



**CLUB ALPINO ITALIANO**

**SEZIONE DI VERRÈS**

**Sabato 13 Aprile 2024**  
**ORGANIZZA UNA CICLOESCURSIONE CON**  
**BICI DA MONTAGNA**

***Giro dei tre colli***  
***Della Val D'Ayas***



**Difficoltà MC/MC alcuni passaggi BC**  
**km 34,5 ca. – Dislivello 1.000 m ca.**  
**è richiesto un buon allenamento fisico**  
**e buone capacità tecniche.**  
**E' possibile partecipare anche in E-Bike**

**RITROVO: ore 8:00 presso il piazzale della piscina di Verrès dove si caricheranno le bici sulle auto per poi raggiungere il Col D'Arlaz punto di partenza della ciclo escursione.**  
**Partenza ore 9.00 presso il Col D'Arlaz.**

Giro ad anello nella Val d'Ayas con partenza e arrivo dal Col D'Arlaz percorrendo una parte dei molti sentieri, mulattiere e piste poderali presenti nella zona; tra rû le antiche "vie dell'acqua" che ancora numerose solcano l'intera Valle d'Aosta. Fondamentali – soprattutto un tempo – per il trasporto dell'acqua dalle zone più ricche a quelle più aride, costituiscono ora una rete di percorsi ideale per scoprire gli angoli più suggestivi e particolari delle nostre montagne, torrenti, boschi e magnifici villaggi rurali, alla scoperta dei paesaggi tipici dei versanti esposti al sole della media Valle d'Aosta e dei castelli che punteggiano il fondovalle.

L'intera parte del percorso si sviluppa quasi interamente su strade minori con scarsissimo traffico, alcuni tratti di sentiero e su strade sterrate. La prima parte dell'escursione sarà la più impegnativa, dovuta alla prevalenza di strade in salita, che in alcuni tratti hanno una pendenza elevata, ed alcuni tratti di sentiero. Partiremmo dal Colle d'Arlaz l'itinerario si snoda lungo il rû d'Arlaz, in direzione Orbeillaz.

Arrivati ad Orbeillaz lasceremo il rû per prendere la strada asfaltata del col Tzecore sino all'abitato di Arbaz, dove faremo una breve deviazione percorrendo un sentiero che ci porterà alle antiche miniere di Bechaz coltivate fin dall'antichità, dove è possibile vedere i pozzi, i filoni di scavo e i tunnel traversi. L'accesso interno non è consentito per ragioni di sicurezza, in questo splendido contesto faremo una breve pausa e ci prepareremo per proseguire per il colle Tzecore dove ci fermeremo per il pranzo (pranzo al sacco). Dopo esserci rigenerati proseguiremo su sentiero verso il col de Joux ultimo colle della giornata. Da qui inizierà la fase di rientro percorreremo un tratto del rû Courtod sino alla prima galleria dove prendemmo un sentiero in discesa che ci porterà direttamente ad Extrepièraz. Da Extrepièraz proseguiremo sempre su sentiero verso Brusson, per poi ri immetterci sul rû d'Arlaz. La seconda parte del percorso sarà, quasi tutta in discesa e ci porterà verso colle d'Arlaz costeggiando in un primo momento il torrente Evançon, poi il lago di Brusson e in fine il rû d'Arlaz; percorrendo quasi esclusivamente strade bianche e sentieri. Sull'intero percorso ci sarà la possibilità di rifornirsi di acqua.

## Obbligatorio l'uso del casco e abbigliamento adeguato

1. Di possedere l'idoneità fisica e psichica necessaria per partecipare alle gite proposte
2. Di farsi carico del controllo preventivo della propria mtb, di predisporre adeguata manutenzione della stessa e di avere con sé la minima attrezzatura per riparazioni di emergenza
3. Di essere dotato di adeguato abbigliamento per affrontare l'ambiente montano e di indossare sempre il casco
4. Che durante la percorrenza di strade aperte al traffico veicolare deve attenersi alle disposizioni del Codice Stradale in vigore

Per informazioni e iscrizioni, presentarsi il giovedì sera precedente la data dell'escursione presso la sede sociale del CAI di Verrès oppure contattando tramite telefono o sms l'organizzatore Giuseppe Serra cell. 340.9786622.

Per i non soci CAI si richiederà una quota assicurativa di € 12,00 non rimborsabile da versare il giorno dell'iscrizione.

Organizzatori/Direttori escursione: Giuseppe Serra, Jean-Pierre Rovarino Franco Signorino.

### NOTA:

Le uscite di cicloescursionismo del CAI di Verrès sono guidate da volontari, il cui accompagnamento costituisce prestazione di mera cortesia. Le escursioni sono effettuate nel pieno rispetto dell'ambiente e degli altri fruitori, osservando il Codice di Autoregolamentazione. Per capire le indicazioni relative all'impegno tecnico e atletico, si veda la Scala delle difficoltà. Chi aderisce all'iniziativa accetta di seguire il Regolamento attività e dichiara di possedere capacità, preparazione, attrezzatura ed equipaggiamento adatti all'uscita proposta. Il cicloescursionismo in mountain-bike richiede impegno fisico e comporta rischi non eliminabili.