

Il Comune di Introd

Introd, comune situato sul versante orografico destro della media valle percorsa dalla Dora Baltea, si estende su una superficie di circa 20 km² e un'altitudine compresa tra i 679 m s.l.m. e i 2.960 m s.l.m. della Becca del Merlo. Vista da St. Nicolas, la morfologia del territorio sembra ricordare un vasto anfiteatro: in effetti, nel corso dell'ultima glaciazione, l'azione erosiva del ghiacciaio ha modellato il terreno trasformandolo in una successione continua di ampi terrazzi glaciali che, storicamente, hanno facilitato la popolazione locale nello sfruttamento delle risorse agricole. Proprio l'attività agricola e l'allevamento del bestiame, infatti, sono state per molto tempo le due principali fonti di reddito per gli abitanti del villaggio. Oggigiorno, le attività tradizionali sono svolte da una parte minoritaria della popolazione, e il comune si sta trasformando in un centro residenziale con una crescente vocazione turistica: Introd offre la possibilità di visitare i suoi monumenti medioevali (il castello dei signori Sarriod d'Introd, le scuderie ed il granaio), il "Parc Animalier" e "La Maison Bruil", sede di importanti mostre etnografiche. Negli ultimi anni, poi, Les Combes, piccolo borgo rurale situato a 1.333 m di altitudine, è diventato famoso per aver ospitato i soggiorni estivi di Papa Giovanni Paolo II e, più recentemente, di Papa Benedetto XVI.

"Les Itinéraires des Papes", ovvero le lunghe passeggiate di preghiera e meditazione che i Pontefici hanno effettuato seguendo il fitto reticolo di sentieri e mulattiere che un tempo collegavano i numerosi villaggi, si propongono all'escursionista come percorsi lungo i quali egli potrà percepire nel paesaggio circostante numerose testimonianze di una vita passata (i "mayer" nelle radure del bosco; i muretti di sostegno di terrazzi un tempo coltivati, i mulini ad acqua di molti villaggi ecc.) e trasformare la semplice camminata in un'opportunità di conoscenza e di arricchimento culturale e spirituale.



Introd - 880 m s.l.m.

La Commune d'Introd

Introd, commune située sur le versant orographique droit de la moyenne vallée parcourue par la Doire Baltée, s'étend sur une surface d'environ 20 km² à une altitude comprise entre 679 m au-dessus du niveau de la mer et les 2 960 m au-dessus du niveau de la mer de la Becca del Merlo. Vue depuis St. Nicolas, la morphologie du territoire s'apparente à un vaste amphithéâtre. En effet, lors de la dernière glaciation, l'action érosive du glacier a modelé le terrain en le transformant en une succession continue d'amples terrasses glaciaires qui ont facilité, du point de vue historique, l'exploitation des ressources agricoles par la population locale. Pendant une longue période, l'activité agricole et l'élevage du bétail ont en effet constitué les deux principales sources de revenu des habitants du village. De nos jours, ces activités traditionnelles sont exercées par une partie minoritaire de la population et la commune est en train de se transformer en un centre résidentiel à la vocation touristique croissante. Introd offre en effet la possibilité de visiter ses monuments médiévaux (le château des seigneurs Sarriod d'Introd, les écuries et le grenier), le Parc animalier et la Maison Bruil, siège d'importantes expositions ethnographiques. En outre, au cours de ces dernières années, Les Combes, petit bourg rural situé à 1 333 m d'altitude, est devenu célèbre pour avoir accueilli les séjours d'été du Pape Jean-Paul II et, plus récemment, du Pape Benoît XVI.

« Les itinéraires des Papes », à savoir les longues promenades faites de prière et de méditation que les Papes ont effectuées à travers le dense réseau de sentiers et de chemins mulétiers qui reliaient autrefois les nombreux villages, constituant pour les excursionnistes des parcours le long desquels ils pourront percevoir dans le paysage environnant de nombreux témoignages d'une vie passée (les « mayer » dans les clarières du bois, les murets de soutien des terrasses autrefois cultivées, les moulins à eau de nombreux villages, etc.) et transformer une simple promenade en une opportunité de connaissance et d'enrichissement culturel et spirituel.



