

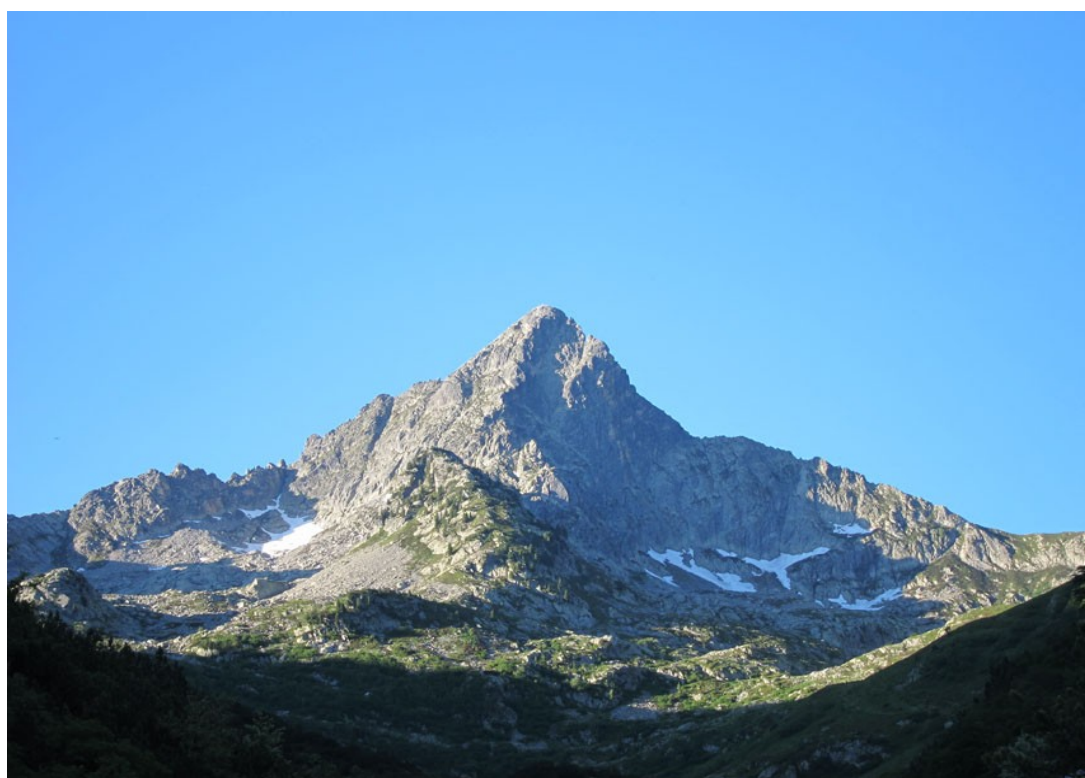


CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Asti
COMMISSIONE ESCURSIONISMO



DOMENICA 7 LUGLIO 2024

Ascensione al MONTE FRISSON 2637 mt. ed Escursione con anello ai LAGHI di FRISSON e degli ALBERGHI da Palanfrè -VAL VERMENAGNA (CN) -



Si propone un'itinerario con meta principale e più impegnativa il Monte Frisson, con la possibilità di un'escursione intermedia, più facile ma molto amena, compiendo l'anello dei laghi di Frisson e Alberghi.

Il Monte Frisson, definito " Il piccolo Cervino delle Alpi Marittime" è una piramide rocciosa che si staglia maestosa sulla valle dei magnifici laghi omonimi, situata al termine della Val Vermenagna, nel punto in cui convergono i valloni degli Alberghi, dell'Abisso e del Sabbione. L'ascesa proposta avverrà lungo la via normale che, partendo da Palanfrè, raggiunge i laghetti del Frisson, per portarsi ripidamente alla base rocciosa del Frisson. Da qui, dopo un lungo traverso, si prosegue per un ripido canalino, si raggiunge la forcella, si supera un tratto più impegnativo grazie all'aiuto di una catena, e si arriva in breve la croce di vetta. Dalla cima, maestoso panorama che spazia dalla pianura del cuneese, alle valli delle Alpi Marittime alle fortificazioni del colle di Tenda sino alle limitrofe cime della Rocca dell'Abisso, Cima del Lago dell'Oro e del Monte Chiamossiero.

A monte della suggestiva borgata di Palanfrè, alle pendici del monte Frisson, si trovano i principali laghi alpini della val Vermenagna. Giacciono incastonati come smeraldi da alcune migliaia di anni, sono i laghi del Frisson e il lago degli Arbergh incorniciati da paesaggi mozzafiato e da una ricchissima natura. Sono raggiungibili da Palanfrè seguendo il sentiero segnalato.

Difficoltà: E/F Escursione impegnativa l'ascesa Monte Frisson. Per la lunghezza del percorso è riservata ad escursionisti esperti, con adeguato allenamento. Il tratto alpinistico richiede passo sicuro per la percorrenza di tratti esposti ed aerei, e capacità di superare tratti di arrampicata elementare.

