

## “TREKKING DEL LUPO” dal 14 al 20 LUGLIO 2024

*“Sulla montagna il passo si fa lento, il lupo guarda” (Haiku di Sisa).*



Ciao a tutti! Speriamo che siate in buona forma, perché quest'anno vi proponiamo il “Trekking del Lupo”, un percorso che si immerge nella natura selvaggia e nella maestosità del Parco delle Alpi Marittime e che attraversa vallate, colli al di sopra dei 2000 m, praterie d'alta quota, pascoli e boschi secolari.

Ci sarà la possibilità di avvistare camosci e stambecchi, marmotte, maestosi rapaci come il gipeto e, con un po' di fortuna, anche il fantastico animale che dà appunto il nome al trekking, il Lupo (anche da vicino, se visiteremo i centri faunistici di Entracque!). E comunque, non preoccupatevi se non lo avvisterete durante il cammino, perché sarà lui a tenervi d'occhio! Buon trekking allora, o meglio, come direbbe il lupo: *“long may you walk”!*

Marco e Giovanni



**NECESSARI:** allenamento, abilità e resistenza nel camminare in montagna per più giorni.

**Materiale:** zaino, scarponcini da trekking (sconsigliate le scarpe basse), abbigliamento da montagna (per ripararsi dalla pioggia utile ombrellino leggero), borraccia, torcia frontale, bastoncini da trekking.

Obbligatorio il sacco lenzuolo per dormire nei rifugi e ciabatte o sandali leggeri.

**Pranzo:** al sacco il primo giorno, poi ciascun partecipante provvederà per i pranzi successivi (sarà possibile farsi fare un panino nei rifugi, con costi extra quota).

**Doccia:** in tutti i rifugi dovrebbe essere possibile fare la doccia calda, a pagamento (costi: 3-5 Euro, extra quota), condizionata alla disponibilità di acqua nei rifugi.

#### PROGRAMMA:

##### **14 Luglio, domenica**

Partenza in mattinata da Verona e arrivo a S. Giacomo di Entracque (1213 m). Questo sarà il punto di partenza del trekking, ma prima porteremo 1 auto al Lago della Rovina (1535 m), dove arriveremo al ritorno.

##### **1° TAPPA: da S. Giacomo d'Entracque al Rifugio Soria Ellena (1840 m).**

<u>Distanza:</u>	6,6 km
<u>Dislivello positivo:</u>	630 m
<u>Dislivello negativo:</u>	15 m
<u>Tempo di percorrenza:</u>	2 h, 30' circa
<u>Difficoltà:</u>	E

**Descrizione:** Questa tappa è la più breve. Dopo i tornanti iniziali la carrozzabile si distende nel vallone per innalzarsi poi con dei traversi e raggiungere una malga. Proseguendo si arriva al cosiddetto piazzale dei Cannoni, dove termina la strada carrozzabile. È molto bello il panorama che guarda verso il monte Gelas e ciò che rimane dei suoi ghiacciai. Poco più avanti lasciamo a sinistra il percorso che porta al



Gias della Siula mentre la stradina, più accidentata, riprende la salita a brevi tornanti, addentrandosi sempre più nel vallone che si restringe e, in prossimità del bivio per il colle di Fenestrelle (2463 m) che lasciamo a destra, perveniamo al piano del Praiet. Lasciata davanti a noi la stradina che continua verso il colle di Finestra (2471 m), il lago della Maura (2376 m) e il passo dei Ghiacciai (2750 m), superiamo una passerella in legno salendo verso il rifugio Soria Ellena che è posto su un'altura alla nostra sinistra.

### **15 Luglio, lunedì**

#### **2° TAPPA: dal Rifugio Soria Ellena (1840 m) al Rifugio Genova-Figari (2015 m).**

Distanza: 8 km  
Dislivello positivo: 750 m  
Dislivello negativo: 570 m  
Tempo di percorrenza: 3 h, 30' circa  
Difficoltà: E

Descrizione: Dal Rifugio Soria Ellena (1840 m) si scende sul ripido sentierino che porta al Piano del Praiet e alla rotabile ex militare. La si percorre per un centinaio di metri verso destra, in direzione di San Giacomo di Entracque, fino a trovare il bivio sulla sinistra per il Colle di Fenestrelle (segnavia M10, GTA).

