

Sommaire

Préface	5
Indications touristiques	10
Randonnées dans le Val d'Aoste	14
Informations et adresses	18
Du côté sud des Alpes du Valais	21
1 D'Issime à Niel	26
2 Col de Valdobbia, 2480 m	28
3 Testa Grigia, 3314 m	30
4 Lac Gabiet	32
5 Alta Luce, 3185 m	34
6 De St-Jacques au Col de Pinter, 2777 m	36
7 Pian di Verra	38
8 Du Val d'Ayas au Col de Théodule, 3317 m	40
9 De St-Jacques à Valtournenche	42
10 Mont Zerbion, 2722 m	44
11 Au pied du Cervin	46
12 De Valtournenche vers la Vallée de St-Barthélemy	48
13 Torgnon et Chamois	50
14 A travers le haut Valtournenche	52
15 A travers le massif du Lusency	54
16 Becca d'Aver, 2469 m	58
17 Lacs paisibles dans le Valpelline	60
18 D'Ollomont vers la vallée du Gd. St- Bernard	62
19 Becca di Viou, 2856 m	64
20 Aoste – promenade historique	66
21 Vers le Mont-Blanc	68
22 Lacs de Fenêtre	70
23 Mont Fallère	72
24 Val Ferret	74
25 Tête entre deux sauts, 2729 m	76
Du côté italien du massif du Mont-Blanc	78
26 Vers le Mont Favre, 2967 m	80
27 Du Val Veny vers la Thuile	82
28 Petit Mont-Blanc, 3424 m	86
Dans le massif du Rutor	88
29 Tête d'Arpy et Lac d'Arpy	90
30 Cascades et glaciers sous le Rutor	92

31 Région sauvage sous le Mont Paramont	96
32 Tour Ronde	98
33 Val Grisenche – Val di Rhêmes	100
34 Aux abords du désert de glace	102
35 Punta Bioula, 3414 m	104
36 Rhêmes – Eaux Rousses	106
37 Vers Piano del Nivolet	108
38 Mont Taou Blanc, 3438 m	110

Dans le massif nord du Paradiso	112
39 A travers le coeur du massif du Paradiso	114
40 Au-dessous du Gran Paradiso	116
41 Punta Rossa, 3630 m	118
42 Vallon d'Urtier – Vallée des cascades	120
43 Au-dessus de la vallée de Cogne	122
44 Lac d'Arbole et Monte Emilius, 3559 m	124
45 Finestra di Champorcher, 2828 m	126
46 Laghi di Lussert, 2721 – 2907 m	128
47 Dans le Parc Naturel du Mont Avic	130

Les grands chemins sur les hauteurs (Alta Via)	131
48 Le Grand Chemin des Walser	132
49 Alta Via 1 (Gressoney – Courmayeur)	134
50 Alta Via 2 (Courmayeur – Champorcher)	136

Index alphabétique	138
---------------------------------	------------