

ITINERARI

N°	Gita	Cima	D+	Orient.	Durata	Sci	Alpi	Pagina
A1	VALAISAN (mont), Ponteilles	2892	840	N	4h00	2.2	R	36
A2	FREDUAZ CENTRALE, versante nord	2939	1450	N	5h30	3.2	F	36
A3	FREDUAZ ORIENTALE, da Sozin	2835	1410	E	5h30	2.3	R	40
A4	ROUGES (dents), nord-ovest	2924	1500	N	6h00	4.2	PD	41
A5	GRAND ASSALY, giro antiorario	3002	1680	T	6h30	3.1	PD-	42
A6	GRAND ASSALY, parete nord-ovest	3172	1680	N	6h30	5.2	AD+	42
A7	RUTOR, da Deffeyes	3486	2060	N	7h30	3.1	R	46
A8	BIANCA (becca), Usselettes	3260	1830	N	7h00	3.1	R	46
A9	CROCE (punta della), Plan Praz	2478	990	O	4h00	2.2	R	50
A10	CROCE (punta della), lago d'Arpy	2478	530	S	3h00	1.3	R	51
A11	COLMET (mont), parete nord	3014	1070	N	4h00	4.3	AD-	52
A12	COLMET (mont), classica nord-est	3023	1080	N	4h00	2.3	F	53
A13	LUSSÈ (mont), anello del canale ovest	3055	1450	T	6h00	4.1	PD	56
A14	POUEGNETA (becca), anello da ovest	2826	880	O	4h00	4.1	PD	58
A15	POUEGNETA (becca), nord-ovest	2826	1160	N	4h30	5.1	AD	60
A16	TEREZA (passage de), en boucle	2636	1390	T	5h00	4.1	PD	62
A17	CHARVET (mont), per plan Rançon	2489	1200	S	4h30	2.3	R	62
A18	SERRA (colle della), Leseney	2771	1630	E	6h00	3.2	F	64
A19	MONCHETTE, giro ad anello	3033	2370	T	8h30	3.2	PD-	65
A20	PARAMONT, parete nord	3299	2160	N	8h00	4.3	AD-	66
A21	VALLETTAZ (monte), giro antiorario	2660	1520	N	6h00	2.3	F	67
A22	TIGNET (torre del), parete nord-est	2976	1990	N	7h30	4.1	PD	68
B1	RONDE (tour), per Baulin	2590	1030	S	4h00	2.3	F	70
B2	CROSATIE (punta della), sud	2930	1370	S	5h00	3.1	F	71
B3	NERA (becca), couloir Emma	3254	1700	E	6h00	4.2	PD	72
B4	CHATEAU BLANC, da Orfeuille	3423	1860	N	6h00	2.3	F	72
B5	RUTOR, classica sud	3486	1640	S	5h30	3.1	F	76
B6	ARP VIEILLE, classica sud-est	2963	1110	S	4h30	2.1	R	78
B7	LAC (becca du), parete sud-est	3405	1640	S	7h00	4.1	PD	80
B8	GRAN BECCA DU MONT, nord-est	3213	1440	N	6h30	4.1	PD	82
B9	MONT (col du), da Grand Alpe	2636	790	E	4h00	1.3	R	83
B10	ORMELUNE (o ARCHEBOC), nord-est	3272	10500	N	6h30	2.3	F	84
B11	MAURIN (punta), tour	3227	1200	N	5h00	3.2	F	85
B12	NANT CRUET, plattes des chamois	3611	1350	N	5h30	3.3	PD	88
B13	NANT CRUET, rampe Piergiorgio	3611	1350	N	5h30	5.2	AD+	89
B14	GRANDE SASSIERE, nord-est	3747	1470	N	6h30	5.1	AD	90
B15	TRAVERSIERE (becca), cresta nord	3337	1050	N	4h30	2.3	F	92
B16	GRANDE TRAVERSIERE, nord-sud	3496	1450	T	6h30	3.2	F	94
B17	BLANC (truc), classica sud	3405	1120	T	5h00	2.2	R	94
B18	GLASSON (becca di), Forciaz	3215	1570	N	6h00	2.3	F	96
B19	GRANDE ROUSSE (S), nord-ovest	3572	1920	N	7h00	4.2	PD+	97
B20	RABUIGNE (punta di), vallón du Bouc	3261	1620	N	6h00	3.1	F	100
B21	TEI (becca di), canale nord-ovest	3186	1540	N	6h00	4.2	PD+	101
B22	CUSSUNA (colle di), versante ovest	2885	1240	O	4h30	2.2	R	104
B23	FELUMA (punta di), ovest	3213	1560	O	5h30	3.1	F	105
B24	TOS (becca di), versante nord	3301	2060	N	7h00	3.2	F	106
B25	ANE (mont de l'), per Plan Cou	2362	1040	N	4h00	2.3	R	107

