Lago di Cignana

A cura di WWW.ITINERARI-MTB.IT – iMTB. Tracce GPS, schede, foto ed altro ancora per itinerari in MTB.
Tutti i diritti riservati, vietata la riproduzione dei contenuti.
Tutela affidata allo Studio Legale Associato Cunati e Morandi, Varese.

Online dal 04-10-2014

Accedi al set fotografico completo dell'itinerario con note descrittive

Descrizione itinerario

Il percorso si sviluppa nella parte occidentale dell'alta valle del Cervino toccando i molteplici alpeggi posizionati a monte dell'abitato valdostano di Torgnon sino a giungere al grande bacino artificiale del Lago di Cignana ed ancor più su alla Finestra di Cignana per la discesa finale in Valtournenche. A fronte di ridotte difficoltà dal punto di vista tecnico, svolgendosi prevalentemente su facili sterrati, il giro ricambia con ottimi panorami sulle grandiose vette della vallata ed i loro perenni ghiacciai. Si parte da comodo parcheggio fuori Antey St. Andrè (località Filey) dove un ponticello in legno permette di oltrepassare il torrente Marmore per costeggiarlo brevemente in direzione sud su strada secondaria/sentiero. Riattraversato il corso d'acqua nei pressi del centro abitativo si comincia a salire in direzione di Torgnon lungo la strada principale in asfalto, evitandola ove possibile nella prima parte passando per i piccoli abitati di Navillod, Nozon e Mazod secondo le indicazioni del segnavia 107 riconducibile alla "Gran Balconata del Cervino" che permettono in questo modo di inserire nel percorso agevoli tratti sterrati. Quando poi si è ritornati a riprendere l'asfalto si supera senza particolari difficoltà l'abitato di Torgnon per giungere all'area picnic di Chantornè e poi all'area degli impianti dove termina l'asfalto. Da qui in poi inizia una piacevole escursione in fuoristrada tra gli alpeggi posizionati a monte di Torgnon con un percorso in saliscendi caratterizzato da ottimi panorami sul Cervino, le Grandes Murailles, sulla Gobba di Rollin, sul Piccolo Cervino e sul Monte Breithorn. In particolare, superata l'Alpe di Chatelard, si tiene la sinistra, in leggera salita, al primo

bivio che si incontra seguendo le indicazioni per il percorso segnavia 1 sino a giungere allo stagno del Lodetor e poi si prosegue senza possibilità di errore lungo il percorso principale in decisa salita fino all'Alpe di Gilliarey. Dopo un tratto in modesto saliscendi, superata l'Alpe Clondze, la strada perde circa 180 metri di quota sino all'Alpe di Cortina Inferiore dove si riprende a salire decisamente sin oltre Cortina Superiore e si entra nel territorio dove è posizionato il bacino del Lago di Cignana, ai piedi del Monte Pancherot. Continuando a seguire le indicazioni del 107, la strada transita ai margini del rifugio Barmasse, supera la diga del Lago e prosegue sul lato lacustre destro in leggera salita in direzione della Cappella di Cignana. Le pendenze diventano poi più di rilievo quando la strada sale alla sovrastante Alpe Chevalley per terminare all'Alpe Cignana, dietro la quale inizia il sentiero che sale all'omonima Finestra: il primo tratto è una traccia erbosa tra i prati e, pur con una certa difficoltà/sforzo, si presta ad essere pedalato; successivamente però diventa impossibile da pedalare sia per pendenza che per fondo molto roccioso, scavato ed ostacoli vari per cui necessita inevitabilmente che il mezzo sia condotto a mano per ca 7-10 minuti sino alla Finestra. Giunti alla Finestra vale la pena salire a piedi in circa 20 minuti al vicino sovrastante Monte Pancherot (o all'antecima) lungo l'evidente sentiero in modo da beneficiare di vista privilegiata sulla vallata del Cervino e le bianche vette della catena del Rosa. Dalla Finestra inizia poi la discesa a valle, seguendo dapprima il segnavia 107 che scende dalla parte opposta alla risalita, per abbandonarlo quasi subito deviando per una traccia di sentiero che si stacca ripidamente a destra in direzione del sottostante alpeggio della Crou du Tsa: la percorrenza di tale sentiero è quasi totalmente ciclabile salvo alcuni sporadici passaggi troppo complicati e/o scavati che inevitabilmente necessitano breve conduzione a mano. Nei pressi dell'alpeggio, poco sopra il rustico, inizia un sentiero/mulattiera che attraversa una pietraia sotto una parete rocciosa sotto la vetta del Pancherot ed in seguito si collega ad un agevole sterrato che scende a valle senza particolari difficoltà transitando dall'alpeggio di Liorterè per terminare a Crepin dove un ultimo tratto in asfalto conduce a Valtournenche e da qui, lungo la strada principale di valle sino alla frazione iniziale di Antey

zona: Valtournenche

provincia: Ao

da: Antey Saint André

a: Antey Saint André

vista: Cervino, le Grandes Murailles, la catena del Rosa formata dal Castor, Breithorn e Lyskamm Occidentale, Piccolo Cervino, Alta valle di Valtournenche e Breuil-Cervinia, Cime Bianche, Conca di Chamois

