 Il pas de la Couletta (o Couleta) si trova al culmine del vallon des Aoupets tra il Brec de Chambeyron e il lac Premier, circondato da una corona di tremila che culminano con la poderosa Aiguille de Chambeyron. Un luogo straordinario dal sapore di alta montagna che in tenuta invernale dà il meglio di sé.

 Le pas de la Couletta (ou Couleta) est situé au sommet du vallon des Aoupets entre le Brec de Chambeyron et le lac Premier. Il est entouré d'une couronne de sommets de 3 000 mètres qui culminent à l'instar de la puissante Aiguille de Chambeyron. Un lieu extraordinaire au parfum de haute montagne qui se pare de ses plus beaux atours en hiver.

 Der Pas de la Couletta (oder Couleta) liegt an der höchsten Stelle des Vallon des Aoupets zwischen dem Brec de Chambeyron und dem Lac Premier, umgeben von mehreren Dreitausendern, die im mächtigen Aiguille de Chambeyron gipfeln. Ein einzigartiger Ort, der sich wie Hochgebirge anfühlt und im Winterkleid eine ganz besonders gute Figur macht.

 Pas de la Couletta (or Couleta) is located at the top of Vallon des Aoupets between Brec de Chambeyron and Lac Premier. It is surrounded by a crown of three thousand metre peaks culminating with the imposing Aiguille de Chambeyron. This extraordinary place exudes high altitude sensations and is at its best in winter.

 Questo percorso va fatto solo quando il manto nevoso è ben assestato.

Cet itinéraire requiert une bonne stabilité du manteau neigeux pour être emprunté en toute sécurité.

Diese Route darf nur begangen werden, wenn die Schneedecke gut verfestigt ist.

This itinerary should only be followed when the snow cover is compact.

13 Lacs du Roure – Vallée de l'Ubaye

 Maljasset (Saint-Paul-sur-Ubaye)

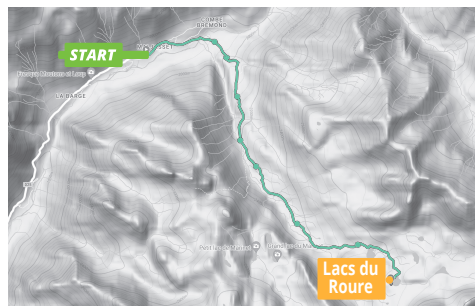
 ≈ 780 m

 ≈ 15 km



 1.903 m

 2.668 m



 I lacs du Roure sono un insieme di specchi d'acqua situati in posizione incantevole ai piedi di una corona di tremila, tra cui la poderosa Aiguille de Chambeyron. Con questo itinerario li raggiungiamo risalendo il lungo vallon de Mary, assolutamente spettacolare in tenuta invernale.

 Les lacs du Roure sont un ensemble d'étendues d'eau merveilleusement lovées au pied d'une couronne de sommets de 3 000 mètres, dont la puissante aiguille de Chambeyron. Cet itinéraire permet d'y accéder en remontant le long vallon de Mary, tout à fait spectaculaire en hiver.

 Die Lacs du Roure sind eine Seengruppe in zauberhafter Lage zu Füßen mehrerer Dreitausender, darunter der mächtige Aiguille de Chambeyron. Diese Tour führt durch das lange Vallon de Mary, das besonders im Winter unvergessliche Eindrücke bereithält.

 Lacs du Roure is a series of lakes set in an enchanting position at the feet of a crown of three thousand metre peaks, including the imposing Aiguille de Chambeyron. This itinerary leads up to the lakes by ascending the long Vallon de Mary. This gorge is absolutely spectacular in winter.

 Questo percorso va fatto solo quando il manto nevoso è ben assestato.

Cet itinéraire requiert une bonne stabilité du manteau neigeux pour être emprunté en toute sécurité.

Diese Route darf nur begangen werden, wenn die Schneedecke gut verfestigt ist.

This itinerary should only be followed when the snow cover is compact.

14 Crête des Mélèzes – Préalpes de Digne

 **strada diretta verso il Chabanon (Selonnet)**
route vers le Chabanon (Selonnet) - Straße nach Chabanon
(Selonnet) - road to Chabanon (Selonnet)

	≈ 580 m		1.200 m
	≈ 14,5 km		1.661 m
			



 Crête des mélèzes significa “cresta dei larici”, un nome solo in parte appropriato per una lunga dorsale situata tra la vallée de la Blanche e la vallée du Sasse puntellata di pochi larici e molte altre conifere. In ogni caso si tratta di un’ampia cresta raggiungibile con una lunga camminata che culmina su un fantastico balcone panoramico affacciato sulle Alpi francesi.

 Crête des mélèzes, un nom qui ne convient que partiellement à cette longue crête située entre la vallée de la Blanche et la vallée du Sasse, car elle n’est parsemée que de quelques mélèzes et de nombreux autres conifères. Il s’agit en tout cas d’une large crête à laquelle on accède par une longue marche qui débouche sur une vue panoramique fantastique sur les Alpes françaises.

 Crête des Mélèzes heißt soviel wie „Lärchenkamm“, ein Name, der nur teilweise zu dem langen Grat zwischen dem Vallée de la Blanche und dem Vallée du Sasse passt, stehen hier doch viel mehr Kiefern als Lärchen. Jedenfalls erreichen Sie den breiten Kamm nach einer langen Wanderung, die auf einer herrlichen Aussichtskanzel mit Blick über die französischen Alpen endet.

 Crête des Mélèzes means “Ridge of the Larches”, a name that is only partially appropriate for this long ridge between Vallée de la Blanche and Vallée du Sasse dotted with a few larches and many other conifers. In any case, this wide ridge can be reached after a long walk culminating at a fantastic scenic balcony overlooking the French Alps.

 Questo percorso va fatto solo quando il manto nevoso è ben assestato.

Cet itinéraire requiert une bonne stabilité du manteau neigeux pour être emprunté en toute sécurité.

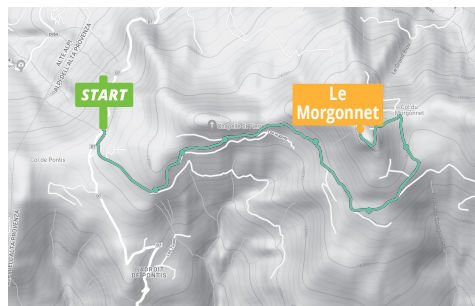
Diese Route darf nur begangen werden, wenn die Schneedecke gut verfestigt ist.

This itinerary should only be followed when the snow cover is compact.

15 Le Morgonnet – Serre-Ponçon

 Col de Pontis (Pontis)

	≈ 480 m		1.345 m
	≈ 9,5 km		1.754 m
			



 Le Morgonnet, “piccolo Morgon”, è una vetta situata esattamente nel baricentro del lago di Serre-Ponçon dal nome non casuale visto che si trova ai piedi del ben più maestoso Pic du Morgon. Rispetto al fratello maggiore è facilmente raggiungibile e pur essendo più basso offre scorci spettacolari sull'intero lago e sull'arcata di cime che lo circondano.

 Le Morgonnet, le « petit Morgon », est un sommet situé exactement au centre de gravité du lac de Serre-Ponçon. Son nom ne doit rien au hasard puisqu'il se situe au pied du très majestueux pic du Morgon. Comparé à son grand frère, il est facilement accessible et, bien qu'il soit plus bas, il offre des vues spectaculaires sur tout le lac et sur l'arc de sommets environnants.

 Le Morgonnet, „der kleine Morgon“, erhebt sich genau mittig am Serre-Ponçon-See und zu Füßen des mächtigen Pic du Morgon. Im Gegensatz zu seinem großen Bruder ist er leicht zu erreichen und wartet trotz seiner geringeren Höhe mit spektakulären Ausblicken über den gesamten See und die umliegenden Berge auf.

