

I PIÙ SUGGESTIVI
itinerari



PER SCOPRIRE CUNEO E LE SUE VALLI ALPINE





Realizzato nell'ambito del progetto Alcotra Italia-Francia 2007/2013 - Progetto n. 169 "In Com"

Coordinamento editoriale e progetto grafico Più Eventi Edizioni - Bbox s.r.l.

Crediti fotografici
Archivio Comune di Cuneo, Archivio Parco Fluviale Gesso e Stura, Archivio Parco Alpi Marittime, Archivio Parco del Marguareis, Archivio Provincia di Cuneo, Archivio Alpinismo Giovanile CAI Cuneo, Archivio Più Eventi Edizioni, Giorgio Bernardi, Franca Formento, Roberto Malacrida, Paolo Viglione, Luca Eula, Giulia Poetto

Stampa
Tipografia Minaglia snc
di Fresia Elio e Fausto - Cuneo

Tutti i diritti riservati, riproduzione vietata

Le notizie e i dati riportati in questa pubblicazione possono essere soggetti a variazioni nel tempo e pertanto la Bbox - Più Eventi Edizioni non si assume alcuna responsabilità su variazioni, omissioni e errori al riguardo.

Sviluppare l'offerta turistica attraverso l'innovazione e il commercio: questi gli ambiziosi obiettivi del progetto IN.COM.

Commercio e turismo, due realtà diverse ma complementari, in un percorso virtuoso che vede il settore ricettivo avvalersi di adeguati supporti logistici e di una valida rete distributiva e il commercio, da sempre al fianco delle strutture alberghiere e dei vari esercizi pubblici, beneficiare della presenza di turisti attratti dalle peculiarità del territorio. Proprio la conoscenza dei luoghi e delle loro attrattive sono indispensabili per accogliere e accompagnare i turisti, suggerire loro i possibili percorsi e itinerari, così da programmare la visita più adatta e soddisfacente.

Questa guida propone ai visitatori di Cuneo e delle sue vallate percorsi suggestivi, spunti e curiosità per visitare e conoscere al meglio il nostro territorio. Non mancano cenni alla cultura, alle tradizioni e all'arte gastronomica, con uno sguardo ai tanti prodotti tipici che caratterizzano la nostra terra. L'auspicio è che, valorizzando quanto di suggestivo e unico la nostra provincia può offrire, nuove sinergie possano vedere operatori di diversi settori lavorare insieme realizzando positivi scambi attraverso le migliori esperienze condotte anche in altre realtà.



Ferruccio Dardanella
Presidente Camera di commercio di Cuneo

presentazione del territorio

Un viaggio in provincia di Cuneo rappresenta un'opportunità eccezionale per scoprire un piccolo angolo d'Italia che custodisce un ricchissimo patrimonio di paesaggi, tradizioni, cultura e tesori d'arte.

In pianura il turista potrà scoprire il fascino delle perle della provincia, le città chiamate le sette sorelle: Cuneo, con le ampie vie porticate, Mondovì e i suoi palazzi nobiliari, la rinascimentale Saluzzo, la medioevale Alba, capitale delle Langhe, e infine l'aristocratica Savigliano e le austere Bra e Fossano. Da Cuneo il viaggiatore potrà dirigersi verso il ventaglio delle valli, scrigno dei segreti e della bellezza selvaggia dell'arco alpino cuneese. Partendo dalle Alpi Cozie, con la svettante piramide del Monviso, giungerà alle ultime propaggini delle Alpi Liguri dove spicca la mole del Marguareis, attraversando le Alpi Marittime, caratterizzate dal massiccio cristallino dell'Argentera.

A chi ama l'escursionismo il viaggio offrirà la sorpresa e lo stupore di conoscere una miriade di strade, orizzonti e ambienti naturali unici, incontaminati e attentamente valorizzati grazie all'attività dei tre parchi naturali, il parco del Po Cuneese, il parco naturale delle Alpi Marittime e il parco del Marguareis.

In ogni valle l'appassionato di trekking potrà trovare

itinerari di lunga percorrenza strutturati in più tappe.

Ma non solo: il turista attivo potrà pedalare sulle strade sterrate in quota e nei boschi, paradiso per gli amanti delle mountain bike, sull'intrico silenzioso di stradine che dalla pianura e dalla campagna risalgono verso le terre alte e che rappresentano uno straordinario distretto naturale per il cicloturismo.

Ma troverà anche torrenti impetuosi da discendere in kayak o in gommone, le ippovie, le strapiombanti falesie per l'arrampicata e, in inverno, le centinaia di chilometri di piste da sci, le piste per il pattinaggio su ghiaccio e gli innumerevoli anfratti dove passeggiare con le ciaspole o con gli sci da alpinismo.

A contorno di tutta questa meraviglia di ambienti naturali, chiunque si trovi ad attraversare questo territorio sarà abbracciato da una cultura ricca di storia e tradizioni e da quell'antica sapienza gastronomica che ha reso il cuneese famoso in tutto il mondo.

A questo punto, davvero, non resta che partire.



CUNEO / PIEMONTE



sommario

ITINERARIO 1 / CUNEO il percorso del torrente Gesso il percorso del fiume Stura	p. 8-13
ITINERARIO 2 / VALLE TANARO il rifugio Don Barbera	p. 14-17
ITINERARIO 3 / VALLI MONREGALESI il rifugio Havis de Giorgio e la Porta Sestrera	p. 18-21
ITINERARIO 4 / VALLE PESIO l'anello naturalistico verso il Pian delle Gorre	p. 22-25
ITINERARIO 5 / VALLE VERMENAGNA l'anello naturalistico della faggeta di Palanfrè	p. 26-29
ITINERARIO 6 / VALLE GESSO il pianoro del Valasco	p. 30-33
ITINERARIO 7 / VALLE STURA escursione al lago di San Bernolfo	p. 34-37
ITINERARIO 8 / VALLE GRANA il colle Sibolet	p. 38-41
ITINERARIO 9 / VALLE MAIRA da Chiappera al colle Greguri	p. 42-45
ITINERARIO 10 / VALLE VARAITA dal rifugio dell'Alevè al lago Bagnour	p. 46-49
ITINERARIO 11 / VALLE PO dalla Certosa della Trappa al Monte Bracco	p. 50-53

legenda



LE ICONE, QUANDO ARANCIONI, MOSTRANO CHE L'ITINERARIO È PERCORRIBILE IN MOUNTAIN BIKE, A CAVALLO O CON LE RACCHETTE DA NEVE QUANDO LE CONDIZIONI DELLA NEVE LO PERMETTONO

UN PARCO CON LA CITTÀ DENTRO

I SENTIERI DEL PARCO FLUVIALE DELLA CITTÀ DI CUNEO

La città di Cuneo è immersa nel verde e circondata da una imponente cerchia di montagne. Questi facili itinerari permettono di contornare l'altopiano su cui sorge la città e costituiscono un'occasione unica per abbinare alla visita della città anche un piacevole tuffo nella natura rigogliosa e protetta che sorge ai suoi piedi. Entrambi gli itinerari partono dalla centrale piazza Galimberti, da dove ci si dirige all'ascensore panoramico (gratuito) che consente di scendere agli impianti sportivi del Parco della Gioventù, godendo di una vista aperta sulla pianura, sulle colline di Langa e sulla parte più sud-occidentale della catena alpina.



Il percorso del torrente Gesso

Dagli impianti sportivi del Parco della Gioventù si entra nel piazzale adibito a parcheggio e ci si porta di fronte alla Casa del Fiume, centro didattico di educazione ambientale del Parco Fluviale Gesso e Stura. Al fondo del piazzale, sulla sinistra, un piccolo sentiero conduce sulla pista sterrata. S'imbocca questa strada verso destra e si giunge subito nei pressi dell'orto didattico e della pista campestre per gli allenamenti e le competizioni sportive. Dopo pochi metri si superano i campi da calcio e si arriva ad un incrocio: si prosegue verso sinistra, seguendo le indicazioni per Borgo San Dalmazzo, e in breve si arriva all'interessante percorso chiamato "...in un battito d'ali", un **giardino didattico dedicato alle farfalle**.

Da qui il percorso prosegue verso sud, con leggeri e facili saliscendi, fiancheggiando il **torrente Gesso**; si passa a fianco di un piccolo stagno sotto la tangenziale di Cuneo e si raggiunge così, sulla sinistra, la spiaggia di sabbia dove, in estate, i bambini possono riscoprire il divertimento con palette e secchielli: a monte della spiaggia sorge l'ampia area picnic ai piedi del **Santuario degli Angeli**, raggiungibile salendo verso destra lungo la Calà Gino Giordanengo, che ricorda il poeta

cuneese

LUNGHEZZA **10KM**QUOTA PARTENZA **534M**QUOTA ARRIVO **534M**TEMPO DI PERCORRENZA **3H**DIFFICOLTÀ **FACILE**PARTENZA DA **CUNEO**

ADATTO



ITINERARIO
PIANEGGIANTE



da approfondire

La città di Cuneo sorge su un altipiano dalla caratteristica forma a triangolo posto alla confluenza del torrente Gesso con il fiume Stura e circondato da una maestosa scenografia alpina. Una passeggiata a zozzo per la città consente di scoprirne i tesori.

Piazza Galimberti, una delle piazze più belle d'Italia, dove ogni martedì si tiene un rinomato mercato; sulla piazza si affacciano

numerosi palazzi in stile neoclassico, tra cui quello che ospita il Museo Casa Galimberti.

Via Roma, con i suoi portici medievali e gli splendidi edifici che sono stati oggetto di recente restauro.

Il **Duomo**, antica chiesa duecentesca di Santa Maria del Bosco, ora in stile barocco, al cui interno si trovano la splendida pala dell'altare maggiore realizzata da Andrea Pozzo nel 1685 e le decorazioni ottocentesche.

Il **Palazzo Comunale** al cui interno si trovano il Salone d'onore riccamente decorato e la sala della Giunta con affreschi realizzati a fine '700. La **Torre civica**, alta 52 metri, su cui è possibile salire utilizzando l'ascensore per godere uno splendido

panorama aperto a trecentosessanta gradi sulla città, la pianura e la cerchia alpina.

Piazza Virginio, con l'ex chiesa e convento di San Francesco dove si trova il Museo Civico. La chiesa è un gioiello dell'arte gotica piemontese e spesso ospita importanti mostre.

Via Dronero, che negli ultimi anni ha visto l'insediarsi di molti locali e ristoranti tipici e **via Cacciatori delle Alpi**, sulla quale si affaccia l'antico palazzo Audiffredi sede della Biblioteca

La suggestiva **contrada Mondovi**, con la Sinagoga e la Confraternita di San Sebastiano che ospita l'interessante Museo Diocesano.

Nella **parte più moderna della città** si trovano corso Nizza con i lunghi portici, centro commerciale naturale della città, e la bella passeggiata del Viale degli Angeli, il polmone verde della città fiancheggiato nella sua parte più a nord da splendidi palazzi liberty; il viale culmina verso sud con il **Santuario della Madonna degli Angeli**: al suo interno si trovano un prezioso altare dello Juarra, la tomba della famiglia Galimberti e l'urna con le spoglie del beato Angelo Carletti.