Difficoltà: EE (escursionistico/escursionisti esperti) la traversata tra il Lago inferiore del Frisson e il Lago degli Alberghi si svolge per breve tratto in pietraia, ma è ben segnalata e non presenta particolari problemi.

(NB: la difficoltà indicata si riferisce al momento in cui è stata effettuata la ricognizione. In caso di innevamento, o condizioni meteo climatiche avverse può cambiare anche notevolmente ed in tal caso gli accompagnatori si riservano di modificare, a loro insindacabile giudizio, l'itinerario)

Dislivello e sviluppo Monte Frisson: circa 1258 mt. in ascesa, lungo circa 16 km.

Durata: circa A/R 7 ore, soste escluse.

Dislivello e sviluppo Anello Laghi: circa 720 mt. in ascesa, lungo circa 12 km.

Durata: circa A/R 5 ore, soste escluse.

Pranzo al sacco.

Equipaggiamento: adeguato all'attività proposta, a pena di esclusione obbligo scarponi a collo alto; a titolo esemplificativo e non esaustivo si consigliano: abbigliamento a strati, occhiali da sole, crema solare, acqua (almeno 1 lt.), bastoncini, giacca antivento, guanti. Necessario il casco per il Monte Frisson.

Ritrovo: Asti, Piazza Campo del Palio ore 6.00, partenza ore 6:15, trasferimento in PULLMAN (se non si raggiungesse il numero minimo di 30 partecipanti previsto, il trasferimento si effettuerà con mezzi propri).

Partenza e arrivo itinerario: Palanfrè (CN).

Direttore dell'escursione: Claudio Nuti (AE) tel. 3332301294; accompagnatori: Gianni Massone (ASE) tel. 3385093183; Mario Gavuzzi (ASE) tel. 3281044625.

Prenotazione obbligatoria entro venerdì 05.07.2024 ore 22:00 presso la sezione (nei giorni di martedì e venerdì dalle ore 21.00), o contattando i referenti, o tramite e-mail a: asti@cai.it.

Contributo gita per i soci: euro 3,00 qualora il trasferimento venga effettuato in auto. I soci dovranno essere in regola con il tesseramento per l'anno 2024; **I non soci** dovranno, al momento dell'iscrizione, segnalare al direttore di escursione la loro posizione. Sarà richiesto, oltre la quota normale di partecipazione, € 3,00, perchè non tesserati la copertura assicurativa infortunio e soccorso alpino al costo rispettivamente di € 8,40 e € 4,55. Per informazioni, rivolgersi alla sede Cai di Asti o ai referenti gita sopra indicati. NB: non saranno ammesse prenotazioni il giorno della partenza.

L'eventuale rinvio della gita causa maltempo sarà comunicato agli iscritti e pubblicato sul sito della sezione www.caiasti.it

DESCRIZIONE ITINERARIO:

1)Anello dei laghi:

Dal posteggio a valle di **Palanfrè** (1352 m) si segue la stradina asfaltata che costeggia da valle le case della borgata. Quando l'asfalto termina si prosegue su una strada sterrata verso sud. Dopo pochi minuti la strada svolta a destra per il Bosco bandito di Palanfrè ed il Colle della Garbella (segnavia L06): si prosegue allora dritti sulla bella mulattiera (segnavia L07, GTA) che si allunga all'interno di un fresco bosco ceduo di faggio. Si passa un piccolo rio, si lascia sulla sinistra una traccia che scende verso il fondo del vallone, si superano altri due rii e, uscendo dal bosco, si raggiunge il **Gias Piamian** (1432 m,