 Le Morgonnet – “Little Morgon” – is a peak rising precisely in the heart of Lake Serre-Ponçon and is so-named by no coincidence since it stands at the feet of the far more majestic Pic du Morgon. Compared to its big brother, access is easy and despite not being as high it nevertheless offers spectacular views of the entire lake and the arc of peaks surrounding it.

 Questo percorso va fatto solo quando il manto nevoso è ben assestato.

Cet itinéraire requiert une bonne stabilité du manteau neigeux pour être emprunté en toute sécurité.

Diese Route darf nur begangen werden, wenn die Schneedecke gut verfestigt ist.

This itinerary should only be followed when the snow cover is compact.





Sci alpinismo
Ski de randonnée
Skibersteigen
Ski mountaineering



1 Monte Bertrand – Valle Tanaro

 Upega

 ≈ 1.180 m

 1.297 m

 2.481 m



★ / ★ ★ a seconda della linea di discesa - selon la ligne de descente - je nach Abfahrtslinie - depending on the descent route



-  La gita di scialpinismo al monte Bertrand è una gran classica delle Alpi Liguri: effettuata in pieno inverno dopo le abbondanti nevicate che caratterizzano queste montagne, offre l'occasione di sciare in nevi polverose e godere del panorama sul mar Ligure. Il lariceto che si percorre durante l'escursione, tanto in salita quanto in discesa, è uno dei più meridionali dell'arco alpino e offre un ambiente fiabesco unico.
-  L'excursion en ski de randonnée au mont Bertrand est un grand classique des Alpes ligures : effectuée en plein hiver, après les fortes chutes de neige qui caractérisent ces montagnes, elle offre la possibilité de skier dans la poudreuse et de profiter du panorama sur la mer ligure. La forêt de mélèzes que vous parcourez pendant l'excursion, aussi bien en montée qu'en descente, est l'une des plus méridionales des Alpes et offre un paysage féérique unique en son genre.
-  Die Skitour zum Monte Bertrand ist ein großer Klassiker in den Ligurischen Alpen: Im Hochwinter nach den ausgiebigen Schneefällen gegangen, die für diese Berge typisch sind, bietet sie die Möglichkeit, durch Pulverschnee zu fahren und einen herrlichen Blick auf das Ligurische Meer zu genießen. Der Lärchenwald, durch den Sie bei dieser Tour sowohl beim Aufstieg als auch bei der Abfahrt kommen, ist einer der südlichsten des Alpenbogens und eine wahre Märchenlandschaft.
-  Ski mountaineering up to Monte Bertrand is a great classic of the Ligurian Alps: when enjoyed in the middle of winter after the heavy snowfalls characteristic of these mountains, it also offers the chance to ski in powder snow and enjoy views of the Ligurian Sea. The larch forest passed through during the excursion, both uphill and downhill, is one of the southernmost in the Alps and is a unique, fairy-tale setting.

 La gita può essere effettuata sia in condizioni invernali e con nevi polverose che con nevi trasformate, senza attendere troppo l'avanzare della stagione; in entrambi i casi occorre porre attenzione agli accumuli che spesso si formano lungo la cresta finale, spesso martoriata dal vento.

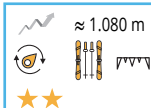
La randonnée peut être effectuée aussi bien en hiver sur de la neige poudreuse que sur de la neige transformée, sans attendre trop longtemps l'avancée de la saison. Dans les deux cas, il convient d'aborder prudemment les accumulations qui se forment souvent le long de la crête finale, souvent battue par le vent.

Die Tour kann sowohl bei winterlichen Bedingungen und bei Pulverschnee als auch bei umgewandeltem Schnee gegangen werden, ohne zu lange auf das Fortschreiten der Jahreszeit warten zu müssen. In beiden Fällen muss auf die Verwehungen Acht gegeben werden, die sich häufig am letzten oft windgepeitschten Kamm bilden.

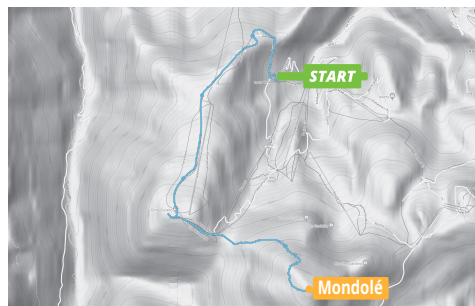
The itinerary is ideal in winter conditions with powdery snow as well as firm snow, without waiting too long for the season to progress; in both cases, pay close attention to the drifts that often form along the final ridge, often battered by the wind.

2 Mondolè – Valle Maudagna

 Artesina



 1.300 m
 2.382 m



 Questa bella montagna, la cui caratteristica forma piramidale è ben visibile dalla pianura cuneese, offre una bella gita scialpinistica a partire dalla stazione sciistica di Artesina. Il panorama dalla vetta è notevole, spaziando sulla bella conca alpina che dal Mongioie va alla cima delle Saline e al Marguareis, per raggiungere poi la vicina Bisalta, le imponenti Marittime e il lontano quanto elegante Monviso.

 Cette belle montagne, dont la forme pyramidale caractéristique est clairement visible depuis la plaine de Cuneo, offre une belle randonnée au départ de la station de ski de Artesina. Le panorama depuis le sommet est à couper le souffle, il embrasse la magnifique cuvette alpine qui va du Mongioie au sommet de la Saline et au Marguareis, pour atteindre ensuite la proche Bisalta, les imposantes Alpes Maritimes et au loin l'élégant Mont Viso.

 Dieser schöne Berg ist mit seiner charakteristischen Pyramidenform gut von der Ebene Cuneos aus zu sehen und bietet die Möglichkeit zu einer wirklich schönen Tour mit Beginn in dem bekannten Skigebiet von Artesina. Das Gipfelpanorama ist atemberaubend und reicht über das schöne Alpenbecken vom Mongioie aus über den Cima delle Saline, den Marguareis und den nahen Bisalta bis hin zu den mächtigen See-Alpen und dem ebenso entfernten wie eleganten Monviso.

 This amazing mountain and its characteristic pyramid shape clearly visible from the Cuneo plains ensures a wonderful ski mountaineering itinerary starting from the Artesina ski resort. The remarkable panorama from the summit sweeps over the beautiful Alpine valley from Mongioie to the top of the Saline and Marguareis mountains, and then as far as nearby Bisalta, the imposing Maritime Alps and the distant yet elegant Monviso group.

 Dato che la prima parte della salita si effettua lungo la stazione sciistica si raccomanda la massima prudenza negli eventuali attraversamenti delle piste o nel costeggiare le medesime, cercando di sfruttare il più possibile gli ampi spazi non dedicati allo sci alpino. Ancora più interessante sarebbe effettuare la gita al Mondolè a fine stagione sciistica, quando la stazione è ormai chiusa.

Étant donné que la première partie de l'ascension s'effectue le long de la station de ski, il est recommandé de faire preuve de la plus grande prudence lors de la traversée des pistes ou de leur contournement, en essayant de profiter au maximum des grands espaces non dédiés au ski alpin. Nous recommandons idéalement d'effectuer cette randonnée au Mondolè à la fin de la saison de ski, lorsque la station est fermée.

Da der erste Teil des Aufstiegs am Skigebiet entlang führt, ist bei möglichen Gängen auf und neben den Pisten höchste Vorsicht geboten. Versuchen Sie, möglichst die weiten Räume zu nutzen, die nicht für den Ski Alpin-Sport vorgesehen sind. Noch interessanter wäre es, die Tour zum Mondolè gegen Ende der Saison zu gehen, wenn das Skigebiet schon geschlossen ist.

Since the first stretch of the climb follows the ski resort, great caution is recommended when crossing or skirting the slopes, seeking to make the most of the large spaces not dedicated to downhill skiing. It would be even more interesting to enjoy the trip to Mondolè at the end of the skiing season, when the resort is closed.

