



# L'anello dei laghi di Palanfrè

Parco Naturale Alpi Marittime - Vernante



Il Lago inferiore del Frisson (Roberto Pockaj)



*Bell'itinerario, in parte ad anello e su buoni sentieri, che tocca due laghi nel Vallone degli Alberghi. Solo la traversata tra i due laghi si svolge per breve tratto in pietraia in assenza di sentiero.*

Faggete nella parte bassa, e pascoli nella parte in quota, caratterizzano questo itinerario. Molto belli i due laghi che si incontrano, il primo dei quali ai piedi della inconfondibile sagoma del Monte Frisson.

## Informazioni utili

---

Pratica : Escursionismo

---

Durata : 4 h 36

---

Lunghezza : 11.2 km

---

Dislivello positivo : 824 m

---

Difficoltà : Media

---

Tipo : In giornata : anello

---

Temi : Lago

# Itinerario

**Partenza** : Palanfrè (1352 m)

**Arrivo** : Lago degli Alberghi (2032 m)

**Marcature** :  GR

**Comuni** : 1. Vernante

## Profilo altimetro



Altitudine minima 1386 m      Altitudine massima 2099 m

Dal posteggio di Palanfrè (1352 m) si segue la stradina asfaltata a valle della borgata. La strada diventa sterrata e, quando svolta a destra, si continua dritti (sud) su mulattiera.

La mulattiera attraversa alcuni rii, raggiunge il Gias Piamian (1432 m, 0:25 ore da Palanfrè, fontana) e si trasforma in sentiero.

Giunti ad un bivio si ignora il vecchio tracciato che prosegue innanzi (rischio frane) e si prende il ramo di sinistra che attraversa il letto secco del torrente.

Il sentiero sale a lungo nella faggeta a tornanti, quindi ridiscende per guardare ancora il letto secco del torrente e riportarsi sul tracciato abbandonato in precedenza.

Si prosegue verso sinistra e si incontra un bivio: si va a destra per i Laghi del Frisson (il ramo di sinistra verrà percorso al rientro) e si raggiunge il dosso erboso su cui sorge il Gias Vilazzo (1823 m, 1:20 ore dal Gias Piamian, fontana).

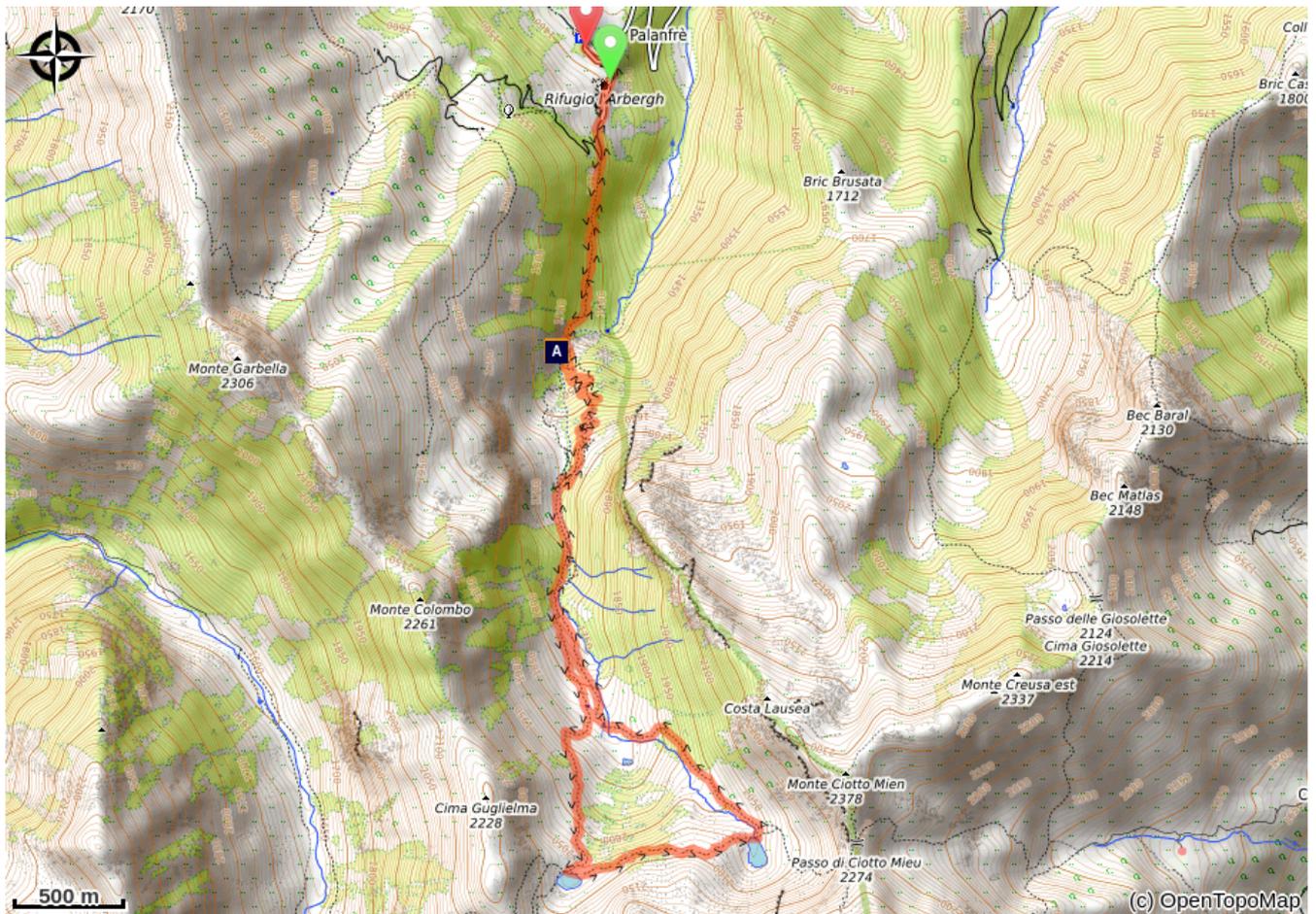
Piegando a destra (sud-ovest) si sale ripidi tra prati, poi si traversa verso sinistra tra erba e roccette fino al Lago inferiore del Frisson (2054 m, 0:45 ore dal Gias Vilazzo).

