



CERVINO in ESTATE 2021 SUMMEREVENTS



12>18
LUGLIO
2021



settimana del CERVINO

Una settimana di manifestazioni
che celebrano l'icona di tutte le montagne
del mondo - il Cervino - e puntano a far
riscoprire l'estate in montagna offrendo
sette giorni ricchi di appuntamenti
dal 12 al 18 luglio.

*A week of events that celebrates Mount
Cervino, the Matterhorn, a symbol and
mountain icon worldwide, and aims to
rediscover the mountain during the summer
by offering seven full days of activities
from 12 - 18 July*



#settimanadelcervino

INFO

Consorzio Cervino Turismo +39 0166 940986 | info@breuil-cervinia.it

Office du Tourisme: Valtournenche +39 0166 92029 | Breuil-Cervinia +39 0166 949136 | cervino@turismo.vda.it



Cervino
cosa**Fare**
what to Do





MOUNTAIN BIKE E-BIKE

In un contesto unico al mondo, dove i verdi pascoli si riflettono nei ghiacciai perenni del Plateau Rosà, si sviluppa il Bike Park del Cervino, una variegata rete di sentieri appositamente studiati per i bikers. Uno speciale biglietto di risalita e oltre 100 km di sentieri dedicati alla discesa, passerelle e wall ride realizzati dai "bike patrol" del Cervino caratterizzano questa magnifica area di divertimento per gli amanti delle ruote grasse. Cresciuto in maniera significativa negli ultimi due anni, rappresenta una meta irresistibile per gli amanti della Mountain Bike di tutto il mondo. I suoi trail offrono discese interminabili (uno di questi con partenza dal ghiacciaio) con lunghezze e dislivelli negativi da record.

Possibilità di noleggiare bike ed e-bike nei negozi di Cervinia e Valtournenche.

MOUNTAIN BIKE | E-BIKE

In a unique setting, where green pastures are reflected in the perennial glaciers of the Plateau Rosa, the Bike Park del Cervino develops through a variegated network of paths especially designed for bikers. A special lift pass and more than 100 km of downhill trails, boardwalks and wall rides created by the Cervino's "biking patrols" characterise this magnificent fun area for lovers of fat wheel bikes. It has grown significantly over the last two years and is an irresistible destination for mountain bike lovers from all over the world. Its trails offer endless descents (one of them starting from the glacier) with record lengths and negative gradients.



Cervino SpA
+ 39 0166 944311
www.cervinia.it

Cervino
cosaFare



PH. Baptiste Vignaud





SCI ESTIVO

Ai 3.500 metri di Plateau Rosà (raggiungibile in funivia da Cervinia, con 3 impianti, in poco più di mezz'ora) si scia anche in estate. La quota elevata del ghiacciaio garantisce neve compatta per tutta la stagione, con piste di ogni livello. Le temperature più miti rispetto all'inverno, il sole che favorisce un'abbronzatura dorata e la possibilità di incontrare i grandi campioni dello sci alpino e dello snowboard che qui si allenano in vista delle gare internazionali sono ottime ragioni per trascorrere una vacanza sulla neve anche in estate, ai piedi del Cervino

SUMMER SKI

At 3,500 metres above sea level, at Plateau Rosà (which can be reached by cable cars from Cervinia in just over half an hour), you can ski in summer too. The glacier's high altitude guarantees well-compacted snow all season, with slopes that suit all levels of ability. Here is Europe's highest snow park, where the best downhill skiing teams train. Above all, the higher temperatures compared to those in winter, the warm sun that's perfect for sunbathing and the speed and ease with which you can reach Plateau Rosà from Cervinia are all excellent reasons for spending a holiday in the snow even in summer, at the foot of the Matterhorn.

