

Ringraziamenti

In modo particolare a Enrico Pessiva, per la consulenza su alcuni itinerari nelle Valli di Lanzo, delle quali è un infaticabile percorritore, e poi a tutte le compagne e i compagni di gite e di avventure.



Carta d'insieme	8-9
Premessa	10
Note tecniche	12
Rifugi, bivacchi e altri punti d'appoggio	15

ITALIA

Alpi Graie Meridionali

VAL DI VIÙ

1 Monte Colombano 1658 m	MS	PI	18
2 Tomba di Matolda 2084 m – Punta Sbaron 2223 m – Quota 2297 del Grifone (ANELLO)	MS/BS	C/LPB	20
3 Truc del Grifone 2263 m	BS	LPB	23
4 Rocca Maritano 2545 m	BS	LPB	25
5 Punta Costan 3305 m	BS	LPB	27
6 Testa Sulà 3251 m (ANELLO)	BS	LPB	29
7 Punta Valletta o Pointe de la Vallette 3384 m	BS	LPB/C	32
8 Rocca Frontera 1728 m – Monte Tumolera 1978 m – Truc d'Ovarda 2393 m	MS/BS	PI/C	34
9 Ciarm del Prete 2390 m	MS	C	36
10 Monte Marmottere o Punta Pian Fum 2192 m – Monte Ciriunda 2244 m (ANELLO)	MS/BS	C	38

VAL D'ALA

11 Rocca Moross 2135 m (ANELLO)	BS	LPB	40
12 Monte Rosso d'Ala 2763 m	BS/OS	LPB	42
13 Monte Ciorneva 2918 m – Quota 2805	BSA/BS	LPB	44
14 Cima Chiavesso 2823 m	BS	C	46
15 Punta Golai 2819 m (TRAVERSATA Val d'Ala - Val di Viù)	MS/OS	C/LPB	48
16 Cima Orientale degli Ortetti 2979 m	OS	LPB	51
17 Cima Autour 3021 m (TRAVERSATA)	BS	C	53
18 Quara di Bellacomba 2860 m – Monte di Bessanetto 2939 m (ANELLO delle Mangioire)	BS	LPB	56
19 Punta d'Arnas o Ouille d'Arbéron 3560 m	BS	C	59
20 Punta Adami 3168 m	BS	C	62
21 Monte Collerin 3475 m (ANELLO del Collerin)	BSA	SA	64
22 Uja di Ciamarella 3676 m	BSA	SA	67
23 Punta Rossa di Sea 2908 m (ANELLO)	BS	C	69
24 Cima Leitosa (Punta orientale) 2828 m – Colle di Trione 2486 m	BSA	LPB	71
25 Monte Plu 2201 m	BS	LPB	73

VAL GRANDE			
26 Monte Doubia 2463 m	BS	C	75
27 Passo dell'Ometto 2618 m	BS	LPB	77
28 Albaron di Sea 3262 m	BSA	SA	79
29 Colle di Sea 3100 m	BS	LPB	81
30 Cima Monfret (Vetta sciistica) 3100 m	BS	LPB	84
31 Barrouard 2865 m	BS/OS	C	87
32 Corno Bianco 2891 m	BS	C	89
33 Piccolo Morion 2833 m	BS	LPB	91
34 Gran Bernadè 2747 m	MS	LPB	93
35 Punta Pian Spigo 2520 m – Passo del Bojret 2330 m	BS	C	95

VALLI TESSO E MALONE			
36 La Rossa 2319 m – Punta dell'Aggia 2253 m	MS	LPB	97
37 Punta Prarosso 1497 m – Cima dell'Angiolino 2168 m – Monte Vaccarezza o Castel Balanger 2203 m (TRAVERSATA)	MS/BS	LPB/C	99
38 Cima dell'Uja 2142 m	BS/OS	C	101
39 Monte Soglio 1971 m	MS	C	103

