



# VALL MARA

**16-23 agosto**





Club Alpino Italiano  
Sezione di Ascoli Piceno  
Via Serafino Cellini



[www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it) -

## Trekking Residenziale in alta Val Maira dal 16 al 23 Agosto 2015

La Commissione Escursionismo nel 2015 propone una settimana escursionistica in **alta Val Maira**, sulle montagne del Cuneese, ai confini con la Francia, utilizzando una base di appoggio in un borgo della Valle.

Questa scelta, rispetto al quella del trekking tradizionale fatto di concatenamenti "da rifugio a rifugio", se da un lato priva l'esperienza del fascino dell'imprevisto, dall'altra permetterà di effettuare escursioni in punti diversi della zona, consentendo una conoscenza più approfondita di questa parte dell'arco alpino.

Accompagnatori :    Marcello Nardoni    348.7447517  
                              Stella Nazzareno    338.4961258

La base prescelta sarà il **Rifugio Campobase a m.1650** s.l.m. ubicato alla fine della Valle nella borgata "Chiappera" frazione di Acceglio (CN) , con trattamento di mezza pensione per 7 notti il costo del soggiorno sarà di **€ 300,00** a cui dovranno essere aggiunte le spese del viaggio A/R da suddividere tra gli equipaggi delle auto. Il rifugio ci ha riservato **18 posti letto** che si dovranno confermare con la caparra entro i primi giorni di maggio 2015 . Il termine per le iscrizioni è fissato per **venerdì 8 maggio 2015**. All'atto dell'iscrizione si dovrà versare un acconto di **€ 100,00**.



Rifugio Campobase – Rocca Provenzale

**Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito [www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it)**



### Descrizione della valle :

Una valle alpina autentica e selvaggia, ricca di patrimoni naturalistici che evidenziano nei panorami la turbolenta storia di un oceano in tempesta, innalzato alle cime attuali dallo scontro di due continenti che così hanno originato le Alpi.

Terra dell'Occitania, con scambi millenari dalle Alpi ai Pirenei, influenzata dalle raffinate culture della vicina Provenza e del marchesato di Saluzzo, fra di loro in stretti rapporti economici e parentali.

Una montagna di tesori artistici, dove le opere dell'uomo si inseriscono con armonia nelle bellezze del paesaggio. Luogo che custodisce la memoria degli antichi mestieri, la genialità e la storia di un fiero popolo montanaro.

Patria dell'escursionismo e dell'outdoor, sempre attenta ai nuovi modi di vivere la montagna nel rispetto dell'ambiente.

Paradiso dello scialpinismo e delle racchette da neve, dalle facili passeggiate nei boschi e nelle praterie innevate fino ai canali più estremi dello sci ripido e dell'avventura pura. Arte, cultura, divertimento nella natura e serenità, in grandiosi panorami o nell'intimità di un borgo alpino, sono le promesse che la Valle Maira offre ai suoi ospiti.

Per raggiungerci dovete venire in Provincia di Cuneo, sulle Alpi Occidentali del Piemonte. La Valle Maira vi accoglierà con le sue montagne costellate di sentieri, il buon clima, i capolavori artistici nelle chiese gotiche e le vicende storiche del popolo delle Alpi nei numerosi musei sparsi fra le borgate, le feste e gli appuntamenti culturali, l'eccellente offerta della cucina occitana.



La Val Maira è la patria dell'escursionismo, riconoscimento frutto di una politica perseguita negli anni alla valorizzazione dei percorsi escursionistici, che l'hanno fatta conoscere da un turismo internazionale prevalentemente di lingua tedesca, fra i più attenti ad apprezzare le valenze artistiche, naturalistiche e antropologiche del territorio alpino.

Anche riviste di settore hanno scoperto le peculiarità di questa valle selvaggia, che oggi può portar vanto di essersi mantenuta incontaminata, con un fascino antico delle sue borgate e la possibilità di godersi in tranquillità i grandiosi e mutevoli panorami dei suoi numerosi valloni laterali e gruppi montuosi.