Cervino SpA
+39 0166 944311
www.cervinia.it

Scuola di Sci del Cervino
+39 0166 948744

Scuola di Sci Breuil
+39 0166 940960

Scuola di Sci Ride'em
+39 0166 948532

Scuola di Sci Valtournenche
+39 0166 92515

Cervino
cosaFare





GOLF CLUB DEL CERVINO

Ai piedi del Cervino, circondati da un panorama unico per bellezza ed esposizione, in estate si gioca sul campo a 18 buche del Golf Club del Cervino, il più alto d'Italia. Il percorso, un PAR 69 di 5.300 metri, si snoda a fianco del torrente Marmore, partendo dal centro abitato di Breuil-Cervinia.

GOLF CLUB DEL CERVINO

This has been a must for golf enthusiasts since 1955: an 18-hole golf course (PAR 69, 5.300 meters long) with a breathtaking view of the Matterhorn. Open all summer, golf is the perfect sport to follow the 3,000 metre skiing of Plateau Rosà.

Golf Club del Cervino
+ 39 0166 949131
www.golfcervino.it

PARAPENDIO

Chi non ha mai sognato di poter volare? Un volo in tandem con un parapendio vi permette di immergervi in un altro mondo. Fidatevi totalmente dell'esperienza del vostro istruttore che vi accompagnerà, e lasciatevi prendere da un sentimento di assoluta libertà.

PARAGLIDING

No crowds, only you, the sail and a blue sky to let your imagination run wild and give you a taste of pure freedom. Come fly with us; you don't need any license to savour the emotion of the flight because there is a qualified instructor who will lead you in extreme security

Fans De Sport
+ 39 335 457155
www.fansdesport.it

Cervino
cosaFare





ALPINISMO

Nella valle del Cervino l'alpinismo non solo è un'attività, è storia, è leggenda. Ogni anfratto di roccia racconta di imprese eroiche, trasuda, ieri come oggi, di pura passione, di scoperta e di avventura.

Le Guide del Cervino, con la loro professionalità, sono da sempre i migliori amici di cordata sia per principianti che per esperti.

MOUNTAIN CLIMBING

This is the undisputed realm of mountain climbing, presided over by His Majesty the Matterhorn. Here mountain climbing isn't just an activity, it is history and legend. Every rocky crevice tells the tale of heroic enterprises and oozes pure passion, today as it did in the past.

The Matterhorn's Alpine Guides, with their professionalism, are always the best friends you can have in a rope team, or even on simple excursions to explore and get to know the surrounding territory.

Società Guide del Cervino
+39 0166 948169
www.guidedelcervino.com

VIE FERRATE

Le vie ferrate sono pareti rocciose attrezzate con scalini, ponti tibetani e funi con l'obiettivo di rendere più facile la salita su falesie verticali. Con le Guide del Cervino passerete una mezza giornata indimenticabile in piena sicurezza.

VIE FERRATE

The "Via ferrata" is a mass of rock faces equipped with metal steps, ladders, suspension bridges and steel cable rails fixed to the rock aiming to help climb the vertical cliffs. With the presence of a mountain guide you will spend an unforgettable day in total security.

Cervino
cosaFare





TREKKING

Più di 200 chilometri di sentieri creano una rete di passeggiate ai piedi del più nobile scoglio delle Alpi, il Cervino. Ci sono percorsi per tutti i gusti, dai trekking d'alta quota a sentieri per famiglie, dalle salite impervie alle passeggiate per chi vuole semplicemente ammirare panorami incredibili, senza fare troppa fatica.

TREKKING

Over 200 kilometres of hiking trails, from those at high altitude to those for families or walkers who just want to stroll and relax, surrounded by countryside and silent woods, following well-posted trails featuring breathtaking views.



Office du Tourisme
+ 39 0166 949136
+ 39 0166 92029

NORDIC WALKING

Il Nordic Walking è una camminata dinamica che coinvolge attivamente, con l'utilizzo di appositi bastoncini, il 90% dei muscoli del corpo, consumando più calorie della camminata normale. E' facile da praticare in ogni stagione e luogo, poco costoso, salutare e divertente.