3 Bisalta Sperone centrale – Valle Colla

 San Giacomo (Boves)



 Montagna emblematica per i cuneesi e ancor più per i bovesani, la Bisalta è costituita da un'ampia dorsale che collega la cima Besimauda (2.230 m) al Bric Costa Rossa (2.403) dalla quale un ripido versante fatto di speroni intervallati da profondi canali precipita sulla valle Colla. Nel mezzo di tale dorsale un piccolo rilievo quotato 2.265 dà luogo allo Sperone centrale, che si inabissa con ripidi lenzuoli nevosi fino a San Giacomo di Boves. Questo itinerario di scialpinismo è sicuramente il più interessante della Bisalta e uno dei più significativi dell'arco alpino cuneese. Lungo questo itinerario il panorama è garantito, essendo la Bisalta così prominente sulla pianura.

 Montagne emblématique pour les habitants de la région de Cuneo et plus encore pour les habitants de Boves, la Bisalta est constituée d'une large crête qui relie le sommet du Besimauda (2 230 m) au Bric Costa Rossa (2 403 m) d'où part une pente abrupte composée d'éperons entrecoupés de profondes ravines qui s'enfoncent dans la vallée Colla. Au milieu de cette crête, un petit relief à 2 265 mètres d'altitude donne naissance à l'Éperon central, qui plonge avec des névés abrupts jusqu'à San Giacomo di Boves. Cet itinéraire de ski de randonnée est certainement le plus intéressant de la Bisalta et l'un des plus emblématiques des Alpes de Cuneo. Le long de cet itinéraire, le panorama est garanti, la Bisalta étant particulièrement imposante dans la plaine.

 Der Bisalta ist für die Bewohner Cuneos und ganz besonders die von Boves ein symbolträchtiger Berg. Er besteht aus einem breiten Kamm, der die Besimauda-Spitze (2.230 m) mit dem Bric Costa Rossa (2.403) verbindet, von dem ein steiler Hang aus Felssporen und tiefen Rinnen in das Colla-Tal stürzt. Mitten in diesem Kamm bildet eine kleine Erhöhung auf 2.265 Metern den Sperone Centrale (Mittlerer Sporn), dessen Schneehänge steil nach San Giacomo di Boves abfallen. Diese Skitour ist sicherlich die interessanteste am Bisalta, und dazu eine der bedeutungsvollsten des gesamten Alpenbogens von Cuneo. Und hier gibt es eine Panoramagarantie, erhebt sich der Bisalta doch so hoch über der Ebene.

 An emblematic mountain for the people of Cuneo and even more so of Boves: Bisalta comprises a wide ridge connecting Cima Besimauda (2,230 m) and Bric Costa Rossa (2,403 m), from where a steep slope with spurs alternating with deep gullies moves down to the Colla Valley. There is a small relief in the middle of this ridge at an altitude of 2,265 m. It rises to the Central Spur, and then descends over steep sheets of snow to San Giacomo di Boves. This ski mountaineering itinerary is undoubtedly the most interesting in Bisalta and one of the most impressive in the Cuneo Alps. This itinerary is exceptionally scenic, since Bisalta stands out so distinctly from the plains.

4 Monte Ciamoussè – Valle Vermenagna



parceggio impianti di Limonetto (Limone Piemonte)
parking remontées mécaniques de Limonetto - Parkplatz
Skigebiet von Limonetto - car park near the Limonetto ski lifts



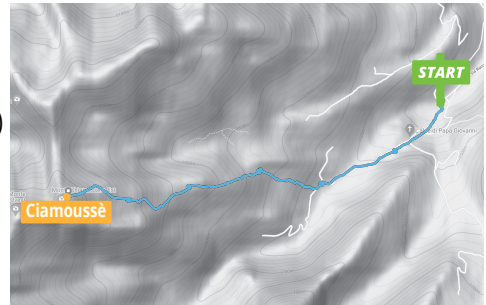
≈ 1.100 m



1.356 m



2.422 m



 Il Ciamoussè è una delle gran classiche dello scialpinismo cuneese, nonché una delle più eleganti vette della conca di Limonetto: i suoi pendii sempre sostenuti, l'esposizione al sole e il breve avvicinamento ne fanno uno degli itinerari più interessanti e frequentati. Nella medesima zona altre belle gite scialpinistiche si propongono agli appassionati: dagli evidenti e classici Ciotto Mien e Creusa all'appartata Rocca Bastera e i piccoli gioielli delle cime dell'Oro per finire al ripido Frisson e all'imponente Rocca dell'Abisso.

 Ciamoussè est l'un des grands classiques du ski de randonnée de Cuneo, ainsi que l'un des sommets les plus élégants du bassin du Limonetto : ses pentes toujours raides, son exposition au soleil et son accès rapide en font l'un des itinéraires les plus intéressants et les plus appréciés. Dans la même zone, d'autres belles randonnées sont possibles pour les passionnés : des grands classiques Ciotto Mien et Creusa à la Rocca Bastera plus isolée, aux petits bijoux des sommets de l'Oro, en terminant par le Frisson, particulièrement escarpé et l'imposante Rocca dell'Abisso.

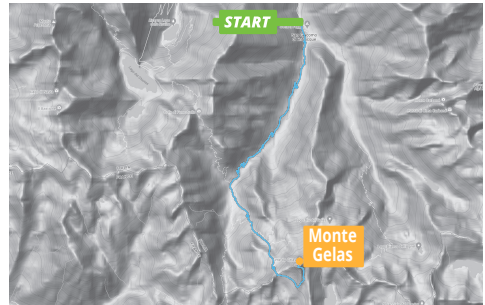
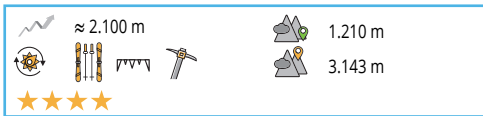
 Der Ciamoussè ist für Skibergsteiger einer der großen Klassiker in der Provinz Cuneo sowie einer der elegantesten Gipfel des Limonetto-Beckens: seine immer steilen Hänge, die sonnige Lage und der kurze Aufstieg machen ihn zu einem der interessantesten und beliebtesten Routen überhaupt. Im gleichen Gebiet erwarten Sie noch weitere schöne Skitouren: vom naheliegenden und klassischen Ciotto Mien oder Creusa über die abgeschiedene Rocca Bastera und die kleinen Juwelen der Oro-Gipfel bis hin zum steilen Frisson und dem mächtigen Rocca dell'Abisso.

 Ciamoussè is one of the great classics of ski mountaineering around Cuneo, as well as one of the most elegant peaks in the Limonetto basin: its slopes are always steep. Its sunny exposure and short approach make it one of the most interesting and popular itineraries. Enthusiasts can also enjoy other superb ski mountaineering outings in the same area: from the obvious and classic Ciotto Mien and Creusa routes to the secluded Rocca Bastera and the tiny jewels of Cime dell'Oro, not to mention the steep Frisson and the imposing Rocca dell'Abisso.



5 Monte Gelas – Valle Gesso

 San Giacomo di Entracque



 Monte Bianco delle Marittime, un nome una garanzia! Il Gelas infatti si staglia alto ed elegante sui verdeggianti Pra del Rasur e Praiet, offrendo fin da lontano un colpo d'occhio di vasti campi nevosi bianchi sovrastati da creste rocciose. In effetti la zona, molto vicina al mare e dunque esposta alle umide perturbazioni da sud-ovest, è storicamente conosciuta come una delle più nevose dell'arco alpino; basti pensare che negli anni '70 era stato montato uno ski-lift per lo sci estivo sul ghiacciaio nord del Gelas, proprio nei pressi della Pera de Fener. L'itinerario scialpinistico al Gelas è un percorso elegante e tecnico, che alterna ripidi canali ad ampi pendii fino alla vetta, tipicamente da percorrere in primavera con nevi trasformate.

