

DAL RIFUGIO COLLE DEL LYS A SANT'AMBROGIO DI TORINO

Partenza: **Rifugio Colle del Lys (m. 1311)**

Arrivo: **Sant'Ambrogio di Torino (m. 353)**

Lunghezza: **m. 20400**

Tempo di percorrenza: **h 7**

Dislivello in salita: **m. 480**

Dislivello in discesa: **m. 1500**

La tappa conduce nella bassa val di Susa dallo spartiacque che separa quest'ultima dalla val di Viù.

Dal piazzale del colle del Lys, scendete per breve tratto la strada provinciale n. 197 in direzione Viù, quindi svoltate in salita a sinistra per l'altra strada, dapprima asfaltata e dopo un albergo ristorante sterrata, che conduce al colle della Frai (segnavia n. 570, bolli bianco-rossi, indicazioni Sentiero della libertà).

Dal colle della Frai (m. 1337) scendete mediante il sentiero (bolli bianco-rossi, indicazione per Favella) che costeggia le pendici del monte Rognoso attraverso una fitta faggeta. Giunti a borgata Suppo (m. 1244, ore 1), scendete su strada sterrata fino al bivio alla vostra destra prossimo alla cappella della Nubbia (m. 1146). Seguite il sentiero in leggera discesa fino al torrente Messa, attraversate quest'ultimo ad un guado disagiata e risalite su mulattiera il bosco di latifoglie sul versante opposto. Nei pressi di un'edicola votiva, riprendete a scendere su una strada sterrata che inizia presso l'alpe Curello, superate la borgata Franchino (m. 1188, ore 1 e 55') e raggiungete un tornante verso sinistra, all'interno del quale si trova un cippo commemorativo di sei partigiani.

A metà tornante, abbandonate la sterrata e imboccate la traccia (bolli rossi, freccia in legno con indicazione per Rotchi Courbi) che, a destra, s'inoltra nel bosco di latifoglie e costeggia le vicinissime e diroccate muande Bonavero. All'altezza di un'edicola votiva, abbandonate la traccia per il sentiero protetto da un muretto a secco che dovete seguire in salita. Oltrepassate varie abitazioni con un percorso in ripida ascesa, raggiungete infine una bella mulattiera (segnavia n. 570b, bolli bianco-rossi) che dovete seguire verso sud-ovest superando due rii e alcuni gruppi di edifici montani in rovina.

Nei pressi di una casa rurale isolata, evitando di seguire i bolli rossi in discesa nel bosco, costeggiate l'edificio sul lato verso valle raggiungendo le muande Soffietti (m. 1146, ore 2 e 40') e la strada asfaltata che va risalita fino alle muande Praiasse (m. 1239), dalle quali inizia il sentiero (segnavia n. 577, bolli bianco-rossi) che sale al colle La Bassa (Pra dou col), lieve depressione posta tra le alte valli dei torrenti Messa e Sessi dove è presente un pannello informativo della sentieristica locale (m. 1439, ore 3 e 30').

Imboccate il sentiero che scende in direzione sud sul versante del colle opposto a quello usato per la salita e che dovete seguire fino al termine della tappa (segnavia n. 571, bolli bianco-rossi). Avendo cura di evitare la deviazione a sinistra verso il monte Sapei, dopo aver oltrepassato alcuni tratti franosi e un passaggio su roccette che richiede qualche attenzione entrate in un fitto bosco di latifoglie. Superata località Fontana Barale (m. 1334), pervenite all'abitato di Comba (m. 1063) dove presso un lavatoio inizia la strada asfaltata che occorre seguire in discesa fino alla frazione Celle di Caprie (m. 991, ore 5 e 30').

In prossimità della chiesa della frazione, nei pressi del rifugio Rocca Sella, immettetevi in un'altra strada asfaltata e seguitela verso est ancora in discesa. All'inizio dell'abitato di Case inferiori, abbandonate la strada per riprendere a destra il sentiero nel bosco (ancora segnavia n. 571, bolli bianco-rossi). Il tracciato - con direzione da nord-ovest a sud-est, in lieve pendenza e solo per brevi tratti posto su strada sterrata o asfaltata - tocca la borgata Sala (m. 608), la cappella di San Pancrazio (m. 547), il punto panoramico de La Seia (m. 563) e la Torre del Colle (m. 405). Giunti sul fondovalle, dovete attraversare dapprima la strada statale n. 25 e quindi il torrente Dora Riparia su una passerella, transitare sotto l'autostrada A32 e infine raggiungere per strada sterrata il centro dell'abitato di Sant'Ambrogio di Torino (ore 7).