

Escursioni a piedi o in bici, di giorno o al chiaro di luna, percorsi di arrampicata e gare di ogni genere: questo e tanto altro nell'estate del Parco Nazionale Gran Paradiso.



Il Viaggiatore Magazine –
Parco Nazionale Gran
Paradiso – Davide Glarey

La bella stagione -complici il sole e le giornate più lunghe- stimola la volontà di essere attivi, sportivi e, forse, anche più avventurosi: e non solo per mantenersi in forma, ma anche per mettersi alla prova o sperimentare emozioni nuove! Il **Parco Nazionale Gran Paradiso**, con le sue montagne spettacolari, su cui si inerpicano **sentieri** e strade tortuose, è certamente il luogo ideale per **praticare un po' di sport** e **respirare un'aria pulita e libera da smog**, sempre nel totale rispetto della natura e dell'**ecosostenibilità**.

ESCURSIONI A PIEDI



Il Viaggiatore Magazine – A
piedi tra le nuvole, Parco
Nazionale Gran Paradiso –
Davide Grimoldi

Unire l'utile al dilettevole, facendo una bella passeggiata adatta a tutti e imparando a conoscere l'ambiente naturale circostante, gli animali che abitano le valli del Parco, le costellazioni che illuminano il cielo notturno e la storia e la cultura dell'area protetta: il Parco Nazionale Gran Paradiso offre davvero tantissime opportunità a chi ha voglia di mettersi in cammino sui suoi sentieri! Oltre ai [sentieri-natura](#), percorribili facilmente in autonomia, sono tante le

escursioni in calendario per l'estate 2017: in compagnia delle guide, dei guardaparco o di esperti, si potranno raggiungere alcuni alpeggi, conoscere le caratteristiche e i segreti del lupo, andare alla scoperta di antiche borgate.

Le escursioni sui sentieri e le mulattiere del Parco sono adatte anche ai più piccoli, ai quali sono però riservate anche alcune "passeggiate speciali":

28 luglio – 11 e 25 agosto **A PIEDI TRA LE STELLE** – Escursione notturna – Valsavarenche

30 luglio **ACQUE IN PARADISO** – Escursione con esperto di fauna lacustre al lago Djouan – Valsavarenche

30 luglio **CIELO PIÙ BLU** – Escursione al Col Leynir con Guida del Parco – Ceresole Reale, Serrù

30 luglio **ALPEGGI ALPINI** – Passeggiata in alpeggio con Guida del Parco – Ceresole Reale, Serrù

6 agosto **AL LUPO AL LUPO!** – Escursione a Pian Borgno con guida esperta e guardaparco – Ceresole Reale, Serrù

10 agosto **LA NOTTE DI SAN LORENZO** – Escursione notturna in cerca di stelle cadenti – Ceresole Reale

13 agosto **ACQUE IN PARADISO** – Escursione con esperto di fauna lacustre ai piani del Nivolet – Valsavarenche

13 agosto **COL LEYNIR** – Escursione al Col Leynir con Guida del Parco – Ceresole Reale, Serrù

14 agosto **A PIEDI TRA LE STELLE** – Escursione notturna con proiezione foto raccontata – Valprato Soana, Piamprato

15 agosto **COL ROSSET** – Escursione al Col Rosset con Guida del Parco – Ceresole Reale, Serrù

19 agosto **ROC PER FAMIGLIE** – Passeggiata alle borgate del Roc con esperto di ambienti acquatici e visita alla vecchia scuola – Noasca

20 agosto **BIMBI CON I PIEDI NELL'ACQUA** – Passeggiata per famiglie con esperto di fauna acquatica – Ceresole Reale

25 agosto **RONCO, LA FUCINA E LE BORGATE** – Escursione al tramonto – Ronco Canavese

27 agosto **COLLE DELLA TERRA** – Escursione su mulattiera reale con Guida del Parco – Ceresole Reale, Serrù

27 agosto **MANGIA LONGA** – Passeggiata enogastronomica a Km 0 e Marchio – Valprato Soana, Campiglia Soana

ESCURSIONI IN BICI



Il Viaggiatore Magazine –
Escursioni in bicicletta,
Parco Nazionale Gran
Paradiso

Anche la bicicletta è un mezzo ideale per muoversi sulle strade del Parco, perchè i percorsi sono tanti e ciascuno può sceglierli in base alla propria preparazione e alla difficoltà: si va dal semplice giro lago di Ceresole Reale fino all'impegnativa salita al Colle del Nivolet: a ciascuno il suo!

Per chi desidera essere accompagnato e condotto alla scoperta del Parco, sabato 12 agosto a Locana si svolge **PEDALANDO NEL PARCO – In bicicletta nella natura protetta**, un'occasione unica per addentrarsi nel parco e scoprirne angoli nascosti, sempre con la massima attenzione per l'ambiente.

ARRAMPICARE IN PARADISO



Il Viaggiatore Magazine –
Arrampicata, Parco Nazionale
Gran Paradiso – Davide
Grimoldi

Se non soffrite di vertigini potete provare (e far provare ai vostri figli!) il brivido dell'arrampicata su parete. Per non disturbare gli animali e, in particolare, i rapaci che

nidificano in questa zona bisogna rispettare alcune semplici regole o, ancora meglio, farsi accompagnare dalle guide del parco o partecipare ad uno dei due eventi in programma per il mese di agosto:

12 agosto **SCALARE IN PARADISO** – Arrampicata con guida alpina a Pian della Balma – Ceresole Reale

13 agosto **ARRAMPICARE CHE PASSIONE!** – Esercitazione in palestra di roccia – Valprato Soana, Piamprato

Maggiori

info:

<http://www.pngp.it/iniziative-del-parco/arrampicare-nel-parco>

A DORSO DI ASINO



Il Viaggiatore Magazine – A dorso di asino, Parco Nazionale Gran Paradiso

La passeggiata someggiata in compagnia degli asinelli è un'attività dal ritmo lento, che ben si addice alla montagna e ad un turismo slow, ed è quindi ideale per tutti, persino per i piccolissimi, che potranno vivere una piccola avventura in compagnia di questi docili animali e poi godersi un pic nic al fresco fra i larici e gli abeti.

Quando? Le **Domeniche degli Asinelli** si svolgono il 30 luglio, 6-20-27 a partire dalle 10 in Valsavarenche, nell'area pic nic Foncey

Se siete appassionati di trail e di competizioni molto impegnative, potete assistere ad una delle gare del circuito **Gran Premio Gran Paradiso:**

27 agosto GRAN PREMIO GRAN PARADISO – Trofeo Punta Quinzeina – Frassinetto

3 settembre GRAN PREMIO GRAN PARADISO – 10° km Verticale I 1000 m del Guardaparco – Ceresole Reale

9 settembre GRAN PREMIO GRAN PRADISO – Granparadiso Vertical –
Valsavarenche, Pont

24 settembre GRAN PREMIO GRAN PARADISO – 3° Cronoscalata
Valnontey – Cogne, Rifugio Sella

1 ottobre GRAN PREMIO GRAN PARADISO – 8cento in condotta
Energy Vertical – Locana, Rosone

15 ottobre GRAN PREMIO GRAN PARADISO – Punta Arbella km
Verticale – Ingria

29 ottobre GRAN PREMIO GRAN PARADISO – Royal Vertical – Noasca