NORDIC WALKING

Nordic Walking is a dynamic approach that involves actively walking with the use of special sticks and 90% of the muscles of the body, consuming more calories than normal walking. It's easy to do in every season and location, inexpensive, healthy and fun.

Scuola Italiana
Nordic Walking
+39 333 2350817
+39 338 9256990

Cervino
cosaFare





Cervino
cosa**Fare**



TRAIL RUNNING

"Correre in assoluta sicurezza, sotto lo sguardo vigile del maestoso Monte Cervino."

MountainConnection asd nasce da un gruppo di professionisti della montagna, appassionati di trail running e di attività outdoor. Organizza corsi di trail running, gare e manifestazioni di trail/skyrunning. La valorizzazione del territorio e l'estrema varietà dei percorsi della Valle del Cervino, permette lo svolgimento di un'attività sportiva assolutamente unica, estremamente piacevole, allenante e coinvolgente.

"Run in absolute safety, under the watchful eye of the mighty Matterhorn". MountainConnection asd was created by a group of mountain professionals who are passionate about trail running and outdoor activities. It organises trail running courses, races and trail/skyrunning events. The enhancement of the territory and the extreme variety of trails in the Matterhorn Valley, allows a unique sporting activity to be developed which is extremely pleasant, good training and challenging.

MountainConnection asd
+39 348 1906482
www.mountainconnection.it

PARCO AVVENTURA

Il parco avventura per i bambini e ragazzi è situato all'interno dell'area pic-nic di Breuil-Cervinia, vicino al parco giochi, sopra il tunnel di entrata in paese.

ADVENTURE PARK

The adventure park for children and teens is located inside Breuil-Cervinia's picnic area, next to the play park, above the entry tunnel to the village.

Borna dou djouas
+39 320 1196734
+39 335 7566413
anteparcoavventura@gmail.com



PESCA SPORTIVA

Immerso nel verde di una splendida area naturale sorge il Fishing Club Cervinia, un luogo che regala una vista mozzafiato sull'imponente Cervino. Situato a pochissimi minuti di auto dal centro del Breuil, il Club, dotato di ampio parcheggio, vi permetterà di rilassarvi pescando grazie all'attrezzatura messa a disposizione per i clienti.

Il frutto della vostra pesca potrà poi essere affidato alle mani esperte della squadra in cucina che lo trasformerà in un piatto squisito per il vostro palato.

SPORT FISHING

Surrounded by a beautiful natural area is the Fishing Club Cervinia, a place that offers a breathtaking view of the Matterhorn. Located only a few minutes by car from the center of Breuil-Cervinia, the Club, with its large car park, will allow you to relax while fishing thanks to the equipment specially made available for clients. The fruit of your fishing will then be entrusted to the expert hands of the kitchen team who will transform it into a delicious dish.

Fishing Club Cervinia
+39 333 773 6581

EQUITAZIONE

A Valtournenche e Breuil-Cervina gite escursionistiche e lezioni per adulti e bambini.

HORSE RIDING

In Valtournenche and Breuil-Cervinia try the horseback trails and lessons, suitable for adults and children.

+39 339 6474958

Cervino
cosaFare





Cervino
cosa**Fare**



CENTRO SPORTIVO

Il centro sportivo di Valtournenche ha tutto quello che serve per esaudire le vostre richieste. Una piscina coperta, utilizzata anche dalla Nazionale Italiana di Nuoto, mini golf, campo da tennis scoperto, una sala pesi e una palestra per giocare a calcetto, basket e pallavolo. Per i più pigri è disponibile una zona benessere con area relax e massaggi, l'ideale per rigenerarsi dopo una nuotata o una partita a calcetto.

SPORT CENTER

The indoor pool in Valtournenche, 25 X 10 meters, is equipped with 5 lanes and has a depth ranging from 120 to 180 cm. The center also offers tennis court, mini golf, weight room and a gym to play soccer, basketball and volleyball. There is also a wellness area with relaxation room and massages service.

