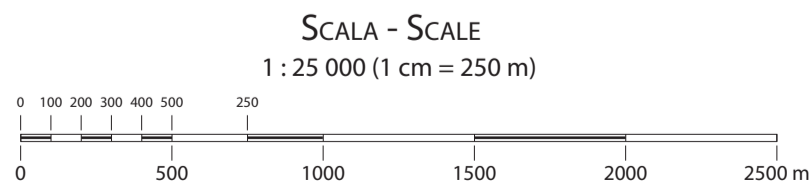
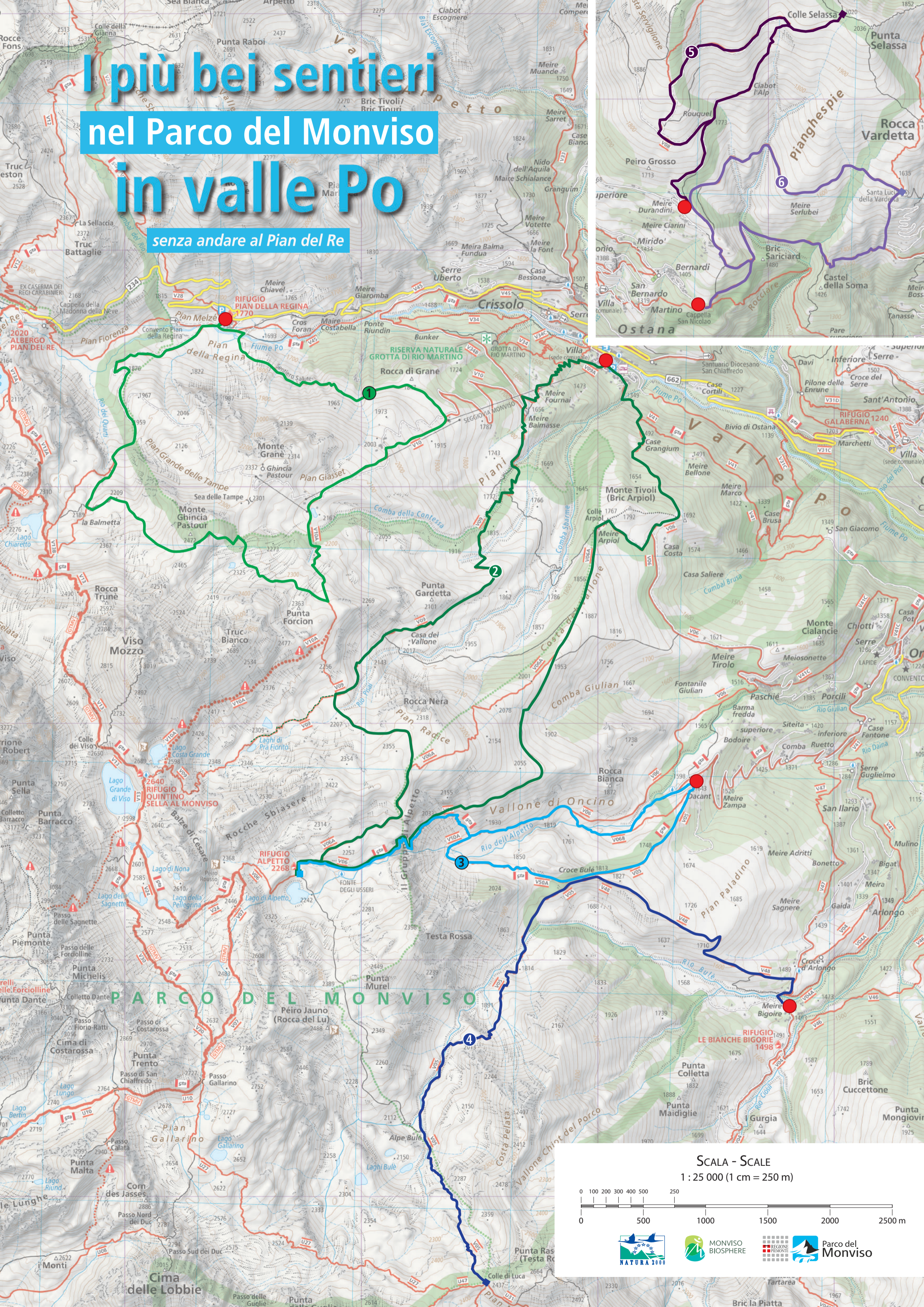
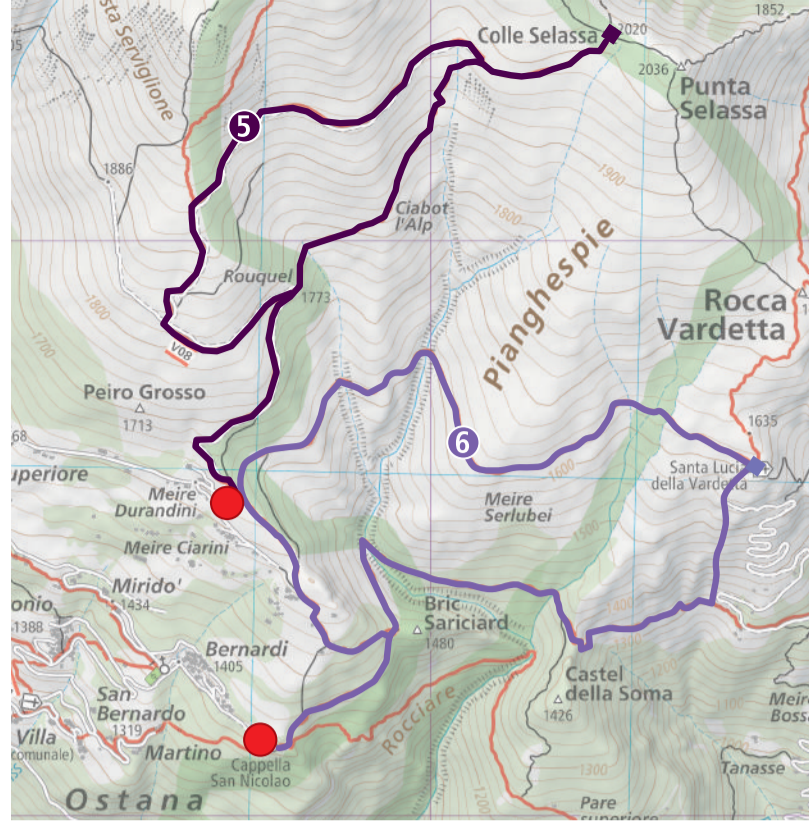
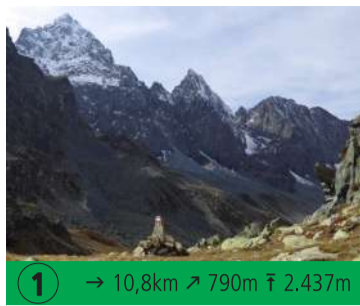


