

punto di partenza
A) VALLE DELLA RHO
 (quota max raggiunta 1750 m Madonna del M. Serrat)

A1) GIRO BASSO DELLA VALLE RHO
 (giro ad anello, 240 m disl, 1h15')

Raggiungere l'Hotel Europa in cima a Viale S. Rocco (il viale a fianco alla piazza del mercato del Borgovecchio), dove parte l'itinerario. Superare l'abbezzo e imboccare il ripido sentiero che sale senza tornanti fino ad una bacheca illustrativa di un lavoro di ricerca degli alunni della Scuola Primaria di Bardonecchia. Abbandonare il sentiero ripido e proseguire in falso piano a sinistra, fino ad una piccola radura dove si incontra un bivio con cartello indicatore. Proseguire sulla sinistra e scendere fino al torrente Rho, attraversare il ponte e risalire nel bosco sull'altro versante. Raggiunta la mulattiera del Poggio Tre Croci, dove si trova un'altra bacheca, scendere lungo i facili tornanti che riportano a Viale San Rocco.

A2) GRANGE DELLA RHO E CAPPELLA MONTSERRAT
 (giro ad anello, 315+50 m disl, 2h15')

Seguire l'IT A1 fino al bivio segnalato nella radura; svoltare a destra in salita fino ad un secondo bivio, dove si prosegue a sinistra in traverso. Raggiunto un ultimo bivio si svolta a destra, ormai in vista delle grange. Volendo proseguire fino alla cappella della Madonna del Mont Serrat, prendere la strada in falso piano che esce dalle grange verso la testa della valle e aggiungere 15'. Per scendere usare il sentiero che dal centro delle grange scende ripido di fronte alla chiesetta e che taglia i tornanti della strada carrozzabile; lungo questo si incontra nuovamente la bacheca dei bambini e si riprende l'itinerario di salita.

A3) SENTIERO SOTTO LA ROCCIA - LUCIANO FERRARIS E LA TAVOLA ORIENTATIVA
 (giro ad anello, 100 m disl, 1h15')

Seguire la strada asfaltata dei camini del Frejus, che sale oltre la Tur d'Amun, fino all'evidente incrocio con la strada sterrata della valle della Rho (inizio itinerario). Seguire quest'ultima fino al quarto ed ultimo tornante, dove si incontra un bivio segnalato e si lascia la strada per il sentiero che si apre sulla destra e porta alle grange del Frejus, con brevi saliscendi. A metà percorso si trova un punto panoramico sulla conca ed una tavola orientativa. Una volta raggiunte le grange del Frejus si chiude l'anello scendendo lungo la strada asfaltata fino all'incrocio con la sterrata della Rho.

A4) STRADA DEL PARADISO
 (giro ad anello, 2km, 215m disl, 2h45' tutto a piedi)

Dalla piazza del mercato del Borgovecchio, risalire per 100 m Viale San Rocco, svoltare a sinistra sul ponte del torrente Rho ed imboccare la mulattiera che sale al Poggio Tre Croci. Percorrere quest'ultima fino al 7° tornante dove si incontra un bivio segnalato; lasciare la strada ed imboccare il sentiero pianeggiante sulla sinistra, lungo il quale si incontra un fabbricato con annessa condotta forata dell'acqua. Sopra l'abitato di Les Annauds il sentiero comincia a scendere ed in prossimità del Rio Fosse incrocia un sentiero sterrato che conduce alla frazione Melezeit; imboccarlo e raggiungere la strada provinciale. Qui, poi, rientrare a Bardonecchia, è possibile prendere l'autobus del trasporto pubblico oppure scendere dal Les Annauds e tornare alla piazza del mercato tramite la Strada del Canale, evidente sentiero pianeggiante che parte dalla strada provinciale e termina al ponte sul torrente Rho già attraversato alla partenza del percorso.

punto di partenza
B) VALLE DEL FREJUS
 (quota max raggiunta 1770 cresta Melmise)

B1) DALL'ORRIDO DEL FREJUS ALLE GRANGE CHAUFFAUX
 (giro ad anello, 357 m disl, 2h)