L'**ufficio turistico di Cuneo** si trova in via Vittorio Amedeo II, 8/a. Info: tel. 0171.690217; www.cuneoholiday.com



IL PERCORSO DEDICATO ALLA SCOPERTA DELLE FARFALLE

cuneese con alcuni cippi che presentano i suoi versi più significativi. Dall'area picnic l'escursione prosegue sulla sinistra oltre la sbarra: la pista pianeggiante esce dalla vegetazione e la vista si apre sulla catena alpina e sulla vicina **cima Bisalta**, montagna simbolo della città di Cuneo. Dopo un breve tratto tra i campi si arriva alla Cascina Costantino, punto informativo e di ristoro dove è altresì possibile praticare l'equitazione. Lasciata sulla destra la Cascina ci si inoltra ora verso sinistra nel **Bosco della Crocetta**, una riserva naturale oggetto di riqualificazione forestale: questa riserva è caratterizzata dalla presenza di un bosco di frassini e robinie, da un laghetto per la salvaguardia della fauna e flora acquatica, da un prato fiorito e da un orto didattico. Qui non è difficile incontrare caprioli, lepri, ricci e scoiattoli e spesso è possibile osservare il volo di uccelli migratori. Proseguendo oltre si raggiunge in breve il maneggio della Cascina Martinetto da dove è possibile raggiungere il centro di **Borgo San Dalmazzo** percorrendo un tratto asfaltato che passa accanto alla linea ferroviaria; dopo circa 1km si arriva ad una deviazione: svoltando a destra si passa sotto il ponte della strada provinciale e si raggiunge la città di Borgo San Dalmazzo lungo via Don Minzoni. Da Borgo San Dalmazzo, per evitare di immergersi sulle strade trafficate di accesso che permetterebbero un collegamento con il lato Stura del circuito ciclo-pedonabile del Parco Fluviale, è consigliabile effettuare il ritorno lungo il percorso di andata.

da gustare

La città di Cuneo e il cuneese in generale sono terra di grandi tradizioni enogastronomiche. Sulla piazza Galimberti si affaccia l'antico Caffè Pasticceria Arione che dal 1923 produce gli originali e brevettati Cuneesi al Rhum: una doppia cialda di meringa che racchiude la crema di cioccolato al rhum, il tutto ricoperto da cioccolato fondente. I cuneesi si possono trovare in numerose altre pasticcerie, che propongono anche golose torte



al marrone, gelati soprafiniti, creme di castagne e i tipici marron glacé. Sul lato opposto della piazza, all'angolo con via Pascal, si trova invece l'antica salumeria Ariano, che dal 1885 produce artigianalmente



deliziosi salumi, pesci e carni affumicate.

Un po' ovunque si possono invece trovare i tipici formaggi DOP, da gustare abbinati ai pregiati vini prodotti poco lontano nelle Langhe e nel territorio saluzzese.



CUNEO, PIAZZA GALIMBERTI



IL BOSCO DELLA CROCCETTA

LUNGHEZZA **13KM**

QUOTA PARTENZA **534M**

QUOTA ARRIVO **534M**

TEMPO DI PERCORRENZA **4H**

DIFFICOLTÀ **FACILE**

PARTENZA **DA CUNEO**

da vedere

Rassegna dei presepi

Esposizione di presepi artigianali. Dalla terza settimana di dicembre a metà gennaio.

Degustibus

Fiera dei prodotti tipici. Seconda metà di maggio.

La Grande Fiera d'Estate

Fiera delle eccellenze produttive della Provincia e d'Italia. Da fine agosto fino alla prima decade di settembre.

Fiera Nazionale del Marrone

Una delle più importanti rassegne enogastronomiche d'Italia. Metà ottobre.

Scrittoringità

Uno dei più importanti festival letterari sul territorio nazionale. Metà novembre.

Il percorso del fiume Stura

Raggiunti gli impianti sportivi con l'ascensore panoramico si procede sulla strada asfaltata verso sinistra fino alla sede della sezione cuneese del Club Alpino Italiano. Seguendo le indicazioni si scende verso destra e ci si porta nei pressi dei campi comunali di tennis, andando ad imboccare verso sinistra la pista ciclopedonabile in direzione della confluenza tra il torrente Gesso e il fiume Stura. Si procede passando a fianco dello stabilimento Stella, specializzato nella produzione di pali in legno, e, appena oltrepassati due ponti, si incrocia il vecchio tracciato del canale irriguo Garavella. Quindi si arriva nelle vicinanze del punto di confluenza tra il Gesso e lo Stura, un'area protetta attraversata da canali naturali e artificiali, habitat esclusivo di specie di uccelli e anfibi in forte declino nel resto d'Europa: qui infatti sono frequenti avvistamenti di germani reali, aironi e martin pescatori e d'estate si formano, tra i sassi del fiume, delle vere e proprie aree di canto per rospi smeraldini e raganelle.

Lasciando sulla sinistra la confluenza, si procede ora sul **lato Stura** e si costeggia l'impianto di depurazione dell'acqua.

Dopo un breve tratto sulla strada asfaltata si passa sotto il ponte della ferrovia, accanto all'ancora attivo Mulino Mettone e si attraversa il quartiere delle Basse San Sebastiano, che in passato ospitava gli insediamenti produttivi della città. Poco oltre si costeggia il cimitero monumentale urbano lungo un tratto affacciato sul greto del fiume. Dopo una svolta a destra e il passaggio nello stretto sottopasso del ponte Vecchio di Cuneo, il percorso segue l'andamento dei canali irrigui storici Grassa e Garavella fino a Borgo Nuovo. Si prosegue passando sotto gli imponenti pilastri del viadotto Soleri e si giunge così al quartiere Basse Sant'Anna dove è ancora visibile la struttura di una vecchia filanda. Da qui, volendo, è possibile risalire nel centro di Cuneo attraversando la **pedancola "G. Vassallo"** sullo Stura.



IL TRATTO DI PERCORSO PRIMA DELLA PEDANCOLA VASSALLO



La pedancola sorge proprio a fianco del **Polo Canoistico Le Basse**, dove è possibile provare la canoa fluviale, utilizzare il muro di arrampicata o il campo da beach volley, rilassarsi nell'area verde e gustare le ricette proposte dal risto-bar. Dal Polo Canoistico il percorso prosegue lungo la medievale via Antica di Vignolo che si snoda tra prati, campi e vegetazione spontanea e che dopo circa 5km raggiunge l'incrocio con la strada che verso sinistra conduce al percorso tematico "Parole di Legno" dedicato alla scoperta degli alberi. Con continui saliscendi si entra nel comune di Vignolo risalendo la pista lungo il fiume Stura e affiancata in alcuni tratti dai canali storici Roero, Miglia e Morra che furono costruiti a metà del '400 con la funzione di portare l'acqua nei territori circostanti la città. Dopo aver attraversato una fitta boscaglia, all'incrocio si devia a sinistra andando a raggiungere la **centrale idroelettrica F. Olivero**, risalente a inizio '900, che sorge vicino ad un'area golenale con ambienti acquatici assai affascinanti. È questa la meta di questo affascinante percorso: il ritorno si effettua lungo l'itinerario di andata.

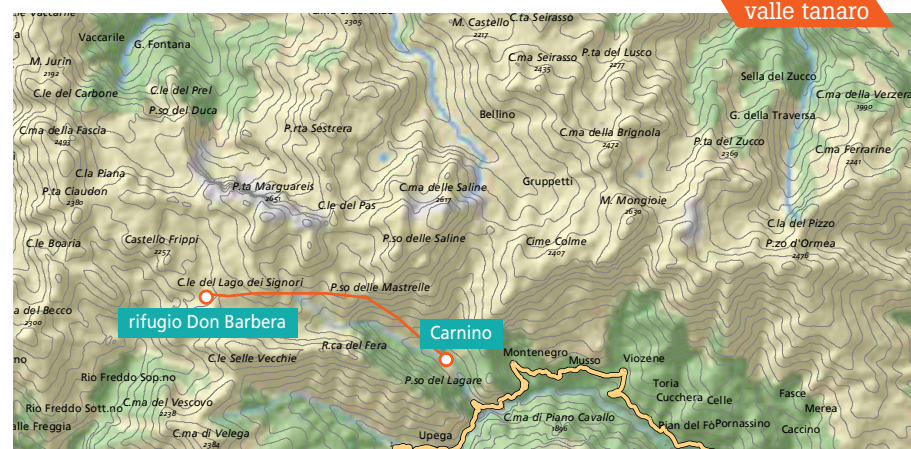
da non perdere

- **Un giro in bicicletta tra quelli proposti dal Parco Fluviale**
www.parcofluviale.gessoestura.it
- **Una visita tra storia e cultura all'antica Abbazia di Pedona di Borgo San Dalmazzo**
www.sandalmazzo.com
- **Una gita con tutta la famiglia all'Atlante dei Suoni di Boves**
www.lafabbricadeisuoni.it
- **Una full immersion tra gli affreschi del Santuario di Madonna dei Boschi di Boves**
www.madonnadeiboschi.org

LE MONTAGNE VERSO IL MARE

ESCURSIONE VERSO IL PANORAMICO COLLE DEI SIGNORI

La valle Tanaro è la più meridionale propaggine delle Alpi cuneesi e si protende verso la riviera Ligure. La vicinanza con il mare ha impresso un carattere unico e ricco di contrasti a queste montagne: nella parte bassa la valle si presenta con dolci rilievi collinari, mentre la parte alta invece offre meravigliosi scorci alpini, con montagne impervie e anfratti aspri e rocciosi. Per la sua posizione geografica questo territorio è, sin dall'epoca pre-romana, crocevia di popolazioni, mercanti, eserciti e invasori e per questo molte sono le testimonianze che attestano il suo ricco passato, come i resti di castelli, le torri saracene disseminate un po' ovunque, i borghi medioevali, le chiese e i santuari.



Il rifugio Don Barbera

La partenza è dal suggestivo villaggio alpino di Carnino e precisamente da **Carnino Superiore**. Dalla borgata s'imbocca la mulattiera contrassegnata come A3 e si inizia a risalire il vallone della Chiusetta lungo il sentiero ben tracciato; ignorando la deviazione a sinistra per il passo di Lagarè, che attraversa i tipici terrazzamenti utilizzati in passato per la coltivazione di cereali, si prosegue fino a lasciare sulla destra la deviazione per il passo delle Mastrelle e incunarsi nella gola della Chiusetta: procedendo oltre, il vallone si apre negli ampi pascoli delle Selle di Carnino, dove, più in alto, è situata la cappella intitolata a S. Erim. Si sale dolcemente sul sentiero e si raggiunge la cappella di San Domenico; poco oltre si arriva nella suggestiva conca dei pascoli del vallone dei Maestri da dove un ultimo breve tratto conduce al **colle dei Signori**: questo colle, in posizione strategica tra Francia e Italia, si trova lungo la strada militare Limone-Monesi, eccezionale opera architettonica costruita tra le due guerre mondiali nell'ambito della ristrutturazione delle fortificazioni del Vallo Alpino, linea difensiva tra Italia e Francia. Qui sorge il confortevole **rifugio Don Barbera**, meta di questa piacevole escursione.



DISLIVELLO IN SALITA **680M**

QUOTA PARTENZA **1.399M**

QUOTA ARRIVO **2.079M**

TEMPO DI PERCORRENZA **2H 30'**

DIFFICOLTÀ **MEDIA**

PARTENZA DA **CARNINO**

ADATTO



ITINERARIO
CON DISLIVELLO ELEVATO



da approfondire

Le borgate dell'alta valle Tanaro sono un suggestivo esempio di architettura alpina e custodiscono una storia antica che ha le sue origini addirittura nel X secolo. Le popolazioni di queste borgate che fanno capo al comune di Briga Alta sono parte della minoranza etno-linguistica chiamata brigaschi, fortemente influenzata dalla vicina Liguria e parlano un dialetto nizzardo-occitano.

A **Carnino** si possono ammirare le antiche case in pietra a più piani con il caratteristico tetto in paglia di segale. In una di queste case da poco ristrutturate ha sede la foresteria del Parco del Marguareis.

Upega è il punto di partenza per una passeggiata nello splendido bosco delle Navette: qui si possono ammirare tappeti rossi di rododendri all'ombra di larici e abeti bianchi, e rare specie floreali come la scarpetta di Venere, una preziosa specie di orchidea selvatica.