Qui parte un evidente sentiero che segue fedelmente il tracciato di una vecchia mulattiera ormai quasi del tutto scomparsa e risale l'intero Vallone di Fenestrelle. Mantenendo incredibilmente la stessa pendenza lungo tutta la salita, il sentiero, tra ampi pascoli in basso e praterie alpine in quota, supera dapprima i ruderi del Gias Alvè e poi del Gias Balmetta.

L'ascesa prosegue senza eccessiva fatica con numerosi tornanti, talvolta tagliati da scorciatoie, mantenendosi sul versante sinistro orografico del vallone. Volgendo brevemente a ovest il sentiero si porta su una selletta prativa, poi riprende tortuoso verso nord. Poco prima del colle si raggiungono il minuscolo Lagarot di Fenestrelle e quindi, con qualche ulteriore tornante tra magra erba e pietrame, i ruderi di un ricovero ottocentesco su un panoramico poggio erboso.

Una breve discesa precede l'ultima risalita, tra pietrame, che conduce al Colle di Fenestrelle (2462 m, 2h – 2h, 15' dal Rifugio Soria Ellena). Splendido il panorama che si gode dal colle: alle spalle il Monte Gelas e gli omonimi ghiacciai; di fronte, scendendo un poco oltre il valico, il Massiccio dell'Argentera ed in basso il Bacino del Chiotas. Poco oltre il colle, prima di incominciare la discesa nel Vallone di Fenestrelle, si incontrano altri due piccoli ma spettacolari laghetti. La discesa prosegue su un terreno meno agevole, a tornanti, lungo un pendio detritico. Con una breve risalita, sempre a tornanti, ci si sposta sul versante destro orografico del vallone, riprendendo poi a scendere tra rocce montonate, detriti e erba alternati con tratti a mezzacosta. Superata un'ultima breve risalita, la discesa riprende più decisa fino a raggiungere, con una discreta serie di serpentine, un sottostante pianoro erboso ed a tratti acquitrinoso. Attraversato il pianoro, ci si immette sulla strada sterrata che sale al Rifugio Genova Figari. La si segue verso sinistra ed in breve, costeggiando il Bacino del Chiotas con qualche saliscendi, si raggiunge il Rifugio (2009 m, 1h, 10' – 1h, 20' dal Colle di Fenestrelle).



### **16 Luglio, martedì**

#### **3° TAPPA: dal Rifugio Genova-Figari (2015 m) al Rifugio Remondino (2430 m).**

Distanza: 10,8 km  
Dislivello positivo: 952 m  
Dislivello negativo: 460 m circa  
Tempo di percorrenza: 4 h circa  
Difficoltà: EE

Descrizione: Dal rifugio Genova si prosegue in salita, costeggiando il Lago del Brocan (2000 m), su pietraie e rocce, per raggiungere il centro del Vallone delle Rovine. La salita si svolge con una vista stupenda che va dalla Cima dell'Agnel ai laghi Brocan e Chiotas alla pianura, per arrivare al Colle Brocan (2892 m), dove inizia la discesa lungo il Vallone di Nasta che porta al Rifugio Remondino, vero nido d'aquila, ai piedi della Cima dell'Argentera, termine della tappa e punto di pernottamento.



## **17 Luglio, mercoledì**

### **4° TAPPA: dal Rifugio Remondino (2430 m) al Rifugio Questa (2388 m).**

<u>Distanza:</u>	14 km circa
<u>Dislivello positivo:</u>	920 m circa
<u>Dislivello negativo:</u>	1100 m circa
<u>Tempo di percorrenza:</u>	6 h circa
<u>Difficoltà:</u>	E



Descrizione: Dal rifugio si scende per un sentiero erto e sconnesso, poi per una breve discesa si giunge al Piano della Casa, un ampio pianoro erboso percorso da un sinuoso torrente, dove finisce la sterrata che sale dalle Terme di Valdieri. Si scende lungo la strada per un breve tratto, quindi si attraversa un ponte di legno e si imbocca un'ampia mulattiera che si dirige verso il versante della valle opposto al Remondino. Volendo, questo tratto può essere evitato passando dal rifugio Regina Elena (si trova la deviazione poco prima di giungere alla strada).