Risalire via Modane sino all'incrocio con Via Cavour, dove parte l'itinerario. Imboccare il sentiero pianeggiante che costeggia il torrente, superare la stalla degli animali domestici e iniziare a salire sulla destra, fino ad arrivare sulle rive del Rio Merdovine. Continuare a salire sulla destra su un piccolo, ma evidente sentiero che incontra, in prossimità di una pozza d'acqua, una bacheca allestita dai bambini della Scuola Primaria di Bardonecchia e un bivio segnalato. Proseguire a sinistra con un saliscendi, superare un ponticello in legno, raggiungere un altro bivio segnalato e proseguire a destra. Continuare sul sentiero fino a raggiungere la mulattiera che, sulla sinistra, sale direttamente alle grange Chauffaux (questo tratto, se fatto in inverno, è poco evidente, ma risalendo nel bosco a zig zag si raggiunge comunque il bivio per la strada). Per chiudere l'anello, scendere lungo la strada sterrata che riporta al punto di partenza. Dalle grange è possibile seguire l'IT B2 per allungare la passeggiata.

B2) GIRO DELLE GRANGE CHAUFFAUX-VERNETS
 (giro ad anello, 357 m disl, 2h)

Stessa partenza IT B1. Imboccare la mulattiera che sale ripida di fronte alla fontana, superare la solitaria granga La Moutte e al bivio segnalato proseguire a sinistra; la strada porta direttamente alle grange Chauffaux. Per le grange Vernetts, ritornare brevemente all'inizio della borgata, imboccare il sentiero a sinistra, in corrispondenza della prima abitazione e seguire la traccia che le raggiunge in breve. Per chiudere l'anello scendere la ripida strada che riporta alla granga La Moutte e poi al punto di partenza.

B3) GIRO CRESTA MELMISE + GRANGE LA CASSE
 (giro ad anello con variante, 450 m disl, 3h)

Stessa partenza IT B2 fino al bivio sopra la granga La Moutte, dove si prosegue a destra fino alle grange Vernetts. Raggiunte queste, proseguire sulla strada fino al bivio con le grange La Casse e la cresta Melmise. Qui è possibile fare un'interessante variante fino alla baita de la Casse (1875 m), punto molto panoramico che merita una visita (aggiungere 30' e 100 m disl). Per continuare il giro, al bivio prendere la strada di destra e raggiungere le casermette sulla cresta della Melmise.

Scendere prendendo il sentiero sul filo di cresta, subito roccioso, poi tranquillo, che in poco tempo porta a valle. Finita la cresta, il sentiero spiana verso i prati, svoltare a destra e, passando dietro ai condomini, tornare alla partenza. Dalle casermette è possibile scendere lungo la strada militare, più lunga, ma più dolce della cresta. Al sesto tornante prestare attenzione al bivio non segnalato, ma necessario per tornare al punto di partenza: nella curva a gomito prendere a destra il sentiero che, procedendo in piano, riporta alla cresta. Di qui vedere la precedente opzione.

punto di partenza
C) VALLE DI ROCHEMOLLES
 (quota max raggiunta 2200 m grange Alimiane parte bassa, 2430 m grange d'Etiahe alta)

C1) GRANGE MOUCHEQUITE - LA CROIX + VALFREDDA
 (355 m disl, 1h15')

Da Rochemolles, imboccare il sentiero che parte a destra in fondo al parcheggio di fianco alla bacheca all'ingresso del paese e salire nel bosco fino alla cappella della Madonna della Neve, ignorando i due bivi che si incontrano sulla destra. Dalla cappella salire sulla destra e raggiungere le grange La Croix. Da qui parte la Valfredda e la strada per le omonime grange (2256 m); per raggiungerle, aggiungere 300 m disl distribuiti su 5 km e 1h30' di facile cammino su ampia mulattiera (difficoltà media; se fatta in inverno prestare molta attenzione alle condizioni della neve. Consigliata da metà stagione in avanti). Rientro sullo stesso sentiero o dalle grange Mouchequite, situate poco sotto la cappella. Per le mtb partire dall'itinerario C4.

C2) I PRATI DE LA JARGE
 (400 m disl, 2h)

Dal ponte di Rochemolles, dirigersi verso la chiesa ed in prossimità del museo svoltare a destra in direzione delle grange del Vallone, cartello indicatore. Il sentiero è uno solo, sale costante ed in poco tempo porta in quota. Arrivare dove il sentiero spiana per un lungo spostamento verso ovest, località detta la Jarge: qui si possono ancora vedere i resti degli usi usati per il ricovero degli animali. Percorso molto panoramico tutto al sole.