LA BORGATA DI CARNINO

da fare

Festa della montagna e sagra della polenta saracena di Garessio

Fiera dei prodotti tipici.
Metà luglio

Palio delle borgate e carrera saracina di Garessio

Competizioni popolari e corse con i carri.
Da metà luglio a inizio agosto.

Sagra della polenta saracena di Ormea

Eventi gastronomici.
Seconda decade di luglio

Festa di Sant'Anna a Upega

Eventi in occasione della festa patronale. 26 luglio

Ceciata alla zingarella di Nucetto

Fiera tipica di antica tradizione.
Ultima domenica di luglio

Festa di San Rocco a Carnino

Eventi in occasione della festa patronale. 16 agosto

Sagra del raschera e dei formaggi d'alpeggio di Ormea

Fiera dedicata ai formaggi tipici.
Fine settembre.

Festa del cece a Nucetto

Sagra dedicata al tipico legume.
Metà ottobre.

Festa della castagna a Garessio

Eventi tema enogastronomico.
Metà ottobre.



da gustare

La valle Tanaro è terra di prodotti speciali: qui infatti si sono sviluppate, nel corso dei decenni, diverse coltivazioni tipiche. A Bagnasco cresce il pregiato fagiolo bianco; a Nucetto si coltiva una particolare varietà di cece biologico; a Ormea sono famose le patate bianche.

Sempre a Ormea si cucinano i deliziosi Cin: un trito di erbe spontanee con patate da gustare come piatto unico oppure spesso utilizzato come ripieno per ravioli (i Tultei) poi conditi con burro fuso o con il tradizionale sugo di panna e porri. Invece a Caprauna si coltivano le deliziose e dolcissime rape, che sono presidio Slow Food e che sono impiegate in innumerevoli ricette: dai gratin al forno al contorno di salsiccia e carni, dagli sfornati alle tome di montagna e alla bagna càuda. La ricetta più tipica è però con gli Sciancui, una pasta che ricorda i maltagliati e con la quale le rape vanno ad arricchire il tradizionale sugo di funghi.

Se invece siete a Briga Alta non potete non gustare il piatto tipico: i Sugeli, una speciale pasta a forma di orecchiette che viene proposta condita con panna, funghi e porri o con una gustosa crema ottenuta con il formaggio Bruss.



LA BALCONATA DI ORMEA



da non perdere

- **Un tuffo in mare dopo il trekking di più giorni lungo l'Alta Via dei Monti Liguri**
www.altaviadeimontiliguri.it
- **Una visita a Garessio dove si trova l'interessante museo geo-speleologico**
www.comune.garessio.cn.it
- **Un'escursione per famiglie sulla panoramica balconata di Ormea**
www.cuneo360.it
- **Una gita nella impressionante Gola delle Fascette**
www.gulliver.it

SULLE VIE DEL SALE

ITINERARIO SULLE STRADE UN TEMPO
USATE PER IL COMMERCIO DEL SALE

Con il termine valli Monregalesi si intende una vasta parte delle Alpi cuneesi che circonda il territorio di Mondovì che comprende le valli Casotto, Corsaglia, Ellero, Maudagna e Roburentello. In questa zona si trovano alcune delle più spettacolari grotte d'Italia, come la grotta di Bossea, nel comune di Frabosa Soprana.

La straordinaria geologia di queste valli ha dato anche origine ad acque preziose per la salute per le quali sono celebri le Terme di Lurisia.

Queste valli conservano anche importanti tesori d'arte, come il grandioso Santuario di Vicoforte, la chiesa di San Fiorenzo di Bastia, le tante cappelle affrescate e le suggestive borgate, e antiche tradizioni: qui da secoli si è conservata l'antica lingua del Kyé, un particolare dialetto di derivazione occitana.



Il rifugio Havis De Giorgio e la porta Sestrera

Da Roccaforte Mondovì si sale fino a **Rastello** e si prosegue sulla strada sterrata fino al parcheggio di **Porta Pian Marchisio**. Poco oltre appare alla vista il rifugio Havis De Giorgio, che si raggiunge in breve continuando sulla mulattiera principale e poi prendendo un sentiero più diretto fino al rifugio. Sul fianco ovest dell'edificio si stacca il sentiero che aggira un costone e poi risale verso destra. Proseguendo su questa ampia traccia si affronta un tratto che piega verso sinistra e quindi si inoltra in un bel vallone prativo: si raggiunge il fondo del vallone e si risale con ampi tornanti la china terminale per raggiungere il passo Porta Biecai, dove con percorso pianeggiante si va ad attraversare una suggestiva conca pascoliva che ospita, sulla sinistra, il **lago Biecai**. Si procede oltre la conca e si trascurano le varie deviazioni (la prima a destra per il lago delle Moie e poi la seconda a sinistra verso il colle del Pas) per proseguire invece sempre seguendo le indicazioni per Porta Sestrera. Dopo la conca Biecai il sentiero ricomincia a risalire ampi pascoli culminando sul panoramico passo di **Porta Sestrera**.

valli monregalesi

DISLIVELLO IN SALITA **590M**QUOTA PARTENZA **1.635M**QUOTA ARRIVO **2.225M**TEMPO DI PERCORRENZA **2H 30'**DIFFICOLTÀ **MEDIA**PARTENZA DA **PIAN MARCHISIO**

ADATTO



ITINERARIO
CON DISLIVELLO ELEVATO



da approfondire

Un itinerario nelle valli Monregalesi permette non solo di fare una full immersion in una natura incontaminata, ma anche di godere di alcuni dei luoghi più interessanti della provincia di Cuneo. Restando in tema natura, è d'obbligo una deviazione verso Frabosa Soprana per andare a visitare le **grotte di Bossea**, una fra le più famose grotte turistiche italiane per varietà di concrezioni, grandiosità d'ambienti, ricchezza d'acqua e laghi sotterranei. Fa parte del sistema carsico situato tra la conca di Prato Nevoso e il torrente Corsaglia. Fu esplorata per la prima volta nel 1850 ed

è lunga quasi 2.000m; è celebre perché nel sotterraneo Salone del Tempio sono preservate le ossa di un esemplare di orso delle caverne, l'Ursus Spelaeus, che popolò le grotte del cuneese fino a quindicimila anni fa. La grotta è aperta in tutte le stagioni (per info: tel. 345.1282581). Gli amanti d'arte invece non possono mancare una visita al **Santuario di Vicoforte**, dedicato alla Natività di Maria Santissima e importante meta per pellegrini provenienti da tutta Italia. Questo Santuario è uno straordinario esempio di architettura barocca: fu iniziato nel 1596 dall'architetto orvietano Vitozzi su incarico del duca Carlo Emanuele I che voleva realizzare il mausoleo di casa Savoia. Nel '700 venne rimaneggiato per mano di Francesco Gallo che progettò anche la grandiosa cupola, la più grande di forma ellittica mai realizzata al mondo: è alta

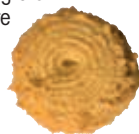
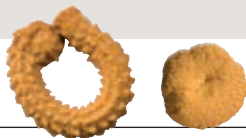
76 metri nel centro, con un asse maggiore di oltre 36 e in totale ha una superficie interna complessiva di 6036mq. Dal 1 maggio al 31 ottobre 2015, in occasione di Expo 2015, sarà possibile salire sulla cupola percorrendo camminamenti in precedenza mai aperti al pubblico, raggiungendo così la sommità dell'edificio (www.magnificat2015.com). All'interno del Santuario si trovano alcune maestose tombe della dinastia dei Savoia e un pregevolissimo ciclo pittorico settecentesco.

A DESTRA IN ALTO, LE TERME DI LURISIA, AL CENTRO SAN FIORENZO A BASTIA MONDOVI. SOTTO, IL SANTUARIO DI VICOFORTE



da gustare

Le valli Monregalesi vantano una golosa e ricca tradizione gastronomica, dove il formaggio è protagonista assoluto: sui verdi alpeggi pascolano le mucche dal cui latte si ottiene, oltre al Bruss, gustoso formaggio cremoso ottenuto per fermentazione, il celebre formaggio Raschera marchiato DOP, le cui profumate forme vengono sottoposte a stagionatura nelle grotte nel borgo medievale di Pamparato. Questo piccolo e delizioso paese di montagna è anche famoso per la produzione di ottimi biscotti di meliga. Anche in queste valli si può gustare la polenta saracena, spesso accompagnata con fonduta di formaggi, con un sugo di funghi porcini oppure con carni di selvaggina e magari accompagnata da un bicchiere del buon vino Dolcetto delle valli Monregalesi.



da fare

Maestri del gusto in fiera a Pamparato

Tipica sagra dei prodotti tipici e dell'artigianato. Festività pasquali.

Fiera del Raschera e del Bruss di Frabosa Soprana

Manifestazione dedicata ai formaggi tipici. Metà agosto.

Festa della natività di Maria Vergine al Santuario di Vicoforte

Festa religiosa di antica tradizione. 8-9-10 settembre

Sagra della castagna a Frabosa Sottana

Eventi gastronomici. Prima decade di ottobre.

Peccati di Gola a Mondovi

Importante rassegna dedicata ai sapori piemontesi. Fine ottobre-inizio novembre.

da non perdere

- **Un giro a Mondovi, con la gita in funicolare e una passeggiata in piazza Maggiore**
www.comune.mondovi.cn.it
- **Una sciata in inverno nei comprensori di Mondolè Ski**
www.mondole.it
- **Una salutare giornata alle Terme di Lurisia**
www.termedilurisia.it
- **Una visita agli affreschi quattrocenteschi della chiesa di San Fiorenzo a Bastia Mondovi**
www.sanfiorenzo.org

TRA FEDE ANTICA E NATURA PROTETTA

DALLA CERTOSA DI PESIO
ALLA RADURA DEL PIAN DELLE GORRE

La valle Pesio inizia da Chiusa di Pesio, che custodisce un piccolo ma interessante nucleo storico e culmina con le cime che circondano la Certosa di Pesio.

La valle è un vero paradiso per gli amanti della natura e per gli appassionati non solo dell'escursionismo ma anche della mountain bike, della pesca sportiva, dello sci di fondo, dell'arrampicata; è dominata dall'imponente mole del monte Marguareis, la cima più elevata delle Alpi Liguri, il cui massiccio è caratterizzato da uno dei sistemi carsici più importanti dell'arco alpino occidentale e per questo la valle è meta di un pubblico di speleologi esperti provenienti da tutta Italia. La natura rigogliosa di queste montagne è caratterizzata anche dalla ricca presenza di sorgenti e corsi d'acqua e da una straordinaria varietà di flora e fauna, protette dal Parco Naturale del Marguareis.



L'anello naturalistico verso il **plan delle Gorre**

Questo piacevolissimo percorso ad anello, che parte dal piazzale della **Certosa di Pesio**, è segnalato con pannelli di divulgazione naturalistica del **Parco Naturale del Marguareis**.