Si incontrano numerosi bivi, tutti ben segnalati, per il colle di Ciriugia e quello di Fremamorta. Si prosegue in direzione nord-ovest, su un sentiero balcone molto panoramico, con pendenza moderata che consente di godere con calma della vista sulla valle del Gesso della Valletta. Prendendo quota, compaiono la parete sud dell'Argentera e il Corno Stella.

Ad un bivio si può decidere se andare direttamente al lago mediano di Fremamorta oppure fare un giro più lungo per salire al lago superiore. Dal lago mediano si va poi a quello inferiore e, con una breve salita, si arriva al Colletto del Valasco. Si scende poi in un vallone molto aspro, con estese pietraie e smilzi prati, con radi esemplari di larici e cembri. Si arriva ad un bivio, dove si prende la sinistra (a destra si scende al Valasco) e, con un traverso molto panoramico sul Piano del Valasco e il Monte Matto, ci si dirige verso il Rifugio Questa. Qui la mulattiera si fa più stretta: è poco più larga di un sentiero.

Con un traverso in salita giungiamo ai piedi della serpentina che sale al lago del Claus. Qui prendiamo a sinistra e in pochi minuti siamo al Rifugio Questa (2388 m).

## **18 Luglio, giovedì**

### **5° TAPPA: dal Rifugio Questa (2388 m) al Rifugio Valasco (1764 m).**

Distanza: 10 km

Dislivello positivo: 60 m (da rifugio a rifugio); con variante alla Testa Sud di Bresses (2820 m) per il Passo di Prefouns: + 450 m circa.

Dislivello negativo: 625 m; con variante: totale circa 1075 m.

Tempo di percorrenza: 2h, 30' (con variante: 5h, 30')

Difficoltà: E, con variante: EE

Descrizione: Dal rifugio Questa ripercorriamo un breve tratto del sentiero da cui siamo arrivati il giorno prima. Chi intendesse percorrere la via più ripida ma più breve può tenere la destra e scendere direttamente verso il Piano Superiore del Valasco, verso il rifugio Valasco. Chi vuole percorrere tutto il tragitto terrà invece il sentiero di sinistra verso il Lago del Claus, molto suggestivo con diverse piccole isole. Ci si allontana quindi in discesa seguendo la strada militare lungo la pietraia, arrivando al Lago inferiore di Valscura. Dal Lago si segue la sterrata che inizia a scendere in direzione del piano di



Valasco attraversando una fitta vegetazione con ombrosi larici fino a raggiungere il piano superiore del Valasco dove si trova il rifugio omonimo la cui forma ricorda un castello in miniatura con tanto di torrette.

### **DESCRIZIONE variante alla cima Testa sud di Bresses, dal rifugio Questa:**

Dal Rifugio si prende il sentiero che va al Colletto del Valasco, deviando in breve verso sinistra per il sentiero (ometti di pietra) che, zigzagando tra larici e rododendri, sale la grande china pietrosa e continua con lunghe serpentine a costeggiare la base della Cima di Prefouns. Da qui ci sono parecchi scorci panoramici sulla Val Morta e sulla strada militare che, sempre più lontana, con alcuni tornanti sale verso il colletto del Valasco. Si sale portandosi in un grande anfiteatro chiuso a destra dalla grande base rocciosa del Tablasses e, a sinistra, dalla Testa di Bresses. Guardando con attenzione si localizza il ricovero ex militare che, a sud-est, è posto appena al di sotto del Colle di Tablasses e qualche traccia di una mulattiera che porta nella giusta direzione. Si segue

con cautela la traccia parecchio franosa che conduce ad una selletta, in direzione della casermetta ormai non più tanto lontana. Raggiuntala, non ci rimane che scavalcare una pietraia di massi granitici e sbucare al [passo di Tablasses](#) (2738 m) situato sul crinale Gesso-Tinée. Da qui si raggiunge la Testa sud di Bresses (2820 m) in una decina di minuti di percorso tra grandi massi.

