



Alta Ruta y Ascenso al Gran Paradiso



ÍNDICE

1	Presentación	1
2	El destino	2
3	Datos básicos	3
3.1	Nivel físico y tipo de terreno para este viaje	3
4	Programa	3
4.1	Programa resumen	3
4.2	Programa detallado	4
5	Más información	7
5.1	Incluye.....	7
5.2	No incluye	7
5.3	Material y ropa necesaria para este viaje	8
5.4	Observaciones.....	8
5.5	Enlaces de interés	10
5.6	Puntos fuertes.....	10
6	Otros viajes similares	11
7	Contacto	11

1 Presentación

Muntania Outdoors te propone un trekking lineal que recorre el espectacular **Parque Nacional del Gran Paradiso**, entre las regiones italianas de **Valle de Aosta** y **Piamonte**. El trekking recorre el parque ascendiendo bonitos collados alpinos por un itinerario increíble que nos permitirá disfrutar de la impresionante belleza de este territorio.

Entre la primera y última noche que nos alojaremos en **Aosta**, a lo largo de las **6 jornadas** de **trekking**, además de caminar, podremos descansar en estupendos refugios de montaña que permiten tanto a caminantes realizar estupendos travesías como a alpinistas y escaladores afrontar retos de mayor envergadura.

A lo largo del camino, los bosques de alerces, abetos rojos, pinos cembros y abetos blancos de las zonas más bajas darán paso, a medida que vayamos ascendiendo, a pastos alpinos llenos de flores, a rocas y glaciares. Iremos descubriendo impresionantes picos y glaciares, que a modo de hitos nos indicarán el camino hacia el macizo del **Gran Paradiso** (4.061 m). Entre otros la **Aiguille de la Grande Sassièrè** (3.751 m), el **Granta Parey** (3.387 m), el **Gran Vaudala** (3.272 m), el **Ciarforon** (3.642 m) y **La Tresenta** (3.609 m).

2 El destino

El Gran Paradiso es un macizo montañoso perteneciente a los Alpes Occidentales, cuenta con la única montaña que supera los 4000m. íntegramente en territorio italiano y forma un **Parque Nacional** que tiene su continuidad al otro lado de la frontera francesa con el parque de la Vanoise.

Nuestro punto de encuentro para este trekking es **la ciudad de Aosta**, capital del Valle del mismo nombre al Norte de Italia. Es una región montañosa, la más pequeña y menos poblada de Italia. Cuenta con un régimen autónomo propio y dos idiomas oficiales: el italiano y el francés, como recuerdo de su historia a caballo entre los dos países.

La ciudad, aunque tiene un origen prerromano, es con la expansión romana cuando adquiere importancia, pues es un núcleo estratégico para el control de los pasos alpinos, y un punto importante para las expediciones hacia la conquista de la Galia.

El **legado romano** es evidente en el propio plano urbano que sigue la estructura de castro militar con las vías Cardo y Decumano, que siguen siendo las calles a partir de las que se articula la vida moderna de Aosta.

Incluso permanecen restos de la llamada **Roma del Norte**, como el **arco de Augusto**, el teatro y puente romano, la **Puerta Pretoria** o el foro.

Cuenta también con importantes edificios religiosos como la **Colegiata de S. Orso** y su magnífico claustro románico.

Como en ella pasaremos la primera y la última noche del recorrido, tendremos oportunidad de disfrutar de la típica comida italiana a base de pasta y pizza y buena carne de montaña y terminarla con un “**café de la amistad**” **valdotano** como marca la tradición.



3 Datos básicos

Destino: Gran Paradiso (Italia).

Actividad: Trekking.

Nivel: NF ** - NT ** / ***.

Duración: 7 días.

Época: De junio a septiembre.

Grupo mínimo-máximo: 2-4 personas.