0:25 - 0:30 ore dal posteggio a valle di Palanfrè, fontana), oltre il quale la mulattiera si trasforma in sentiero. Poco oltre lasciamo il vecchio sentiero che prosegue verso destra, ora sconsigliato a causa delle slavine e delle frane, per superare a sinistra il letto del torrente e risalire con numerosi tornantini una faggeta. Percorso un breve mezza costa pianeggiante perdiamo qualche metro scendendo a destra verso l'alveo del torrente. Superato nuovamente il rio ci ricongiungiamo al sentiero originale. Dopo alcune centinaia di metri in falsopiano il vallone torna a ampliarsi. Raggiunto un bivio trascuriamo il ramo di sinistra che conduce al lago degli Albergh, da cui faremo ritorno, e procediamo verso destra. I due sentieri scorrono quasi paralleli fino al **gias Vilazzo** (1.823 m), posto su un dosso. Si trascura la traccia a sinistra che scende al vicino sentiero per il Lago degli Alberghi e, piegando a destra (sud-ovest) si sale ripidi tra prati e rododendri. Passati a monte del minuscolo Lago Vilazzo, ci si sposta verso sinistra attraversando tra erba e roccette fino alle sponde del **Lago inferiore del Frisson** (2054 m, 1:50 ore dal Gias Vilazzo), raggiunto dopo averne toccato l'emissario. Una traccia ben segnalata attraversa l'emissario del lago e prosegue verso est. Con vari saliscendi si aggira tra detriti e arbusti la dorsale rocciosa che divide i Laghi del Frisson dal Lago degli Alberghi. Toccata quota 2085 circa, si comincia a scendere dapprima tra detriti, quindi su sentiero tra rocce montonate, fino al sottostante **Lago degli Alberghi** (2039 m, 0:25 ore dal Lago inferiore del Frisson). Attraversato l'emissario del lago si incontra la traccia proveniente dal Passo di Ciotto Mien. La si segue verso sinistra, scendendo a fianco dell'emissario del lago e andando quasi subito ad immettersi sull'ampio sentiero (segnavia L12, GTA) proveniente anch'esso dal Passo di Ciotto Mien. Si perde quota dolcemente tra prati poi, entrati in un boschetto di pino montano la pendenza aumenta notevolmente. Con diversi tornanti (le tracce in questo tratto si moltiplicano, ma si consiglia di evitare le scorciatoie) si scende ancora ripidi fin nei pressi del Lago Vilazzo. Attraversati gli emissari dei due laghi, che qui si uniscono, il sentiero giunge a poche decine di metri dal Gias Vilazzo. Una labile traccia sale al gias (e al percorso dell'andata), mentre il sentiero piega verso destra (sud) e scende a fianco del torrente, tenendosi sulla sinistra orografica. Dopo aver toccato una fontana, si ritorna al bivio incontrato all'andata: si prosegue allora in discesa verso destra e, con percorso a ritroso, si raggiunge il posteggio a valle di **Palanfrè** (1352 m, 1:40 - 1:55 ore dal Lago degli Alberghi).

2) Ascensione Monte Frisson (itinerario in comune sino al Lago inferiore di Frisson): Dal lago inferiore del Frisson si continua a salire e superato un salto di roccia, si intuisce la piccola conca del Lago Superiore del Frisson. Per raggiungerla, si svolta nettamente a dx seguendo la riva del lago e risalendo il pendio erboso alla dx (sx orografica) del lago. Non si raggiunge l'evidente sentiero rettilineo visibile in alto a mezzacosta, ma dopo breve tratto si svolti decisamente a sx lungo la traccia che, pur labile, è inequivocabilmente contrassegnata da numerose tacche. Giunti ad un bivio (grandi scritte in minio su roccia), è possibile sia raggiungere il Lago Superiore del Frisson (2118 mt) e da lì proseguire svoltando a dx, sia imboccare un percorso più breve e diretto sulla dx che, risalendo su un faticoso misto, e sempre seguendo le numerose marcature (ora in vernice bianca) e gli ometti in pietra, conduce anch'esso al colle erboso visibile sulla linea di cresta a dx (ovest) del Frisson (3:00 ore da Palanfrè). Lungo il percorso è visibile, al centro di una conca detritica, un terzo, piccolo Lago del Frisson, privo di emissario ed immissario e non riportato sulle mappe. Giunti al colle, il percorso volge a sx (est) e risale per breve tratto il pendio erboso alla base del Frisson, per poi volgere nettamente a dx (sud) e compiere un lungo traverso rettilineo a mezzacosta. Si aggira così l'imponente mole rocciosa del monte giungendo alla base di un ripido canalino delimitato a sinistra da ripide pareti rocciose. E' possibile seguire due itinerari, entrambi ben segnalati:

A - effettuare la risalita diretta del canalino (via più diretta, con facili salti di roccia)

B - voltare a dx e risalire fino alla testa del canalino seguendo il percorso (chiaramente marcato) su tracce di sentiero in fortissima pendenza. I due itinerari sono entrambi di breve durata e sostanzialmente equivalenti. Si percorrerà la via diretta in salita e in discesa l'altro itinerario. Giunti in testa al filo di cresta, si individua a sx (nord) il passaggio obbligato di una piccola forcilla rocciosa contraddistinta da una catena fissa (grado I). Superato il facile e brevissimo salto, ci si ritrova oltre la linea di cresta su una agevole cengia da cui è immediatamente visibile il diedro di grado II attrezzato con corda fissa. Il suo superamento, soprattutto con l'ausilio della corda, è facile ma la notevole esposizione del passaggio richiede calma ed estrema prudenza, soprattutto in discesa. Superato il diedro, percorrendo facili cengette di misto (brevi passaggi di I°) lungo la dorsale dx (est) del Frissòn, si giunge in brevissimo tempo alla vetta del Frissòn (croce in ferro, libro di vetta, 2637 mt., 4:00 ore da Palanfrè). Discesa: seguendo a ritroso l'itinerario di salita (circa 2:45 ore).