FRANCIA

Alpi Graie Meridionali

VALLÉE DE L'ARC – HAUTE MAURIENNE			
40 Levanna Occidentale 3593 m	BSA	C	105
41 Punta Clavarino 3260 m – Ouilles des Trièves (Punta Est) 3061 m (ANELLO)	MSA/BS	LPB	107
42 Punta Francesetti 3410 m	BSA	C	109
43 Piccola Ciamarella 3540 m	OSA	SA	112
44 L'Albaron di Savoia 3627 m (ANELLO)	BSA	C	115
45 Croce Rossa o Croix Rouse 3566 m	OSA	SA	118
46 Punta Lose Nere o Pointe Lauses Noires 3378 m (ANELLO)	BS	C	120
47 Pointe de Charbonnel 3752 m	OSA	SA	122
48 Pointe Sud du Grand Fond 3528 m	BS	LPB	124

Alpi Cozie Settentrionali

VALLÉE DE L'ARC – GRUPPO AMBIN-ÉTIACHE			
49 Punta Sommeiller 3333 m	BS	C	127
50 Petit Vallon 3236 m	BS	C	129
51 Pointe Saint Michel 3252 m – Roche de Courousset 2998 m – Punta 3083 – Punta 3139	BS	C	131
52 Pierre Menue o Aiguille de Scolette (Spalla 3345)	OS	LPB	134
53 Pointe de Paumont 3151 m – Cime Gardiora 3125 m	BS	LPB	136
54 La Belle Plinier 3086 m	BS	C	139

VALLÉE DE L'ARC – GRUPPO DEL THABOR			
55 Signal des Sarrasins 3014 m – le Mounioz 2725 m	BS	LPB	141
56 Pointe des Sarrasins 2963 m	BS	C	144

57 Roche Noire 3067 m – Roche Malotte 2786 m	BS	C	146
58 Roche du Lac 2786 m	MS	C	149
59 Pointe des Griffes 2615 m	BS	C	151

Gruppo Arves-Grande Rouse

VALLÉE DE L'ARC			
60 Pic Blanc du Galibier 2955 m – Pic des Trois Evêches 3116 m (ANELLO)	BS	C	153
61 Crête d'Argentière 2887 m (ANELLO)	BS	LPB	155
62 Aiguille de l'Épaisseur 3230 m – Pointe des Ratissières 2865 m	BS	C	157
63 Le Gros Grenier 2911 m – Mont Pellard 2882 m	BS	LPB	159
64 Pointe d'Émy 2797 m	MS	PI	161

VALLÉE DE L'ARVAN			
65 Pointe de Pierre Fendue 3037 m – Quota 2569 (Basse du Gerbier)	BS/MS	C	163
66 Pic de l'Étendard 3464 m	BSA	SA	165

Belledonne

VALLÉE DE L'ARC			
67 Selle du Puy Gris 2758 m (ANELLO)	BS	C	168
68 Col du Villonet 2457 m – Col de la Colombière 2397 m – Col du Merlet 2286 m – Col de la Lavoire 2382 m	MS/BS	C	171
69 Croix de Triandou 1951 m – Pointe de la Lavoire 2471 m	MS/BS	LPB	174

VAL D'ISÈRE			
70 Chapotet 2076 m – Pointe de Rognier 2341 m (ANELLO)	MS/BS	C	176
71 Montagne d'Arvillard 2041 m	MS	C	178
72 Rocher Blanc 2928 m – Rocher Badon 2912 m	BS	C	180
73 Le Grand Rocher 1926 m	MS	PI	182
74 Dent du Pra 2623 m (ANELLO)	BS	C	184
75 Cime de la Jasse 2478 m	MS/BS	C	187

Vanoise

76 Pointe des Buffettes 3233 m – Pointe de la Met 3041 m	BS	C	189
77 Col de Chavière 2796 m	BS	C	191
78 Grand Perron des Encombres 2825 m	OS	C	193
79 Mont Bréquin 3135 m – Mont du Chat 2807 m	BS	C	195
80 Grand Coin 2730 m (ANELLO)	BS	C	197

RAID			
I Tra Valli di Lanzo e Haute Maurienne	BSA		199
II Dal Thabor alle Aiguilles d'Arves	BS		202
III Belledonne	BSA		204