Dal piazzale si imbecca la pista forestale che passa a fianco del muro della Certosa e si supera il ponte di legno: dopo 200m si lascia la strada sterrata per svoltare a destra sul sentiero che si addentra in un bosco misto di castagni, faggi e latifoglie; raggiunta la prima tappa di divulgazione naturalistica si prosegue ancora intersecando la strada del vallone del Cavallo per poi sbucare sulla strada asfaltata che sale al Pian delle Gorre nei pressi dell'area picnic con la fontana Dompè, dove è possibile fare rifornimento d'acqua. Da qui si scende per andare a percorrere un tratto di sentiero che costeggia il **torrente Pesio** e si raggiunge quindi l'area attrezzata di Ardua dove vi è il casotto di sorveglianza dei guardiaparco. A questo punto il sentiero entra nel bosco di abete bianco a monte della strada e costeggia il recinto che un tempo delimitava l'area utilizzata per la reintroduzione dei caprioli. Si continua in leggera salita per

DISLIVELLO IN SALITA **190M**

QUOTA PARTENZA **840M**

QUOTA ARRIVO **1.030M**

TEMPO DI PERCORRENZA **2H**

DIFFICOLTÀ **FACILE**

PARTENZA DA **CERTOSA DI PESIO**

ADATTO



ITINERARIO
CON DISLIVELLO MEDIO



IL SUGGERITIVO CHIOSTRO DELLA CERTOSA DI PESIO



da approfondire

L'escursione lungo l'anello naturalistico consente di approfittare di un connubio tra arte, cultura e spiritualità. Il percorso, che attraversa boschi rigogliosi, parte dalla Certosa di Pesio e raggiunge l'**Osservatorio Faunistico**, un grande recinto utilizzato per la reintroduzione del cervo: dalle torrette di avvistamento, oltre attendere l'arrivo di cervi e caprioli, si può scorgere la parete da cui, in primavera, sgorga la cascata Pis del Pesio e le ripide pendici di Punta Mirauda. Prima di mettersi in cammino vale però la pena visitare la **Certosa di Pesio**, fondata nel

1173 da San Bruno, padre dell'Ordine Certosino. Il Monastero, non lontano dalla casa madre di Grenoble, era all'epoca il terzo in Italia dopo quello calabrese di Serra San Bruno e il vicino cenobio di Casotto. La Certosa di Pesio nel corso dei secoli fu notevolmente ingrandita con la costruzione, al piano superiore, di un grande e suggestivo chiostro, da cui si accede ad un ampio parco con alberi secolari e rarità botaniche, e di una chiesa, che presto divenne scrigno di preziose opere d'arte, tra cui gli affreschi di Jean Claret e Antonio Parentano. Il complesso monastico alla metà del Seicento venne profondamente ridisegnato dall'architetto della Corte di Savoia Giovenale Boetto con la costruzione fra l'altro dell'elegante loggiato che si estende in fondo al viale di ingresso. Nel 1802 la Certosa di Pesio fu soppressa dal Governo

Napoleonico, l'edificio venne messo all'asta e i suoi ingenti beni immobiliari ed artistici andarono così dispersi: gli arredi sacri furono venduti o ceduti alle vicine chiese della valle, gli antichi libri furono donati alla biblioteca civica di Cuneo e le campane d'argento vennero spedite al Louvre di Parigi. Nel 1840 il complesso della Certosa, ormai abbandonata, fu acquistato dal cavalier Giuseppe Avena, che lo convertì in uno stabilimento idroterapico con annesso albergo frequentato dall'alta società europea. Allo scoppio della Prima Guerra Mondiale il grande albergo chiuse i battenti e l'antico monastero certosino venne abbandonato per molti anni, fino a quando dal 1934, grazie all'opera dei Padri Missionari della Consolata, è tornato ad essere l'importante centro di spiritualità che è tutt'ora.

circa 800m e si ritorna sulla rotabile asfaltata: a questo punto si scende verso destra sulla sterrata per attraversare il torrente Pesio su un ampio ponte di legno. Si prosegue sulla strada sterrata per 1km: al successivo bivio vale la pena effettuare una breve deviazione verso destra così da arrivare all'**Osservatorio Faunistico**. Ritornando al bivio e svoltando invece a sinistra si va a riattraversare il Pesio, si risale lungo il torrente Saut e, dopo altre due passerelle, si arriva alla bella radura del **Pian delle Gorre**.



da gustare

La natura così rigogliosa della valle Pesio porta sulle nostre tavole una straordinaria varietà di prodotti e ingredienti. Se nelle acque trasparenti dei torrenti e delle riserve di pesca si pescano trote, cavedani e barbi, i boschi invece continuano a fornire in abbondanza funghi e piccoli frutti: more, mirtilli, lamponi.

Nel territorio del parco inoltre si producono due tipi di miele e una melata: il miele di millefiori, ricavato dai fiori di montagna; il miele di castagno e la melata di abete bianco, derivata dalla resina che questa specie arborea secerne in determinati periodi dell'estate. La presenza di molti castagneti ha inoltre permesso a Chiusa di Pesio di affermarsi come la patria dei marroni più apprezzati in pasticceria.



da fare

Falò di San Giovanni a San Bartolomeo

Tradizionale festa di inizio estate. Seconda decade di giugno.

Chius'arte

Manifestazione di arte e artigianato tipico. Metà luglio.

Chiisa Duvarta a Chiusa di Pesio

Mercatini, spettacoli e festeggiamenti in onore di sant'Antonio. Ultimo fine settimana di Agosto.

Festa del marrone di Chiusa di Pesio

Eventi gastronomici dedicati alla castagna. Fine ottobre.

da non perdere

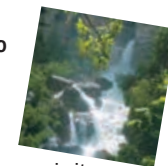
- Una visita alla mostra fotografica di Michele Pellegrino presso il centro del Parco Naturale del Marguareis a Chiusa di Pesio www.michelepelleggrino.net

- Un'escursione al Pis del Pesio lungo il giro delle cascate da Pian delle Gorre

www.parcomarguareis.it

- Una visita al museo della Regia Fabbrica di vetri e cristalli di Chiusa di Pesio www.comunechiusapesio.it

- Una passeggiata a cavallo lungo il sentiero Chiusa di Pesio-Certosa www.vallepesio.it



UN BOSCO PER TUTTE LE STAGIONI

L'ANELLO DELLA FAGGETA DI PALANFRÈ

La valle Vermenagna è il ponte di collegamento tra il cuneese e la vicina riviera francese: il colle di Tenda, uno dei primi trafori delle Alpi, consente infatti il collegamento con la valle Roya e con Ventimiglia e Nizza. La valle è percorsa anche dalla ferrovia, che s'inerpica su un percorso altamente scenografico, punteggiato da scorci panoramici. In estate la valle si popola di appassionati di escursionismo che trovano qui facili e piacevoli percorsi da percorrere a piedi, in mountain bike o a cavallo; in inverno invece Limone Piemonte, cittadina vivace e animata, si trasforma in eccezionale meta per gli amanti degli sport invernali. Da Vernante si dirama la valle Grande, incontaminata e selvaggia, che culmina a Palanfrè dove si trova la faggeta secolare protetta dal Parco Naturale delle Alpi Marittime.



L'anello naturalistico della faggeta

Si lascia l'auto nell'ampio posteggio che si trova a valle delle prime case di **Palanfrè**, caratteristica borgata raggiungibile da Vernante percorrendo la strada che risale la **valle Grande**. In fondo al posteggio si prende l'ampia sterrata che attraversa alcune radure dove spesso pascolano le mucche che danno il latte per gli ottimi formaggi prodotti dal caseificio di Palanfrè. Dopo pochi minuti di piacevole camminata si perviene a un bivio: si prende il sentiero a destra, iniziando a salire attraverso un rado arbusteto con noccioli e alberi di maggiociondolo. Si procede sempre sul sentiero lungo un vivace torrente: dopo un tratto più ripido si supera il ponticello e si continua ora sulla destra orografica fino a raggiungere i bei **pascoli di Pianard**. A questo punto il tracciato diventa piano e s'infilza in un bel bosco di faggi. Dopo aver attraversato il letto di un piccolo rio si prosegue nel bosco: attraversata una conca pascoliva si raggiunge un dosso panoramico e poco dopo si incrocia la pista che serve gli alpeggi; la si attraversa e si affrontano alcuni saliscendi sul breve pendio che s'inoltrano nel bosco di faggi secolari. Continuando in discesa si ritorna nuovamente sulla sterrata che riconduce al parcheggio.

DISLIVELLO **200M**
 QUOTA PARTENZA **1.360M**
 QUOTA ARRIVO **1.560M**
 TEMPO DI PERCORRENZA **1h 30'**
 DIFFICOLTÀ **FACILE**
 PARTENZA DA **PALANFRÈ**

ADATTO



ITINERARIO
 CON DISLIVELLO MEDIO



da approfondire

I due centri più tipici della valle sono Limone Piemonte e Vernante.

Limone Piemonte, che con la Riserva Bianca è la più importante località sciistica del basso Piemonte, è cittadina ricca di storia: le sue orgini sono testimoniate dai graffiti della vicina valle delle Meraviglie; in epoca romana il paese era aggregato al Municipio di Pedona, l'attuale Borgo San Dalmazzo. Per molti secoli Limone fece parte della Contea di Tenda e a fine '500 passò ai Savoia. Vivace luogo di villeggiatura in ogni stagione, Limone custodisce un suo caratteristico centro storico pieno di viuzze: sulla centrale via Roma presenta la pregevole parrocchiale di San Pietro in Vincoli, costruita alla fine del 1300.



UNO SCORCIO DI LIMONE PIEMONTE

Vernante è un ameno paese reso celebre dal signor Attilio Mussino, il più famoso illustratore delle storie di Pinocchio, che trascorse proprio qui gli ultimi dieci anni della sua vita. Per ricordare la sua opera Vernante ha fatto dipingere da due pittori locali, Bartolomeo Cavallera e Bruno Carletto, le case e le vie del centro storico. Così una passeggiata per le caratteristiche vie di Vernante può diventare una vera caccia al tesoro agli episodi più famosi della storia di Pinocchio. Nel curioso museo dedicato al celebre burattino di Collodi,

che si trova in vicolo del Molino, si può vedere la prima edizione illustrata del Pinocchio del 1911, il libro con le pagine animate uscito nel 1942 e le tavole illustrate dell'ultima edizione apparse su Il Giornalino del 1952. Una deviazione verso destra da Vernante conduce all'abitato

di **Palanfrè**: la borgata venne costruita ai piedi dei ripidi pascoli di Costa Pianard, anche se questa è una posizione a rischio per il possibile scarico di valanghe. Proprio per scongiurare il pericolo delle slavine, e per proteggere le case, già sin dai primi anni del '700 venne bandito, cioè vietato, il taglio del bosco di faggio a monte del paese. I **Bandi Campestri** custoditi negli archivi del comune di Vernante, datati 1741, sono la prima testimonianza scritta della particolare protezione e cura rivolta al bosco di faggi che proteggeva Palanfrè dalle slavine. Questa particolare tutela ha fatto sì che la bellissima faggeta si conservasse per molti secoli.



I FAGGI SECOLARI NEL BOSCO DI PALANFRÈ

da gustare

La valle Vermentagna è, come tutte le valli cuneesi, un territorio che offre molte occasioni per far felici i golosi. Anche nei ristoranti di questa valle si possono gustare i piatti tipici di questo angolo d'Italia: in particolare, spesso a menu si trovano piatti a base di Helix Pomatia Alpina la famosa lumaca di Borgo, celebrata ogni anno dalla secolare fiera fredda che si tiene a inizio dicembre, ma anche ricette preparate con i formaggi prodotti dal caseificio di Palanfrè, i sughi preparati con i funghi porcini, così come i dolci preparati con i marroni raccolti nei boschi della bassa valle.



da fare

Premio il Pinocchio dell'anno di Vernante

Giochi, magia, musica in strada e animazione per bambini. Metà maggio.

Festa dell'Assunta a Vernante

Tradizionale processione con fuochi artificiali, falò, canti e balli per le strade. 14-15-16 agosto.

Abbaya di Limone

Tradizionale processione religiosa con musiche e danze. Fine agosto.