C3) GIRO VALLETTA ALMIANE
 (giro ad anello, 200 m disl, 1h)

Da Rochemolles, seguire la strada sterrata che sale alla diga, superare il ponte sul Rio Alimiane e fermarsi poco oltre nello spiazzo erboso sulla destra, dove parte l'itinerario. Imboccare il sentiero per il Colletto Alimiane verso le grange Chaux, ormai diraccate. Proseguendo sulla destra si raggiungono altre grange, le Jalet e le Sella; in corrispondenza di quest'ultime, a quota 2200 m, parte una traccia sulla sinistra che, in leggera discesa, conduce alle grange Alimiane. Per chiudere l'anello, scendere nel bosco lungo il sentiero che riporta alla strada sterrata nei pressi della diga e seguirà in discesa per ritornare allo spiazzo erboso di partenza. In questo breve giro si incontrano molte tracce di sentiero che si perdono nel bosco o nei prati, dovute all'alta frequentazione della zona da parte di mucche, ma anche di cervi: qualunque di queste tracce è comunque utile a ritornare a destinazione.

C4) DECAUVILLE
 (strada pianegg. di 7 km, 100 m disl, 3h30')

Questa strada, aperta negli anni '20, su cui viaggiava il trenino di servizio durante i lavori di costruzione della diga di Rochemolles, collega quest'ultima ai bacini di Frejusia, situati sulle pendici del monte Jafferau. Praticamente pianeggiante, è possibile raggiungerla da Bardonecchia, salendo ai bacini in auto (dalla frazione Millaires) o con la cabinovia, da Rochemolles o dalla diga stessa. Percorrendo interamente, dai bacini alla diga o viceversa, è lunga 7 km: partendo dai bacini è possibile interrompere l'itinerario al km 4, sopra le grange Mouchequite e scendere a Rochemolles (in inverno ci si ferma qui per pericolo valanghe nel tratto superiore) collegando l'IT C1. Ottimo percorso per la mountain bike o come pista di allenamento per la corsa.

C5) GRANGE D'ETIAHE
 (300 m disl, 1h)

Da Rochemolles raggiungere il rifugio Scarfiotti nella parte superiore della valle, dove parte l'itinerario. Poco prima del rifugio, a sinistra del primo laghetto si attraversa il torrente e si imbecca il sentiero per il colle d'Etiahe: esso è ben visibile nella parte superiore, mentre all'inizio risulta un po' confuso tra i cammini delle vacche al pascolo. Il percorso è piuttosto ripido e porta velocemente in quota; si incontra un solo bivio che, verso sinistra, porta alla cresta San Michele. Raggiunti i pascoli dell'alpe d'Etiahe si incontrano le grange diraccate e si gode di un bel panorama. Proseguendo sul sentiero si può raggiungere il colle, 400 m di dislivello più in alto.

punto di partenza
D) VALLE STRETTA
 (quota max raggiunta 2194 m Lago di Thures)

D1) LAGO VERDE
 (giro ad anello, 100 m disl, 1h30')

Da Bardonecchia raggiungere le grange di Valle Stretta, dove parte l'itinerario. Dalla sbarra che chiude la strada proseguire dritto fino al rifugio I. Rella superarlo e proseguire lungo il sentiero che si apre nei pascoli, raggiungendo la baita solitaria che segna l'incrocio con la strada sovrastante. Proseguire fino al bivio poco distante dov'è segnalato il Lago Verde, prendere a destra, passare sul ponte e dopo la curva naturale della strada piegare a sinistra per superare una piccola spalla rocciosa e scendere al lago (roccia calcarea sconvolta a tratti scivolosa, usare cautela). Attenzione, quest'ultima sconvolta non è segnalata, ma indispensabile per raggiungere il lago. Per tornare alle grange risalire alla spalla rocciosa e seguire il sentiero che scende a sinistra verso il torrente, opposto al ponte. Dal torrente risalire nei prati al rifugio Re Magi per poi tornare alla sbarra.

D2) LAGO DEI GIRINI
 (410 m disl, 1h)

Stessa partenza dell'IT D1 fino al bivio segnalato con il Lago Verde: proseguire a sinistra fin dove finisce la strada pianeggiante in località Pian della Fonderia. Qui proseguire dritto, ignorando la strada che sale a sinistra, fino al ponte sul torrente e salire per l'evidente ed unico sentiero che porta al rifugio Thabor. Il tracciato alterna ripide rampa a tratti pianeggianti fino ad arrivare nei pressi del lago dei girini (chiamato così in quanto luogo di riproduzione della rana temporaria), identificabile grazie ad un grande masso all'interno dello stesso. La piccola pozza è situata a destra del sentiero in un tratto pianeggiante.