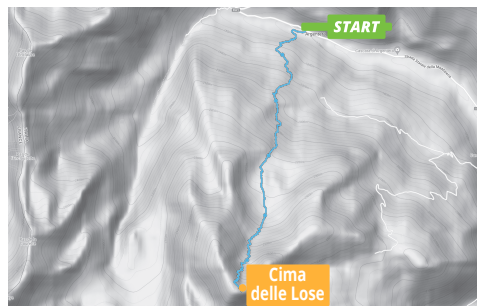
 Le Mont Blanc des Alpes Maritimes, c'est tout dire ! Le Gelas se dresse en effet avec élégance sur les verdoyants Pra del Rasur et Praiet, laissant entrevoir au loin de vastes étendues de neige blanche surplombées de crêtes rocheuses. En effet, la zone, très proche de la mer et donc exposée aux perturbations humides du sud-ouest, est historiquement connue comme l'une des plus enneigées des Alpes. C'est ce qui explique que dans les années 1970, un télésiège a été installé pour le ski d'été sur le glacier nord du Gelas, à proximité immédiate de la Pera de Fener. L'itinéraire de ski de randonnée au Gelas est un parcours élégant et technique, alternant des couloirs abrupts et de larges pentes jusqu'au sommet, à effectuer prioritairement au printemps, avec une neige transformée.

 Beim sogenannten „Mont Blanc der Seealpen“ ist schon der Name eine Garantie! Der Cime du Gélas (Eisspitze) zeichnet sich hoch und elegant gegenüber den grünen Hängen von Pra del Rasur und Praiet ab und bietet mit seinen leuchtend weißen Schneefeldern und hohen felsigen Graten schon von Weitem einen beeindruckenden Anblick. So gilt das Gebiet, nahe am Meer gelegen und daher den feuchten Störungen aus Südwesten ausgesetzt, auch historisch als eines der schneereichsten des Alpenbogens. In den 1970er Jahren wurde hier sogar eine Lifanlage für den Sommerski auf dem nördlichen Gletscher des Gélas gebaut, und zwar genau am Pera de Fener. Die Skitour zum Cime du Gélas ist eine elegante und technische Route, auf der sich steile Rinnen und breite Hänge bis zum Gipfel abwechseln. Sie wird typischerweise im Frühjahr bei umgewandeltem Schnee gegangen.

 Mont Blanc delle Marittime: a name, an assurance! Gelas stands out high and elegant against the lush Pra del Rasur and Praiet, offering a glimpse from afar of vast white snow fields dominated by rocky ridges. This area is very close to the sea and consequently exposed to humid weather arriving from the south-west. It is historically known as having one of highest snowfalls in the Alps; it need only be mentioned that in the 1970s a ski lift was installed for summer skiing on the northern Gelas glacier, close by Pera de Fener. The Gelas ski mountaineering itinerary is an elegant and technical route. It alternates steep gullies with broad slopes up to the summit, typically covered in spring with firm snow.

6 Cima delle Lose – Valle Stura

 Argentera



 È una delle grandi gite classiche per gli skialpers cuneesi. La sua esposizione a nord, le pendenze mediamente sostenute e la bella pineta di Argentera fanno sì che fin dalle prime nevicate autunnali questa sia una delle gite più frequentate. Occorre però ricordare che, come tutte le vette dell'alta valle Stura, la cima delle Lose è spesso soggetta ai forti venti che spesso giungono da ovest oltrepassando il confine francese e creando accumuli di neve sui versanti sottovento: necessaria dunque una attenta valutazione delle condizioni del manto prima di affrontare questo itinerario, che soprattutto nei ripidi pendii del canalone finale spesso conserva a lungo lastroni di neve ventata.

 C'est l'un des grands classiques du ski de randonnée de Cuneo. Son exposition nord, ses pentes modérément raides et la belle pinède de l'Argentera en font, dès les premières chutes de neige de l'automne, l'une des randonnées les plus populaires. Toutefois, il ne faut pas oublier que, comme tous les sommets de la haute vallée de la Stura, la cima delle Lose est souvent soumise aux vents forts qui arrivent de l'ouest, traversant la frontière française et créant des congères sur les pentes exposées au vent. Il est donc nécessaire d'évaluer soigneusement l'état du manteau neigeux avant d'entreprendre cet itinéraire, émaillé de plaques de neige persistantes, en particulier sur les pentes raides du couloir final.

 Die Tour gehört für Cuneos Skialper zu den großen Klassikern. Seine Exposition nach Norden, die mittelsteilen Hänge und der schöne Kiefernwald von Argentera sorgen dafür, dass diese Route ab den ersten Schneefällen im Herbst gerne begangen wird. Dabei ist jedoch zu bedenken, dass der Cima delle Lose wie alle Gipfel im hohen Sturatal oft von starken Winden heimgesucht wird, die von Westen über die französische Grenze kommen und auf den Lagen im Windschatten für Schneeverwehungen sorgen: Daher ist eine sorgfältige Einschätzung der Schneeverhältnisse nötig, bevor Sie sich auf diese Tour begeben, da vor allem an den steilen Hängen der finalen Rinne oft und lange Schneebretter hängen bleiben.

 It is one of the finest classic itineraries for ski mountaineers from Cuneo itself. Northwards exposure, moderately steep slopes and the stunning Argentera pine woods mean that as of the first autumn snows this is always one of the most popular itineraries. However, always bear in mind that, just like all the peaks in the upper Stura valley, Cima delle Lose is often affected by strong winds, frequently from the west across the border with France, which create snow drifts on the leeward slopes: It is therefore essential to evaluate the surface conditions carefully before tackling this itinerary since, especially on the steep slopes of the final gully, slabs of windswept snow often endure for a long time.

 La pineta di Argentera costituisce in sé una bella possibilità per brevi escursioni scialpinistiche che si concludono al suo termine qualora più in alto le condizioni del manto nevoso non fossero sufficientemente stabili.

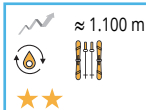
La pinède de l'Argentera constitue à elle seule une belle possibilité pour de courtes randonnées à ski qui se terminent à son extrémité si les conditions du manteau neigeux ne sont pas suffisamment stables en altitude.

Bereits der Kiefernwald von Argentera bietet die Möglichkeit für kurze schöne Skitouren, die an seinem Ende abgeschlossen werden können, wenn die Schneedecke in den höheren Lagen nicht ausreichend stabil ist.

The Argentera pine forest itself is a beautiful option for short ski mountaineering excursions through to the end of the woods if the snow coverage conditions are not very stable higher up.

7 Bric Boscasso – Valle Maira

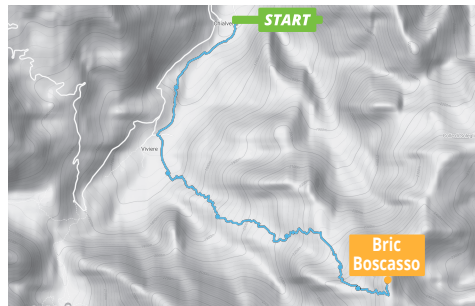
 Chialvetta (Acceglio)



≈ 1.100 m

 1.500 m

 2.598 m



 Il Bric Boscasso è solo una delle innumerevoli gite di scialpinismo offerte dal vallone di Unerzio a partire dalla borgata di Chialvetta. Si tratta di una gran classica, che offre belle sciade in pineta e diverse possibili varianti di discesa. Subito dopo le nevicate l'abetina offre scorci panoramici meravigliosi che vanno fino alla vicina Oronaye e all'imponente Brec de Chambeyron.

 Le Bric Boscasso n'est que l'une des multiples randonnées possibles dans la vallée d'Unerzio au départ du village de Chialvetta. Il s'agit d'un grand classique, qui offre de belles possibilités de ski dans la pinède avec plusieurs variantes de descente. Immédiatement après les chutes de neige, la sapinière offre de magnifiques panoramas qui s'étendent jusqu'à l'Oronaye toute proche et l'imposant Brec de Chambeyron.

