



GRUPPO SENIORES

via Duccio di Boninsegna 21/23, 20145 Milano - tel 02 86463516
grupposeniores@caimilano.eu • www.caimilano.eu
Il CAI GS è aperto il martedì dalle 14.00 alle 16.00



Mercoledì 4 Novembre 2026

Alpe Pianmisura

Valle D'Otro – Alta Valsesia

Escursione breve: **Follu m 1664**Coordinatori: **Luigi Ghidorsi 349 3838767****Sandra Arenz 329 5960663**

Cartografia: Carta dei Sentieri dell'Alta Valsesia (scala 1:25.000)

L'Alpe Pianmisura è un rinomato alpeggio situato a circa 1.800–1.850 metri di quota nella splendida Val d'Otro, una valle laterale della Valsesia nel comune di Alagna Valsesia (Piemonte).

Questo luogo è celebre per i suoi paesaggi incontaminati e per la forte impronta della cultura Walser, visibile nelle caratteristiche baite in pietra e legno sparse lungo il cammino. Durante il tragitto si attraversano incantevoli frazioni Walser storiche: Follu (dove sorge l'Oratorio della Madonna della Neve e si trova il Rifugio Zar Senni), Dorf, Scarpia e Weng (piccoli nuclei di baite d'epoca perfettamente conservate), Alpe Pianmisura Piccola (1.834 m) ed infine, poco oltre, l'Alpe Pianmisura Grande o Alta (1.854 m), alla quale si accede attraversando un piccolo ponte sul torrente Otro. Qui si trova la caratteristica chiesetta dedicata a San Giacomo Maggiore.

Dall'ampio parcheggio di Alagna Valsesia (1173 m) ci si porta nei pressi del Teatro Unione Alagnese, dove si imbocca la scala a sinistra dell'ingresso, e si prosegue lungo il sentiero in pietra che conduce alla frazione Reale seguendo le indicazioni del segnavia 203/Tour del Monte Rosa (TMR), salendo piuttosto ripidamente nel bosco di conifere; si incontra un bivio con fontana (1400 m) e si va a destra, ancora in costante salita fino a sbucare nella Piana di Follu (1664 m) dove ha termine l'escursione breve.

L'escursione base continua sempre sul sentiero 203/TMR, raggiunge e supera Scarpia e prosegue in dolce salita fino all'Alpe Pianmisura (1834 m). Il ritorno si svolge sul percorso di andata fino a Follu, dove si scende al torrente Otro (203G) e si ritorna costeggiandolo (203A) fino al bivio con fontana alla quota 1400 m, offrendo una discesa più graduale e meno faticosa rispetto alla ripida mulattiera gradinata del sentiero 203 dell'andata. Qui si riprende il percorso in discesa fino ad Alagna. Anche l'escursione breve raggiunge il bivio di quota 1400 m con le stesse modalità descritte per l'escursione lunga.

Escursione	Distanza	Tempo Marcia AR	Dislivello salita	Dislivello discesa	Quota max.	Impegno Fisico	Difficoltà CAI	Corde fisse
breve	7 Km	4 h	500 m	500 m	1664 m	3/5	E	NO
lunga	10 Km	5 h	750 m	750 m	1834 m	3/5	E	NO

Sono d'obbligo: Calzature alte alla caviglia ben suolate, zaino da escursionismo allacciabile in vita

Si raccomandano: Bastoncini, Copertura idonea alla stagione. Acqua disponibile lungo il percorso

Si raccomanda cambio calzature o copriscarpe per non imbrattare il pullman

PROGRAMMA
Mezzo di trasporto:
Durata viaggio A/R:
Partenza da Milano:
Rientro Milano:
Colazione al sacco

Pullman
ore 03:00 + 02:30 (più soste)
ore 7:00 in punto da Piazzale Lotto angolo Via Vigliani
ore 19:30 con arrivo a Piazzale Lotto

Quote di partecipazione: soci CAI + GS € 28 solo soci CAI € 30

Iscrizioni: il martedì in Sede dalle ore 14,00 alle ore 16,00 di persona e telefonicamente chiamando il 3514143547 - per informazioni e comunicazioni urgenti contattare i Coordinatori (attivi il giorno di gita dalle 6,30 al rientro)

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. Nel caso di partecipanti che raggiungano con mezzi propri il luogo di partenza dell'escursione, per gli stessi l'escursione ha inizio e termine da quel luogo; qualora l'escursione partisse da un punto e il bus riprendesse il gruppo in un punto diverso sarà a loro cura il rientro ai propri autoveicoli.