### **19 Luglio, venerdì**

**6° TAPPA:** dal Rifugio Valasco (1764 m) al Rifugio Morelli Buzzi (2351 m).

**Distanza:** 12 km circa  
**Dislivello positivo:** 1050 m  
**Dislivello negativo:** 400 m  
**Tempo di percorrenza:** 4h, 15'  
**Difficoltà:** E

**Descrizione:** Dal Rifugio Valasco si scende lungo la strada sterrata, con alcuni tagli su sentiero, fino alle Terme di Valdieri (1368 m). Si percorre quindi un pezzo di strada asfaltata che si abbandona presto per risalire un sentiero che si inoltra nel bosco di latifoglie con prevalenza di faggi, nel Vallone di Lourousa. La vegetazione lascia a poco a poco il posto ai larici, raggiungendo il Pianoro del Lagarot di Lourousa (1970 m). L'ambiente quindi cambia, assumendo un aspetto lunare e selvaggio e in mezzo a sfasciumi il sentiero sale gradualmente fino a raggiungere il Rifugio Morelli-Buzzi (2351 m)



### **20 Luglio, sabato**

**7° TAPPA:** dal Rifugio Morelli Buzzi (2351 m) al Lago della Rovina (1535 m).

**Distanza:** 11 km circa  
**Dislivello positivo:** 300 m  
**Dislivello negativo:** 1000 m  
**Tempo di percorrenza:** 3h, 30' circa  
**Difficoltà:** E

**Descrizione:** Dal rifugio si prosegue in salita alternando lunghi traversi a stretti zig-zag per arrivare al Colle del Chiapous (2526 m). Il sentiero prosegue per un tratto in falsopiano e, dopo una zona di sfasciumi, raggiunge un poggio da dove si apre la vista sul sottostante bacino del Chiotas. Si inizia quindi a scendere decisamente lungo il vallone del Chiapous per numerosi tornanti che alternano manto erboso a sfasciumi. Il sentiero, decisamente ripido, diventa più graduale solo in prossimità della diga del Chiotas. Dalla diga ci si immette su una strada sterrata che scende a tornanti e su un sentiero, a tratti scalinato e a tratti con gradini metallici artificiali e corrimano nei punti più ripidi. Si imbroccano quindi gli ultimi tornanti tra erba e detriti fino ad arrivare al Lago della Rovina, dove avevamo portato l'auto (1545 m).

#### **Informazioni e iscrizioni:**

Marco Cobelli, tel. 3683232011 (solo WhatsApp), [m.cobelli@icloud.com](mailto:m.cobelli@icloud.com); Giovanni Lui, tel. 3464147105, [giovanni.lui3@gmail.com](mailto:giovanni.lui3@gmail.com).

#### ***Io sono il lupo***

*Io sono il lupo.  
La fame è la mia compagna,  
La solitudine la mia sicurezza.  
Io sono l'istinto.  
Il freddo è il mio giaciglio,  
Il vento la mia sola coperta.  
Io sono il silenzio.  
Un'ombra nella foresta,  
Impronte lungo il fiume,  
Occhi di brace nel profondo buio.  
Io sarò forse ucciso,  
Mai disperso, cancellato.  
Come immortale spirito del bosco  
Di nuovo vigore sarò creato.  
Io sono il lupo.*

*(Anonimo)*



Nota: le informazioni e descrizioni riportate in questa relazione provengono, in parte da siti internet e in parte dalla Guida "Il trekking del lupo" di Annalisa Porporato e Franco Voglino, Ed. Terre di Mezzo, 2<sup>a</sup> edizione, febb. 2023