Si passa dalle facili passeggiate tematiche per famiglie alle escursioni ai numerosi laghi alpini, dai trekking giornalieri ad anello alle tante vette che sfiorano e superano i 3000m facilmente raggiungibili

**Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito [www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it)**



Club Alpino Italiano  
**Sezione di Ascoli Piceno**  
**Via Serafino Cellini**



[www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it) -

da escursionisti esperti, dagli impegnativi trekking di più giorni ai grandi tour intervallivi e transfrontalieri.

Passeggiare con passo lento permette di godersi la natura, camminare nella storia di una cultura alpina che oggi trova una nuova identità nel turismo, attraversare montagne che per secoli hanno visto il passaggio di uomini ed eserciti da un versante all'altro delle Alpi, teatro di scambio della cultura occitana o di drammatiche battaglie di cui restano muti testimoni fortini, bunker e reticolati.



Bivacco Bonelli – Lago d'Apzoi – M. Oronaye 3.100 (**sentiero Frassati**)

L'elenco di escursioni che segue rappresenta una prima selezione di possibili itinerari.

Solo prima della partenza del trekking verrà stilato un programma di massima che potrà essere variato in situ a seconda delle condizioni meteorologiche che si incontreranno.

- Anello sentiero Frassati con salita al M.Soubeyran (Tete de l'Alp) m.2701 con partenza da Saretto – Sorgenti del Maira m.1646. Difficoltà tecnica E, dislivello m.1100 circa, sviluppo totale 16 Km circa , durata 6 ore circa .
- Anello sentiero Dino Icardi con salita al Tete de la Frema m.3142 con partenza da Ponte delle Fiè sopra Chiappera m.1650. Difficoltà tecnica EE, dislivello m.1600 circa, sviluppo totale 19 Km circa , durata 8,5 ore circa .
- Anello per i passi Gardetta e Rocca Brancia con salita al Monte Oserot m.2861 con partenza da borgata Viviere m.1750 . Difficoltà tecnica EE, dislivello m.1200 circa, sviluppo totale Km 15 circa, durata 6 ore circa .

**Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito [www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it)**



Club Alpino Italiano  
Sezione di Ascoli Piceno  
Via Serafino Cellini



[www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it) -



Lago di Vallonasso di Stroppia e Tete de la Frema m 3142 (**sentiero Dino Icardi**)

- Anello Tour di Rocca la Meja con salita alla vetta m.2831 con partenza dal Grange (fienile – casale) Selvest m.1961 . Difficoltà tecnica EE, dislivello m. 1750 circa tra i vari Sali scendi, sviluppo totale 23 Km circa, durata 8 ore circa .
- A/R Monte Chersogno m.3026 sopra Prazzo dalla vetta vista sul Monviso e la Val Varaita con partenza da borgata De Costanzi m.1714. Difficoltà tecnica EE, dislivello m. 1320 circa, sviluppo totale 16 Km circa, durata 6,5 ore circa .
- A/R Monti Freide m.2967 e Albrage m.2999 con partenza dalla cappella Madonna delle Grazie m.2000 sopra Lausetto . Difficoltà tecnica EE, dislivello m. 1070 circa, sviluppo totale 13 Km circa, durata 6 ore circa .

I vari spostamenti dal Rifugio nella valle per raggiungere le varie mete delle escursioni variano da min. 10 minuti di auto a 40 minuti circa per la meta più lontana.

**N.B. Informazioni riguardo la partenza , materiali e varie saranno comunicati via mail ai partecipanti al Trekking successivamente .**

Informazioni da consultare su Internet per una maggiore conoscenza della Val Maira :

[www.vallemaira.org](http://www.vallemaira.org) [www.invalmaira.it](http://www.invalmaira.it)

Carta escursionistica di riferimento N°111 istituto geografico centrale Valle Maira – Acceglio – Brec de Chamberon . € 8,10 su Amazon .

**Vi aspettiamo numerosi**

**La Commissione Escursionismo**

**Per ulteriori informazioni e per effettuare prenotazioni potete rivolgervi presso la sede del CAI ogni mercoledì e venerdì dalle ore 19 alle 20, telefonare allo stesso orario allo 0736 45158 oppure consultare il ns. sito [www.caiascoli.it](http://www.caiascoli.it)**