Centro Sportivo di Valtournenche
+ 39 0166 92698
www.cdsports.it



TENNIS

Giocare a tennis in quota è un ottimo allenamento e una perfetta occasione per abbronzarsi. A Breuil-Cervinia i campi sono in zona Planet, all'inizio della strada che porta dal paese al rifugio Oriondè. A Valtournenche il campo del Centro Sportivo Polivalente si trova in centro. Possibilità di lezioni individuali e di gruppo.

TENNIS

You can play on outdoor tennis courts in Breuil-Cervinia, located at the beginning of the road that leads from Cervinia to the Oriondè refuge, and in Valtournenche in the sports complex. Private and group lessons are available.

Office du Tourisme
+ 39 0166 949136
+ 39 0166 92029



SALETTE SUMMER PARK

Adiacente l'arrivo della telecabina (comodissimo da raggiungere) un attrezzato campo giochi consente il massimo del divertimento ai bambini, concedendo agli adulti quel giusto relax coccolati dall'aria frizzante dei duemila metri. Il "Summer Park" è dotato di una pista di snowtubing estivo di 124 metri per discese con ciambelle, oltre a due tappeti di risalita e altri vari tipi di giochi gonfiabili.

Orario: 10.00-16.30.

Situated at the arrival station of the Valtournenche cable car, a well-equipped playground offers the ultimate in fun for children, allowing adults to relax. The "Summer Park" is equipped with a snow-tubing track of 124 meters long for rides with inflatable tubes, two carpet lifts and other types of inflatables.

Opening Hours: 10.00-16.30

Biglietti / Tickets

a/r in cabinovia con ingresso a park
cable car return ticket with park entrance
normale € 15,00

junior (nati dopo il 31/10/2005) € 13,00

baby (nati dopo il 31/10/2013) € 5,00

Solo ingresso al park / only park entrance
normale € 7,00

junior (nati dopo il 31/10/2005) € 7,00

baby (nati dopo il 31/10/2013) € 5,00

AREE GIOCO

A Breuil-Cervinia e Valtournenche sono disponibili diverse aree, private e comunali, dedicate ai più piccoli.

PLAY AREAS

In Breuil-Cervinia and Valtournenche there are several areas, private and public, dedicated to children's play.

Office du Tourisme
+ 39 0166 949136
+ 39 0166 92029

Cervino
cosa**Fare**



Segui i
consigli di
BOK

Follow
Bok's
advise



AIUTACI A TENERE PULITA LA MONTAGNA

*HELP US KEEP OUR
MOUNTAINS CLEAN*



COMUNE | COMMUNE
VALTOURNENCHE



CERVINO
SKI PARADISE



**PORTAMI
A CASA**

*TAKE ME
HOME*



**IL VERO AMICO
SI VEDE NEL MOMENTO
DEL BISOGNO**

*CLEAN
IT UP*



**NON GETTARMI
NELLA NATURA**

DON'T LITTER



AREE PIC-NIC

Nel comune di Valtournenche sono presenti 4 aree pic-nic (Breuil-Cervinia, Perrères, Champlève e Maën) attrezzate con griglie e tavoli per pranzi al sole in compagnia.

PICNIC AREAS

In the municipality of Valtournenche there are 4 picnic areas (Breuil-Cervinia, Perrères, Champlève and Maën) equipped with grills and tables for lunches with friends.

BREUIL-CERVINIA

A due passi dal paese (sopra la galleria), la zona pic-nic attrezzata si trova accanto al parco avventura e all'area giochi per bambini.

A stone's throw from the town (near the tunnel), you can cook a barbeque while your kids play here, where there's an adventure playground for young children as well

PERRERES

Area attrezzata con vista sulle Grandes Murailles, situata in un pianoro attraversato dal torrente Marmore dove il sole non manca mai.

The area enjoys a view of the Grandes Murailles mountain range from a meadow where the sun shines all day long.