3.1 Nivel físico y tipo de terreno para este viaje

N.Físico	Desnivel + acumulado	Kms	Condición física
*	hasta 600 m	Hasta 16 km	Normal: práctica de deporte de forma esporádica
**	hasta 1200 m	Hasta 23 km	Buena: práctica de deporte de forma habitual
***	hasta 1600 m	Sup. A 23 km	Muy buena: práctica de deporte de forma asidua

No porque sea un nivel determinado, las jornadas tienen que tener el desnivel y kms que aparece en la tabla. Por ejemplo, podemos tener un nivel *** con 1.300 metros de desnivel + y que la etapa tenga 12 km

Tipo de Terreno	
*	Pistas forestales o senderos en buen estado
**	Senderos en buen estado. Presencia de rocas y raíces que requiere la atención durante la pisada
***	Senderos con obstáculos, pedreras y fuera de camino

Observaciones. Hay dos collados que el acceso se hace por una pedrera. El día 6 del programa, hay que atravesar un tramo inclinado donde la presencia de una cadena, peldaños y escaleras nos será muy útil y nos hará sencillo la progresión. De todos modos, el guía llevará algún arnés ligero y cabo de anclaje por si alguno lo requiriera para sentirnos más seguros.

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (kilómetros, desniveles y duración de cada día) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. Viaje a **Turín**. Traslado aeropuerto de **Turín - Valle de Aosta**. Traslado al **refugio Benévolo**.

Una vez en el refugio, explicación del itinerario, recomendaciones y dudas.

Alojamiento en el refugio Benévolo.

Día 2. **Refugio Benevolo** (2.285 m)- **Ascenso al Pointe Calabre** (3.445 m) también llamado **Pointe de Bazel**.

Distancia total: 8 Km. Desnivel + 1.200 m. Desnivel – 1.200 m.

Alojamiento en el refugio Benévolo.

Día 3. **Refugio Benevolo (2.285 m) – Refugio Chivaso (2.604 m).**

Distancia total: 13 Km. Desnivel + 800 m. Desnivel - 500 m.

Alojamiento en el refugio Chivaso.

Día 4. **Refugio Chivaso (2.604 m) – Refugio Chabod (2.750 m).**

Distancia total: 18 Km. Desnivel + 900 m. Desnivel - 800m.

Alojamiento en el refugio Chabod.

Día 5. Ascenso al **Gran Paradiso (4.061 m).**

Distancia total: 11 Km. Desnivel + 1.400 m. Desnivel – 1.400 m.

Alojamiento en el refugio Chabod.

Día 6. **Refugio Chabod (2.750 m) - Refugio Vittorio Sella (2.579 m).**

Distancia total 16 Km. Desnivel + 1.400 m. Desnivel - 1.300 m.

Día 7. **Refugio Vittorio Sella (2.579 m) - Cogne (1.534 m) - Aosta.**

Distancia total 14 Km. Desnivel + 150 m Desnivel - 650 m

4.2 Programa detallado

Día 1. Viaje a **Turín**. Traslado aeropuerto de **Turín - Valle de Aosta**. Traslado al **refugio Benévolo**.

Una vez en el refugio, explicación del itinerario, recomendaciones y dudas.

Alojamiento en el refugio Benévolo.

Día 2. **Refugio Benevolo (2.285 m)- Ascenso al Pointe Calabre (3.445 m)** también llamado **Pointe de Bazel**.

Iniciaremos nuestra aventura con una ascensión por terreno glaciar para ganar altura y poder ver a vista de pájaro donde nos moveremos el resto de días.

Esta ascensión no depara dificultades considerables a excepción de que nos moveremos en terreno glaciar y por tanto tendremos que adoptar las medidas necesarias de seguridad.

Distancia total: 8 Km. Desnivel + 1.200 m. Desnivel – 1.200 m.

Alojamiento en el refugio Benévolo.



Gran Paradiso. Alta Ruta más ascenso al Gran Paradiso-2024



Día 3. Refugio Benevolo (2.285 m) – Refugio Chivaso (2.604 m).

Comenzaremos la jornada por un pequeño sendero de montaña que a media ladera nos ofrecerá unas magníficas vistas sobre el **Valle de Rhemes**, y la **cascada de Goletta**. Después remontaremos entre prados y roquedos, el solitario **valle de Vaudala** hasta alcanzar el **collado Rosset** (3.023 m). Desde aquí iniciaremos el descenso, pasando por una zona de bonitos lagos de montaña, entre ellos el **lago Roset**, salpicada de flores y plantas muchas de ellas endémicas del parque, y cuyo telón de fondo será la cumbre del **Gran Paradiso**. Por un cómodo sendero alcanzaremos el **Col de Nivolet**, entorno de lagos de montaña donde se ubica el refugio Chivaso.

Distancia total: 13 Km. Desnivel + 800 m. Desnivel - 500 m.



Alojamiento en el refugio Chivaso.

Día 4. Refugio Chivaso (2.604 m) – Refugio Chabod (2.750 m).