 Der Bric Boscasso ist nur eines der zahlreichen Skitourenziele, die sich im Unerzio-Tal mit Startpunkt Chialvetta bieten. Hierbei handelt es sich um einen großen Klassiker, der schöne Abschnitte im Kiefernwald und verschiedene Abfahrtsmöglichkeiten bereithält. Gleich nach Schneefällen bietet der kleine Tannenhain herrliche Panoramen bis hin zum nahen Oronaye und zum mächtigen Brec de Chambeyron.

 Bric Boscasso is just one of the great many ski mountaineering itineraries that can be enjoyed in the Unerzio Valley, starting off from the village of Chialvetta. It is a great classic, offering excellent skiing in the pine woods and several possible downhill variants. After fresh snowfalls, the fir tree wood ensures wonderful scenic views reaching as far as nearby Oronaye and the imposing Brec de Chambeyron.

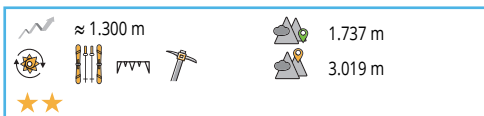
 La salita del pendio/canale finale può essere sconsigliabile in caso di forti accumuli di neve.

L'ascension de la dernière pente/du dernier couloir peut être déconseillée en cas de fortes accumulations de neige.
Auf den Aufstieg des Hangs bzw. der finalen Rinne sollte bei starken Schneeverwehungen eventuell verzichtet werden.

The climb up the final slope/gully may well be inadvisable in the presence of heavy snow drifts.

8 Viso Mozzo – Valle Po

 Pian della Regina (Crissolo)



-  Proprio di fronte al Re di pietra e di circa 800 metri più basso, il Viso Mozzo offre una splendida gita di scialpinismo con grandioso panorama, che si estende da un lato sulla pianura saluzzese e dall'altro sul versante orientale del Monviso. La partenza da Pian della Regina consente di risalire il vallone Rio dei Quarti, addentrandosi poco a poco tra grandi morene e laghi alpini circondati da speroni rocciosi ed eleganti canaloni nevosi.
-  Juste en face du Re di pietra à d'environ 800 mètres en contrebas, le Viso Mozzo offre une splendide excursion de randonnée à ski avec un panorama grandiose, qui s'étend d'un côté sur la plaine de Saluzzo et de l'autre sur le versant est du Mont Viso. Le départ de Pian della Regina permet de remonter la vallée du Rio dei Quarti, en pénétrant progressivement dans de grandes moraines et des lacs alpins entourés d'éperons rocheux et d'élégants couloirs enneigés.
-  Der dem „Steinkönig“ gegenüberliegende und etwa 800 Meter niedrigere Viso Mozzo bietet die Möglichkeit zu einer herrlichen Skitour mit grandiosem Panoramablick, der über die Ebene von Saluzzo auf der einen Seite bis zum Osthang des Monviso auf der anderen reicht. Der Start von Pian della Regina aus ermöglicht einen Aufstieg über das Tal des Rio dei Quarti, vorbei an großen Moränen und von Felsnasen sowie eleganten Schneerinnen umgebenen Bergseen.
-  Precisely opposite the “Stone King” 800 metres lower down, Viso Mozzo ensures a splendid ski mountaineering trip with magnificent scenery extending on one side to the Saluzzo plains and, on the other, to the eastern flank of Monviso. After setting off from Pian della Regina, proceed as far as the Rio dei Quarti valley, progressively entering large moraines and Alpine lakes surrounded by rocky spurs and elegant snow-covered gullies.

-  Gita da effettuare con nevi ben assestate in ragione dei ripidi pendii affrontati e della variabilità delle esposizioni.
Randonnée à effectuer avec une neige bien tassée en raison des pentes raides rencontrées et de la variabilité des expositions.
Die Tour sollte aufgrund der steilen Hänge und verschiedenen Expositionen nur bei gut verfestigtem Schnee gegangen werden.
This itinerary should only be followed when the snow is well compacted given the steep slopes involved and the variable exposure.

9 Cima delle Manse – Vallée de l'Ubayette

 Larche Le Pontet (Val-d'Oronaye)

 ≈ 780 m

 1.948 m

 2.727 m



★ / ★★ in base alle condizioni - selon les conditions - je nach Bedingungen - depending on conditions



-  Bella gita di confine, con partenza alla prima curva della strada che, dal colle della Maddalena, scende in Francia. L'escursione offre panorami spettacolari sul vicino monte Oronaye e le torri rocciose circostanti, ed è spesso una delle prime gite fattibili a inizio stagione.
-  Une belle randonnée frontalière, qui commence au premier virage de la route qui descend du Col de la Maddalena vers la France. L'excursion offre des vues spectaculaires sur le mont de l'Oronaye très proche et les formation rocheuses environnantes. C'est souvent l'une des premières randonnées possibles en début de la saison.
-  Schöne Grenztour mit Start an der ersten Kurve der Straße, die vom Colle della Maddalena nach Frankreich führt. Die Route bietet spektakuläre Panoramen auf den nahen Monte Oronaye sowie die umstehenden Felstürme und ist oftmals die erste machbare Tour zu Saisonbeginn.
-  A lovely itinerary on the border, starting at the first bend on the road from Colle della Maddalena that descends into France. The excursion offers spectacular views of nearby Mount Oronaye and the surrounding rock towers. It is often one of the first feasible routes early in the season.

 Spesso suggerita come gita per principianti, la cima delle Manse presenta però un ripido pendio finale da non sottovalutare sia in caso di abbondanti nevicate sia con nevi trasformate e ghiacciate.
Souvent proposée aux débutants, la randonnée à la cima delle Manse présente cependant une pente finale raide qu'il ne faut pas sous-estimer, tant en cas de fortes chutes de neige que de neige transformée et glacée.

Obwohl oft als Tour für Anfänger vorgeschlagen, wartet die Route zum Cima delle Manse mit einem finalen Steilhang auf, der sowohl bei ausgiebigen Schneefällen als auch umgewandeltem und vereistem Schnee nicht zu unterschätzen ist.

Cima delle Manse is often recommended as ideal for beginners. However, there is a steep final slope that should not be underestimated in the event of heavy snowfall and firm or frozen snow.

10 Bec de l'Aigle – Vallée de l'Ubayette

 Larche (Val-d'Oronaye)



 Bella gita spesso effettuabile in pieno inverno e in condizioni di neve polverosa: una delle classiche per lo scialpinismo cuneese quando il versante italiano si presenta privo di neve mentre nell'alta vallée de l'Ubayette si hanno già buone condizioni grazie alle perturbazioni provenienti da ovest.

 Cette belle randonnée est praticable en plein hiver et dans des conditions de neige poudreuse : un grand classique du ski de randonnée à Cuneo lorsque le versant italien est dépourvu de neige alors que dans la haute vallée de l'Ubayette les conditions sont déjà bonnes grâce aux perturbations venant de l'ouest.

 Schöne Tour, die sich oft im Hochwinter und bei Pulverschnee-Bedingungen machen lässt: Sie ist für Cuneos Skialper eine der Klassiker, wenn der Hang auf der italienischen Seite schneefrei ist, während im hohen Vallée de l'Ubayette aufgrund der von Westen kommenden Störungen bereits gute Bedingungen herrschen.

 A fine itinerary that can often be followed even in mid-winter and powdery snow conditions. It is one of Cuneo's ski mountaineering classics when the Italian side is free of snow, while the upper Ubayette valley already enjoys good conditions thanks to the weather coming in from the west.

 Si tratta di una gita generalmente sicura fino al termine della pineta, mentre in alto il ripido pendio che conduce in vetta deve essere affrontato esclusivamente con nevi ben assestate.

La randonnée est généralement sûre jusqu'à la lisière de la forêt de pins, tandis que plus en hauteur, la pente raide menant au sommet ne doit être abordée qu'avec de la neige bien tassée.