CHAMPLEVE

Lungo la strada che porta al piccolo borgo di Cheneil (assolutamente da visitare), sorge una tra le più belle aree di tutta la valle per una grigliata estiva.

Along the road that takes you to the small town of Cheneil (definitely worth visiting), is one of the most beautiful areas of the entire valley for a summer barbeque.

MAEN

Sulle sponde del lago, dove l'ombreggiatura degli alberi rende il caldo sempre sopportabile.

On the banks of the lake, the trees always offer shade which makes the heat bearable.

Office du Tourisme
+ 39 0166 949136
+ 39 0166 92029

Cervino
cosaFare



Cervino
in **Attività**
activity





Cervino
inAttività

ATTIVITÀ CON LE GUIDE ALPINE DEL CERVINO

ACTIVITIES WITH CERVINO MOUNTAIN GUIDES

Breuil-Cervinia | Valtournenche

- Salita al Cervino / Matterhorn climbing
- Alpinismo / Mountaineering
- Canyoning
- Arrampicata in falesia / Rock climbing
- Vie ferrate
- Prima salita a 4.000 (Breithorn)
First ascent to 4.000 (Breithorn)
- Tour del Cervino (5 GG)
Cervino tour (5 DAYS)
- Tour del Monte Rosa (6 GG)
Monte Rosa tour (6 DAYS)
- Corso base di arrampicata (2 GG)
Basic level climbing course (2 DAYS)
- Corso di iniziazione all'alpinismo (2 GG)
Mountaineering beginner course (2 DAYS)

Info & prenotazioni / Info & booking

+39 0166 948169

www.guidedelcervino.com

NORTH WEST MTB ACADEMY

Breuil-Cervinia | h 10→17 | Lun → Dom

Dal 19/06 al 19/09

La North West MTB Academy è la prima accademia di Mountain Bike della Valle del Cervino con sede a Breuil-Cervinia. I corsi per adulti e bambini si tengono dal 19 Giugno al 19 Settembre: lezioni private, collettive (LU-VE dalle 10.00 alle 13.00), tour guidati, corsi stagionali.

The North West MTB Academy is the first MTB school in the Cervino's Valley based in Breuil-Cervinia. The summer courses, for children and adults, start from 19th June and they last until 19th September: private lessons, group lessons (MO-FR from 10.00 to 13.00), guided tours, seasonal courses.

Info e prenotazioni / booking

+39.333.2862782

northwest.mtbacademy@gmail.com





ESCURSIONE CICLOTURISTICA

Valtournenche

Dal 07/07 al 15/09 | Tutti i mercoledì

Escursione pomeridiana sulla balconata di Valtournenche con accompagnamento di una guida
BIKE EXCURSIONS ACCOMPANIED BY A NATURE GUIDE

Costo a persona adulto / price per person adult:
€ 15,00 (con noleggio bici / with bike rental € 30,00)

Costo a persona junior / price per person junior:
€ 10,00 (con noleggio bici / with bike rental € 20,00)

Info e prenotazioni / booking
+39.392.9053048



CERVINIA MTB EXPERIENCE

Breuil-Cervinia | Valtournenche

Presenti nella valle del Cervino dal 2010 offriamo tour guidati, organizzati nei minimi dettagli, per vivere un'esperienza indimenticabile in mountain bike.

- Lezioni in bike park
- E-bike tour per adulti e bambini
- Enduro tour
- Scuola di MTB per bambini e adulti
- Itinerari personalizzati

*Guided tours at the foot of the Matterhorn - Cervinia
Bike Park - Tailor made tours - E-bike tours*

Info e prenotazioni / booking
+39 338 5865016
www.cerviniamtbxperience.com



CAMMINANDO ALL'OMBRA DEL CERVINO

Valtournenche | Breuil-Cervinia

Dal 22/06 al 11/09 | Martedì-Giovedì-Sabato

Programma di tre escursioni settimanali nella Valtournenche

EXCURSIONS ACCOMPANIED BY A NATURE GUIDE

Costo a persona / price per person: € 20,00
(gratuito bambini sotto i 10 anni / free for children under 10)