Dejando atrás el refugio y los **lagos de Nivolet**, llanaremos por el valle de nombre homónimo, entre inmensos prados alpinos, meandros y pequeños resaltes de roca, donde nos resultará fácil observar marmotas jugueteando entre la hierba. Una última parte de descenso acusado entre bosque nos lleva hasta **Pont**, donde podremos reponer fuerzas y comprar fruta o algo de comida.

La segunda parte de la jornada la haremos en ascenso a través de un bosque de alerces, compartiendo camino con los alpinistas que tienen como objetivo ascender el **Gran Paradiso** y se dirigen hasta el refugio **Vittorio Emanuele II**. Nosotros nos desviaremos antes de llegar al refugio tomando una difusa senda que por terreno de alta montaña avanza a media ladera, atravesando canchales, algún torrente, y las morrenas que formaron en su día el glaciar de **Laveciau**, en las mismas faldas del **Gran Paradiso** (4.061m). Desde el refugio **Chabod** podremos contemplar el espectáculo que adquiere el **Gran Paradiso** y sus glaciares con los últimos rayos de sol.



Distancia total: 18 Km. Desnivel + 900 m. Desnivel - 800m.

Alojamiento en el refugio Chabod.

Día 5. Ascenso al **Gran Paradiso** (4.061 m).

El **Gran Paradiso** es el plato fuerte del viaje, la cumbre que dará el broche casi final al viaje. Preferimos subir por **Chabod** ya que la primera parte de la ascensión se desarrolla en un ambiente de gran belleza y porque esta ruta está menos transitada. Mas arriba nos juntaremos con la ruta normal compartiendo la misma hasta la misma cima.

El último tramo de arista le dará un toque muy alpino a la llegada a la cima.

Sin duda, el **Gran Paradiso** nos regalará una gran experiencia como montañeros.

Distancia total: 11 Km. Desnivel + 1.400 m. Desnivel – 1.400 m.

Alojamiento en el refugio Chabod.

Día 6. **Refugio Chabod** (2.750 m) - **Refugio Vittorio Sella** (2.579 m).

Abandonaremos el refugio pronto, ya que por delante tendremos una larga jornada cargada de fuertes emociones. Primeramente nos dirigiremos hacia la **Punta Money**, la cual nos cierra el paso con una larga arista rocosa. A través de un entorno de alta montaña avanzaremos hasta encontrar el “punto débil” de este cordel: el **collado Ovest** (3.295m), al cual accederemos con alguna trepada sencilla. Las vistas desde el collado son sobrecogedoras. Hacia el norte **La Grivola** (3.669 m) y el **Mont Blanc** (4.810 m) y hacia el sur el **Gran Paradiso** (4.061 m). La bajada del collado es entretenida y nos exigirá prestar atención, aunque la presencia de una cadena nos ayudará a superar sin problemas este tramo, pero a pesar de eso, todo aquel que lo necesite podrá bajar asegurado por el guía. Dejaremos atrás el pico **Herbelet** (3.778m) con su glaciar **Gran Neiron**, en descenso por una de las zonas más solitarias del parque.

Hacia la cota 2.500m cambiaremos el rumbo a Noreste y comenzaremos de nuevo a ascender por un cómodo sendero muy bien trazado que nos llevará hasta el segundo paso del día, el **collado Lauson** (3.296m). Una vez superado, descenderemos atravesando una zona donde es habitual la presencia de íbices (bóvido emblema del parque nacional), hasta llegar al confortable refugio Vittorio Sella.

Distancia total 16 Km. Desnivel + 1.400 m. Desnivel - 1.300 m.

Día 7. **Refugio Vittorio Sella** (2.579 m) - **Cogne** (1.534 m) - **Aosta**.

La última jornada no nos defraudará para nada. Partiremos hacia el sur por un bonito sendero de montaña que nos lleva a media ladera “colgados” sobre el valle, como si fuera un continuo mirador natural, ofreciéndonos unas magníficas vistas de picos, glaciares y el propio valle de **Valnontey**. Llegaremos a un punto donde descenderemos a la cabecera del valle, en las mismas faldas de la cara Este del **Gran Paradiso** y su espectacular glaciar della **Tribolazione**. El camino suele estar salpicado de numerosas flores alpinas, entre ellas si tenemos suerte podremos contemplar la famosa Edelweiss. Una vez en el fondo del valle, descenderemos suavemente paralelos al río por terreno boscoso hasta llegar a la localidad de **Valnontey**, donde podremos dar por finalizada la jornada o continuar caminando hasta el pintoresco pueblo de **Cogné** (1.534m), final del trekking.