D3) LAGO DI THURES
 (450 m disl, 1h30')

Da Bardonecchia raggiungere le grange di Valle Stretta, dove parte l'itinerario. Dalla sbarra proseguire sulla strada e raggiungere il rifugio III Alpini situato in alto a sinistra; da qui imboccare l'unico sentiero che sale nei prati e, superato il rio, si inoltra nel bosco per arrivare con una salita costante direttamente al lago. Parzialmente invaso da piante acquatiche, perché in fase di interrimento, il Thures ha un aspetto inconfondibile e molto suggestivo.

punto di partenza
E) PIAN DEL COLLE
 (quota max raggiunta 2240 m teleferica della Soeur)

E1) GRANGE TEPPA, GRANGE GUIAUD
 (350 m disl, 1h15')

Da Bardonecchia raggiungere località Pian del Colle, oltre la frazione Melezeit, e fermarsi nei pressi del primo campeggio, dove parte l'itinerario. Imboccare la strada sterrata in fronte allo stesso che passa a sinistra di una casa diraccata e a destra di una fontana, inoltrandosi nel vallone des Aclès: proseguire dritto seguendo le indicazioni per le Grange Teppas, Colle des Aclès. Il sentiero si snoda in lieve salita lungo il torrente Comba della Gorgia, per poi piegare a sinistra e cominciare a salire ripido fino alle Grange Teppas. Continuare a salire lungo la mulattiera fino alle grange successive, le Gliaud. Oltre, il sentiero prosegue per raggiungere il Colle des Aclès.

E2) TELEFERICA DELLA SOEUR
 (460 m disl, 2h)

Da Bardonecchia raggiungere e superare località Pian del Colle, proseguire oltre confine fino al bivio con la Valle Stretta: girare a sinistra in direzione Colle della Scala e fermarsi subito dopo le due gallerie in cima alla salita, dove parte l'itinerario. Nella curva a s., sulla sinistra parte il sentiero per la comba della Soeur (cartello indicatore); lungo la salita non si incontrano bivi e al termine dei molti tornanti si arriva nella pianeggiante comba della Soeur. L'itinerario termina all'inizio della comba, presso un'evidente costruzione in cemento, un tempo teleferica al servizio dei numerosi bunker. La comba prosegue per circa 2 km fino alla Tour Jaune de Barabas per poi unirsi al sentiero del colle Des Aclès: volendo fare un bel giro, percorrere tutta la comba e poi scendere su Pian del Colle (considerare 5h per l'intero giro).

punto di partenza
F) CONCA DI BARDONECCHIA
 (quota max raggiunta 1790 m cappella M. Ausiliatrice sopra grange Suppas)

F1) GIRO DEL FORTE BRAMAFAM
 (giro ad anello, 170 m disl, 1h30')

Raggiungere la partenza degli impianti sciistici in località Campo Serrat. In fondo al parcheggio di sinistra, parte una ripida strada (Vivier) che in breve porta in località Quattro Strada; qui proseguire dritto in piano fino alla cappella di Sant'Anna e subito dopo imboccare la salita a sinistra per raggiungere il forte Bramafam (per le informazioni sulle aperture www.fortebaramfam.it). Visitato quest'ultimo, ridiscendere fino alla cappella e imboccare la strada a sinistra, che scende verso le Grange del Bersac. Arrivare fino alla piccola cappella dedicata a Santa Chiara (in inverno ci si ferma qui e si torna indietro) e girare a sinistra verso il colle della forca; da qui proseguire sulla fontana Giolitti e per chiudere il giro seguire il sentiero pianeggiante che, costeggiando la Dora, riporta a Campo Serrat.

F2) GIRO DELLE GRANGE SUPPAS
 (giro ad anello, 240 m disl, 1h45')

Raggiungere la frazione Millaires e fermarsi presso la borgata Gleise dove parte l'itinerario. Dalle ultime case della borgata, guardando in direzione di Oulx, parte un sentiero pianeggiante e senza bivi che porta alle grange Suppas; per arrivare si attraversa il Rio Perilleux, rimanendo poi quasi sempre in un bel bosco. Dalle grange imboccare il sentiero che sale dritto sopra le case, al bivio nei pressi del Rio Perilleux tenersi a sinistra, passare il torrente e raggiungere la cappella di Maria Ausiliatrice. Qui il sentiero riprende a scendere e finisce sopra le grange Rochas; per chiudere il giro seguire il sentiero che taglia i tornanti della strada asfaltata fino alle Gleise.