Limone estate

Eventi vari a tema sportivo, musicale e gastronomico. Tutto il mese di settembre.

da non perdere

■ **Una partita a golf sul campo a nove buche di Limone**
www.golflimone.it



■ **Una visita al museo dello sci di Limone**
www.limonepiemonte.it

■ **Una gita con la famiglia al museo di Pinocchio di Vernante**
www.comune.vernante.cn.it

■ **Una passeggiata al lago di Terrasole sopra Limone**
www.limonepiemonte.it

■ **Una escursione in mtb verso i vecchi forti di Tenda**
www.limonepiemonte.it

SULLE VIE DEL RE

LA SALITA ALL'ANTICA CASA DI CACCIA DEI SAVOIA

La valle Gesso è il cuore del parco naturale delle Alpi Marittime, la più estesa area protetta del Piemonte: le montagne di questa valle sono dominate dai molti tremila del massiccio dell'Argentera. Abitate fin dalla preistoria, come testimonia la necropoli protostorica di Valdieri, queste terre erano riserva di caccia dei Re di Casa Savoia: fu proprio re Vittorio Emanuele II a volere la costruzione dello stabilimento termale che sfrutta le acque benefiche ricche di zolfo e che, trovandosi a oltre 1.300m di quota, è il più alto d'Italia. La straordinaria natura della valle la rende un vero paradiso per l'escursionismo: in estate è facile incontrare sul sentiero camosci e stambecchi, avvistare rapaci e ammirare splendide fioriture di specie rare ed endemiche. Moltissimi anche i tracciati per la mountain bike, le pareti per l'arrampicata e le opportunità per visite culturali.



Il pianoro del Valasco

La partenza è dall'ampio parcheggio a monte dello stabilimento delle **Terme di Valdieri**, raggiungibile proseguendo verso destra in direzione del centro visite del **parco Alpi Marittime**.

Dal parcheggio parte la vecchia strada militare che sale nel vallone di Valasco attraverso un bel bosco di latifoglie e larici. Volendo è possibile effettuare una variante abbandonando la comoda sterrata in prossimità del primo tornante: qui, a sinistra, parte un sentiero che abbrevia notevolmente il percorso ricongiungendosi poi con la strada a circa due terzi dell'itinerario. La mulattiera nell'ultimo tratto prosegue tra pietrame e larici secolari e affianca l'impetuoso torrente le cui acque provengono dai rii che solcano l'ampio pianoro soprastante. Si arriva così al **rifugio del Valasco**, che un tempo era l'antica casa di caccia dei re d'Italia.

La struttura sorge al centro dell'omonimo pianoro sul tracciato dell'antica strada militare costruita nel 1927.

Poco lontano dal rifugio c'è la **parete rocciosa di Valcuca** su cui si snodano alcuni tra i più begli itinerari di arrampicata delle Alpi Marittime.

DISLIVELLO IN SALITA **400M**

QUOTA PARTENZA **1.370M**

QUOTA ARRIVO **1.770M**

TEMPO DI PERCORRENZA **1H**

DIFFICOLTÀ **FACILE**

PARTENZA DA **TERME DI VALDIERI**

ADATTO



ITINERARIO
CON DISLIVELLO MEDIO



da approfondire

I due centri principali della valle Gesso sono Valdieri ed Entracque. Una passeggiata per **Valdieri** permette di visitare la barocca parrocchiale di San Martino e l'interessante Museo della Necropoli che si trova presso il Museo della Resistenza e del Territorio; da Valdieri si può anche salire al colle che separa la Valle Gesso dalla Valle Stura dove si trova il santuario della **Madonna del Colletto**, risalente all'inizio del '600, sulla cui facciata una lapide ricorda i primi gruppi partigiani che qui diedero vita alla lotta della Resistenza. In borgata **Sant'Anna** si possono vedere le testimonianze dei soggiorni di casa Savoia, che qui venivano in villeggiatura, mentre se si prosegue fino a Terme vale la pena fare una breve passeggiata nel **giardino botanico Valderia**, dove è possibile ammirare oltre 450 specie botaniche rare fra cui numerosi endemismi. **Entracque** è una vivace località di vacanza sia estiva che invernale, piena di piccoli gioielli d'arte, come la parrocchiale di S. Antonino Martire con il suo museo, risalente al XVI° secolo, le trenta fontane sparse tra le caratteristiche vie del paese e lo splendido Santuario del Bealeto. A Entracque si trova anche l'interessantissimo **Centro Faunistico Uomini e Lupi**: si tratta in realtà due centri di visita, uno nel centro di Entracque e l'altro presso la sede operativa del Parco delle Alpi Marittime in località Casermette, con allestimenti moderni e accattivanti che narrano in modo coinvolgente e spettacolare il lupo e il suo rapporto con l'uomo. Collegata con il centro, vicino alla sede operativa del Parco, vi è un'ampia area faunistica in cui sono ospitati alcuni lupi in cattività. (info: www.parcoalpimarittime.it)



da fare

Carnevale dell'orso di segale a Valdieri

Antica festa alpina dedicata al carnevale. La domenica dopo il mercoledì delle ceneri.



Festa della segale di Sant'Anna di Valdieri

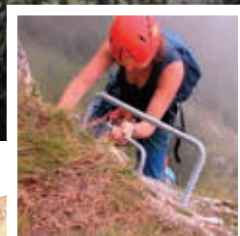
Corteo e rievocazione storica, concerti e balli occitani, mercatino di prodotti tipici, laboratori. Terza domenica di agosto.

Fiera della patata e festa patronale di S. Antonino di Entracque

Eventi gastronomici, balli popolari, concerti e mercati di produttori locali. Primo fine settimana di settembre.

Madonna das cuiette a Entracque

Festa dedicata ai famosi gnocchi tipici che si svolge nei giorni dell'Immacolata. Prima decade di dicembre.



MASSICCIO DELL'ARGENTERA

da non perdere

- Una visita all'Ecomuseo della Segale a S. Anna di Valdieri www.ecomuseosegale.it
- Un'escursione lungo Lou Viol di Tait a S. Anna di Valdieri www.parcoalpimarittime.it
- Una visita guidata alla Centrale Idroelettrica sotterranea di Entracque www.entracque.org
- Una gita nelle gole della Reino Iano www.parcoalpimarittime.it
- Una sciata sulle splendide piste di sci nordico di Entracque www.entracque.org
- La via ferrata dei Funs di Entracque www.entracque.org

da gustare

Tra i prodotti tipici della valle Gesso alcuni davvero meritano una menzione particolare.

Entracque è famosa, oltre che per un'eccellente produzione casearia, anche per la coltivazione delle patate di Entracque: già agli inizi del '900, questa zona era conosciuta per la produzione di ottime patate, così particolari che il loro seme veniva comprato da tutte le regioni confinanti. Queste patate sono ottime per la preparazione di gnocchi, e in particolare delle tipiche *cuiette* che vengono poi servite con fondute di formaggi d'alpeggio, con sughi di funghi o con gustosi ragù di salsiccia. Il territorio di Roaschia è invece noto per l'allevamento di una particolare razza ovina da latte, la pecora frabosana-roaschina, che fino a pochi anni fa era la razza ovina più allevata per la produzione di latte.

PASSEGGIANDO MA NON SOLO...

PASSEGGIANDO NELLO SPENDIDO
VALLONE DEI BAGNI DI VINADIO

Questa valle segna il confine tra le Alpi Cozie e le Alpi Marittime e offre infinite possibilità per gli amanti delle attività outdoor sia lungo l'asse principale della valle, sia nei valloni che si aprono a lato. Tra questi i più frequentati sono il vallone di Bagni di Vinadio e quello di Sant'Anna, dove sorge il Santuario di Sant'Anna, antico ospizio alpino sorto per accogliere i pellegrini. Oltre alle innumerevoli possibilità di itinerari a piedi, la valle è un paradiso per i ciclisti, che possono risalire la valle lungo la pista ciclabile che ricalca la vecchia strada militare, ma anche per gli amanti dell'equitazione, che in questa valle trovano una lunga ippovia segnalata, e per gli appassionati di pesca, canoa, kayak e rafting. Chi si trova a passare per la valle Stura in inverno non deve assolutamente mancare una sciata sulle panoramiche piste di Argentera o nei numerosi comprensori di sci nordico.



Escursione al lago di San Bernolfo

Dal parcheggio che si trova in prossimità del tornante prima dell'abitato di **San Bernolfo**, nel vallone dei Bagni di Vinadio, si imbecca sulla sinistra la vecchia strada militare sterrata che va ad attraversare il rio e passa a fianco di un'ottima sorgente. Tenendo la destra al bivio con la strada che sale dalla borgata Callieri si continua a salire sempre sulla mulattiera ignorando le scorciatoie che, sebbene accorcino il percorso, talvolta si disperdono nella vegetazione del bosco. Si affrontano così i vari tornanti immersi nella fresca ombra del lariceto fino a raggiungere sulla sinistra il bivio con il **Sentiero Naturalistico**: questo sentiero segnalato, che in più punti taglia la strada sterrata, potrà essere percorso al ritorno come tracciato alternativo. In breve si raggiungono dapprima i ruderi di un vecchio ricovero militare e poi subito dopo il **rifugio De Alexandris Foches al Laus**, anche noto semplicemente come Rifugio Laus; dal rifugio con ultimo tratto in salita si sale al colletto del Laus da cui si apre la vista al sottostante **lago di San Bernolfo**, posto in un'amena conca ai piedi dei valloni di Collalunga e della Guercia e circondato dalle cime Laroussa e Saletta.

DISLIVELLO IN SALITA **260M**

QUOTA PARTENZA **1.660M**

QUOTA ARRIVO **1.920M**

TEMPO DI PERCORRENZA **1h 15'**

DIFFICOLTÀ **FACILE**

PARTENZA DA **SAN BERNOLFO**

ADATTO



ITINERARIO
CON DISLIVELLO MEDIO



da approfondire

Risalendo la valle Stura s'incontrano numerose località degne di visita. Il centro di **Demonte** presenta alcune belle viuzze e il palazzo Bolleris: l'edificio, che racchiude la storia di Demonte degli ultimi secoli, fu costruito per volere del visconte Gaspare Bolleris nei primi anni del 1600. Il suo interno è arricchito di pregevoli dipinti murali, di bei soffitti in legno decorato e di una Galleria che lo collega all'attiguo parco, realizzato sull'area a suo tempo occupata dal castello dei Bolleris. Attualmente alcune sale del palazzo sono occupate dalla Biblioteca Civica, dalla mostra permanente dedicata alla scrittrice Lalla Romano e dal Museo degli antichi mestieri. Poco lontano si trova la parrocchia di San Donato, che custodisce un interessante affresco del XVII° secolo raffigurante la battaglia navale di Lepanto. Proseguendo s'incontra **Aisone**, nucleo di antica origine con una bella chiesa parrocchiale, dedicata alla Natività di Maria Santissima, costruita sui resti di una più antica chiesa del XIII secolo di cui si può ancora ammirare il campanile. A **Vinadio** invece spicca l'imponente mole del **Forte Albertino**, uno dei più interessanti esempi di costruzione militare dell'intero arco alpino. Fu voluto da re Carlo Alberto nel 1834 e per la sua costruzione, che durò appena undici anni, furono impegnate 4000 persone. Il forte ha una lunghezza in linea d'aria di circa 1200 metri e consta di tre livelli di camminamento lunghi circa 10km. In realtà il forte non fu mai teatro di importanti eventi bellici. Oggi il forte ospita il **museo multimediale Montagna in Movimento**, un interessante percorso di scoperta della vita in montagna e della civiltà alpina.