Después de un merecido tentempié y quizá, ya con cierta nostalgia porque el viaje se acaba, nos despediremos del **Gran Praradiso**.

Distancia total 14 Km. Desnivel + 150 m Desnivel - 650 m

5 Más información

Precio.

- Si el grupo alcanza los 3/4 participantes: 1.450 euros por persona.
- Si el grupo alcanza los 2 participantes: 1.850 euros por persona.

5.1 Incluye

- Servicio de guía de montaña durante todo el viaje.
- Todos los gastos del guía están incluidos.
- Gestión de reservas de alojamientos.
- 6 noches en refugios de montaña en régimen de media pensión.

5.2 No incluye

- Billete de avión (entre 150 y 300 euros en función de las fechas de emisión). 25 euros por gestión en el caso de que la compra la realice Muntania Outdoors.
- Traslados desde el aeropuerto al inicio de la ruta y desde el final de la misma al aeropuerto. La gestión del traslado la hace Muntania y está incluida en el precio.
- Almuerzos durante el trekking.
- Cualquier bebida no incluida en el menú de la cena en los refugios.

- En algunos refugios, para la ducha hay que pagar una ficha (entre 3 y 5 euros).
- Cualquier cambio en el itinerario por motivos meteorológicos o por cualquier otro motivo de fuerza mayor que genere un gasto mayor al presupuestado. En este caso la diferencia a la presupuestada se repercutiría.
- Seguro de accidentes y rescate. Si no dispone de uno se lo podemos tramitar.

5.3 Material y ropa necesaria para este viaje

Es importante llevar poco peso en la mochila para moverse con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo material ligero e imprescindible. Si no dispones de todo el material puedes alquilarlo, consúltanos.

- Mochila (entre 30-40 litros).
- Crampones y piolet.
- Botas cramponables y polainas.
- Casco.
- Arnés, cabo de anclaje y 2 mosquetones de seguridad.
- Ropa técnica:
 - Calcetines.
 - Pantalón de montaña.
 - Camiseta térmica (primera capa). Una de recambio para el refugio.
 - Mallas de recambio para el refugio.
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta y pantalón tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Chaqueta de primaloft o plumas ligero y fino.
 - Braga para el cuello.
 - Guantes finos tipo forro polar y guantes gordos.
 - Gorro para el frío y gorra para el sol.
- Gafas de sol y ventisca.
- Frontal (pilas de repuesto).
- Saco sábana y toalla muy pequeña y ligera.
- Cantimplora o termo, mínimo 1 litro. En caso de optar por bolsa tipo Camelback tener en cuenta que el tubo puede llegar a helarse.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.

5.4 Observaciones

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas, pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto, no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y programaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 a 5 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro, así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, mandaremos más información útil que le facilitará los preparativos finales.

Billete de avión en caso de ser necesario

Si está interesado en que gestionemos su billete rogamos nos lo comunique, informando del **aeropuerto de salida y regreso, número de maletas a facturar en bodega y si factura maleta**. Antes de comprar el mismo le informaremos de su precio. Con nuestros buscadores intentamos localizar el precio más bajo posible. En caso de que usted gestione el billete, debe preguntarnos el lugar de encuentro (aeropuerto u hotel) y hora antes de comprarlo, al igual que el regreso, para coordinar el encuentro del grupo y del guía del viaje.

Respecto al transporte de material, tendrá que solicitarnos facturar una maleta. En cabina lleve la mochila de ataque con el resto de las cosas que no ha metido en la maleta. En esa mochila lleve ropa, guantes, gafas etc. por si la maleta le llegara con retraso poder hacer actividad.

Muntania Outdoors cobra 25 € en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que hagamos los trámites de compra de este. Este servicio no incluye gestiones para hacer el checking previo a su vuelo (lo tendrá que hacer usted). Si por cualquier motivo, ajeno a Muntania Outdoors, usted tuviera que cancelar su vuelo, será responsabilidad suya hacer los trámites con la compañía aérea. Si la compañía aérea cancela su vuelo y nos da otra opción similar aceptaremos el cambio sin tener que consultarle y le mandaremos el nuevo horario. Si la compañía aérea cancela su vuelo, le haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela su vuelo y quiere reclamar, será usted el que realice los trámites que le pidan realizar. En el caso de que quiera que le gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 25 € adicionales.