Info e prenotazioni / booking
+39.392.9053048





Cervino
inAttività

CENTRI ESTIVI GRATUITI E A PAGAMENTO

Valtournenche | Breuil-Cervinia

Da anni il Club Des Sports di Valtournenche organizza centri estivi all'insegna dello sport e della multidisciplinarietà. Tutti i giorni, senza mai annoiarsi, una miriade di attività, coperte da assicurazione e organizzate secondo le normative vigenti.

CENTRO GRATUITO

**Dal 13/07 al 20/08 | Dal martedì al venerdì
h 14:30 → 18:00**

CENTRO A PAGAMENTO

**Dal 21/06 al 03/09 | Dal lunedì al venerdì
(pranzo incluso)**

ACTIVITIES FOR CHILDREN (FREE AND PAID)

FREE ACTIVITIES

13/07 → 20/08 / From Tuesday to Friday

Public Pool / h 02:30pm → 06:00pm

PAID ACTIVITIES

21/06 → 03/09 / From Monday to Friday (lunch included)

Info/booking: +39 0166 92698 | www.cdsports.it

CALCIO ESTATE CAMP

Maèn | Campo Sportivo

Dal 5/07 al 6/08 | Da lunedì al venerdì

Calcio, attività propedeutiche per i più piccoli, tennis, giochi e piscina con istruttori laureati in Scienze Motorie.

FOOTBALL SUMMER CAMP

Football, introductory activities for young children, tennis, games and swimming with fully qualified Sports Science instructors.

Costo settimana completa / Full week cost € 180,00

Prenotazioni / To book +39 347 043 6298

MERCATO ESTIVO

Valtournenche | h 8:00 → 14:00

Tutti i venerdì di luglio e agosto

Plan de la Glaee - Partenza telecabina

Breuil-Cervinia | h 8:00 → 14:00

Tutti i lunedì di luglio e agosto

Parccheggio Château

SUMMER MARKET | h 8:00 → 14:00

**Valtournenche | Plan de la Glaee | At the departure of
the cable car | Every Friday in July and August**

Breuil-Cervinia | Château Parking

Every Monday in July and August





WE SNOWBOARD SUMMER CAMP

Breuil-Cervinia

Dal 05/07 al 29/08

We Snowboard Cervinia A.S.D. organizza da anni Summer Camp di Snowboard per tutto il periodo estivo sul ghiacciaio di Plateau Rosà:

- Camp dal 05 luglio al 29 agosto, dalle 8,30 alle 13,30 in ghiacciaio

- settimane under 18, dal 05 al 10 luglio e dal 12 al 17 luglio con allenamento in ghiacciaio la mattina e attività ludico sportive al pomeriggio.

Pernottamento presso la nostra struttura. Tutti i nostri Camp e le nostre attività sono **RISERVATE** ad **ATLETI TESSERATI FISI**.

For many years, WE Snowboard Cervinia has been organizing Summer Camp on the Plateau Rosa glacier: - courses from 5th July to 29th August (in the morning from 8.30 to 13.30 on the glacier, the afternoon in the village); - weekly UNDER 18: 24 courses (5-10 July and 12-17 July); - tailor-made courses for adults.

Info e prenotazioni / booking
+39.333.3318606

info@snowboardcervinia.com



SUMMER SNOW CAMPS

Chi ha detto che si scia solo d'inverno? A Breuil-Cervinia, sui versanti italiano e svizzero del ghiacciaio di Plateau Rosà, la magia della neve conquista i suoi fan già dall'inizio di luglio. Il comprensorio, a 3480 metri, regala emozioni uniche e un panorama mozzafiato: 23 km di piste estive tutte per gli appassionati di sci, snowboard e freestyle, grazie allo "Snowpark Zermatt", snowpark molto apprezzato da rider italiani e stranieri.