Gîte d'étape - Arpillès - 1810 m s.l.m.

Itinerari a Bassa Quota

- ② (Chevrère – Poignon)**

Il sentiero si imbecca a monte del villaggio di Chevrère (1.133 m s.l.m.), sulla destra orografica della Valsavarenche. Il tracciato risale il versante descrivendo lunghe diagonali nel bosco e raggiunge, ad una quota di 1.558 m s.l.m., la cresta spartiacque intervalliva tra la Valsavarenche e la Vallée di Cogne nei pressi di un vasto pianoro in località Poignon, nel comune di Villeneuve.

- ⑥ (Località Cré – Località Cré)**
* itinerario ad anello

Quest'itinerario ad anello, percorribile anche in mountain bike (13,5 km circa), si sviluppa lungo il fondovalle della bassa Valle di Rhêmes. Dalla località Cré (880 m s.l.m.), si prosegue su strada asfaltata fino a raggiungere l'ampio pianoro chiamato Plan de Moral in fondo al quale, dopo aver imboccato un sentiero si raggiungono le vestigia della "Porta Ponton": qui, fino al 1889, era posizionata una porta di sbarramento in ferro con un arco di pietra che si pensa servisse, in epoca medioevale, a riscuotere un pedaggio dai viandanti. Il percorso prosegue poi su una pista tagliafuoco che taglia il versante sulla sinistra orografica del torrente, fino a raggiungere il villaggio di Sarral (1.108 m s.l.m.), nel Comune di Rhêmes St. Georges. Da qui, dopo aver attraversato la Dora di Rhêmes, il tracciato piega a sinistra in direzione nord, lungo la strada interpodereale di servizio al vecchio canale costruito nei primi anni del '900. La strada trattabile termina nei pressi del bacino artificiale, in località Sorressamont, dopodiché si prosegue, su strada asfaltata, per raggiungere dopo 20 min circa di marcia il villaggio del Bullet (1.030 m s.l.m.). Da qui si continua a scendere percorrendo la vecchia strada comunale che unisce la frazione Bullet al capoluogo, Plan d'Introd (880 m s.l.m.). L'ultimo tratto del percorso lambisce i prati coltivati a sfalcio che circondano il capoluogo e, dopo aver attraversato il borgo del villaggio, scende fino a raggiungere il vecchio ponte sulla Dora di Rhêmes. Dopo poche centinaia di metri, si raggiunge la località Cré (880 m s.l.m.).

- ⑥A (Plan d'Introd – Sarral)**

L'itinerario proposto si sviluppa attraverso il fitto reticolo di mulattiere, strade trattorabili e sentieri che collegano le diverse frazioni del Comune di Introd ed è percorribile anche in mountain bike (5 km circa). Partendo dal capoluogo (880 m s.l.m.) si raggiunge il bivio poco oltre il borgo e si imbecca la strada asfaltata sulla destra. Il tracciato prosegue poi su sentiero e, dopo aver attraversato la strada regionale di Rhêmes in località Deilod (942 m s.l.m.), si dirige verso l'imbocco della valle di Rhêmes, sulla destra orografica dell'omonima Dora. Dopo aver percorso un tratto a mezzacosta, parallelamente all'asse vallivo, si raggiunge il villaggio di Tâche (1.045 m s.l.m.) che si lascia alle spalle per raggiungere, dopo aver attraversato la Dora, la pista tagliafuoco comune al sentiero locale n°6. Da qui, dopo poche centinaia di metri, si raggiunge il villaggio di Sarral (1108 m s.l.m.), frazione rurale del Comune di Rhêmes St. Georges.



Croux de Bouque - Les Combes - 1720 m s.l.m.

Itinéraires à basse altitude

- ② (Chevrère – Poignon)**

Le sentier débouche en amont du village de Chevrère (1 133 m au-dessus du niveau de la mer), sur le versant orographique droit de la Valsavarenche. Le parcours remonte le versant à travers de longues diagonales dans le bois et parvient, à une altitude d' 1 558 m au-dessus du niveau de la mer, à la ligne de partages des eaux entre les vallées de la Valsavarenche et de Cogne dans les environs d'un vaste plateau situé dans la localité de Poignon, dans la Commune de Villeneuve.

