





## Legenda

- F** **Escursionistico indicato per famiglie** - Randonnée pour les familles - Path suitable for families
- IT** - Itinerari che si svolgono su mulattiere, comodi sentieri con percorsi evidenti, non pongono problemi di orientamento.
- FR** - Itinéraires qui se déroulent sur des chemins muletiers, de faciles sentiers avec d'évidents parcours, sans aucun problème d'orientation.
- EN** - Paths that go through muletrucks, easy routes with evident itineraries and no orientation problems.
  
- E** **Escursionistico** - Randonnée facile - Easy path
- IT** - Itinerari con fondo regolare o sconnesso, passaggio su pascolo, pietraie, detriti, terreni senza sentiero ma segnalati.
- FR** - Itinéraires au fond régulier ou disjoint, passages sur des pâturages, des terrains pierreux, des débris ou bien sur des terrains sans sentiers mais quand-même balisés.
- EN** - Paths with regular or disconnected bottom, passages through pastures, stony grounds, debris, areas with no evident path but with directions.
  
- EE** **Escursionisti esperti** - Randonnée pour des excursionnistes experts - Path for expert hikers
- IT** - Itinerari che si svolgono su: tracce di sentiero impervio e infido, pendii ripidi e/o scivolosi di erba, roccia e detriti, pietraie, brevi nevai non ripidi, pendii aperti senza punti di riferimento. Indispensabili: esperienze di montagna, passo sicuro, assenza di vertigini e preparazione fisica.
- FR** - Itinéraires qui se déroulent sur: traces de sentier inaccessible et dangereux, pentes raides et/ou glissantes d'herbe, roche et débris. Terrains pierreux, petits névés pas raidés, pentes ouvertes sans aucun point de référence. Indispensables: expériences en montagne, pas sûr, absence de vertiges et préparation physique.
- EN** - Itineraries that go through: impassable and treacherous paths, steep and/or slippery paths of grass, rocks and debris. Stony grounds, small but not steep snowfields, open slopes without any point of reference. Absolutely necessary: experiences in the mountains, sureness and ability, no dizziness and physical fitness.
  
- Durata** - Durée - Length
- La valle dei laghi** - La vallée des Lacs - The valley of the lakes
- Sui sentieri storici** - Sur les sentiers historiques - Along historic routes
- Corde fisse** - Cordes fixes - Fixed ropes
- Traccia di sentiero** - Traces de sentier - Traces of path



**IT** - Le informazioni turistiche riportate su questa cartina, più specificatamente i sentieri elencati, hanno carattere indicativo e non impegnano in nessun modo il Consorzio Operatori Turistici La Thuile. È responsabilità degli utenti prendere tutte le precauzioni imposte dalle condizioni meteorologiche, ambientali e nivologiche conformandosi alle eventuali direttive delle autorità competenti.

**FR** - Les informations touristiques qui sont énumérées sur cette carte, et plus précisément les sentiers qu'y sont représentés, n'ont qu'une valeur indicative et n'engagent en aucune façon le Consorzio Operatori Turistici La Thuile. Les usagers doivent prendre, par conséquent, toutes les précautions du cas imposées par les conditions de la météo, de l'environnement et de la neige, en se conformant aux éventuelles directives des autorités compétentes.

**EN** - Tourist information, almost all those concerning the paths, can be used only as a rough guide. Users have to take all the needed precautions according to the meteorological, environmental and snowy conditions, following the competent authorities guidelines.

## Settore del Colle San Carlo

Zone du Col Saint Charles  
The Colle San Carlo area

**THOEX** (m. 1520)  
**1 MONT DU PARC** (m. 1732)  
**LES GRANGES** (m. 1623)  
**THOEX** (m. 1520)  
2h30 F

**IT** - Accanto ai ruderi della cappella del Thoex prendere il sentiero che domina la conca di La Thuile e conduce al Mont du Parc dalla cui sommità si gode il panorama sul Piccolo San Bernardo, il Rutor e il Monte Bianco. Attraverso la pineta si scende a Les Granges con vista sulle Grandes Jorasses. Rientro al Thoex.

**FR** - Le point de départ se situe près des ruines de la petite chapelle du Thoex. Emprunter le sentier qui domine La Thuile et qui monte au Mont du Parc. Superbe panorama sur le Petit Saint Bernard, le Rutor et le Mont Blanc. Redescendre par la pinède vers Les Granges. Vue exceptionnelle sur Les Grandes Jorasses. Rentrée en localité Thoex.

**EN** - Take the path starting from the ruins of the chapel of the hamlet of Thoex, which dominates the valley of La Thuile. Perfect view over the Little Saint Bernard, the Rutor Glacier and the Mont Blanc after having reached the Mont du Parc. Go down towards Les Granges passing through the forest: do not miss the nice panorama over the Grandes Jorasses chain and then come back to Thoex.