Una traccia segnalata attraversa l'emissario del lago e prosegue verso est. Con vari saliscendi si aggira la dorsale rocciosa che divide i Laghi del Frisson dal Lago degli Alberghi. Toccata quota 2085 circa, si scende tra detriti, poi su sentiero tra rocce montonate, fino al sottostante Lago degli Alberghi (2039 m, 0:25 ore dal Lago inferiore del Frisson).

Attraversatone l'emissario, si segue verso sinistra una traccia che si immette quasi subito sul più ampio sentiero proveniente dal Passo di Ciotto Mien.

Si perde quota lentamente tra prati, poi più ripidi con diversi tornanti in un boschetto di pini, fin nei pressi del Lago Vilazzo. Attraversati gli emissari dei due laghi, che qui si uniscono, il sentiero torna vicino al Gias Vilazzo poi piega a destra, e scende a fianco del torrente. Superata una fontana, si ritorna al bivio già incontrato all'andata: si va a destra e, con percorso a ritroso, si rientra a Palanfrè (1352 m, 1:40 ore dal Lago degli Alberghi).

# Sulla tua strada...



 Il gias (A)

# Tutte le informazioni utili

## **Nel cuore del parco**

Il Parco Nazionale è un territorio naturale, aperto a tutti, ma soggetto ad un regolamento che è utile conoscere per preparare il vostro soggiorno.

## **Comment venir ?**

### Accesso

Da Borgo San Dalmazzo si risale la Valle Vermenagna fino a Vernante, dove si svolta a destra per Palanfrè. Si risale la Valle Grande fino a Palanfrè.

# Sulla tua strada...

---



## Il gias (A)

Questo toponimo indica un'area delimitata in cui le mandrie o le greggi portate in alpeggio trascorrono la notte e i momenti della ruminazione. La permanenza degli animali su queste superfici, talvolta molto estese, comporta un accumulo di deiezioni, che, nel tempo, ha l'effetto di selezionare le specie vegetali a favore delle sole capaci di sopravvivere in terreni molto ricchi di azoto, come l'ortica, lo spinacio selvatico e il rabarbaro alpino, che perpetuano la loro presenza grazie alla continua deposizione sul posto di una grande massa verde.

Credito fotografico : Cati Caballo