- ⑥ (Localité de Cré – Localité de Cré)**
* itinéraire en boucle

Cet itinéraire en boucle, pouvant également être parcouru en V.T.T (13,5 km environ), s'articule le long du fond de la basse Vallée de Rhêmes. À partir de la localité de Cré (880 m au-dessus du niveau de la mer), le parcours continue sur une route goudronnée qui conduit au vaste plateau dénommé Plan de Moral qui débouche, après avoir emprunté un sentier, sur les vestiges de la Porte Ponton. Jusqu'en 1889, une porte de barrage en fer avec un arc en pierre se trouvait à cet endroit : celle-ci servait certainement, au Moyen-Âge, de péage destiné aux voyageurs. Le parcours se poursuit ensuite sur une piste coupe-feu qui traverse le versant sur la gauche orographique du torrent et rejoint le village de Sarral (1 108 m au-dessus du niveau de la mer) dans la Commune de Rhêmes St. Georges. Puis, après avoir traversé la Dora de Rhêmes, le parcours tourne à gauche en direction du nord, le long de la route de démarcation entre les propriétés, jusqu'au vieux canal construit au début du vingtième siècle. Le tronçon praticable se termine à proximité du bassin artificiel dans la localité de Sorressamont, puis reprend, sur une route goudronnée, pour atteindre, environ 20 minutes de marche plus tard, le village du Bullet (1 030 m au-dessus du niveau de la mer). À partir de là, le parcours continue à descendre en parcourant la vieille route communale qui unit la fraction Bullet au chef-lieu. Plan d'Introd (880 m au-dessus du niveau de la mer). La dernière partie du parcours longe les prés fauchés qui entourent le chef-lieu et, après avoir traversé le bourg du village, descend pour rejoindre le vieux pont au-dessus de la Doire de Rhêmes. Après quelques centaines de mètres se profile de nouveau la localité de Cré (880 m au-dessus du niveau de la mer).

- ⑥A (Plan d'Introd – Sarral)**

L'itinéraire proposé se développe à travers le dense réseau de chemins mulétiers, de routes accessibles et de sentiers qui relient les différentes fractions de la Commune d'Introd et peut également être parcouru en V.T.T (5 km environ). En partant du chef lieu (880 m au-dessus du niveau de la mer), les excursionnistes arrivent à une bifurcation située légèrement au-delà du bourg et empruntent la route goudronnée sur leur droite. Le parcours se poursuit ensuite sur un sentier et, après avoir traversé la route régionale de Rhêmes dans la localité de Deilod (942 m au-dessus du niveau de la mer), se dirige vers le commencement de la vallée de Rhêmes, sur la droite orographique de la Dora portant le même nom. Après avoir parcouru un tronçon à mi-côte, le sentier tourne ensuite à gauche et conduit au plateau de la localité de Moral (1 775 m au-dessus du niveau de la mer) où ils laissent derrière eux pour gagner, après avoir traversé la Dora, la piste coupe-feu commune au sentier local n°6. A partir de là, une centaine de mètres plus loin, ils arrivent au village de Sarral (1 108 m au-dessus du niveau de la mer), fraction rurale de la Commune de Rhêmes St. Georges.

