

## Wandern im Piemont

Wanderregionen ► 8 ■ Wetter und Wandersaison ► 13 ■ Stein- und Felskunde für Wanderer ► 16 ■ Pflanzenwelt ► 18 ■ Tierwelt ► 20 ■ Die Wanderwege ► 22 ■ Ausrüstung und Verpflegung ► 23 ■ Notfall und Notfallnummern ► 25 ■ Tourplanung und -durchführung ► 25 ■ Standorte ► 25 ■ Fahrplan ► 31 ■ Spezielle Internetseiten ► 34 ■ Wanderkarten ► 34 ■

## Gran-Paradiso-Region und Lanzo-Täler

- Tour 1 \* Kleine Seennrunde im Herzen des Gran Paradiso**  
Länge: 7,7 km ■ Dauer: 2:10 Std. ■ ► 36
- Tour 2 \*\*\*\* Von der Nivolet-Hochebene zum Mont Taou Blanc**  
Länge: 13 km ■ Dauer: 5:05 Std. ► 40
- Tour 3 \*\* Vom Colle del Nivolet über die Laghi Losere ins Orco-Tal**  
Länge: 9,3 km ■ Dauer: 3:15 Std. ► 44
- Tour 4 \*\*\* Vom Lago di Ceresole Reale zum Rifugio Guglielmo Jervis und Colle di Nel**  
Länge: 11 km ■ Dauer: 5:25 Std. ► 49
- Tour 5 \*\*\* Vom Pian della Mussa zum Rifugio Gastaldi**  
Länge: 8 km ■ Dauer: 4:25 Std. ► 54
- Tour 6 \*\*\* Vom Lago di Malciaussia über die Pässe Croce di Ferro und Coupe**  
Länge: 11,7 km ■ Dauer: 4:35 Std. ► 60

## Susa-Tal

- Tour 7 \* Auf Pilgerwegen rund um die Sacra di San Michele**  
Länge: 7,9 km ■ Dauer: 3:00 Std. ■ ► 66
- Tour 8 \*\*\*\* Zum höchsten Wallfahrtsberg der Alpen, dem Rocciamelone**  
Länge: 10,6 km ■ Dauer: 8 Std. ► 72
- Tour 9 \*\*\* Panoramarunde um den Lago del Moncenisio**  
Länge: 31,8 km ■ Dauer: 7:30 Std. ► 77
- Tour 10 \*\*\* Von Salbertrand zur Testa dell'Assietta**  
Länge: 21 km ■ Dauer: 8:15 Std. ► 84
- Tour 11 \*\*\*\* Durch das Valle Stretta zum Wallfahrtsberg Mont Thabor**  
Länge: 24,1 km ■ Dauer: 8:40 Std. ► 88

## Waldensertäler und Monviso-Region

- Tour 12 \*\* Runde beim Forte di Fenestrelle**  
Länge: 16,7 km ■ Dauer: 4:15 Std. ► 96
- Tour 13 \* Vom Rifugio Selleries zu den Laghi La Manica und Laus**  
Länge: 4,5 km ■ Dauer: 2 Std. ■ ► 103
- Tour 14 \* Von Prali zu den Tredici Laghi**  
Länge: 5,4 km ■ Dauer: 1:40 Std. ■ ► 106
- Tour 15 \*\* Von Villanova zum Rifugio Willy Jervis auf der Hochebene Conca del Prà**  
Länge: 7,2 km ■ Dauer: 2:45 Std. ■ ► 110
- Tour 16 \* Zur Felsensiedlung Balma Boves**  
Länge: 2,8 km ■ Dauer: 1 Std. ■ ► 115

- Tour 17 \*\***     **Kleine Seenrunde an den Quellen des Po**  
Länge: 5,4 km ■ Dauer: 2:25 Std. ■ ▶ 118
- Tour 18 \*\*\*\***   **Zum Colle delle Traversette und Rifugio Giacoletti**  
Länge: 11,6 km ■ Dauer: 7 Std. ▶ 122
- Tour 19 \*\*\***     **Giro del Monviso – Drei-Tage-Tour um den „König aus Stein“**  
Etappe 1 ▶ Länge: 6,5 km ■ Dauer: 2:45 Std.  
Etappe 2 ▶ Länge: 13,8 km ■ Dauer: 5:30 Std.  
Etappe 3 ▶ Länge: 13,8 km ■ Dauer: 5:45 Std. ▶ 128