I più bei sentieri nel Parco del Monviso in valle Po

senza andare al Pian del Re





1 → 10,8km ↗ 790m ↑ 2.437m

Ghincia Pastour e Sentiero Salute (V10A, V10)
Dal vallone dei Quarti si giunge al monte Ghincia Pastour, con vista sulla parete Nord del Monviso, e si scende tra gli impianti sciistici per imboccare il Sentiero della Salute fino a Pian della Regina.
From Quarti Valley, you reach Mount Ghincia Pastour, with a view of Monviso's North face, then descend through the ski facilities to join the "Sentiero della Salute" to Pian della Regina.



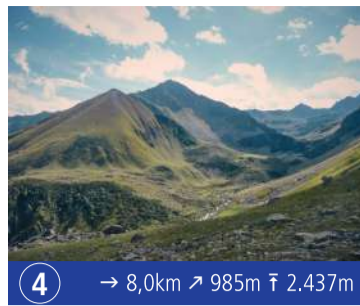
2 → 15,4km ↗ 1.160m ↑ 2.268m

Rifugio Alpetto da Crissolo (V09, V06A, V06, V41)
Panoramico anello che sui sentieri storici per il rifugio Quintino Sella attraverso il vallone delle Contesse porta all'Alpetto nel territorio di Oncino, per poi rientrare su Crissolo dal monte Tivoli.
Scenic loop leading to the Alpetto refuge in the Oncino area, along the historical paths to the Sella refuge through the Contesse valley and then back to Crissolo from Mount Tivoli.



3 → 9,4km ↗ 625m ↑ 2.268m

Lago Alpetto da Oncino (V05, V50A, V06, V06B)
Saliti alla Croce Bulè da Meire Dacant, tenendosi in quota con vista sul Viso, si guarda il rio Alpetto; superata la cascata si giunge al rifugio e al lago. Al rientro è possibile effettuare un anello.
After ascending to Croce Bulè from Meire Dacant hamlet, with views of Monviso, you ford the Alpetto stream; after the waterfall, you reach the lake. Circular route on the way back.



4 → 8,0km ↗ 985m ↑ 2.437m

Colle di Luca (V48, V05)
Dalle Bigorie o da Meire Dacant si arriva alla Croce Bulè da cui si prosegue sulle tracce dell'antico sentiero che costeggia l'omonimo rio fino all'arrivo, con panoramica vista sull'alta valle Varaita.
From Bigorie or Meire Dacant hamlets you reach the Croce Bulè from where you walk along the traces of a path that follows a stream until the arrival, with views of the upper Varaita valley.



5 → 4,5km ↗ 390m ↑ 2.020m

Colle Selassa (V08)
Facile escursione panoramica da Meire Durandini: si sale al colle su pista sterrata, con possibilità di raggiungere la croce di Punta Selassa. Rientro per lo stesso itinerario o ad anello, più rapido.
Easy scenic excursion from Meire Durandini: climb to the col on a dirt track, with the possibility of reaching the cross of Punta Selassa. Return via the same route or on a shorter loop trail.



6 → 6,3km ↗ 380m ↑ 1.635m

Santa Lucia della Vardetta
Da San Nicolao si raggiunge lo storico santuario, con panorama sul Monviso, prima su ampio sentiero e poi per prati pascoli; facile rientro ad anello toccando Meire Durandini.
From San Nicolao, you reach an historical sanctuary, with views of Monviso, first on a wide path and then through grazing meadows; easy loop back to the hamlet of Meire Durandini.