Zona Les Combes

- ④ (Loc. Cré - Lieu dit Plan du St. Père – Les Combes – Croux de Bouque)**

Suggestivo itinerario lungo i sentieri, frequentati dal Santo Padre nel corso dei suoi soggiorni estivi. Partendo dalla località Cré (880 m s.l.m.) si imbecca la vecchia strada comunale per Les Combes che risale il versante attraversando il bosco di pini silvestri. All'interno di quest'ultimo, l'attento escursionista noterà la presenza di numerosi terrazzamenti un tempo coltivati, i quali, dalla metà del secolo scorso, sono stati progressivamente abbandonati e colonizzati dalla vegetazione d'invasione. Dopo un'ora circa di marcia, il tracciato giunge sull'ampio pianoro della località Lieu-dit Plan-du-Saint-Père (1.307 m s.l.m.), luogo caro ai Papi che qui hanno trascorso numerosi soggiorni estivi. Si prosegue poi lungo la strada dirigendosi verso il villaggio di Les Combes (1.333 m s.l.m.) e, poco dopo aver oltrepassato il museo dedicato a Giovanni Paolo II, il tracciato si inoltra nel bosco misto di abete rosso e larice, sviluppandosi in parte su sentiero, in parte su pista forestale. Il percorso descrive numerosi tornanti lungo il pendio in alcuni punti abbastanza acclive e raggiunge infine la croce votiva installata sullo sperone roccioso denominato Croux de Bouque (1.720 m s.l.m.). Da questo punto panoramico, recentemente attrezzato con panche e tavoli per la sosta, si può godere di uno splendido panorama sulla cosiddetta "plaine" di Aosta.

- ④A (Villes Dessus – Les Combes)**

Quest'itinerario si propone come una possibile alternativa al n° 4 precedentemente descritto, per raggiungere le località Lieu-dit Plan-du-Saint-Père (1.307 m s.l.m.) e il borgo rurale di Les Combes (1.333 m s.l.m.). Il tracciato ha inizio in località Villes Dessus (848 m s.l.m.), nei pressi della Microcomunità per le persone anziane, e risale molto dolcemente il pendio attraversando il bosco di pino silvestre con sottobosco tipico di cinereo e rosa canina. In quando, a metà circa del versante che separa il terrazzo glaciale di Les Combes dalle frazioni più in bassa quota del Comune di Introd, si congiunge con il sentiero locale n°4. Da questo punto i due itinerari si sviluppano su un tracciato comune fino a raggiungere le sopracitate località.

- ⑤ (Les Combes – Plan Bry)**

Il primo tratto del percorso, fino ad una quota di 1.660 m s.l.m., si svolge su un tracciato comune al sentiero locale n°4 che conduce alla Croux de Bouque. Dopo il bivio situato in una radura del bosco, si prosegue sulla larga pista forestale che risale il versante in direzione sud-ovest fino a raggiungere la località Combientes (1.775 m s.l.m.), riconoscibile per la presenza di due vecchi ruderi seminascosti dalla vegetazione. Poco oltre la sopracitata località, sulla sinistra, si diparte un sentiero che sale dolcemente lungo il pendio poco acclive fino a raggiungere l'ampia conca verdeggiante di Plan Bry (1.920 m s.l.m.), nel comune di Arvier, alle falde del Mont de L'Âne.

- 5A (Les Combes – Combientes)**

Questo tracciato, unitamente al sentiero locale n°5, concorre a creare un itinerario ad anello che si sviluppa attraverso i boschi, a monte del borgo rurale di Les Combes (1.333 m s.l.m.). Dopo aver raggiunto il bivio poco oltre il villaggio, si imbecca sulla destra il sentiero che si inoltra nel fitto bosco misto di larici e abeti rossi, entro il quale, l'occhio attento potrà notare la presenza di alcune aie carbonilni: piazzole artificiali create nel sottobosco, nelle quali veniva fatto ardere il legname parzialmente interrato per ottenere il carbone. Il sentiero, dopo aver descritto numerosi tornanti lungo il versante, raggiunge la località Combientes (1.775 m s.l.m.), riconoscibile per la presenza di due vecchi ruderi seminascosti dalla vegetazione; qui, l'escursionista potrà decidere se proseguire verso strada salendo verso Plan Bry (1.920 m s.l.m.) o, scendere a sinistra percorrendo la podereale lungo la quale si sviluppa l'itinerario n°5.



Maison Musée Jean-Paul II - Les Combes - 1333 m s.l.m.