ALTIMETRIA QUOTE E DISTANZA

dislivello totale salita: mt 1.705
quota massima: mt 2.444
quota minima: mt 1.019
km totali: 45,4

SENSO DI MARCIA

girare in senso orario

TEMPO DI PEDALATA

di puro movimento 4 ore e 50 minuti

SINTESI VALUTAZIONI

panorami: 10/10
difficoltà salita: 3/10
difficoltà discesa: 6/10
impegno fisico: 8/10

NOTE GENERALI (ES. NON PEDALABILITA', DIFFICOLTA' PARTICOLARI, NOTE VARIE, ECC.)

tratto a mano: 12 minuti complessivi, di cui 7 minuti circa per salire alla Finestra di Cignana dall'omonima Alpe (anche 10-12 se non si riesce a pedalare sul tratto erboso dopo l'Alpe) ed altri 5 minuti circa per varie interruzioni scendendo all'Alpe Crou du Tsa e per superare rapidamente la successiva pietraia
salita: molto semplice dal punto di vista tecnico fino all'Alpe di Cignana con pendenze che nella maggior parte del tempo si assestano sotto il 7-8%. Diventa più difficoltosa quando si risale la traccia erbosa di sentiero in direzione della Finestra di Cignana in quanto le pendenze aumentano fino al 20% su fondo in erba. Le pendenze più impegnative, a parte il tratto appena menzionato, sono nei pressi dell'Alpe di Cortina (circa 12%) e dopo la Cappella di Cignana salendo all'Alpe Chevalley (fino al 16%)
discesa: l'unico tratto complicato è costituito dal sentiero che ci si stacca a destra quasi subito dal 107 che scende dalla Finestra, per raggiungere l'Alpe Crou du Tsa, dato che in alcuni tratti è piuttosto ripido e scavato con ostacoli rocciosi; tuttavia il tratto è breve e nel giro di 7-8 minuti si giunge all'alpeggio

% sterrato/sentiero: 54%
ricordarsi: //
note: con circa 20 minuti a piedi ed un dislivello di circa 180 metri è possibile salire alla croce del Monte Pancherot o all'antecima che la precede, aprendosi una straordinaria vista sul Cervino, le Grandes Murailles, la catena del Rosa formata dal Castor, Breithorn e Lyskamm Occidentale nonchè sulla sottostante vallata di Valtournenche e Breuil-Cervinia

Avvertenza: l'utilizzo della traccia è ad esclusivo proprio rischio e lo scarico è reso disponibile per finalità di mera informazione e statistica. Chi decide dunque di affrontare il percorso si assume tutte le responsabilità per rischi e pericoli a cui si può andare in corso, considerando altresì che la percorribilità e lo stato delle strade e dei sentieri muta nel corso del tempo e che non sussiste alcun obbligo di Itinerari-mtb.it a mantenere aggiornate le informazioni essendo un mero sito illustrativo degli itinerari storicamente percorsi dai componenti del Team. Itinerari-mtb.it declina pertanto ogni responsabilità per conseguenze legate all'uso della traccia o delle informazioni legate alle presente scheda di itinerario

Traccia gps Lago di Cignana 1021 downloads 543.05 KB
Download GPX

PENDENZA
[%]
20
10
0
-10
Alpe Cignana
Liortere
Losanche
Crebuchette
Bringaz
Colombé
Palud
Barmasse
Falegnon
Maen
Croux
Cortinaz Superiore
Cortinaz Inferiore
Clou
Pessey Superiore
Cheneil
Champ Tsec
Tournalin Superiore
Grand Raye - Grand Drayere
Alpe Chavacour
Alpe Fornace
Chatelar
Erbion
Alpe Chateau
Duerche
Gorttes De Lables
Alpe Glavin
Alpe Novalles
Cleva Bella
Clonge
Chesod
Chomioi
Alpe Desert
Gillarey
Chaz De Valioux
Alpe Cret
Chamois
Chaz de Champaugne
Plan Bringay
Alpe Cort
Le Eclosuy
Brusoney
Buisson
Copitou
Saverou
Etirol
Fiernaz Dessous
Champlong
Pierrey
Dzirolaz
Lillaz
Triatel
Alpe Croux
Tchavalene Damon
Fioc
Arpeille Superiore
Artaz
Antagnod
Chatel
Bamasc
Prelés
Charrotmé Inferiore
File
Brengon
Meytere
Plan Portola
Plan Piorion
Antey Saint-André (Bourg)
Comu
Challien
Brenvey
Corbet
1500 m
12.9m/pix