→ lunghezza length ↗ dislivello elevation gain ↑ quota di arrivo arrival point altitude

IL GIRO DEL MONVISO / THE "GIRO DEL MONVISO"



È uno dei trekking di alta quota più conosciuti e spettacolari d'Europa e offre scorci panoramici sui diversi profili del "Re di Pietra". Percorrerlo richiede da 2 a 5 giorni, a seconda dell'itinerario scelto: nell'immagine qui sopra è rappresentata la versione più percorsa. Info: www.girodelmonviso.eu

It is one of the best known and most spectacular high altitude treks in Europe and offers various views of Monviso. walking the Giro del Monviso takes between 2 and 5 days, depending on the itinerary: the picture above shows the most frequently walked version. Info: www.girodelmonviso.eu

I RIFUGI NEL PARCO / THE REFUGES IN THE PARK

Rifugio Vitale Giacoletti
Crissolo
+39.(0)175.940104; giacoletti.it

Rifugio Alpetto
Oncino
+39.(0)175.576113; rifugioalpetto.it

Rifugio Albergio Pian del Re
Crissolo
+39.(0)175.94967; rifugiopiandelre.it

Rifugio Quintino Sella
Crissolo
+39.(0)175.94943; rifugiosella.it

Rifugio Bagnour
Pontechianale
+39.320.4260190

Rifugio Alevè
Pontechianale
+39.347.7193878

Rifugio Grongios Martre
Pontechianale
+39.340.0692705; grongiosmartre.com

Rifugio Vallanta
Pontechianale
+39.(0)175.956025; rifugiovallanta.it

IL PARCO DEL MONVISO / THE MONVISO PARK AUTHORITY

L'Ente di Gestione delle Aree protette del Monviso, istituito dalla Regione Piemonte (L.r. 19/2009 e s.m.i.), consta di un parco naturale, otto riserve naturali e varie Zone Speciali di Conservazione inserite nel contesto europeo della Rete Natura 2000. I territori protetti, oltre 10.000 ettari complessivi, si sviluppano dalla pianura cuneese e torinese fino alla cima del Monviso: abbracciano una grande varietà di ambienti in cui vivono moltissime specie animali e vegetali, alcune delle quali sono rari endemismi di questa zona.



The Monviso Park Authority, established by the Piedmont Region (L.r. 19/2009 e s.m.i.), consists of a natural park, eight nature reserves and various Special Areas of Conservation of the European "Natura 2000" Network. The protected territories, more than 10,000 hectares in total, extend from the Cuneo and Turin plains to the summit of Monviso. They encompass a great variety of environments in which many animals and plants live, some of which are endemic to this area.

COME FRUIRE IL PARCO / HOW TO ENJOY THE PARK

Le aree naturali protette sono un patrimonio collettivo, che è necessario fruire in modo rispettoso e consapevole.

Dalla corretta conservazione degli ecosistemi dipendono infatti la sopravvivenza della fauna selvatica e il prosperare della flora alpina. Per queste ragioni, le attività umane sono consentite purché compatibili con le esigenze di conservazione e sono in vigore alcune norme comportamentali, in larga parte dettate dal semplice buon senso da esercitare in un territorio tutelato.

Tra le principali regole:

- la raccolta dei fiori e la caccia sono vietate;
- l'accesso con i cani è consentito, purché gli animali siano tenuti al guinzaglio;
- l'abbandono di rifiuti di ogni genere è vietato: essi vanno portati a valle e conferiti nei cassonetti o smaltiti nelle aree ecologiche;
- è permesso il solo consumo sul posto dei prodotti del sottobosco, come mirtilli o fragole;
- pesca e raccolta di funghi sono

consentite, se in possesso dei relativi permessi;

- il bivacco è permesso, salvo che sulle torbiere alpine, da un'ora prima del tramonto a due ore dopo l'alba del giorno dopo nello stesso sito;
- l'utilizzo dei droni è proibito senza la preventiva autorizzazione dell'EGAP Monviso, che non è generalmente concessa per fini "amatoriali".

Per tutte le altre indicazioni, si rimanda al Regolamento del Parco del Monviso, pubblicato sul sito internet dell'Ente alla pagina www.parcomonviso.eu/ente/documenti

Protected natural heritage: enjoy and conscious survival of

areas are a collective them in a respectful manner. Indeed, the wildlife and the flourishing of alpine

flora depend on the proper conservation of ecosystems.

For these reasons, human activities are permitted, as long as they are compatible with conservation requirements, and certain rules of behaviour are in force.

Here the main rules:

- Absolutely no flower picking;
- No hunting;
- Dogs always on leash;
- No littering;
- Berry picking, only for on-site consumption;
- Fishing and mushroom picking are allowed in accordance with laws and regulations;
- Bivouacking is permitted, except on alpine peat bogs, from one hour before sunset to two hours after sunrise;
- No drone zone.

For further information, please visit our website: www.parcomonviso.eu/ente/documenti