IL FORTE DI VINADIO

da gustare

La cucina tradizionale della valle Stura ha origini antiche e si basa su piatti semplici preparati con i prodotti locali. Fra i piatti che bisogna assolutamente gustare rientrano la zuppa chiamata *oula al fourn* e il brodo di lenticchie, che un tempo venivano coltivate nelle radure dell'alta valle insieme alle patate, ingrediente principale dei *dandiret*, tipici gnocchi preparati con uova fresche e conditi con la panna; con la farina di mais *pignulet* e con il grano saraceno si prepara la polenta, spesso condita con sughi di cacciagione oppure gustata con i formaggi d'alpeggio, mentre con la farina di grano si prepara una speciale pasta fresca chiamata *crouzet*. Nei pascoli in quota si alleva la pecora Sambucana, che fin dai tempi antichi ha rappresentato una eccezionale possibilità di sfruttamento degli alpeggi e che si è caratterizzata come un'ottima produttrice di carne, latte e lana. Numerose sono le ricette a base di agnello sambucano, ottimo al forno o in umido, e i tipi di formaggio che in valle vengono prodotti con il latte ovino, dalle tome stagionate ai formaggi freschi.

A LATO AL CENTRO, IL SANTUARIO DI SANT'ANNA DI VINADIO. SOTTO, L'ECOMUSEO DELLA PASTORIZIA



da fare

Fiera di San Luca di Demonte
Antica fiera con sfilata degli animali nel centro del paese e grande mercato dei prodotti locali. Metà ottobre.

Fiera dei Santi e mostra della pecora Sambucana di Vinadio
Tradizionale fiera con esposizione e vendita di prodotti tipici nel Forte Albertino. Fine ottobre.

Fiera Fredda di Borgo San Dalmazzo
Tipica sagra dedicata alla Helix Pomatia Alpina, la celebre lumaca borgarina. Inizio dicembre.

da non perdere

- **Una gita al santuario di Sant'Anna di Vinadio**
www.santuariosantanna.eu
- **Una visita all'ecomuseo della pastorizia di Pontebernardo**
www.vallestura.net
- **Una discesa in rafting sul fiume Stura**
www.kerafting.it
www.rafting-canoai.it
- **Una visita al centro di documentazione di valle a Sambuco**
www.vallestura.net
- **Una visita alla borgata e al centro di documentazione di Paraloup nel vallone di Rittana**
www.nutorevelli.org

TRA LE FIORITURE DEGLI ALPEGGI

VERSO I PASCOLI SOPRA IL GRANDIOSO SANTUARIO DI CASTELMAGNO

La valle Grana è una corta valle incastonata tra le valli Maira e Stura: è lunga poco meno di venti chilometri, ma presenta una straordinaria varietà di ambienti che la rendono un giardino botanico naturale. Fiori ed erbe pregiate, che in primavera esplodono sugli alpeggi, sono il nutrimento delle mandrie che danno il latte per la produzione del formaggio di Castelmagno. La strada che risale la valle dal capoluogo Caraglio si spinge fino alle alte quote dei colli Fauniera ed Esischie, meta degli appassionati di gran fondo sulle due ruote che vengono qui da tutta Italia ad affrontare il Fauniera Chrono Test Point, riservato alle bici da strada, o la Rampignado, competizione per le mountain bike. Numerosi anche i piccoli e grandi tesori artistici custoditi nei paesi della valle, culla della cultura provenzale valorizzata da molte associazioni e centri culturali che qui hanno sede.



Il colle Sibolet

Dal **Santuario di Castelmagno** s'imbocca la strada asfaltata che prosegue in direzione del **colle dei Morti**. Seguendo le indicazioni per il colle Sibolet si prosegue fino a raggiungere la deviazione a destra dove si trova la palina N21. Si percorre quindi la comoda strada che dopo pochi metri di asfalto diventa sterrata, si oltrepassa una graziosa casa in pietra e poi si raggiunge una baita con una grande stalla, dove i margari producono il formaggio Castelmagno DOP: qui una palina indica di procedere a sinistra; al successivo bivio segnalato si prosegue sulla larga carrareccia fino a un gruppo di baite in pietra. Dopo circa 40 minuti la strada finisce in un prato. Bisogna ora seguire le tacche bianche e rosse disegnate sulle rocce: il sentiero sale attraversando ruscelletti che scendono dalle sorgenti sulle falde del **monte Tibert**. Si arriva al colle Intersile tenendo la destra rispetto al colle Sibolet, quindi, con una breve impennata, si piega a nord-ovest a mezza costa procedendo sul crinale che a destra si allunga verso il monte Tibert. In una conca si trova la palina del colle Intersile: si sale così guadagnando quota verso sinistra e in breve si arriva al **colle Sibolet**, bel balcone panoramico a quota 2.532m.

DISLIVELLO IN SALITA **770M**

QUOTA PARTENZA **1.760M**

QUOTA ARRIVO **2.532M**

TEMPO DI PERCORRENZA **2H 30'**

DIFFICOLTÀ **IMPEGNATIVA**

PARTENZA DA **CASTELMAGNO**

ADATTO



ITINERARIO
CON DISLIVELLO ELEVATO



da approfondire

Tutta la valle è disseminata di caratteristiche borgate e di piccole cappelle e chiese che conservano preziose testimonianze pittoriche: in questa valle fu infatti particolarmente attivo il pittore **Pietro da Saluzzo**, che visse alla fine del Quattrocento. L'apice della valle è tuttavia rappresentato dallo splendido **Santuario di San Magno**. Il Santuario è dedicato a San Magno, soldato romano della

Legione Tebea, protettore degli animali, delle attività agricole e da tutte le avversità della montagna.

Il Santuario sorge in posizione panoramica nel comune di Castelmagno, sul luogo che anticamente era deputato ai culti pagani prima della cristianizzazione dell'area. Ne è prova il ritrovamento nel 1894 di una lapide romana dedicata a Marte, oggi visibile sul retro dell'edificio. Questa chiesa alpina è assai interessante per diversi motivi: innanzi tutto per lo spettacolare panorama sulla valle che si apre verso il crinale che separa la valle Grana e la valle Maira e che si affaccia su importanti cime come il monte Tibert, rocca Parvo e il monte Viridio.

Dal punto di vista artistico, inoltre, le due cappelle in fondo al Santuario, chiamate cappella Allemandi e cappella Vecchia e accessibili alla destra dell'altare, sono importanti testimonianze pittoriche del Quattrocento e del Cinquecento; qui infatti si conservano gli affreschi di Piero da Saluzzo raffiguranti l'Eterno Padre, i quattro Evangelisti e i quattro principali dottori della Chiesa latina.

Il Santuario è normalmente aperto ed attivo da giugno a settembre, periodo nel quale viene anche offerto il servizio di pernottamento e ristoro dei pellegrini negli appositi alloggi. La festa del santo e del Santuario si rinnova ogni anno il 19 agosto.

da gustare

La piccola valle Grana custodisce grandi tesori del gusto. Caraglio si è affermata negli ultimi anni come patria di una particolare cultivar di aglio, mentre un po' ovunque nella bassa valle si coltivano da sempre particolari varietà di frutta: in particolare vanno citate le pere madernassa, tipiche di Valgrana, apprezzate per la compattezza della polpa che le rende perfette per la cottura al forno e assai ricercate per l'utilizzo in pasticceria. Sempre negli aperti campi della zona di Valgrana si coltivano antiche varietà di mele, come le mele renette, i buras e le cotogne. Da anni, tuttavia, quando si parla di valle Grana in cucina si intende formaggio Castelmagno. Questa prelibatezza deve il suo nome al comune omonimo, dove viene prodotto da tempo immemorabile. Il primo documento che ne attesta l'esistenza risale addirittura al 1277. Si tratta di una sentenza che regola l'usufrutto dei pascoli a cavallo tra la valle Grana e la vicina



Maira. Nella controversia, il comune di Castelmagno ebbe la peggio e la sentenza impose il pagamento di un canone annuo da versare al marchese di Saluzzo con forme di formaggio.

Apprezzato quindi per la sue qualità fin dalle sue origini, il Castelmagno è stato però riscoperto a livello nazionale ed internazionale solo in anni recenti grazie all'opera di riconoscimento con il marchio di Denominazione di Origine Protetta.



La zona di produzione e stagionatura, così come gli alpeggi di provenienza del latte destinato alla trasformazione, è rigorosamente limitata dal disciplinare di produzione ai tre comuni dell'alta valle: Castelmagno appunto, Pradleves e Monterosso Grana, luoghi nei quali si trovano i caseifici dove è possibile degustare e acquistare questo formaggio. La particolare varietà e la fragranza delle erbe presenti nei pascoli di questi territori attribuiscono a questo prelibato e pregiatissimo formaggio un sapore e profumo inconfondibili e lo rendono un eccellente prodotto da gustare da solo o come condimento di gnocchi e paste fresche.

da non perdere

- **Una visita al Filatoio Rosso di Caraglio e agli antichi torcatoi della seta**
www.marcovaldo.it
- **Una visita al museo etnografico provenzale di Santa Lucia di Comboscuro**
www.comboscuoro.org
- **Una salita in bici o in auto fino al colle Fauniera**
www.valligranaemaira.it
- **Una sosta per vedere gli affreschi della cappella di San Bernardo e Mauro di Valgrana**
www.comune.valgrana.cn.it
- **Un giro tra le vecchie borgate di Castelmagno**
www.comune.castelmagno.cn.it
- **Una sosta al museo del lavoro di borgata Chiappi di Castelmagno**
www.castelmagno.is.it

SALENDO VERSO IL COLLE FAUNIERA



LA FESTA DI CASTELMAGNO



da fare

Di filo in filo al Filatoio di Caraglio
Mostra di manufatti artigianali. Inizio giugno.

Festa patronale di Castelmagno
Tradizionale festa patronale dedicata al Santo e al Santuario 19 Agosto.

Fiera d'autunno di Caraglio
Grande fiera con mostre, spettacoli e laboratorio del gusto. Fine settembre.

Roumiage di Comboscuro
La più importante manifestazione dedicata alla cultura ed alla lingua provenzale in Europa. Inizio settembre.

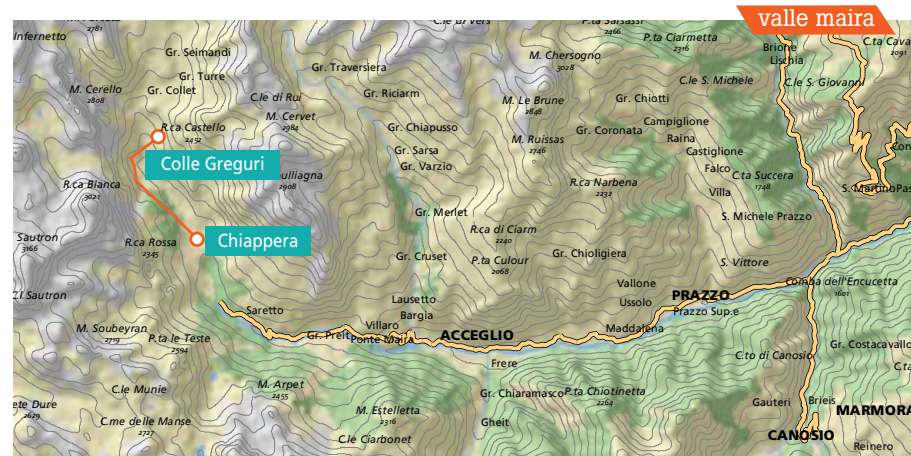
Aj a Caraj di Caraglio
Evento gastronomico dedicato al tipico aglio di Caraglio e ai prodotti tipici. Metà novembre.



ASSAGGIANDO... IL PARADISO

L'ANELLO ATTORNO ALLA ROCCA PROVENZALE

Percorsa in tutta la sua lunghezza dal torrente Maira, che sgorga nell'ampia conca sopra la borgata di Saretto, la valle è in realtà un magnifico ventaglio di numerosi valloncelli laterali, che costituiscono davvero ognuno un mondo a sé. Subito sopra il caratteristico capoluogo di Dronero si trovano le oltre novanta borgate di Roccabruna; salendo si incontrano poi le deviazioni per la silenziosa Cella Macra, per la splendida conca di Elva, per Marmora e Canosio, sovrastata quest'ultima dall'ampio altopiano della Gardetta, per le suggestive borgate di Chialvetta, Pratorotondo e Viviere sopra Aceglio. Tutta la valle custodisce un immenso e preziosissimo capitale culturale e naturalistico che ormai da anni l'ha consacrata come la meta prediletta di coloro che ancora cercano il fascino intatto e misterioso di un ambiente di rara e stupefacente bellezza.