**BUIC** (m. 1531)  
**2 COLLE DELLA CROCE** (m. 2381)  
2h30 E W

**IT** - Dalla frazione Buic si prosegue attraverso Foillex (m. 1954) e Plan Praz (m. 2054), si giunge al Colle della Croce. Magnifica vista su La Thuile, Courmayeur e Monte Bianco. Dal Colle della Croce. Si può ritornare per il medesimo sentiero oppure scendere verso il lago d'Arpy e il Colle San Carlo.

**FR** - Début situé au village Buic. On arrive au Col de la Croix après avoir passé Foillex (m. 1954) et Plan Praz (m. 2054). Magnifique vue sur La Thuile, Courmayeur et le Mont Blanc. Du Col de la Croix on peut rentrer par le même sentier ou bien continuer et descendre vers le Lac d'Arpy et le Col Saint Charles.

**EN** - Starting point at the hamlet of Buic. Reach the Colle della Croce just after having passed Foillex (m. 1954) and Plan Praz (m. 2054). From Colle della Croce walk down towards the Arpy Lake and the Colle San Carlo.

**LA THERAZ** (m. 1769)  
**2A PLAN PRAZ** (m. 2054)  
**COLLE DELLA CROCE** (m. 2381)  
2h30 E W

**IT** - Partenza da La Thèraz. Procedere sulla destra per Plan Praz, con bel panorama sul Dente del Gigante e Les Grandes Jorasses. Proseguire fino a Colle della Croce. Magnifica vista su La Thuile, Courmayeur e Monte Bianco. (Dal Colle della Croce, si può scendere verso il lago d'Arpy e il Colle San Carlo).

**FR** - Départ de La Thèraz. Prendre à droite vers Plan Praz, avec un beau panorama sur la Dent du Géant et Les Grandes Jorasses. Continuer jusqu'au Col de la Croix. Magnifique vue sur La Thuile, Courmayeur et le Mont Blanc. Du Col de la Croix on peut descendre vers le Lac d'Arpy et le Col Saint Charles.

**EN** - Departure point from La Thèraz. Take the path on the right towards Plan Praz, with its nice view on the Dente del Gigante and Les Grandes Jorasses. Keep up until the Colle della Croce. Splendid view over La Thuile, Courmayeur and the Mont Blanc chain. (From the Colle della Croce it is possible to walk down towards the Arpy lake and the Colle San Carlo).

**VILLARET** (m. 1485)  
**2B LA CRETAZ** (m. 1736)  
**COL CROCE** (m. 2381)  
2h30 F W

**IT** - Dal Villaret facile passeggiata nel bosco lungo la strada podereale per raggiungere il punto panoramico di La Crétaz.

**FR** - Randonnée très facile avec départ de la localité Villaret. De La Crétaz on peut jouir d'une vue époustouflante.

**EN** - The hike begins from the hamlet of Villaret. It is an easy path, along the pedestrian road which brings to the panoramic area of La Crétaz.

**LA JOUX** (m. 1594)  
**3 1ª CASCATA** (m. 1700)  
1h20 F W

**IT** - Da La Joux (3 Km da La Thuile) prendere il sentiero n. 3 fino alla prima cascata. Passare sul ponte che la sovrasta e scendere a La Joux dal versante opposto.

**FR** - De La Joux (3 km de La Thuile) prendre le sentier n. 3 jusqu'à la première cascade. Traverser le pont et redescendre vers La Joux par le versant opposé.

**EN** - Drive until the hamlet of La Joux, at about 3 kilometres from La Thuile. Walk along the path n. 3 to reach the first waterfall, then cross the little bridge over the stream and come back through the opposite side.

**BELVEDERE D'ARPY** (m. 2022)  
**15A** 1h15 F

**IT** - Stupendo belvedere sulla catena del Monte Bianco. Un percorso adatto a tutti. Partenza: parcheggio del Colle San Carlo.

**FR** - Superbe vue sur la chaîne du Mont Blanc. Parcours ouvert à tous. Point de départ: parking du Col Saint Charles.

**EN** - Wonderful balcony on the Mont Blanc chain. A hike suitable for everyone. Departure point: parking of the Colle San Carlo.

**LAGO D'ARPY** (m. 2066)  
**15** 1h45 F W

**IT** - Uno stupendo lago che si raggiunge con un dolce percorso, in parte immerso nel bosco. Partenza: parcheggio del Colle San Carlo. Adatto alle famiglie.

**FR** - Un très beau lac qui peut être rejoint en parcourant un sentier aux modes doux, en partie dans le bois. Point de départ: parking du Col Saint Charles. Indiqué pour les familles.