C1	FELUMA (colle di), canale nord-est	3001	1310	E	5h00	4.2	PD+	108
C2	CUSSUNA (colle), sud-est	2885	1190	S	4h00	3.3	PD-	110
C3	BLANC (truc), ghiacciaio di Fos	3405	1550	E	6h00	3.1	F	110
C4	GRANTA PAREI, parete ovest	3387	1100	O	4h00	4.1	PD	112
C5	TSANTELEINA (punta), parete nord	3602	1320	N	5h30	4.2	PD+	114
C6	CALABRE (punta), versante nord	3440	1160	N	4h30	2.1	F	115
C7	BASAGNE (roc), ghiacciaio di Fond	3220	940	T	4h00	3.1	F	116
C8	GALISIA (punta), classica nord	3346	1060	N	4h00	2.2	F	117
C9	BASEI (punta), dal col Basei	3338	1050	N	4h00	2.3	F	118
C10	GRAN VAUDALA, giro antiorario	3255	1530	T	6h00	3.2	F	120
C11	GRAN VAUDALA (N), canale est	3272	1290	T	5h00	4.2	PD	122
C12	GRAN VAUDALA (N), ovest-nord	3272	1420	N	5h00	3.1	F	122
C13	PALETTA (punta), nord-sud	3024	1170	O	4h30	2.3	R	123
C14	LEVYNI (punta), anello	3240	1440	N	5h00	3.1	F	124
C15	AOUILLE (punta), parete nord-ovest	3446	1590	N	5h30	3.3	PD-	125
C16	TSAMBEINA, spalla E, canale nord	3100	1300	N	5h00	4.2	PD+	126
C17	ENTRELOR (cima), nord-ovest	3426	1720	N	6h00	3.1	F	127
C18	GOLLIEN (punta), vallone di Sort	3112	1380	N	5h00	3.1	F	128
C19	ROLETTA (monte), versante ovest	3385	1660	O	5h30	4.1	PD	129
C20	BIANCA (punta), nord-ovest	3427	1820	N	6h00	4.3	AD-	132
C21	PAILLASSE (mont), da Traverse	2414	1180	N	4h00	3.1	F	134
D1	BIOLA (punta), versante sud-est	3414	1860	S	6h30	3.1	F	136
D2	ROLETTA (punta), parete nord-est	3384	1720	N	6h00	4.2	PD+	136
D3	PERCIA (punta), vallone del Nampio	3212	1540	N	5h30	2.3	F	138
D4	ENTRELOR (cima), vallone di Meyes	3397	1450	N	5h30	2.3	F	138
D5	TAOU BLANC, per Plan Borgnoz	3438	1580	T	5h30	3.3	PD-	140
D6	TAOU BLANC, per il col Leynir	3438	1580	T	6h00	2.3	F	140
D7	FOURA (punta), anello	3411	1450	N	6h00	3.1	F	144
D8	GRAND ETRET, vallone di Seiva	3203	1240	N	4h30	2.1	R	146
D9	BROGLIO (denti del), nord-ovest	3419	1460	N	5h30	5.1	AD	147
D10	MONCIAIR (becca di), parete nord	3545	1590	N	6h00	5.3	D-	148
D11	CIARFORON, parete ovest	3640	1680	O	6h00	4.2	PD+	148
D12	CIARFORON, parete nord-ovest	3640	1680	N	6h00	5.1	AD	150
D13	TRESENTA (la), classica nord-ovest	3609	1650	N	5h30	3.2	F	150
D14	GRAN PARADISO, giro antiorario	3550	1900	T	7h00	3.1	PD	152
D15	NOASCETTA, giro ad anello	3525	1480	T	7h00	3.3	PD	154
D16	CERESOLE (punta), canale sud-est	3777	1330	S	6h00	5.1	AD	156
D17	ROC(II), parete sud-est	4026	1300	S	5h30	5.3	D-	157
D18	GRAN PARADISO, classica ovest	4061	1330	O	5h00	2.3	F	158
D19	GRAN PARADISO, parete nord-est	4061	1500	T	6h30	5.2	AD+	160
D20	GRAN PARADISO, parete nord-ovest	4061	1310	N	5h00	5.3	D-	164
D21	PICCOLO PARADISO (S), anello est	3923	1350	T	5h30	5.2	AD+	166
D22	PICCOLO PARADISO (N), ovest	3868	1100	O	4h30	5.2	AD+	168
D23	MONTANDAYNE, couloir Tiziana	3838	1090	N	4h30	5.3	D-	169
D24	MONTANDAYNE, dal Col Bonney	3838	1250	T	5h00	4.1	PD	170
D25	GRAND NEYRON (colle est), traversata	3401	1570	N	6h00	2.3	F	172
