



**CLUB ALPINO ITALIANO - SEZIONE DI MILANO**

## **GRUPPO SENIORES**

via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano - tel 02 86463516  
[grupposeniores@caimilano.eu](mailto:grupposeniores@caimilano.eu) - [www.caimilano.org](http://www.caimilano.org)

Il CAI GS è aperto al martedì dalle 14.30 alle 17.00



**Da lunedì 3 a giovedì 6 agosto 2026**

### **“Valle delle Meraviglie”**

La magia di questo trekking sta nell'aspetto selvaggio del percorso, nelle sue famose ed innumerevoli incisioni rupestri, nella bellezza dei suoi specchi lacustri.

Cammineremo ai piedi del Monte Bego (metri 2872) dove studiosi, ricercatori e appassionati di archeologia rupestre hanno messo in luce la cultura figurativa dei popoli primitivi che eseguirono i loro raffinati graffiti sulle pietre levigate dai ghiacciai della Valle Fontanalba e della Valle delle Meraviglie

#### **QUOTE INDIVIDUALI DI PARTECIPAZIONE:**

**Soci CAI € 250** (preventivo da confermare)

**per un numero minimo di 10 partecipanti**

(il costo potrà diminuire in relazione al superamento del numero minimo di partecipanti)

+ costo viaggio con auto private (circa € 200 a vettura)

**Per meglio ottimizzare le prenotazioni ai rifugi è necessario confermare il proprio interesse al coordinatore entro Martedì 13 gennaio 2026 versando un anticipo di 100 €**

**Il saldo dovrà essere effettuato il giorno della partenza, in contanti, al coordinatore.**

**In caso di rinuncia le caparre potranno essere rimborsate solo con un subentro di altro Socio**

**La quota comprende:**

- Trattamento di 1/2 pensione in rifugio, bevande escluse

# PROGRAMMA

## 1° GIORNO

Partenza da Piazzale Lotto ore 07:00

Arrivo in auto alla zona di partenza, Casterino (metri 1543). Lasciata l'auto si prosegue verso l'alpeggio Jas de Basto (metri 1732) da dove parte la pista per il rifugio Fontanalba (metri 2018), che sale gradatamente offrendo ampi e bellissimi scorci panoramici. Attorno al rifugio si potranno visitare con breve giro ad anello le incisioni rupestri che affiorano nel bacino sovrastante, verso il lago Verde di Fontanalba e i due piccoli laghi gemelli.

TEMPO DI PERCORRENZA **3, ore**

DISLIVELLO **480 metri**

GRADO DI DIFFICOLTÀ **E**

## 2° GIORNO

Traversata dal Rifugio Fontanalba al Rifugio Des Merveilles (metri 2130). Dal rifugio si prende a sinistra il sentiero che si inerpica al Colle Valauretta (metri 2280). L'itinerario, superato il valico, scende lungo la valle lambendo numerose fortificazioni militari e risale verso ovest il tratto superiore della Valle dell'Inferno, rocciosa e invasa di sfasciume. Avvicinandosi all'antica soglia glaciale la vista si apre gradatamente verso il bacino dei laghi, che sono numerosi attorno al rifugio, tappa della nostra escursione.

TEMPO DI PERCORRENZA **4,30 ore**

DISLIVELLO **400 metri**

GRADO DI DIFFICOLTÀ **E**

## 3° GIORNO

Traversata dal Rifugio des Merveilles al Rifugio de Valmasque (metri 2233). Sarà la tappa più lunga e più bella attraverso il santuario della Preistoria alpina. Dal rifugio il sentiero si inerpica tra le rocce e conduce alla stretta Valle delle Meraviglie, posta ad un'altitudine compresa tra i 2000 e i 2500 metri.

Qui si trovano le incisioni figurative più famose del Parco del Mercantour: il mago, il capo tribù, il Cristo, l'antropomorfo. Il sentiero sale progressivamente costeggiando il Lago delle Meraviglie, oltre il quale la valle si allarga fino al Colle della Valmasca (metri 2550), per poi perdere quota verso i tre laghi della Valmasca, disposti a diversi livelli altimetrici: il Lago Basto, il Lago Nero e il Lago Verde, dove si trova il nostro rifugio arrivo di tappa.

TEMPO DI PERCORRENZA **6 ore**

DISLIVELLO **450 metri**

GRADO DI DIFFICOLTÀ **E**

## 4° GIORNO

Traversata dal Rifugio Valmasque a Casterino. Dal rifugio si sale rapidamente verso il Lago Gelato (metri 2588), con una vista stupenda sui tre laghi della Valmasque. Abbandonata la via diretta al valico di confine a 2864 metri, una breve salita guadagna il Colle Charnassere a 2727 metri. Tra sfasciumi ed eccezionali vedute arriviamo al passo a 2565 metri. Unasosta meritata, dove un cippo individua il vecchio confine tra Italia e Francia. Ora il percorso scende verso il fondovalle sino al laghetto di Casterino. Da qui rientreremo a Milano

TEMPO DI PERCORRENZA **6,30 ore**

DISLIVELLO POSITIVO **700 metri**

GRADO DI DIFFICOLTÀ **E a tratti EE**

**Il Coordinatore ammetterà le persone in base ad una severa valutazione relativa alla preparazione/esperienza e avrà l'insindacabile giudizio di non ammettere tutti coloro che non saranno ritenuti idonei.**

Il trekking si svolge lungo un percorso impegnativo, con passaggi su sentieri con rocce e detriti caratteristici delle vie in ambiente montano e richiede una buona pratica di montagna, un buon allenamento, agilità nei movimenti, passo sicuro e assenza di vertigini. L'escursione è rivolta ai Soci CAI ben allenati, convenientemente equipaggiati. Indispensabile sacco lenzuolo e ciabatte.

Il programma potrà subire variazioni a causa di maltempo o altro, a giudizio insindacabile dell'accompagnatore, al fine di garantire la logica effettuazione dell'itinerario e garantire la sicurezza dei partecipanti.

Il trek è itinerante e soggiorneremo presso i Rifugi che offrono, nella loro caratteristiche di rifugio d'alta quota, confort e ottima cucina locale, è comunque sempre necessario avere il giusto spirito di adattamento oltre alla pazienza.

I pranzi sono necessariamente al sacco e sono a cura dei partecipanti.

COORDINATORE: Celeste 3475901160

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

### **Rifugio FONTANALBA**

35 posti apertura GIU/SETT  
no carta solo contanti

€ 65 ½ pensione

Tel +33 4 93048919

### **Rifugio DELLE MERAVIGLIE**

60 posti apertura GIU/SETT  
no carta solo contanti

€ 60 ½ pensione

Tel +33 4 93046464

refugedesmerveilles@ffcam.fr

### **Rifugio VALMASQUE**

43 posti apertura GIU/SETT  
no carta solo contanti

no doccia

€ 60 ½ pensione

refugedevalmasque@ffcam.fr

**Milano Casterino km 310x2= km 620 € 125**

**Autostrada € 30x2= € 60**

**Totale preventivo costo per vettura € 185**

**N° minimo iscritti 5**