The area, from 3480 m asl, also offers unique and breathtaking views: 23 km of summer ski runs for all enthusiasts, skiing and snowboarding disciplines and freestyle skiing thanks to the "Snowpark Zermatt", the snowpark appreciated by both Italians and foreigners.

Info e prenotazioni / booking
Cervino Tourism Management
Tel. +39 0166 940986
info@breuil-cervinia.it



Cervino
inAttività

VALLE SKI SUMMER CAMP

Breuil-Cervinia

E' pensato per vivere la montagna in estate a 360 gradi, per una vacanza ricca di sport all'aria aperta, divertimento e scoperta. Le attività per adulti e bambini si tengono dal 12 Giugno al 12 Settembre: Mattinata sugli sci o snowboard in ghiacciaio con maestro, noleggio e gita guidata con e-bike (casco incluso), nordic walking guidato (bastoni inclusi), lezioni di yoga individuali o di gruppo, allenamento funzionale e presciistica.

It is designed to live the mountain in summer at 360 degrees, for a holiday full of outdoor sports, fun and discovery. Our activities will be start from 12th June to 12th September: Morning skiing or snowboarding on the glacier with instructor, guided tour including e-bike rental (helmet included), guided nordic walking (sticks included), yoga and functional training classes.

Info e prenotazioni / booking:

+39 328 0649217 +39 339 7568578

+39 335 6479491

info@valleskiservice.it

FREEDOM SPORT E NATURA

Breuil-Cervinia

Fine giugno → 15 settembre

Bimbi dai 4 ai 12 anni

FREEDOM CAMP: Attività sportive e attività di laboratorio - FREEDOM PARK Tappeti elastici, giochi d'equilibrio, archie combact, solarium

Sports activities and fun for children

Costi / Prices:

7 Giorni / Days: € 250 - 5 Giorni / Days: € 170

Weekend: € 80 - Giornata / Day: € 40

Mezza Giornata / Half Day: € 25

Il prezzo è comprensivo di pranzo e merenda prima della fine dell'attività, tranne che per la mezza giornata.

Nel prezzo non è incluso il tesseramento Libertas obbligatorio, la cui cifra ammonta a € 15, da effettuare solo alla prima iscrizione.

The price includes lunch and a snack before the end of the activity, except for the half day.

Info e prenotazioni / booking:

+39 346 8007115

freedom.sport.natura@gmail.com





ESCURSIONI “TREKKING HABITAT”

TrekkingHabitat è un marchio che raccoglie l'esperienza trentennale della prima società attiva in Valle d'Aosta nel settore del turismo naturalistico a basso impatto e dell'educazione all'ambiente. Le escursioni si svolgono su tutto il territorio della Valtournenche ogni mercoledì secondo un calendario stabilito o su prenotazione.

Sono escursioni della durata di una giornata. Il pranzo normalmente è previsto al sacco o in rifugio alpino a seconda dei casi. Tariffa € 20 a persona, prenotazione obbligatoria entro le 12 del giorno precedente.

TrekkingHabitat is a society in the sector of naturalistic tourism with low environmental impact. One day excursions take place in Valtournenche area every Wednesday. Lunch is usually provided with a packed lunch or in an alpine refuge. Price per person € 20, reservation required by 12 noon of the previous day.

Info e prenotazioni / booking

+39 335 8118731

www.trekking-habitat.com



YOGA E' BENESSERE

Breuil-Cervinia | Maën

Benefici derivati dalla pratica dello Yoga sono l'aumento dell'elasticità e della flessibilità del corpo, il rafforzamento muscolare e la capacità di resistenza.

Breuil-Cervinia martedì e venerdì ore 09.00

Maën giovedì ore 16.00

YOGA IS WELL-BEING

Benefits derived from the Yoga practice is the increase of the body's elasticity, flexibility, muscle strengthening and resistance.