## **Dolomiten von Cuneo**

- Tour 20 \***       **Zum Rifugio Bagnour in den Bosco dell'Alevè**  
Länge: 6 km ■ Dauer: 2:30 Std. ■ ▶ 140
- Tour 21 \*\*\***     **Zu den Laghi Blu und über den Col Longet hinweg**  
Länge: 11,4 km ■ Dauer: 5:25 Std. ■ ▶ 144
- Tour 22 \***       **Zu den steinernen Pilzen Ciciu del Villar**  
Länge: 2,5 km ■ Dauer: 1:20 Std. ■ ▶ 149
- Tour 23 \*\***       **Zum idyllischen Bergsee Lago Nero unterhalb der Gardetta-Hochebene**  
Länge: 10,1 km ■ Dauer: 3:05 Std. ■ ▶ 152
- Tour 24 \*\***       **Rund um die Rocca Provenzale**  
Länge: 8,7 km ■ Dauer: 3:55 Std. ▶ 157
- Tour 25 \*\*\***     **Auf dem Sentiero Pier Giorgio Frassati zu den Pässen Cavalla und Munie**  
Länge: 14,3 km ■ Dauer: 5:25 Std. ▶ 162
- Tour 26 \*\*\***     **Zwei-Tage-Tour auf dem Maira-Weg über die Gardetta-Hochebene**  
Etappe 1 ▶ Länge: 10,6 km ■ Dauer: 3:55 Std.  
Etappe 2 ▶ Länge: 15,4 km ■ Dauer: 5:20 Std. ▶ 168
- Tour 27 \***       **Kurze Runde über den Colle dei Morti**  
Länge: 3,2 km ■ Dauer: 1:15 Std. ■ ▶ 178

## **Seealpen und Ligurische Alpen**

- Tour 28 \***       **Auf Schäferwegen von Pontebernardo nach Sambuco**  
Länge: 10,5 km ■ Dauer: 3:10 Std. ▶ 180
- Tour 29 \*\***       **Von Sant'Anna di Vinadio zu den Laghi Lausfer**  
Länge: 10,7 km ■ Dauer: 3:40 Std. ▶ 184
- Tour 30 \*\*\***     **Auf Schmugglerpfaden von Ferrere zum Colle di Puriac**  
Länge: 12,9 km ■ Dauer: 4:20 Std. ▶ 190
- Tour 31 \*\***       **Von Sant'Anna di Valdieri zum Rifugio Dante Livio Bianco**  
Länge: 14,4 km ■ Dauer: 4:55 Std. ▶ 196
- Tour 32 \*\***       **Runde zum Rifugio Genova-Figari am Lago del Chiotas**  
Länge: 8,7 km ■ Dauer: 3:20 Std. ■ ▶ 200
- Tour 33 \*\*\***     **Auf königlichen Spuren rund um die Hochebene Pian del Valasco**  
Länge: 19 km ■ Dauer: 6:45 Std. ▶ 204
- Tour 34 \*\***       **Von Terme di Valdieri zur Hochebene Lagarot di Lourousa**  
Länge: 7,4 km ■ Dauer: 3:20 Std. ■ ▶ 211

- Tour 35 \*\*\* Von Limonetto über den Grenzkamm zum Fort Pernante**  
 Länge: 16,3 km ■ Dauer: 5:50 Std. ► 214
- Tour 36 \* Zu den östlichen Festungen am Colle di Tenda**  
 Länge: 12,7 km ■ Dauer: 3:20 Std. ► 218
- Tour 37 \* Zu den Wasserfällen beim Pian delle Gorre**  
 Länge: 8,1 km ■ Dauer: 2:40 Std. ■ 🧭 ► 224
- Tour 38 \*\*\* Kleiner Giro del Marguareis – Drei-Tage-Tour**  
 Etappe 1 ► Länge: 7,3 km ■ Dauer: 3:50 Std.  
 Etappe 2 ► Länge: 7,7 km ■ Dauer: 3:40 Std.  
 Etappe 3 ► Länge: 18,5 km ■ Dauer: 5:45 Std. ► 228
- Register** ► 238