D26	LEYSER (spalla N), canale ovest	2877	1220	O	4h00	4.1	PD	173
D27	HERBETET, parete nord	3778	1600	N	5h00	5.1	AD	174
D28	GRAN SERTZ, vallone di Levionaz	3552	1900	O	6h30	2.3	F	175

ITINERARI

N°	Gita	Cima	D+	Orien.	Durata	Sci	Alpi	Pagina
E1	GRAND NOMENON, parete nord	3488	2160	N	7h00	4.3	AD-	176
E2	BELLEFACE (colle di), Gd Nomenon	3099	1770	N	6h00	3.2	F	176
E3	GRIVOLA, parete nord-ovest	3969	1660	N	6h30	5.3	D-	178
E4	GRIVOLA, parete nord-est	3969	1660	N	6h30	5.4	D	179
E5	TRAJO (punta del), da Epinel	3127	1710	E	6h00	3.2	F	182
E6	GAVIO (testa del), giro ad anello	3046	1600	N	5h30	3.1	F	184
E7	HERBAN (monte), da Les Ors	3004	1500	T	5h30	3.1	F	184
E8	GRIVOLA, parete sud-est	3969	1600	S	7h00	5.3	D-	186
E9	NERA (punta), traversata	3683	1130	N	5h00	3.1	PD-	188
E10	INFERNO (punta dell'), colle del Tuf	3393	920	N	3h30	3.1	F	190
E11	GRAN SERTZ, classica nord	3552	960	N	4h30	2.3	PD-	192
E12	VALNONTÉY (testa di), nord-est	3562	1020	N	4h00	5.3	D-	194
E13	GRAN SAN PIETRO, giro e cima	3692	1870	T	7h00	3.3	PD	196
E14	GAY (becca di), canale nord	3621	1950	N	8h00	5.3	D-	198
E15	VIVA (roccia), canale ad arco	3650	1980	N	8h00	5.3	D-	199
E16	VIVA (roccia), parete nord	3650	1980	N	8h00	5.3	D	200
E17	SANT'ORSO (torre), Coupé di Money	3618	1950	N	8h00	3.3	PD-	202
E18	PATRÌ (punta sud), canale nord-ovest	3581	1910	N	8h00	4.2	PD+	206
E19	CISSETTA, comba della Valletta	3419	1750	O	6h30	3.2	F	207
F1	FENILIA (punta), anello nord-est	3053	1430	N	5h00	3.2	PD-	208
F2	PATRÌ (punta sud), canale est	3581	1960	E	7h30	5.1	AD	210
F3	SANT'ANDREA (colle di), Apostoli	3574	1950	N	7h30	5.2	AD+	212
F4	TELECCIO (colle di), dalla Valeille	3304	1680	E	6h30	2.3	F	214
F5	ONDEZANA (punta), canale nord-est	3492	1300	N	4h00	4.1	PD	215
F6	VALEILLE (cima centrale), nord-ovest	3319	1700	N	7h00	5.1	AD	218
F7	SENGIE (punta delle), parete nord	3408	1790	N	7h00	4.2	PD+	219
F8	MONVESO DI FORZO, dalla Valeille	3322	1700	N	6h30	3.1	PD	220
F9	MURAILLE ROUGE (colle), Arolla	3183	1630	N	6h30	3.1	F	221
F10	ROSSIN (punta del), da Bardoney	2947	1330	N	6h00	3.2	F	222
F11	LAVINA (torre di), giro antiorario	2947	2150	T	8h00	2.3	F	224
F12	LAVINA (torre di) N, canale ovest	3274	1700	O	7h00	4.2	PD+	225
F13	NERA (punta), giro e cima	3064	2100	N	8h00	4.1	PD+	226
F14	NOUVA (punta della), Urtier	3034	1450	N	6h00	3.2	F	228
F15	CREYA (monte), da Liconi	3015	1420	S	5h00	3.1	F	230
F16	PENNE BLANCHE, anello nord	3248	1480	N	6h00	3.1	F	231
F17	TERSIVA (punta), vallone di Grauson	3512	1750	O	7h00	3.1	F	232
F18	LEPPE (punta di), anello sud	3305	1540	S	6h00	3.1	F	233
F19	ARPISSON (punta), per Tsaplana	3035	1250	S	4h30	2.3	F	234
F20	GARIN (punta), anello nord	3461	1670	T	6h30	4.1	PD	236
G1	PIERRE (pointe de la), ovest	2653	1200	O	4h00	2.1	R	238
G2	DRINC (punta del), anello nord	2663	880	N	3h30	2.2	R	238
G3	MONPERS (punta di), da Chamolé	2793	530	N	2h30	1.3	R	240