Zone Les Combes

- ④ (Loc. de Cré – Lieu-dit Plan du Saint-Père – Les Combes – Croux de Bouque)**

Itinéraire suggestif le long des sentiers fréquentés par le Saint-Père lors de ses séjours en été. En partant de la localité de Cré (880 m au-dessus du niveau de la mer), le parcours suit la vieille route communale pour les Combes qui remonte vers le versant en traversant le bois de pins sylvestres. Dans ce bois, les excursionnistes attentifs pourront remarquer la présence de nombreux élagements autrefois cultivés qui ont été progressivement abandonnés et conquis par une végétation envahissante à partir de la moitié du siècle dernier. Au bout d'une heure de marche environ, le parcours mène au vaste plateau du lieu-dit appelé Plan du Saint-Père (1 307 m au-dessus du niveau de la mer), un endroit très apprécié des Papes qui y ont passé de nombreux séjours en été. L'itinéraire continue ensuite le long de la route en se dirigeant vers le village des Combes (1 333 m au-dessus du niveau de la mer) et, peu de temps après voir dépassé le musée consacré à Jean-Paul II, il se poursuit à travers le bois composé de sapins rouges et de mélèzes, sous forme d'un sentier d'une part et d'une piste forestière de l'autre. Le parcours s'articule en de nombreux virages le long de la pente, plutôt abrupte en certains points, pour arriver ensuite à la croix votive silteée sur l'éperon rocheux dénommé Croux de Bouque (1 720 au-dessus du niveau de la mer). De ce point de vue panoramique, récemment aménagé avec des bancs et des tables pour se reposer, les excursionnistes peuvent jouir d'un splendide panorama sur ladite plaine d'Aoste.

- ④A (Villes Dessus – Les Combes)**

Cet itinéraire se propose comme étant une alternative possible au sentier n°4 précédemment décrit pour parvenir au lieu-dit du Plan du Saint-Père (1 307 m au-dessus du niveau de la mer) au bourg rural des Combes (1 333 m au-dessus du niveau de la mer). Le parcours commence dans la localité de Villes Dessus (848 m au-dessus de la mer), dans les environs de la Microcommunauté pour les personnes âgées, et remonte très doucement la pente en traversant le bois de pins sylvestres se composant d'un sous-bois typique de genévriers et de roses sauvages, jusqu'à rejoindre le sentier local n°4, à peu près à la moitié du versant séparant la terrasse glacière des Combes des fractions situées à une plus basse altitude que la Commune d'Introd. À cet endroit, les deux itinéraires se développent sur un parcours commun jusqu'à parvenir aux localités mentionnées ci-dessus.

- ⑤ (Les Combes – Plan Bry)**

La première partie du parcours, jusqu'à une altitude de 1 660 m au-dessus du niveau de la mer, se développe sur un tronçon commun au sentier local n°4 qui mène à la Croux de Bouque. Après la bifurcation située dans une clairière du bois, le parcours continue sur une large piste forestière qui remonte le versant dans la direction sud-ouest jusqu'à arriver à la localité de Combientes (1 775 m au-dessus du niveau de la mer), reconnaissable par la présence de deux anciennes ruines semi-cachées par la végétation. Légèrement au-delà de la localité citée, sur la gauche, commence un sentier qui monte doucement le long de la pente peu abrupte jusqu'à atteindre la vaste cuvette verdoyante de Plan Bry (1 920 m au-dessus du niveau de la me), dans la Commune d'Arvier, au pied du Mont de L'Âne.

- 5A (Les Combes – Combientes)**

Ce parcours – tout comme le sentier local n°5 – concourt à créer un itinéraire en boucle qui se développe à travers les bois, en amont du bourg rural des Combes (1 333 m au-dessus du niveau de la mer). Après être parvenu à la bifurcation située légèrement au-delà du village, le parcours continue sur la droite à travers un sentier qui s'enfonce dans le bois touffu composé de mélèzes et de sapins rouges dans lequel les excursionnistes attentifs pourront remarquer la présence de plusieurs zones d'abandonnières, soit des espaces artificiels créés dans le sous-bois où le bois en partie enterré était brûlé afin d'obtenir du carbone. Le sentier, après avoir dessiné de nombreux virages le long du versant, arrive à la localité de Combientes (1 775 m au-dessus du niveau de la mer), reconnaissable par la présence de deux anciennes ruines semi-cachées par la végétation. À cet endroit, les excursionnistes pourront décider de continuer sur la droite en montant vers Plan Bry (1 920 m au-dessus de la mer) ou de descendre sur la gauche en parcourant la propriété le long de laquelle se développe l'itinéraire n°5.