Si es usted el que compra su vuelo, rogamos nos consulte los horarios para una mejor coordinación de las horas de llegada y salida con el resto del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, siempre compre el billete completo bien a través de una compañía aérea que opere en todos los tramos del trayecto con sus propios aviones o con otras compañías que formen parte de la alianza de compañías a la que pertenece y por tanto la compra se haga con un solo pago. Si, por el contrario, opta por comprar un trayecto de ida o vuelta en la que hay escalas y cada escala supone una compra con distintas compañías, en caso de que una compañía cancele el vuelo o llegue con retraso impidiendo coger el siguiente vuelo, será difícil o imposible que una compañía se haga responsable de la pérdida del siguiente vuelo. La opción de la ida con una compañía distinta a la de vuelta también puede ser una opción para encontrar mejores horarios.

Mochila durante el trekking

Es importante llevar poco peso en la mochila para andar con comodidad, por lo que se recomienda llevar solo el material y ropa imprescindible. Cada día se podrá lavar algo de ropa a mano y además no hay que cargar con comida. Le informaremos para que la mochila no pese más de 6-10 kilos.

Se puede dejar en el hotel de la primera noche una bolsa con algo de ropa para cambiarse una vez finalizado el trekking.

Refugios y hoteles

Los refugios están muy bien equipados. Las comidas son copiosas con un primer plato, un segundo y postre y en la mayoría se puede escoger entre varias opciones. Se recomienda viajar con muy poca comida de ataque ya que puede comprarse en los refugios por los que se pasa. Algunos tienen ducha. Las habitaciones son comunes y varía el número de personas que duermen en ella según el refugio y la disponibilidad que tengan. Hay zapatillas por lo que no es necesario cargar con calzado extra. No es necesario llevar saco de dormir, pero si un saco sábana de seda o algodón. Importante incidir en que no es un saco, es una sábana en forma de saco muy ligera y que guardada en su funda no ocupa más que el puño de una mano.

Tiene la opción de habitación individual en los alojamientos en el valle (que no son refugios) si hay disponibilidad. Ruego nos solicite información al respecto en el caso de que este interesado.

Si no quiere pagar el suplemento de habitación individual, ruego nos comunique que quiere habitación doble. Dependerá de que otra persona también estén interesado en compartir tomando como orden la fecha en el que hace el pago de la reserva. Siempre que podamos se compartirá habitación con alguien del mismo sexo pero si no es así, previamente le avisaremos para que tome la decisión de compartir con alguien de distinto sexo o bien elegir individual. Si el grupo queda impar y todos quieren compartir habitación, la última persona en apuntarse tendrá que pagar suplemento de individual.

Seguro de accidentes/viaje

Es **obligatorio** que disponga de un seguro que cubra la actividad deportiva del viaje.

Consulte los precios y condiciones de los **seguros** de **Galia** e **intermundial** que tramitamos en Muntania Outdoors <https://www.muntania.com/seguros>

Otras cuestiones

Cualquier cambio del itinerario ajeno a Muntania Outdoors (por ejemplo, causa meteorológicos) que genere un gasto no presupuestado será asumido por los participantes.

5.5 Enlaces de interés

- [Valle de Aosta](#)

5.6 Puntos fuertes

- Trekking por uno de los territorios más salvajes y menos masificados de los **Alpes**.
- Corto transporte del aeropuerto al **Valle de Aosta**.
- Combinación de trekking con jornadas de alta ruta alpina.
- Ascenso al Gran Paradiso.
- Gran variedad de flora, fauna y paisajes.
- Recorrido a través de un **Parque Nacional** con multitud de endemismos y buen estado de conservación del entorno.
- Comida italiana.

6 Otros viajes similares

- Tour del Monte Rosa. Spaguetti Tour
- Chamonix-Zermatt. Alta Ruta de los Glaciares
- Mont Blanc. Alta ruta de los Glaciares
- Ascensiones y glaciares en los Ecrins. Alpes franceses
- Ecrins. Alta Ruta de los Glaciares

7 Contacto

Muntania Outdoors, S.L. CICMA: 2608

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com

c/ Las Cruces Nº 1, portal 2, 2º C, 28491 Navacerrada (España).