Die Tour gilt im Allgemeinen als sicher bis zum Ende des Kiefernwaldes. Dagegen sollte der obere Steilhang bis zum Gipfel nur bei gut verfestigtem Schnee begangen werden.

This is a generally safe trip up to the end of the pine woods, whereas the steep slope at the top leading to the summit must only be tackled if the snow is well compacted.

11 Tête de Plate Longe - Vallée de l'Ubayette

 Larche (Val-d'Oronaye)

 ≈ 1.120 m    1.670 m  2.790 m

★ lungo l'itinerario di salita - le long de l'itinéraire d'ascension - für die Aufstiegsroute - along the ascent route;

★★ lungo linee di discesa più ripide - le long des lignes de descente plus raides - für die steileren Abfahrtslinien - along the steeper descent routes

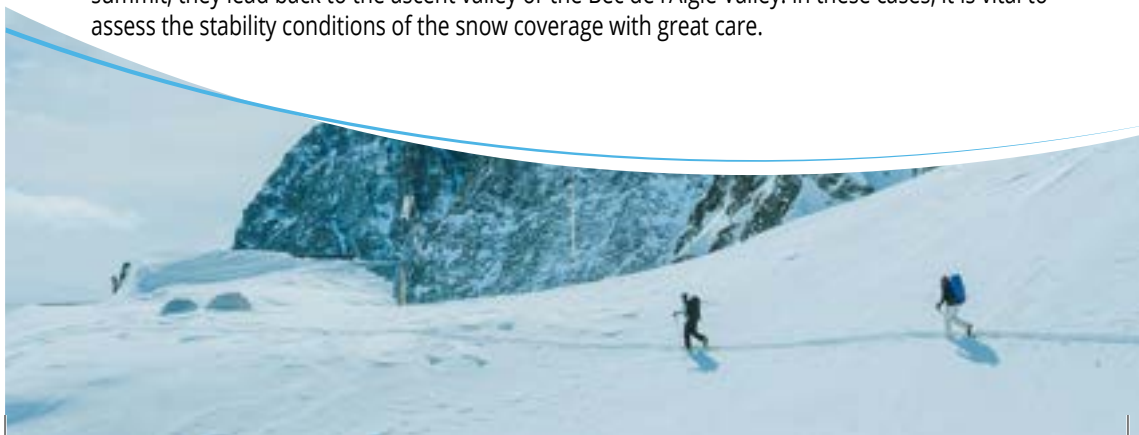


 Bella gita spesso effettuabile in pieno inverno e in condizioni di neve polverosa grazie alla pineta che interessa la prima parte dell'itinerario, sovrastante il paese di Larche, e agli ampi pendii mai eccessivamente ripidi che conducono alla panoramica vetta. La discesa si può effettuare lungo l'itinerario di salita o anche scegliendo linee più ripide (ben individuabili già durante la salita) che a partire dalla cima riportano nel vallone di salita o in quello del Bec de l'Aigle: in questi casi occorre valutare con attenzione le condizioni di stabilità del manto nevoso.

 Cette belle randonnée peut souvent se pratiquer en plein hiver et dans la poudreuse grâce à la pinède qui caractérise la première partie de l'itinéraire, dominant le village de Larche, et aux larges pentes plutôt douces qui conduisent jusqu'au sommet panoramique. La descente peut s'effectuer le long de l'itinéraire d'ascension ou alors en choisissant des pentes plus raides (bien identifiables dès la montée) qui ramènent depuis le sommet à la vallée d'ascension ou à celle du Bec de l'Aigle : dans ces cas il faut évaluer attentivement les conditions de stabilité du manteau neigeux.

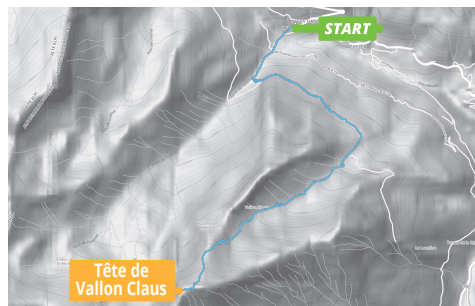
 Schöne Tour, die sich oft im Hochwinter und bei Pulverschnee-Bedingungen machen lässt. Dazu trägt vor allem der Kiefernwald auf dem ersten Abschnitt oberhalb der Ortschaft Larche bei sowie die breiten, nicht übermäßig steilen Hänge, die bis zum Panorama-Gipfel hinaufführen. Die Abfahrt können Sie über die Aufstiegsroute machen oder steilere Hänge wählen (bereits auf dem Hinweg gut zu erkennen), die vom Gipfel aus in das Tal des Aufstiegs oder des Bec de l'Aigle zurückführen: In diesen Fällen sollten Sie sich vorher unbedingt über die Schneedeckenstabilität informieren.

 A delightful itinerary that can often be enjoyed even in mid-winter and powdery snow conditions thanks to the pine forest covering the initial section, overlooking the village of Larche, and the wide, never excessively steep slopes leading to the scenic summit. The descent may follow the ascent route or even the steeper lines (clearly identifiable already during the ascent). Starting from the summit, they lead back to the ascent valley or the Bec de l'Aigle Valley: in these cases, it is vital to assess the stability conditions of the snow coverage with great care.



12 Tête de Vallon Claous – Vallée de l'Ubaye

 **Intra Bas** piccolo parking appena dopo il tornante - petit parking juste après le tournant - kleiner Parkplatz kurz hinter der Spitzkehre - small parking area just after the hairpin bend



 Elegante vetta piramidale, domina dall'alto la strada che dal piccolo abitato di Saint-Paul-sur-Ubaye sale al col de Vars. La partenza di questa bella gita può essere effettuata da differenti punti, ma il più evidente e logico è quello in corrispondenza del tornante di Intra Bas, lungo la suddetta strada. Si tratta di una gita che offre un ambiente severo ed elegante.

 L'élégant sommet pyramidal domine la route allant du petit village de Saint-Paul-sur-Ubaye au col de Vars. Le départ de cette belle randonnée peut se faire à différents endroits, le plus évident étant celui du tournant d'Intra Bas, le long de la route indiquée ci-dessus. L'excursion s'effectue dans un environnement austère et élégant.

 Eleganter pyramidenförmiger Gipfel hoch über der Straße, die vom kleinen Weiler Saint-Paul-sur-Ubaye zum Col de Vars hinaufsteigt. Beginnen können Sie diese schöne Tour an verschiedenen Stellen, der naheliegendste Ausgangspunkt ist jedoch die Spitzkehre der oben genannten Straße in Intra Bas. Die Tour führt durch eine strenge und elegante Landschaft.

 This elegant, pyramid-shaped peak dominates the road from the village of Saint-Paul-sur-Ubaye as far as Col de Vars. This delightful itinerary can set off from several departure points. Nevertheless, the most obvious and logical is at the Intra Bas hairpin bend, along the road mentioned above. This trip passes through austere yet elegant settings.

 La gita può essere effettuata anche in inverno con nevi polverose purché ben assestate poiché la lunga serie di pendii che conduce in vetta è piuttosto ripida e battuta a tratti da valanghe in caso di accumuli da vento o rialzi termici.

Cette randonnée peut également se faire en hiver avec de la poudreuse à condition qu'elle soit bien tassée puisque la longue série de pentes qui mène au sommet est assez raide et parfois touchée par des avalanches en cas d'accumulations dues au vent ou à des hausses de température.

Die Strecke kann auch im Winter bei Pulverschnee begangen werden, solange dieser gut verfestigt ist, da die lange Abfolge von Hängen zum Gipfel hinauf relativ steil und bei Schneeverwehungen oder starkem Temperaturanstieg teilweise von Lawinen bedroht ist.

The route is also viable in winter with powdery snow provided it is well compacted since the long series of slopes leading up to the summit is rather steep and at times hit by avalanches if the wind forms snow drifts or the temperature rises.