Da Chiappera al colle Greguri

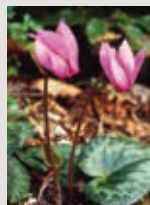
Da **Chiappera** si prosegue sulla strada asfaltata che si dirige verso la testata della valle. Una volta arrivati al **campeggio-rifugio Campo Base** è conveniente proseguire lungo la strada sterrata sulla destra idrografica del torrente fino a uno slargo nei pressi del bivio dove a sinistra si stacca il sentiero Dino Icardi. Da qui si prende la traccia di destra per il colle Maurin: il sentiero sale deciso e conduce a una bella grangia ristrutturata dove si ritrova la strada sterrata. Si prosegue fino alle successive grange Collet e poi, raggiunto un bivio, si prosegue a destra verso le baite di grange Rivero: qui si piega verso sud superando le pendici erbose del monte Eighier; dopo un tratto in salita, il sentiero scende fino a portarsi quasi in piano raggiungendo il panoramico valico di fronte al quale si staglia l'imponente mole del **gruppo Castello-Provenzale**. Per il ritorno, oltre il colle, si scende in direzione di Chiappera con ripide serpentine fino a sbucare sulla più ampia strada sterrata, contrassegnata da tacche bianche e rosse. Tenendo la destra si continua in ripida discesa fino a raggiungere l'asfalto prima del ponte che ricollega al Campo Base. Da qui si ritorna al punto di partenza lungo il tratto di rotabile già percorso in auto all'andata.

DISLIVELLO **650M**
 QUOTA PARTENZA **1.360M**
 QUOTA ARRIVO **2.320M**
 TEMPO DI PERCORRENZA **2H**
 DIFFICOLTÀ **IMPEGNATIVO**
 PARTENZA DA **CHIAPPERA**

ADATTO



ITINERARIO
 CON DISLIVELLO ELEVATO



da approfondire

In valle Maira gli amanti delle attività outdoor, ma anche chi desidera scoprire il fascino di un'antica cultura ricchissima di storie e tradizioni decisamente particolari, trovano imperdibili opportunità.

La partenza dell'escursione è **Chiappera**, l'ultimo borgo abitato della valle che ha, da alcuni anni, conosciuto una rinascita: molte case del borgo sono state oggetto di un attento restauro e alcuni edifici, come la vecchia scuola e la chiesa, piccolo gioiello di architettura alpina, sono stati accuratamente valorizzati. Chiappera si trova alla testa della valle ma innumerevoli sono le borgate che punteggiano la valle e le conche che si aprono dal suo asse principale, tutte davvero degne di visita.

Tuttavia tra di esse una in particolare merita un'attenzione particolare: **Elva**.

La verdissima conca di Elva accoglie diverse borgate da cui facilmente si possono raggiungere colli e crinali aperti su vedute panoramiche sconfinite.

Nel comune si trova uno dei tesori pittorici più preziosi di tutta la provincia cuneese, la parrocchiale di Maria Vergine Assunta al cui interno si trova uno splendido ciclo pittorico quattrocentesco dipinto dal fiammingo Hans Clemer e raffigurante la Crocifissione e la vita della Madonna. A Elva si trova anche l'interessantissimo Museo dei Caviè, unico nel suo genere per la storia che racchiude.

Gli amanti del trekking non possono invece perdersi la possibilità di andare alla scoperta di questo magnifico territorio percorrendolo a piedi lungo i **Percorsi Occitani**, un sentiero balcone ad anello strutturato in quattordici tappe, rivolto ad escursionisti mediamente allenati, che tocca tutti i comuni della valle, dove si trovano anche le strutture ricettive d'appoggio. (Info: www.percorsioccitani.com)

da gustare

La valle Maira è strettamente legata alla tradizione culinaria del passato poiché la mancanza di grandi vie di comunicazione e di valichi ha permesso di conservare usi, sapienza e cultura gastronomica: le poche contaminazioni sono dovute prevalentemente alle migrazioni e ai commerci ambulanti.

Tra questi, il principale è stato quello delle acciughe che ha dato origine alla celebre

bagna cauda,

l'emblema culinario di tutta la regione subalpina.

Ma le ricette tipiche annoverano anche golosi piatti di polenta e a base di patate, come i *tondirets*, speciali gnocchi da gustare con i formaggi locali. Tra i formaggi spiccano di certo le tome e gli stagionati d'alpeggio

prodotti da alcuni caseifici della valle, ma anche i profumati caprini della zona della borgata Podio, sopra San Damiano Macra. Sempre a San Damiano Macra si possono acquistare pane e dolci squisiti cotti nel forno a legna dai panettieri di Lou Pan abou Pasioun

e i liquori a base di erbe alpine distillati dal laboratorio artigianale di Palent.



L'ALTOPIANO DELLA GARDETTA CON LA ROCCA LA MEJA
LA FIERA DI SAN MARCELIN E IL PONTE MEDIOEVALE DI DRONERO

da fare

Fiera di San Marcelin di Macra

Antica fiera di primavera che ha per tema il commercio degli acciugai. Seconda decade di aprile.

Fiera degli acciugai a Dronero

Tradizionale fiera che ricorda l'antico commercio tipico della valle. Prima decade di giugno.

Festa di San Pancrazio a Elva

Festa patronale della borgata. Inizio maggio.

Chanten Mai a San Damiano Macra

Tradizionale rassegna corale con concerti e balli occitani. Fine agosto.

Festa di Sant'Anna e Badia di Castellaro a Celle Macra

Tradizionale processione religiosa con musiche e danze. Fine luglio.

Badia di San Lorenzo a Canosio

Rievocazione storica con sfilate e concerti. Metà agosto.

Festa del solstizio d'estate a Stroppio

Tradizionale festa in borgata Morinesio. Fine agosto.

Gran castagnata e fiera di valle a Roccabruna

Fiera dedicata alle castagne con mercatini, concerti e balli occitani. Metà ottobre.

da non perdere

- **Una visita al capoluogo di Dronero**
www.comune.dronero.cn.it
- **Una full immersion nella cultura occitana al museo Sòn de Lengua di Dronero**
www.espaci-occitan.org
- **Una passeggiata nella riserva naturale dei Ciciu di Villar San Costanzo**
www.parcomarguareis.it
- **Una escursione nell'altopiano della Gardetta**
www.naturaoccitana.it
- **Una visita alle abbazie di Villar San Costanzo e San Costanzo al Monte**
www.provillar.it
- **Una sosta alla cappella del SS. Salvatore a Macra**
www.vallemaira.cn.it
- **Una visita al museo Seles di Celle Macra**
www.ecomuseoaltavallemaira.it
- **Una deviazione verso Chialvetta, Pratorotondo e Viviere**
www.comune.acceglio.cn.it
- **Un tuffo nella piscina di Roccabruna**
www.centrosportivovalmaira.it
- **Una sciata sulla silenziosa pista di fondo che percorre l'alta valle**
www.vallemaira.cn.it

ALLA SCOPERTA DEL BOSCO INCANTATO

ESCURSIONE NEL BOSCO DELL'ALEVÈ



La valle Varaita si estende per circa 70 chilometri da Costigliole Saluzzo fino al panoramico colle dell'Agnello, a quota 2.744m, valico che la unisce alla valle francese del Queyras. Percorrendo la valle si dischiudono paesaggi straordinari: ai dolci e fertili rilievi collinari del tratto iniziale si alternano maestosi crinali, suggestivi scenari alpini, verdi pascoli e vaste foreste di latifoglie, lariceti e boschi di pini cembri. Per la sua lussureggiante esplosione di verde e per la sua rigogliosa natura, la valle è da sempre soprannominata "la smeraldina" ed è considerata un paradiso per gli appassionati di attività outdoor sia in estate che in inverno, oltre che culla di grandi tesori d'arte. Ovunque infatti si incontrano piloni, piccole cappelle e grandi santuari che testimoniano una cultura antica, che ha le sue radici nella storia del Marchesato di Saluzzo.



Dal rifugio dell'Alevè al lago **Bagnour**

Si lascia l'auto in uno degli spiazzoli lungo la strada provinciale, prima della borgata Castello, poco lontano dall'abitato di Pontechianale. Si procede a ritroso per pochi metri fino a trovarsi di fronte al **rifugio Alevè**, dove alcuni pannelli esplicativi introducono la gita e i suoi aspetti naturalistici. S'imbocca il largo sentiero che parte sulla sinistra e che sale nel bosco verso est; incrociato un sentiero proveniente dalla borgata Villaretto, si prosegue sempre sulla mulattiera fiancheggiata di tanto in tanto da muretti a secco. Oltre una baita isolata in una radura si deve lasciare a destra la diramazione per le grange Baciasot e salire ancora tra i pini cembri.

In breve si raggiunge così un ampio pianoro: si prende ora a destra nei pressi del rio emissario del lago Bagnour. A questo punto la mulattiera piega verso sinistra e riprende la sua salita nel bosco fino a giungere al **lago Bagnour**, dove sorge il rifugio che è stato ricavato in una vecchia casermetta, circondata da splendidi esemplari di pini cembri.



DISLIVELLO IN SALITA **420M**

QUOTA PARTENZA **1.600M**

QUOTA ARRIVO **2.020M**

TEMPO DI PERCORRENZA **1h 30'**

DIFFICOLTÀ **FACILE**

PARTENZA DA **BORGATA CASTELLO**

ADATTO



ITINERARIO
CON DISLIVELLO MEDIO



da approfondire

Tutti i comuni della valle Varaita annoverano interessanti chiese, affreschi popolari, piloni votivi, case, cappelle e opere d'arte, segno dei pittori che nel corso del Rinascimento operarono in questo lembo di provincia cuneese, allora dominata dai Marchesi di Saluzzo.



In bassa valle vale una sosta a **Costigliole Saluzzo** dove svetta la Parrocchiale di S. Maria Maddalena risalente ai primi anni del '500: al suo interno la cripta conserva preziosi affreschi di Hans Clemer. Proseguendo s'incontra **Piasco**, famosa in tutto il mondo per la produzione di arpe a testimonianza di una tradizione musicale ancora oggi molto presente in tutta la zona: non a caso a **Venasca** si trova **La Fabbrica dei Suoni** il primo e più importante museo interattivo dedicato alla produzione dei suoni e alla musica. **Casteldelfino**, **Pontechianale** e **Bellino**, comuni che un tempo formavano

l'Escarton de Chasteldalvin, una sorta di repubblica indipendente, hanno mantenuto la tipica architettura alpina visibile nelle austere e massicce case di pietra, nelle strette stradine, nei forni e nelle fontane. L'ultimo abitato che s'incontra prima di affrontare i ripidi tornanti del colle dell'Agnello è **Chianale**, recentemente inserito nel circuito de I Borghi più belli d'Italia: una passeggiata tra le splendide case ristrutturate del borgo permette di scoprire la chiesetta di S. Antonio, di origine romanico-gotica, con il bel campanile a vela e un ciclo di affreschi del 1400 e le pregevoli case in pietra affacciate sulle strette vie.

A SINISTRA, IL CENTRO DELLA BORGATA CHIANALE
A DESTRA, L'ABITATO DI PONTECHIANALE CON IL LAGO E LA DIGA



da gustare

Un viaggio in valle Varaita consente di gustare ricette che s'ispirano a una tradizione secolare e ricca anche delle influenze d'oltralpe.

