

Courmayeur

Una perla ai piedi del Monte Bianco



Camminare fa bene perché

1

Tonifica
i muscoli

2

Predisporre
ad un sonno
riposante

3

Allontana
lo stress



Vai al percorso GPS

Itinerario

TREKKING URBANO

Hotel de l'Ange

Lunghezza
6.9 km

Durata
99 min

Salita
265 m

Discesa
265 m

La città

Ai piedi del Monte Bianco, Courmayeur è l'ultimo paese che si incontra prima di entrare in Francia. Una funivia rotante porta in pochi minuti alla terrazza panoramica di Punta Helbronner, con vista sulle vette più iconiche delle Alpi. Prima di arrivare in cima è d'obbligo una tappa al giardino botanico più elevato d'Europa.

La montagna però non è l'unico motivo per visitare Courmayeur. Il centro storico, a 1000 m s.l.m ha il fascino del piccolo paese alpino, ma con l'atmosfera e le boutique di uno dei centri turistici più amati della catena alpina, sia in estate che in inverno.



Il percorso

Il percorso si snoda nel centro storico di Courmayeur con tappa in un caffè storico, in una chiesa alpina, in due musei e in un parco, prima di dirigersi fuori dal paese sulla strada per Plan Gorret.



I PERCORSI DEL BENESSERE



1 Hotel de l'Ange

L'hotel de l'Ange è uno degli hotel storici di Courmayeur, costruito per ospitare per lunghi soggiorni gli aristocratici di tutta Europa che venivano a godere delle acque termali locali.

Nel '700 De Saussure lo definì «grandioso e situato in una località gaia e felice». Negli anni 90 è stato trasformato in appartamenti e negozi, ma dei fasti del passato rimane la bellissima sala della table d'hôte con i suoi affreschi. Si trova in via Roma, la via centrale di Courmayeur.

26 mt

2 Museo Transfrontaliero

Nei locali del Jardin dell'Ange è ospitata la sala valdostana del Museo transfrontaliero del Monte Bianco, dedicato all'identità delle popolazioni dell'Alta Savoia e della Valle d'Aosta che condividono istanze culturali e sociali, contraddizioni e problematiche, legata alla realtà transfrontaliera.



50 mt

3 Caffè della Posta

Aperto nel 1911 nella centrale via Roma è il posto perfetto per sorseggiare un delizioso nettare di mela ai tavolini all'aperto oppure nell'elegante salone interno. La facciata sa di altri tempi e riporta indietro all'epoca in cui Courmayeur era frequentata dalla migliore aristocrazia.

130 mt



I PERCORSI DEL BENESSERE

4 Chiesa di Courmayeur

La chiesa di San Pantaleone e San Valentino esiste dal lontano XIII secolo, anche se l'aspetto attuale è quello settecentesco. Nella piazza della chiesa c'è la statua dell'Abbé J.M. Henry, ideatore di un giardino botanico a monte della chiesa. È il Giardino Botanico Plan Gorret che ospitava le piante raccolte dall'Abate nei suoi viaggi.



50 mt

5 Museo Alpino Duca degli Abruzzi

Anche detto la Casa delle guide, ospita la sede delle Guide Alpine di Courmayeur, la prima società costituita in Italia nel 1850. Attraverso cimeli, oggetti, quaderni e attrezzature, è un memoriale che racconta l'incredibile professione di Guida Alpina, la cui storia si fonde con quella di Courmayeur.



2800 mt

6 Plan Gorret

Strada del Villar, dopo alcune centinaia di metri si trasforma in Strada per Plan Gorret: una lunga strada a tornanti che si inoltra nel bosco e permette una passeggiata rinvigorente nel pieno della natura. Lungo la strada c'è la Baita Plan Gorret per fermarsi a fare uno spuntino. I più volenterosi potranno salire sino in cima, dove, al termine della strada c'è il Ristorante Baita Ermitage.



3200 mt



I PERCORSI DEL BENESSERE



7 Parco Bollino

Scendendo verso il centro di Courmayeur si incontra il parco Bollino. Questo parco pubblico non è come gli altri parchi che troviamo sparsi nelle nostre città e paesi. Gli abeti e le altre conifere sparse nei giardini, tra vialetti curati e giochi per bambini, sono infatti alberi della flora locale che fanno di questo parco il punto di congiunzione perfetto tra natura e città.

600 mt



8 Tour Malluquin

Tour Malluquin è un'icona del centro storico di Courmayeur. La sua presenza è attestata sin dal XIII secolo. Purtroppo l'interno non è visitabile se non in occasione di mostre ed eventi.

350 mt

9

Ritorno a Hotel de l'Ange

Se dopo questa piacevole camminata ti è venuta un po' di fame guarda le nostre nuove ricette del benessere

www.oliocuore.it



I PERCORSI DEL BENESSERE