



**C.A.I. Sezione di Carnago**  
Via Libertà, 5 21040 Carnago (VA)  
Tel. 0331 985251 e-mail caicarnago@gmail.com  
www.caicarnago.it



Escursionismo

Rifugio Mezzalama, val d'Ayas

Domenica 19 Giugno 2016



<u>Difficoltà:</u>	EE
<u>Punto di Partenza:</u>	St. Jaques, frazione di Champoluc, val d'Ayas, 1689 m s.l.m.
<u>Punto di arrivo:</u>	Rifugio Mezzalama, 3036 m s.l.m.
<u>Quota massima:</u>	3036 m s.l.m.
<u>Dislivello in salita e discesa:</u>	1350 m
<u>Tempo di percorrenza:</u>	7.00 h
<u>Attrezzatura consigliata:</u>	Scarponi, bastoncini, abbigliamento adatto alla stagione, 2 moschettoni a ghiera, 7 mt cordino da 8 mm, ghettoni
<u>Direttori d'escursione:</u>	Margherita Mai, Andrea Sottocorno, Daniele Vettorello

Ritrovo e partenza:

h 6 .30 piazzale Italo Cremona, Gazzada

Come arrivare:

da Gazzada si prende l'autostrada A8 dei Laghi e, giunti alla diramazione di Gallarate si imbocca la A26 in direzione Genova/Gravellona Toce. Dopo 33 km si imbocca la A4/E64 verso Torino/Greggio/Aosta fino all'uscita di Santhià, dove si prende la A5 verso Aosta. Si esce dall'autostrada all'uscita di Verrés e si seguono le indicazioni per Champoluc. Superato il grande centro abitato si prosegue fino alla fine della valle alla frazione di St. Jaques.

Itinerario:

Partendo dalla piazza di St.Jacques, si segue la strada oltre la chiesa. Più avanti si raggiunge un bivio con una cappelletta al centro, e si segue la strada a destra, che finisce poco dopo. Si attraversa un ponticello in località Blanchard, e si continua a seguire il sentiero lastricato, segnato come n° 7. Giunti a un altro bivio, si segue il sentiero lastricato a destra e si arriva in località Fiery, e, seguendo sempre il sentiero 7,



si arriva al Pian di Verra inferiore (1h). Arrivati alla strada sterrata si continua fino in fondo al piano, al bivio per il Lago Blu (2220 m s.l.m.) segnalato con diversi cartelli gialli.

Per il Rifugio Mezzalama si procede a destra, attraversato il ponte, seguendo il sentiero che taglia i tornanti della strada sterrata. Terminati i tornanti il sentiero prosegue nella sterrata che, costeggiando il torrente, entra pianeggiante nella valletta che conduce al Pian di Verra Superiore (2382 m s.l.m.) (1h). Poco prima, indicato da due cartelli, il sentiero si stacca a sinistra e risale il ripido pendio che costituisce la sponda della morena del ghiacciaio. Si percorre poi la cresta della sponda e si è già in vista del Rifugio Mezzalama. Il terreno da misto erboso e pietroso diventa ora pietroso e ghiaioso, caratteristica tipica delle morene; più in alto e lontano vediamo anche il Rifugio delle Guide della Val d'Ayas (3.420 mt)(2h, 4h totali).

La via di ritorno è la stessa fino al Piano di Verra Superiore dove si imbocca la deviazione per il Lago Blu (2220 m s.l.m.) per poi ridiscendere al Piano di Verra inferiore e a St. Jaques (3h).

*Vista la quota e la posizione il rifugio è senza dubbio uno dei più panoramici, essendo piazzato in cima alla morena del Grande Ghiacciaio di Verra, alla base delle Rocce di Lambronecca. Dal rifugio si gode di una vista mozzafiato sul Castore, sul Polluce, sul ghiacciaio del Felik, sul Grande e sul Piccolo Ghiacciaio di Verra, sulle morene, sul Pian di Verra Inferiore e su tutta la Val d'Ayas.*

Nota: visto il notevole dislivello dell'escursione si propone come meta alternativa il Lago Blu (2220 m s.l.m.). Per chi, dunque, volesse fermarsi al lago il dislivello sarebbe ridotto a 530 m e il tempo di percorrenza a 2h.

**Iscrizioni ed informazioni in sede il Mercoledì previo anticipo di 10 €**