13 Grande Combe – Vallée de l'Ubaye

 **Intra Bas** piccolo parking appena dopo il tornante - petit parking juste après le tournant - kleiner Parkplatz kurz hinter der Spitzkehre - small parking area just after the hairpin bend



 È una delle grandi classiche dello scialpinismo invernale, molto frequentata quando la neve scarseggia sul versante italiano. Si tratta di una lunga gita in ambiente grandioso, che offre pendii perfettamente sciabili e una gran varietà di possibili linee di discesa. La cima della Grande Combe si presta a svariate possibilità di concatenamenti con le vicine cime del Crachet e del Parpaillon; inoltre alcune cime minori circostanti la vetta della Grande Combe rendono questo itinerario interessante anche quando le condizioni di innevamento suggeriscono di non affrontare i ripidi pendii sottostanti la vetta perché troppo carichi di neve accumulata dal vento.

 C'est l'une des grandes classiques de la randonnée à ski, très appréciée lorsque la neige se fait rare du côté italien. Il s'agit d'une longue randonnée dans un environnement grandiose, qui offre des pentes parfaitement skiables et une grande variété de lignes de descente possibles. La pointe de la Grande Combe offre un large choix de liaisons avec les sommets voisins du Crachet et du Parpaillon. De plus, certains sommets mineurs entourant celui de la Grande Combe rendent cet itinéraire intéressant même lorsque les conditions d'enneigement incitent à ne pas aborder les pentes raides en contrebas du sommet car elles sont trop chargées de neige accumulée par le vent.

 Die Route ist ein großer Klassiker des winterlichen Skibergsteigens und bei den Sportsfreunden beliebt, wenn sich auf italienischer Seite mal wieder der Schnee rar macht. Die lange Tour führt durch eine großartige Landschaft, die mit perfekt befahrbaren Hängen und einer Vielfalt an möglichen Abfahrtslinien aufwartet. Der Grande Combe lässt sich gut mit den nahen Gipfeln des Crachet und Parpaillon verknüpfen. Außerdem wird diese Route durch einige der kleineren Berge um den Grande Combe auch dann interessant, wenn aufgrund der Schneebedingungen von einem Aufstieg über die stark verwehten Steilhänge unterhalb des Gipfels abzuraten ist.

 It is one of the great classics of winter ski mountaineering, extremely popular when there is little snow on the Italian side. It is a long itinerary in a majestic setting. There are many perfectly skiable slopes and a huge variety of possible descent lines. The Grande Combe peak is ideal for the many and various links with the nearby Crachet and Parpaillon peaks; in addition, several minor peaks surrounding Grande Combe make this itinerary interesting even when snow conditions may suggest avoiding the steep slopes below the peak if there are too many snow drifts.

 I pendii finali sono da evitare in caso di nevi non assestate o in presenza di accumuli da vento: in tal caso conviene proseguire con percorso diretto lungo i pendii che conducono sulla lunga cresta che dalla vetta scende a sinistra. Ci si può dunque fermare su una delle gobbe della dorsale oppure seguire la cresta fino in vetta.

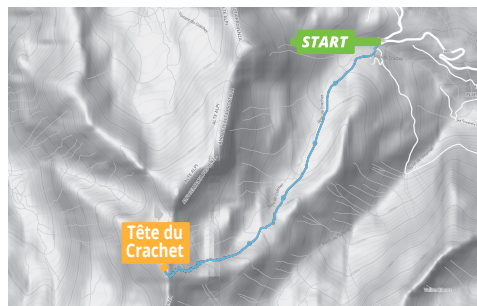
Les dernières pentes sont à éviter si la neige n'est pas stabilisée ou en présence d'accumulations dues au vent: dans ce cas, il vaut mieux continuer sur les pentes qui mènent à la longue arête descendant à gauche du sommet. Vous pouvez alors vous arrêter sur l'une des bosses de l'arête ou suivre la crête jusqu'au sommet.

Die finalen Hänge sollten bei nicht verfestigtem Schnee ebenso gemieden werden wie bei Schneeverwehungen: In diesem Fall gehen Sie am besten auf direktem Weg an den Hängen entlang, die auf den ausgedehnten Kamm führen, der vom Gipfel nach links abfällt. Sie können die Tour also auf einem der Buckel des Kamms abbrechen oder ihn bis zum Gipfel hinaufsteigen.

The final slopes are best avoided if there is loose snow or snow drifts: in this case, it is preferable to follow the direct route along the slopes leading to the long ridge that descends from the summit to the left. It is possible to stop on one of the hillocks along the ridge or follow it up to the summit.

14 Tête du Crachet – Vallée de l'Ubaye

 ultimo tornante della strada per il col de Vars
dernier tournant de la route pour le Col de Vars - letzte
Spitzkehre der Straße zum Col de Vars - last hairpin on the
road to Col de Vars

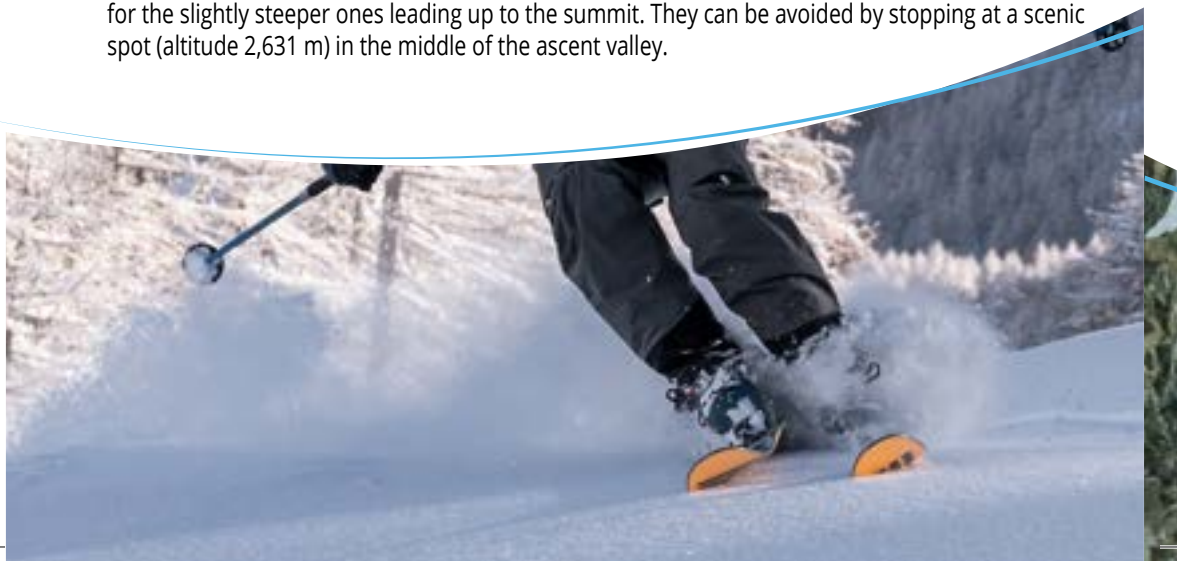


 Si tratta di una piacevole gita che offre la possibilità di un facile anello oltre a diverse opportunità di concatenamenti con la vicina Grande Combe. Spesso innevata già fin dal mese di novembre, questa bella cima presenta pendenze moderate fatta esclusione dei pendii che portano in vetta, un po' più ripidi, che possono essere evitati fermandosi su una panoramica altura (quota 2.631 m) in mezzo al vallone di salita.

 Il s'agit d'une randonnée agréable qui offre la possibilité d'une boucle facile ainsi que plusieurs occasions de rejoindre la Grande Combe située non loin. Souvent enneigé dès le mois de novembre, ce beau sommet présente des pentes modérées, à l'exception de celles qui mènent à la cime, un peu plus raides, que l'on peut éviter si l'on s'arrête au point de vue panoramique situé à 2 631 m d'altitude.