Zona Arpillès

- ① (Strada reg. Valsavarenche – Arpillès – Mont Blanc – Mont Paillassa)**

Itinerario ad alto valore naturalistico-paesaggistico all'interno del Parco Nazionale del Gran Paradiso, che si sviluppa lungo il versante sulla sinistra orografica del torrente Savara. Il tracciato inizia 400 m circa dopo l'abitato del Bioley, lungo la strada regionale per la Valsavarenche e, dopo lunghe diagonali attraverso il bosco misto di latifoglie e conifere, raggiunge a quota 1.810 m s.l.m. circa, gli alpeggi di Arpillès, punto tappa attrezzato per dormire. I casolari ("Mayen" in dialetto francoprovenzale) ristrutturati di Arpillès, ubicati in una radura all'interno del bosco, ben rappresentano uno degli elementi qualificanti del paesaggio valdostano, quello delle proprietà di media montagna in cui la famiglia agricola tradizionale si trasferiva in primavera e in autunno per utilizzare i pascoli circostanti. Da qui, il sentiero prosegue verso la cresta spartiacque intervalliva che raggiunge nei pressi del casotto del P.N.G.P sito in località Mont-Blanc (2.203 m s.l.m.) e, dopo aver risalito il ripido crinale giunge in cima allo sperone roccioso del Mont-Paillassa (2.413 m s.l.m.). Questo sito è stato in passato visitato da Papa Giovanni Paolo II che qui si è recato in preghiera durante uno dei suoi numerosi soggiorni estivi, come testimoniano la croce votiva e la targa commemorativa recentemente installate dall'Amministrazione Comunale.

- ①A (Arpillès – L'Orvilleille)**

Breve itinerario a mezzacosta che permette di raggiungere in poco tempo, su terreno prevalentemente pianeggiante, gli alpeggi diroccati di L'Orvilleille (1.836 m s.l.m.), dai quali si può godere di uno splendido panorama sul gruppo del Gran Paradiso.

- ①C (Mont-Blanc – Maisonnettes)**

Dalla località Mont-Blanc (2.203 m s.l.m.), sito facilmente riconoscibile per i caratteristici affioramenti calcarei di color biancastro, il sentiero si sviluppa, su terreno prevalentemente pianeggiante, in direzione sud e, dopo 15 minuti circa di marcia, raggiunge l'alpeggio abbandonato di Maisonnettes (2.224 m s.l.m.): qui lo sguardo può spaziare lungo tutta la Valsavarenche e non è raro incontrare gli abituali frequentatori dei pascoli alpini: camosci, stambecchi e marmotte.

- ③ (Arpillès – Champromenty)**

Questo itinerario si propone come una valida alternativa al sentiero locale n°4 del comune di Rhêmes St. Georges: dagli alpeggi di Champromenty (1.813 m s.l.m.) si possono raggiungere i casolari di Arpillès (1.810 m s.l.m.) e viceversa, in un'ora circa di cammino, senza dover risalire il crinale fino alla località Mont-Blanc, ma seguendo un facile sentiero che taglia a mezzacosta il bosco misto di abeti rossi e larici denominato Bois des Arpillès.

- 3A (Sorressamont – Champromenty)**

L'itinerario, che si sviluppa sulla destra orografica della Valle di Rhêmes, consente di raggiungere in breve tempo gli alpeggi di Champromenty, entrando così nell'area protetta del Parco Nazionale del Gran Paradiso. Partendo dal bacino artificiale della località Sorressamont (1.137 m s.l.m.), si percorre un primo tratto piano lungo una strada podereale e, successivamente, dopo circa un quarto d'ora di marcia, si imbecca sulla sinistra un sentiero che si inoltra nel bosco. Il tracciato risale rapidamente nel sottobosco caratteristico di abete rosso e larice raggiungendo, in corrispondenza di una radura, i Mayen della località Parriod di David (1.512 m s.l.m.). Da qui, si percorre un tratto su strada interpodereale fino al villaggio rurale di Gerbelle - Dessus (1.533 m s.l.m.), superato il quale, ci si addentra nuovamente nel bosco e si raggiungono infine, ad una quota di 1.813 m s.l.m., i pascoli verdeggianti di Champromenty, nel Comune di Rhêmes St. Georges.

