



CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO

## GRUPPO SENIORES

Via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano - tel 02 86463516  
grupposeniores@caimilano.eu - www.caimilano.org



mercoledì 25 settembre 2024

# Laghi del Monte Avic

Valle d'Aosta

escursione breve : **Lago Muffè**

coordinatori : **Erika Polinelli 3284656456**

**Valter Fossa 3299668741**

**Panorami da sogno, laghi nascosti e tanti sentieri immersi in boschi silenziosi: il Parco Regionale del Mont Avic, alle porte della Valle d'Aosta, è la destinazione ideale per chi cerca una pausa dalla frenesia della vita quotidiana all'insegna dello slow trekking e dell'esplorazione. Proprio i tantissimi laghi e torrenti costituiscono il cuore vitale del Parco. Facilmente raggiungibile sia dal Piemonte che dalla città di Aosta, il Parco Regionale del Mont Avic abbraccia le vallate di Champorcher e Champdepraz, estendendosi su oltre 5.500 ettari.**

Iniziamo la nostra escursione dal parcheggio (la Cort) subito dopo la frazione di Petit-Mont-Blanc m 1760. Qui, una serie di cartelli informativi ci segnalano l'ingresso nel Parco Regionale: prenderemo il sentiero 10 in direzione Lago Muffé m 2076 e Rifugio Barbustel m 2154. La prima parte dell'itinerario, seppur breve, è piuttosto ripida. In circa 1/ 1½ ora raggiungeremo il Lago Muffè sulle cui sponde vi è un punto di ristoro e dove termina la gita breve.

Dal Lago si continua in salita, in direzione Col de Lac Blanc m 2309. Il sentiero, sempre ampio, entra nelle classiche zone rocciose del parco e raggiunge il colle, che offre un bel panorama sulle montagne circostanti Monte Rosa e Cervino. Si scende ora sul sentiero n. 10 e, in breve si raggiunge il piano erboso su cui si adagia il Rifugio Barbustel m 2154, da dove appare, in basso il Lac Blanc. Ora seguiamo le indicazioni per il Gran Lac (sentiero n. 102), scendendo al Lac Noir e poi toccando il Lac Cornu, qui sosteneremo per la pausa pranzo. Tutta la zona si presenta solitaria e selvaggia ed è quindi facile avvistare la fauna selvatica. Si cammina in un ambiente severamente montano incastonato tra alte e rocciose montagne (Gran Rossa, Mont Glacier, Mont Bel Plat). La zona umida è la patria di numerosi anfibi.

Ritornati al Rifugio Barbustel si prende ora il sentiero n. 5 ampia e tranquilla mulattiera che porta subito al Lac Vallette m 2190 e alla zona umida che lo circonda. Bellissimi i colori tra il verde dei radi larici e il rosso e il giallo della brughiera che circonda il lago.

Giunti al bivio di quota 2145 metri si prende a destra il sentiero n. 4 che riprende a salire decisamente in un selvaggio vallone offrendo grandi spunti paesaggistici sulle rocciose dorsali che scendono da Cima Piana. Si raggiunge così un piano di origine glaciale dove ancora trovano spazio alcuni piccoli laghi per poi raggiungere il Col de la Croix m 2286, da dove si riprende a calare verso il Lac Muffé. Il sentiero, infatti, scende in diagonale e va a rimettersi sul sentiero utilizzato all'andata. Con questo si scende a sinistra, si passa nuovamente per l'azzurro Lac Muffè e quindi si torna al punto di partenza.

**indicazioni importanti :** EQUIPAGGIAMENTO: Bastoncini, zaino, scarponi alla caviglia, vestiario adeguato alla quota, protezioni anti pioggia, provvista di acqua

**programma :** colazione : **al sacco**

mezzo di trasporto : **Pullman**

durata viaggio A/R ore : **03:00+03:00**

partenze da Milano ore : **07:00 P.le Lotto (ingresso Lido)**

previsione rientro Milano ore : **19:30 P.le Lotto**

| <u>caratteristiche</u> | Difficoltà : | Ore Marcia : | Km marcia : | Dislivello Salita : | Dislivello Discesa : | Quota Max : | Impegno Fisico : | Corde fisse |
|------------------------|--------------|--------------|-------------|---------------------|----------------------|-------------|------------------|-------------|
| escursione base :      | E            | 05:00        | 10          | 800                 | 800                  | 2.309       | 3/5              | No          |
| escursione breve :     | E            | 03:30        | 5           | 400                 | 400                  | 2.076       | 2/5              | No          |

**Quote di partecipazione :**

soci CAI + GS

€ 26,00

soci CAI

€ 30,00

**Iscrizioni : Tutti i Martedì in Sede dalle ore 14,00 alle ore 16,00**

**Per comunicazioni urgenti contattare i Coordinatori (attivi il giorno della escursione dalle 6.30 al rientro)**

I coordinatori durante l'escursione, hanno la prerogativa di effettuare le scelte di percorso e di orario che si rendono più opportune in base alle condizioni locali e allo stato del tracciato. Ciascun partecipante all'escursione, con l'atto stesso della iscrizione, si dichiara consapevole delle caratteristiche dell'escursione e si assume la responsabilità, nei confronti propri e degli altri partecipanti, di aver valutato che le proprie capacità, condizioni di salute, allenamento e la propria attrezzatura sono adeguate alla partecipazione. In caso di incidente, nessuna responsabilità può essere attribuita al coordinatore e ai suoi eventuali coadiutori, al Gruppo Seniores, alla Sezione di Milano ed al Club Alpino Italiano, per danni che possono verificarsi a persone che partecipano, a terzi, a animali e materiali