G4	VALLETTA (punta), antiorario	2815	1060	T	5h00	3.1	F	241
G5	VALLETTA (punta), nord-ovest	3089	830	O	3h30	4.1	PD	242
G6	EMILIUS (monte), Chamolé-Comboé	3559	2010	T	7h00	3.3	PD-	244
G7	EMILIUS (spalla N), canale nord	3370	2010	N	7h00	5.2	AD+	246

G8	EMILIUS (monte), giro antiorario	3154	2460	T	9h00	3.1	PD-	248
G9	NONA (becca di), da Plan fenêtre	3141	1560	O	6h00	3.1	F	249
G10	NONA (becca di), parete nord	3141	1810	N	6h30	5.4	D	250
G11	EMILIUS (monte), Laures	3559	2510	T	8h30	3.3	PD-	252
G12	LEPPE (punta di), giro antiorario	3110	2450	T	9h00	3.1	F	254
G13	LEPPE (punta di), per il Mont Vallonet	3305	1940	E	7h30	3.1	F	256
G14	CORQUET (mont), anello nord	2531	940	N	3h30	3.1	F	258
G15	TERSIVA (punta), giro antiorario	3051	1620	T	7h00	3.3	PD-	260
G16	TERSIVA (punta), canale nord-est	3512	1360	N	5h00	5.1	AD	262
G17	RAFRAY (monte), parete sud-ovest	3146	2020	S	7h30	4.1	PD	264
G18	IVERTA (monte), anello	2933	1810	O	7h00	2.3	F	265
G19	AVIC (mont), colle Raye Chevrère	3007	1980	O	7h00	3.1	PD-	266
G20	CHERMONTANE, per Bellalanaz	2680	1510	S	5h30	3.1	F	267
G21	RUVIC (mont), anello nord-ovest	2922	1910	N	6h30	3.2	F	268
G22	BARBESTON (monte), Valmerianaz	2482	1420	N	5h00	2.3	F	270
H1	BARBESTON (monte), per Arp	2482	1240	E	4h30	2.2	R	272
H2	AVIC (mont), versante nord-est	3007	1710	E	6h00	3.1	PD-	274
H3	IVERTA-LAC GELE, canali nord	2933	1980	E	7h00	4.3	PD+	274
H4	ORSO (monte), versante est	2717	1420	E	5h30	2.2	R	278
H5	PIANA (cima), anello da Brenves	2512	1450	E	5h30	3.1	F	280
H6	PIANA (cima), classica sud	2512	810	S	3h00	2.2	R	281
H7	HOMMES (tête des), versante est	2628	930	E	3h30	2.3	F	282
H8	ROS (mont), per Vernouille	2288	590	E	2h30	1.2	R	282
H9	GRAN ROSSA, giro ad anello	2865	1470	T	6h00	2.3	F	284
H10	GLACIER (mont), canale nord-est	3185	1600	N	6h30	5.1	AD	286
H11	GLACIER (mont), normale sud	3185	1490	S	5h30	2.3	F	288
H12	MOUTSAILLON (mont), giro antiorario	2857	1860	T	7h00	2.3	F	289
H13	COSTAZZA (bec), per il lago Miserin	3092	1400	E	6h00	2.2	F	292
H14	RASCIAS (monte), nord-est	2784	690	N	2h30	1.2	R	294
H15	ROSA DEI BANCHI, per Dondena	3163	1470	N	6h00	4.1	PD	296
H16	BECCHER (cima N), normale nord	2925	1230	N	5h00	3.1	F	297
H17	PRAGELAS (bec), da Laris	2908	980	E	4h00	3.1	F	298
H18	MULERE (bec), giro dei laghi	2646	1420	E	5h30	2.3	F	300
H19	SANTANEL (colle), giro ad anello	2630	1560	T	6h00	3.1	F	301
H20	FACCIABELLA (monte, O), nord-est	2635	1410	N	5h30	4.1	PD	302
H21	MARZO (monte), vallone della Legna	2755	1530	N	6h00	2.3	F	304
H22	FRICOLLA (monte), nord-ovest	2675	1450	N	5h30	3.1	F	305
H23	FRICOLLA (monte), vallone Manda	2675	1490	N	5h30	2.3	F	306
H24	DONDOGNA (punta), Brenve	2549	1790	N	6h30	2.3	F	307
H25	POUSSEUIL (monte), per Retempio	2213	1450	N	5h30	2.2	R	308
H26	DEBAT (monte), Vallone della Mouilla	2618	1800	N	6h30	2.3	F	309
H27	BONZE (cima di), Scalaro-Mouilla	2516	1850	N	7h00	2.3	F	310