- ④ (Champromenty – Mont Paillassa)**
* Sentiero locale del Comune di Rhêmes St.Georges

Dagli alpeggi di Champromenty (1.813 m s.l.m.) si imbecca la strada carrareccia che sale tagliando il versante, piegando poi a sinistra e raggiungendo infine il pianoro in località Mont Blanc (2.203 m s.l.m.), nei pressi del casotto del P.N.G.P. Per completare l'ascesa al Mont Paillassa (2.413 m s.l.m.), si percorre il crinale in direzione sud, lungo la cresta spartiacque intervalliva tra la Valsavarenche e la Vallée di Rhêmes.

Zone Arpillès

- ① (Route régionale Valsavarenche – Arpillès – Mont Blanc – Mont Paillassa)**

Itinéraire de grand intérêt concernant la nature et le paysage, situé dans le Parc national du Gran Paradiso qui s'étend le long du versant sur la gauche orographique du torrent Savara. Le parcours commence environ 400 m après l'agglomération du Bioley, le long de la route régionale pour la Valsavarenche et, après de longues diagonales à travers le bois composé à la fois de plantes latifoliées et de conifères, il parvient aux alpages d'Arpillès à une altitude d'environ 1 810 m au-dessus du niveau de la mer, un point-étape où les excursionnistes ont la possibilité de s'arrêter pour la nuit. Les maisons de paysans structurées d'Arpillès ("Mayens" en dialecte franco-provençal), situées dans une clairière au sein du bois, représentent bien l'un des éléments valorisants du paysage valdôtain, celui des propriétés de moyenne montagne où la famille agricole traditionnelle se transférait au printemps et en automne pour utiliser les pâturages alentours. À partir de cet endroit, le sentier se poursuit vers la ligne de partage des eaux entre les vallées qu'il rejoint dans les environs de la structure du P.N.G.P située dans la localité du Mont-Blanc (2 203 m au-dessus du niveau de la mer) et, après avoir gravi l'abrupte ligne de falte, il parvient au sommet de l'éperon rocheux du Mont-Paillassa (2 413 m au-dessus du niveau de la mer). Ce site a autrefois été visité par le Pape Jean-Paul II qui s'y est rendu pour prier lors de l'un de ses nombreux séjours en été, comme en témoignent la croix votive et la plaque commémorative récemment installée par l'administration communale.

- ①A (Arpillès – L'Orvilleille)**

Bref Itinéraire à mi-côte qui permet de rejoindre en peu de temps, sur un terrain principalement plat, les alpages en ruine de L'Orvilleille (1 836 m au-dessus du niveau de la mer), depuis lesquels les excursionnistes peuvent jouir d'un splendide panorama sur le groupe du Gran Paradiso.

- ①C (Mont-Blanc – Maisonnettes)**

À partir de la localité du Mont-Blanc (2 203 m au-dessus du niveau de la mer), un site facilement reconnaissable pour ses affleurements calcaires caractéristiques de couleur blanchâtre, le sentier se développe, sur un terrain principalement plat, en direction du sud et, au bout de 15 minutes de marche environ, arrive à l'alpage abandonné de Maisonnettes (2 224 m au-dessus du niveau de la mer). Ici, le regard peut se poser sur toute la Valsavarenche et il n'est pas rare de rencontrer les habitués animaux des pâturages alpins tels que chamois, bouquetins et marmottes.