 Eine sehr nette Tour, die Sie zu einem leicht zu bewältigenden Rundweg gestalten oder auf verschiedene Weise mit dem nahen Grande Combe verknüpfen können. Dieser schöne Berg ist oftmals schon ab November verschneit und zeichnet sich durch seine gemäßigten Neigungen aus. Eine Ausnahme bilden nur die etwas steileren Gipfelhänge, die Sie jedoch meiden können, indem Sie auf einer panoramischen Anhöhe (2.631 m) mitten über dem Aufstiegstal Halt machen und umkehren.

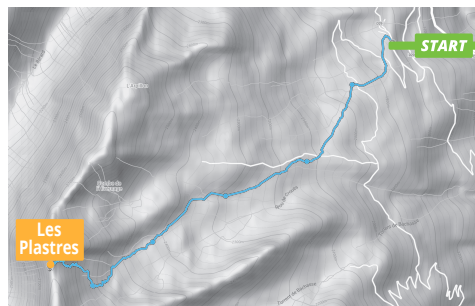
 This enjoyable itinerary involves an easy loop as well as various links with the nearby Grande Combe. Often covered in snow as early as November, this beautiful peak has gentle slopes except for the slightly steeper ones leading up to the summit. They can be avoided by stopping at a scenic spot (altitude 2,631 m) in the middle of the ascent valley.



15 Les Plastres – Vallée de l'Ubaye

 stazione sciistica di Sainte-Anne la Condamine
station de ski de Sainte-Anne la Condamine - Skigebiet
Sainte-Anne la Condamine - Sainte-Anne la Condamine
ski resort

	≈ 1.020 m		1.827 m
			2.871 m ★★



 Bella e semplice gita di scialpinismo a partire dalla graziosa stazione sciistica di Sainte-Anne la Condamine. Si tratta di un itinerario piuttosto semplice, adatto anche ai principianti, che risale il bordo delle piste per raggiungere la panoramica vetta con qualche pendio un po' più ripido. Si raccomanda prudenza nell'attraversare le piste di discesa, avendo cura di restarne il più possibile al di fuori. Itinerario invernale, molto bello con condizioni di neve polverosa grazie anche alle molteplici linee di discesa.

 Belle randonnée de montagne plutôt simple au départ de la charmante station de ski de Sainte-Anne la Condamine. Il s'agit d'un itinéraire peu difficile, également adapté aux débutants, qui remonte le bord des pistes pour atteindre le sommet panoramique avec quelques pentes un peu plus raides. La prudence est de mise pour traverser les pentes descendantes, en veillant à les éviter le plus possible. Il s'agit d'un très bel itinéraire hivernal avec des conditions de poudreuse grâce aux nombreuses lignes de descente.

 Schöne und einfach zu gehende Skitour ab dem hübschen Skigebiet Sainte-Anne la Condamine. Die Route ist gut zu bewältigen und damit auch für Anfänger geeignet. Sie führt am Rande der Pisten mit einigen etwas steileren Hängen hinauf zu einem Panorama-Gipfel. Seien Sie beim Überqueren der Pisten besonders vorsichtig und halten Sie sich so weit wie möglich außerhalb. Eine besonders bei Pulverschnee wirklich schöne winterliche Tour, die mit zahlreichen Abfahrtsmöglichkeiten aufwartet.

 A fine, easy-going ski mountaineering trip starting off from the delightful Sainte-Anne la Condamine ski resort. This itinerary is rather straightforward and even ideal for beginners. It climbs up the edge of the skiing slopes to the scenic summit with a few slightly steeper sections. Caution is recommended when crossing downhill slopes. It is advisable to avoid them as far as possible. The itinerary in winter is very striking with powder snow conditions thanks not the least to the multiple descent lines.





Testi a cura di - Textes édités par - Texte von - Text by:

Valerio Dutto - Cuneotrekking.com • Adriano Ferrero - Guida Alpina di (Guide alpin de - Bergführer von - Alpine Guide) Global Mountain

Traduzioni - Traductions - Übersetzungen - Translations:

Tesi e testi S.a.s.

Credits fotografici - Crédits photographiques - Fotocredits - Photo credits:

AD04, ATL del Cuneese, Nicolas Duvé, FoeHN Photographie, I. Com Multimedia, Daniele Molineris, Ville Niiranen

Disclaimer

Gli sport di montagna in ambiente innevato sono attività potenzialmente pericolose che vanno intraprese con la giusta preparazione. Prima di ogni uscita è importante informarsi sulle condizioni del manto nevoso contattando Guide Alpine, gestori dei rifugi alpini e consultando bollettini meteo e valanghe; è importante inoltre dotarsi dell'equipaggiamento di autosoccorso in valanga (ARTVA, pala e sonda) nonché di comunicatori satellitari di sicurezza ove non ci sia ricezione telefonica.

Avertissement

Les sports de montagne dans un environnement enneigé sont des activités potentiellement dangereuses qui doivent être pratiquées avec une préparation adéquate. Avant toute sortie, il est important de s'informer sur les conditions d'enneigement en contactant les guides alpins, les gérants des refuges et en consultant les bulletins météo et d'avalanches. Il est également important de se munir d'un équipement d'auto-sauvetage en avalanche (DVA, pelle et sonde) ainsi que d'appareils de communication de sécurité par satellite en cas d'absence de réception téléphonique.

Disclaimer

Bergsport in verschneiter Umgebung ist mit Risiken verbunden und darf nur mit der richtigen Vorbereitung betrieben werden. Vor jedem Ausflug ist es wichtig, sich über die Beschaffenheit der Schneedecke zu informieren. Auskunft dazu geben Bergführer, Schutzhüttenbetreiber sowie Wetter- und Lawinenberichte; wichtig ist zudem, sich mit einer Lawinen-Notfallausrüstung (LVS-Gerät, Schaufel und Sonde) auszustatten sowie satellitengestützte Kommunikationsgeräte mitzuführen, wo kein Funknetz vorhanden ist.

Disclaimer

Mountain sports in snowy settings are potentially hazardous activities that must be undertaken only with the right preparation. Before each outing, it is important to know the snow coverage conditions by contacting Alpine Guides and Alpine Refuge managers, as well as consulting weather and avalanche bulletins. It is also important to carry avalanche self-rescue equipment (ARTVA, shovel and probe) as well as satellite safety communication devices where there is no telephone reception.

NTC Restart

Interreg



Cofinanziato per
l'Unione Europea
Cofinanziato
dall'Unione Europea

France - Italia ALCOTRA

Pubblicazione realizzata nell'ambito del
progetto Interreg VI-A 2021-27 Alcotra n. 20009 NTC Restart, finanziato dall'Unione Europea.

Publication réalisée dans le cadre du
projet Interreg VI-A 2021-27 Alcotra n° 20009 NTC Restart, financé par l'Union européenne.

Diese Publikation wurde im Rahmen des
Projekts Interreg VI-A 2021-27 Alcotra Nr. 20009 NTC Restart entwickelt und von der Europäischen Union finanziert.

Publication developed within the scope of the
Interreg VI-A 2021-27 Alcotra project no. 20009 NTC Restart with European Union funds.

Stampato nel mese di luglio 2024 - Imprimé en juillet 2024 - Gedruckt im Monat Juli 2024 - Printed in July 2024



Info:



ATL (Azienda Turistica Locale) del Cuneese

Via Carlo Pascal, 7

12100 Cuneo (Italia)

Tel. +39.0171.690217

info@visitcuneese.it

visitcuneese.it



Facebook



Instagram



YouTube



Agence de Développement des Alpes de Haute Provence

Maison des Alpes de Haute-Provence

Immeuble François Mitterrand – B.P. 80170

8, rue Bad-Mergentheim

04990 DIGNE-LES-BAINS CEDEX (France)

tourisme-alpes-haute-provence.com



Facebook



Instagram



YouTube