**EN** - Splendid lake reachable through a sweet hike immersed in the woods. Departure point: parking of the Colle San Carlo. Suitable for families.

**LAGO D'ARPY** (m. 2066)  
**17 COLLE DELLA CROCE** (m. 2381)  
1h45 E W

**IT** - Dal Lago d'Arpy seguire il sentiero n. 17 fino al Colle della Croce. Da qui parte un percorso per scendere a La Thuile.

**FR** - Du Lac d'Arpy suivre le sentier n. 17 jusqu'au Col de la Croix, où il y aura un parcours pour rentrer vers La Thuile.

**EN** - From the Arpy lake follow the path n. 17 until the Colle della Croce. Here a route starts to come back towards La Thuile.

**COLLE SAN CARLO** (m. 1971)  
**16 COLLE DELLA CROCE** (m. 2381)  
1h45 E W

**IT** - Dal parcheggio del Colle San Carlo seguire il sentiero n. 15. Al Bivio girare a destra sul sentiero n. 17. È un circuito da non perdere per il vasto panorama che si gode dal Colle della Croce e per la bellezza del Lago d'Arpy. Ritornare scendendo verso il Lago d'Arpy e poi al Colle San Carlo.

**FR** - Du parking du Col Saint Charles suivre le sentier n. 15. À la bifurcation prendre à droite et suivre le sentier n. 17. Circuit à ne pas manquer pour le panorama dont on jouit au Col de la Croix et pour la beauté du Lac d'Arpy. Rentrer en descendant vers le Lac d'Arpy et puis vers le Col Saint Charles.

**EN** - From the parking of the Colle San Carlo follow the path n. 15. At the fork turn right and follow the path n. 17. It is a route not to miss for the panorama visible from the Colle della Croce and for the beauty of the Arpy lake. Come back towards the Arpy lake and the Colle San Carlo.

## Ghiacciaio del Rutor

Zone du Glacier du Rutor  
The Rutor Glacier area

**LA JOUX** (m. 1594)  
**3 1ª CASCATA** (m. 1700)  
1h20 F W

**IT** - Da La Joux (3 Km da La Thuile) prendere il sentiero n. 3 fino alla prima cascata. Passare sul ponte che la sovrasta e scendere a La Joux dal versante opposto.

**FR** - De La Joux (3 km de La Thuile) prendre le sentier n. 3 jusqu'à la première cascade. Traverser le pont et redescendre vers La Joux par le versant opposé.

**EN** - Drive until the hamlet of La Joux, at about 3 kilometres from La Thuile. Walk along the path n. 3 to reach the first waterfall, then cross the little bridge over the stream and come back through the opposite side.

**LA JOUX** (m. 1594)  
**3 CASCATE**  
3h00 E W

**IT** - Da La Joux seguire il sentiero n. 3. La prima cascata si raggiunge in un quarto d'ora. Per vedere la seconda (m. 1850) e la terza cascata (m. 2000) - a circa 1 ora di cammino dalla prima - si devono fare due brevi deviazioni sulla destra. Tornare sul sentiero principale, proseguire verso il Lac du Glacier (m. 2143) e poi imboccare il sentiero a sinistra che porta al rifugio Deffeyes.

**FR** - De La Joux prendre le sentier n. 3. La première cascade se trouve en vingt minutes. Pour admirer la deuxième (m. 1850) et la troisième cascade (m. 2000), une heure après la première cascade, il faut faire deux petits détours à droite et revenir sur le sentier principal. Au Lac du Glacier (m. 2143) emprunter le sentier à gauche.

**EN** - Drive until the hamlet of La Joux, at about 3 kilometres from La Thuile, then take the path n. 3. After having reached first waterfall, to see the second (m. 1850) and the third one (m. 2000), hike for about 1 hour and make two detours on the right. Come back to the main path, keep up towards the Du Glacier Lake (m. 2143) and follow the path on the left which brings to the Deffeyes mountain hut.

**LA JOUX** (m. 1594)  
**7 LA THUILETTE** (m. 1976)  
**COMBA SOZIN** (m. 2067)  
2h00 EE

**IT** - Da La Joux percorrere 200 m. sulla strada in direzione di La Thuile, svoltare a sinistra e seguire le indicazioni fino a raggiungere i laghi di La Thuilette. Rientro sullo stesso sentiero. Magnifico panorama sulle cascate del Rutor.

**FR** - De La Joux retourner en direction de la Thuile pendant 200 m, tourner à gauche et prendre vers les Lacs de La Thuilette. Rentrer par le même sentier. Magnifique panorama sur les cascades.

**EN** - Drive until the hamlet of La Joux, then turn back for approximately 200 metres in the direction of La Thuile.