- ③ (Arpillès – Champromenty)**

Cet itinéraire se propose comme étant une alternative possible au sentier local n°4 de la Commune de Rhêmes St. Georges : des alpages de Champromenty (1 813 m au-dessus du niveau de la mer), le parcours mène aux maisons de paysans d'Arpillès (1 810 m au-dessus du niveau de la mer) et vice-versa, en une heure de marche environ, sans devoir remonter la ligne de falte jusqu'à la localité du Mont-Blanc, mais en suivant un sentier aisé qui coupe à mi-côte le bois dénommé Bois des Arpillès composé de sapins rouges et de mélèzes.

- 3A (Sorressamont – Champromenty)**

L'itinéraire, qui se développe sur la droite orographique de la Vallée de Rhêmes, permet de rejoindre en peu de temps les alpages de Champromenty, entrant ainsi dans la zone protégée du Parc national du Gran Paradiso. En partant du bassin artificiel de la localité de Sorressamont (1 137 m au-dessus du niveau de la mer), les excursionnistes parcourent un premier tronçon plat le long de la route de la propriété et, par la suite, au bout d'un quart d'heure de marche environ, un sentier qui s'enfonce dans le bois apparaît sur la gauche. Le parcours remonte rapidement dans le sous-bois caractéristique composé de sapins rouges et de mélèzes en arrivant, au niveau d'une clairière, aux Mayens de la localité de Parriod di David (1 512 m au-dessus du niveau de la mer). À partir de là, les excursionnistes effectuent une partie du parcours sur une route de démarcation entre les propriétés jusqu'au village rural de Gerbelle-Dessous (1 533 m au-dessus du niveau de la mer). Après avoir franchi celui-ci, ils pénètrent une nouvelle fois dans le bois et parviennent enfin aux pâturages verdoyants de Champromenty, dans la Commune de Rhêmes St. Georges, à une altitude de 1 813 m au-dessus du niveau de la mer.

- ④ (Champromenty – Mont Paillassa)**
* Sentier local de la Commune de Rhêmes St.Georges

Depuis les pâturages de Champromenty (1 813 m au-dessus du niveau de la mer), une route charretière qui monte en coupant le versant, tourne ensuite à gauche et conduit au plateau de la localité du Mont Blanc (2 203 m au-dessus du niveau de la mer), dans les environs de la structure du P.N.G.P. Pour compléter l'ascension au Mont Paillassa (2 413 m au-dessus du niveau de la mer), les excursionnistes parcourent la ligne de falte en direction du sud, le long de la ligne de partage des eaux entre la Valsavarenche et la Vallée de Rhêmes.

INFORMAZIONI / Informations

Comune di Introd / Commune de Introd
T. +39 0165 900052 - www.comune.introd.ao.it

Biblioteca comunale/ Bibliothèque communale

T. +39 0165 95339

Fondation Grand Paradis
T. +39 0165 749264 - www.grand-paradis.it

OSPITALITÀ / Hbergement

A.I.A.T Grand Paradis

T. +39 0165 95055 - www.granparadiso.net

Consorzio Gran Paradiso Natura
T. +39 0165 749264 - www.grand-paradis.it

RISTORANTI / Restaurants

Avalon

Loc. Deiliod, 4 - T. +39 0165 95944

La Veilla

Loc. Les Combes, 15 - T. +39 0165 99233

AGRITURISMI / Agritourismes

Lo Triolet

Fraz. Junod, 7 - T. +39 0165 95067

Plantey

Fraz. Villes Dessous, 65 - T. +39 0165 95531/920991

PUNTO TAPPA ATTREZZATO / Gîte d'étape

Arpillès

① Comune di Introd / Commune de Introd

ATTIVITÀ - MUSEI / Activités - Musées

Castello di Introd

Fr. Plan d'Introd

Parc Animalier d'Introd

Fr. Villes Dessus - T. +39 0165 95982 - www.parc-animalier-intod.it

Maison Bruil

Fr. Villes Dessus - T. +39 0165 920623

Museo Giovanni Paolo II / Musée Jean Paul II

Loc. Les Combes - T. +39 0165 99290

ATTIVITÀ COMMERCIALI / Activités commerciales

Alimentari Sonia e Silvie