Tra i primi piatti vanno ricordati i famosi *raviòlas*, gnocchi di patate e formaggio conditi con burro fuso e i *crosetins*, preparati con farina di segale. I gustosi formaggi d'alpeggio e i morbidi *toumin dal Mel* vanno gustati accompagnati alle fragranti *micche* di pane di Melle e Venasca, dove vengono commercializzate le castagne Bracalla, una delle varietà più pregiate d'Italia. I fertili declivi della bassa valle hanno favorito la coltura di molte varietà di frutta ma soprattutto la coltivazione di pregiati vitigni da cui si produce il Quagliano, vino rosso da dessert protetto dal marchio DOC. In alta valle invece, nella zona di Bellino, Casteldelfino, Frassinò e Melle si è negli ultimi anni sviluppata una attenta coltivazione di erbe alpine, che vengono utilizzate per la produzione di benefiche tisane e ottimi liquori.



da non perdere

- **Una deviazione verso il santuario di Valmala**
www.santuariovalmala.it
- **Una visita all'antica parrocchiale di SS. Filippo e Giacomo di Verzuolo**
www.comune.verzuolo.cn.it
- **Una visita al museo dell'arpa Victor Salvi di Piasco**
www.museodellarpavictorsalvi.it
- **Una gita al centro del bosco dell'Alevè e allo spazio Escarton di Casteldelfino**
www.parcodelpocn.it

da fare

- **Baio di Sampeyre**
Antica rievocazione storica in costume che si rinnova ogni cinque anni. Le due domeniche prima del carnevale e giovedì grasso.
- **Beò di Bellino**
Antica rievocazione storica in costume che si rinnova ogni tre anni. Domenica di carnevale e martedì grasso.
- **Festa patronale di San Lorenzo a Chianale**
Tradizionale festa della borgata. 10 agosto.
- **Sagra del miele e delle erbe curative di Casteldelfino**
Fiera dedicata al miele e ai

- prodotti tipici, con particolare attenzione per i prodotti a base di erbe. Seconda metà di agosto.
- **Sagra dell'uva Quagliano di Costigliole Saluzzo**
Manifestazione volta a valorizzare il pregiato vino prodotto in questa zona. Fine settembre.
- **Sagra del toumin dal Mel di Melle**
Manifestazione gastronomica dedicata al tipico formaggio. Metà agosto.
- **Sagra del fungo e della castagna di Rossana**
Evento dedicato ai prodotti tipici locali. Inizio ottobre.

- **Una passeggiata sul circuito delle meridiane di Bellino**
www.comune.bellino.cn.it
- **Una visita al museo del tempo e delle meridiane di Bellino**
www.comune.bellino.cn.it
- **Una visita al museo del costume e dell'artigianato tessile a Chianale**
www.museodelcostumechianale.it
- **Una visita al museo mobile dell'Alta Valle Varaita**
www.vallidelmonviso.gov.it



AL COSPETTO DEL RE DI PIETRA

PICCOLA ASCENSIONE
ALLA CROCE DI ENVIE

Questa è la valle dove nasce il fiume più lungo d'Italia, che si origina dalle sorgenti del Pian del Re, poste alla base della rocciosa e imponente mole del Monviso, il Re di Pietra, che domina, con suoi oltre 3.800m, questo lembo di territorio cuneese. Il parco del Po Cuneese custodisce e protegge la straordinaria varietà di ambienti naturali che s'incontrano lungo questa valle, la delicata flora e le specie animali che qui hanno trovato l'habitat prediletto, come la salamandra di Lanzo. Qui possiamo anche trovare incisioni rupestri, tipiche borgate, monasteri, abbazie, cappelle campestri, testimonianza di un passato ricco e antico: così partendo dalla splendida Saluzzo, antica capitale dell'omonimo Marchesato, il viaggio nella valle si presenta come una stupefacente scoperta di mille sfaccettature di grande interesse e come luogo ideale per la pratica dell'escursionismo.



Dalla Certosa della Trappa al Monte Bracco

Da Saluzzo si prosegue fino a Sanfront e da qui ci si dirige verso la **Certosa del Mombracco** dove si lascia l'auto. Si procede lungo la via asfaltata fino ad imboccare la sterrata che piega in direzione nord-ovest, lasciando la diramazione in discesa sulla destra. Si penetra così in un bosco misto di castagno e faggio; sfiorando le abitazioni del villaggio Belvedere si superano i tornanti e si prosegue fino ad arrivare ai margini di un lariceto con qualche pino silvestre e abete rosso. A circa mezz'ora dalla Certosa s'incontra un bivio: si prende a sinistra la stradina che costeggia lo spartiacque e dopo una decina di minuti si raggiunge un'ulteriore diramazione nei pressi di un grande faggio sulla sinistra. Si svolta a destra e poi alla successiva diramazione si procede dritto fino ad arrivare in dieci minuti in prossimità di uno slargo sotto i larici. Prendendo la strada che curva in piano a destra ci si porta a un'area attrezzata da dove si risale a sinistra fino alla cappella sulla vetta. Dalla piccola cappella si raggiunge in breve la grande **croce di Envie**, posta su un'ampia roccia aggettante molto esposta e assai panoramica.

DISLIVELLO IN SALITA **390M**

QUOTA PARTENZA **920M**

QUOTA ARRIVO **1.307M**

TEMPO DI PERCORRENZA **1h 15'**

DIFFICOLTÀ **FACILE**

PARTENZA DA **SANFRONT**

ADATTO



ITINERARIO
CON DISLIVELLO MEDIO



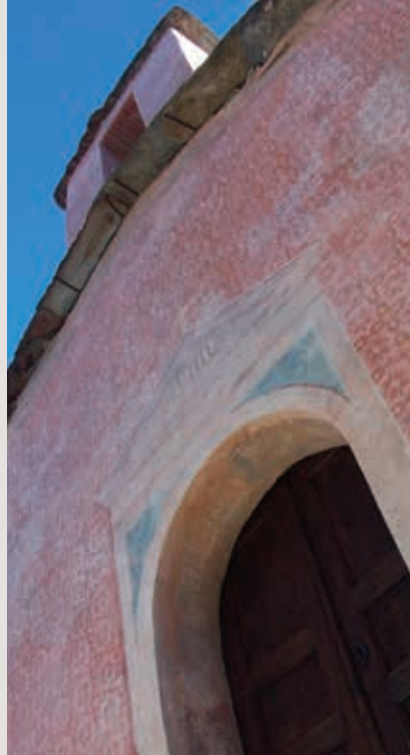
da approfondire

Risalendo la valle Po è d'obbligo una sosta a **Saluzzo**, città natale di Silvio Pellico, e antica sede dell'omonima dinastia marchionale che qui governò dalla fine del dodicesimo secolo fino al 1548 quando venne annessa alla Francia. Il centro storico rappresenta uno splendido esempio di architettura medioevale piemontese: percorrendo la salita al Castello si possono ammirare, oltre ad alcuni edifici rinascimentali, il Palazzo Comunale con la torre civica, la splendida Chiesa di San Giovanni, la dimora signorile di Casa Cavassa, oggi sede del museo civico, la Castiglia, che ospita un interessante museo della civiltà cavalleresca. Da non perdere anche una visita al Duomo, con la tipica architettura sacra tardo gotica.

L'impronta dei Marchesi di Saluzzo si ritrova anche a **Revello**, un comune che offre molti spunti di interesse turistico: non si può non fare la deviazione per andare a visitare l'**Abbazia di Staffarda**, edificio risalente al tredicesimo secolo, che costituisce il più importante esempio di architettura cistercense della regione. Nel

centro dell'abitato vale poi la pena di visitare la quattrocentesca collegiata che vanta una serie di dipinti attribuiti al celebre Hans Clemer, e la Cappella Marchionale, un gioiello dell'architettura tardo-gotica piemontese. Salendo in quota si incontra **Ostana**, il più piccolo comune della valle, che costituisce un interessante esempio di riqualificazione architettonica e che per questo è annoverato tra "I Borghi più Belli d'Italia".

IN ALTO, LA CAPPELLA DI SAN BERNARDO DI OSTANA
IN BASSO, LA CASTIGLIA DI SALUZZO



da gustare

Molte gustose specialità rendono un viaggio in valle Po ancora più piacevole. Tra le coltivazioni che negli ultimi anni si sono diffuse si annovera quella dei piccoli frutti: mirtilli, lamponi, fragole, ribes, uva spina costituiscono ormai una nicchia di mercato non indifferente per il territorio. Nelle valli che si affiancano al solco principale scavato dal Po si coltivano invece croccanti mele: si tratta delle mele della valle Bronda, prodotto agroalimentare tradizionale (PAT). Sulle colline della bassa valle è invece ultimamente rinata la produzione del vino Pelaverga, dall'omonimo vitigno che si fregia del marchio Colline Saluzzesi DOC. Chi si siede a tavola potrebbe poi scegliere tra centinaia di piatti succulenti tipici: tra i tanti, non si possono non citare le *puppe de treuva*, un piatto dal nome e dal sapore davvero originali. Si tratta di fiori di zucchine ripieni di riso e avanzi di carne che, a Robella di Sanfront per esempio, si preparavano in occasione della festa dedicata alla Madonna della Neve, la prima domenica di agosto. Ad Ostana si è sempre mangiata una particolare polenta che veniva tradizionalmente preparata con patate lesse e farina bianca combinata con farina di grano saraceno e che era chiamata *poulento de truffoule bou de froumentin*. Nella zona di Barge, infine, si possono trovare delle ottime paste di meliga che in questa zona prendono il nome di *batiaje* per il fatto di essere un dolce tipico preparato in occasione dei battesimi.



- **Una gita alle sorgenti del Po sopra Crissolo**
www.parcodelpocn.it
- **Una visita al museo etnografico di Ostana**
www.reneis.org
- **Una visita al museo naturalistico del fiume Po a Revello**
www.parcodelpocn.it
- **Una full immersion nella geologia della valle al museo del Piroppo di Martiniana Po**
www.parcodelpocn.it
- **Una gita per visitare l'antichissimo insediamento di Balma Boves**
www.marcovaldo.it

da fare

Sagra dei piccoli frutti di Martiniana Po

Manifestazione enogastronomica dedicata ai piccoli frutti coltivati in questa zona. Metà luglio.

Sagra della pesca, dell'artigianato e del commercio di Revello

Tradizionale fiera con stands di degustazioni, mercatini di prodotti agro-alimentari e di artigianato. Metà luglio.

Suoni dal Monviso nei vari comuni della valle

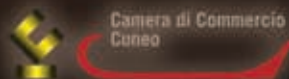
Eventi musicali organizzati nei vari comuni della valle. Da inizio giugno per tutta l'estate.

da non perdere

Cercatelo in provincia di Cuneo
negli hotel, ristoranti, agriturismi
campeggi, bed&breakfast e rifugi
premiati con il marchio



Il marchio di Qualità
caratterizza la migliore Ospitalità Italiana



www.10q.it
www.cn.camcom.gov.it/marchiqualita

PER INFORMAZIONI TURISTICHE



Via Vittorio Amedeo II, 8 - 12100 Cuneo
tel. +39 0171 690217 - fax +39 0171 602773
info@cuneoholiday.com

www.cuneoholiday.com



PER PRENOTARE LA VOSTRA VACANZA

- Prenotazione alberghiera
- Proposte di itinerari e offerte personalizzate
- Accompagnatori naturalistici
- Guide turistiche
- Menù su misura, menù tipici
- Trasferimento bagagli
- Transfer
- Degustazione di prodotti tipici

Consorzio Operatori Turistici Provincia di Cuneo
Via Avogadro, 32 - 12100 Cuneo
tel. +39 0171 696206 - 698749 fax +39.0171 435728
info@cuneohotel.it



www.cuneobooking.it



**Scarica
l'App**



shopping
e turismo