F3) GIRO GRANGE MEDAIL-HORRES-GLEISE
 (giro ad anello, 340 m disl, 2h15')

Raggiungere la frazione Millaires e fermarsi in località Le Frassiniet, nei pressi della chiesa parrocchiale dove parte l'itinerario. Dalla strada prendere il sentiero che sale a Casa Medail; raggiunte queste, proseguire a sinistra sulla sterrata che porta prima alle Grange Garnier e poi alle Grange Horres, tagliando l'ultimo tornante con il sentiero che sale a destra. Dalla borgata, salire a destra fino alla cappella dei Santi Andrea e Giacomo, sulle pareti esterne della quale si può ammirare l'affresco cinquecentesco della "Cavalcata dei Vizi". Per chiudere l'anello, imboccare il sentiero che dalla cappella prosegue sulla destra in direzione delle Grange Rochas e al primo bivio, scendere a destra fino a raggiungere le Gleise Reuil. Qui dirigersi verso la strada, imboccare il sentiero sulla destra che scende in diagonale e riporta a Millaires.



F4) SENTIERO BALCONE DA MILLAURES A ISSARD
 (70 m disl, su 2,5 km, 2h)

Stessa partenza dell'IT F3. Dietro la chiesa Parrocchiale parte una strada sterrata pianeggiante che, con uno splendido balcone sulla conca di Bardonecchia, permette di fare un giro lungo le pendici del monte Jafferau. Seguire sempre la traccia pianeggiante ignorando un paio di bivi fino ad arrivare sopra i piazzali di parcheggio degli impianti di risalita; qui è possibile interrompere la passeggiata scendendo agli stessi e poi in paese (bivio segnalato nel bosco). Proseguendo sul sentiero in falso piano, dritti nel bosco, si arriva alla borgata di Issard, situata nella valle di Rochemolles. Questo secondo tratto è accompagnato da piccoli pannelli di divulgazione naturalistica (sentiero natura "i Cosetti di Luciano"). È possibile percorrere questo sentiero anche partendo da Issard.



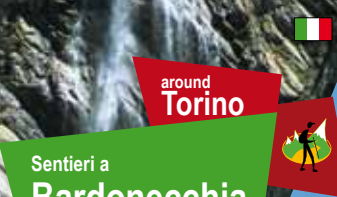
Passeggiare per scoprire la conca di Bardonecchia

Bardonecchia, situata all'estremità più occidentale della Valle di Susa e comune più ad ovest d'Italia, adagiata a 1300 m di quota, è circondata da montagne che la racchiudono in una magnifica conca, in cui confluiscono quattro valli solcate dai relativi torrenti: Rho, Frejus, Rochemolles e Valle Stretta, oggi appartenente alla Francia. Esse offrono belle escursioni per ogni stagione, facili passeggiate o cime impegnative; ambienti diversi, dai prati ai boschi, dai pascoli alle rocce, tutti però accomunati dal fascino di un ambiente alpino ancora integro. Quella qui proposta è una scelta di escursioni medio-facili per apprezzare tutta la conca su percorsi facilmente riconoscibili e segnalati, della durata massima di tre ore e calcolati su 350 m di dislivello orari; in alcuni casi è indicata anche la distanza in chilometri (km); si tratta di sentieri o strade quasi pianeggianti, in cui la sola indicazione dello scarso dislivello costituirebbe un riferimento insufficiente per l'utente. Il tempo di percorrenza riportato è relativo al solo percorso di andata o all'intero giro nel caso di itinerari ad anello, senza soste di ristoro. Si raccomanda un abbigliamento adeguato alla frequentazione dell'ambiente alpino e si consiglia di affiancare al presente pieghevole una cartina toponomastica di Bardonecchia ed una carta topografica 1:25.000. Si ricorda infine che i professionisti della montagna, Guide Alpine ed Accompagnatori Naturalistici, sono a vostra disposizione per aiutarvi.

Ufficio del Turismo
 Piazza De Gasperi 1/a
 Tel. +39 0122 990332 Fax +39 0122 980612
 info.bardonecchia@turismotorino.org
 www.turismotorino.org

www.bardonecchia.it

Strappo su carta Ciclio per nel rispetto dell'ambiente



around Torino
Sentieri a Bardonecchia
 Itinerari escursionistici.



Bardonecchia
 Sport Nature e Culture