Breuil-Cervinia Tuesday and Friday 09.00

Maën Thursday 16.00

Costo a lezione / price per lesson: € 15

Info e prenotazioni / booking

+39 338 1905344





L'ANELLO DEL LUPO

Un ricercatore scientifico con un'esperienza decennale nello studio degli animali selvatici in natura e nella gestione e conservazione di tutte le risorse naturali ci parlerà del lupo in Valle d'Aosta, accompagnandoci lungo sentieri che si snodano nella cornice favolosa delle nostre montagne. Cercheremo di conoscere il nostro nuovo vicino di casa, di comprendere insieme il perché di alcuni suoi comportamenti, anche alla luce dei recenti episodi che si sono verificati nei nostri paesi.

Dislivello: tra i 200 e i 400 m a seconda dell'itinerario - Difficoltà: E - Durata: dalle ore 10 circa alle 15:30 compreso di pranzo al sacco e soste - Quota: 20 euro adulti e 15 euro ragazzi sotto i 14 anni - N. minimo partecipanti: 6 adulti

SEARCHING THE WOLF

Easy excursion suitable for families with children, where the main theme is the return of the wolf. We'll discover the real nature of this fascinating hunter through educational activities and games to play together. The areas for this excursion have been carefully chosen from those where the presence of this species has been most frequently reported.

Difference in altitude: 200 - 400 m depending by the itinerary - Difficulty: E - Time: 10.00-15.30 with stops and packed lunch - Cost: 20 euro adult and 15 euro Children under 14

Prenotazione entro le ore 12 del giorno precedente a info@guide-trek-alps.com
www.guide-trek-alps.com

PAYS DES ARTISANS

Valtournenche

14/07 - 04/11 | 18/25/08 | h 16.00 → 19.00

Visita negli ateliers di esperti artigiani di tradizione in Valtournenche.

Visit to the workshops of traditional craftsmen in Valtournenche.

Info e prenotazioni / Booking:

Office du Tourisme

+39 0166 949136 | +39 0166 92029





MAISON DE L'ALPAGE

Valtournenche

MUSEO APERTO con accompagnamento alla visita

h 14.30 → 18.30

Ingresso gratuito

MUSEUM guided tours

Free entry

Luglio | Dal 09 | Mer-Dom | July | From 9 | Wen-Sun

Agosto | Mar-Dom | August | Tue-Sun

Settembre | Fino al 19 | Ven-Sab | September | Until 19 | Fri-Sat

LABORATORI PER BAMBINI GRATUITI

(dai 6 ai 12 anni)

h 15.00 → 16.30 | 16.30 → 18.00

Prenotazione obbligatoria entro le ore 12.00

FREE WORKSHOPS FOR CHILDREN (6-12 YEARS)

Reservation required by 12.00

Luglio | Tutti i sabati | July | Every Saturday

Agosto | Tutti i mercoledì e sabato

August | Every Wednesday and Saturday

Settembre | Sabato 4 e 11 | September | Saturday 4th and 11th

L'ANTICO FORNO DI VALMARTIN.

UN'ESCURSIONE NELLA TRADIZIONE

h 09.30 → 12.30 | Costo € 5,00

Prenotazione obbligatoria entro le ore 18.00 del giorno precedente

VISIT TO AN ANCIENT OVEN

Price € 5,00 - Reservations required by 6.00 pm of the previous day

Luglio | Sabato 24 | July | Saturday 24th

Agosto | Sabato 7 e 28 | August | Saturday 7th and 28th

SERATA IN CASEIFICIO

h 20.00 → 22.00

Prenotazione obbligatoria entro le ore 12.00 - Costo € 5,00

VISIT TO A DAIRY

Price € 5,00 - Reservations required by 12.00

Luglio | Sabato 31 | July | Saturday 31th

Agosto | Sabato 14 | August | Saturday 14th

Settembre | Sabato 4 | September | Saturday 4th

Info e prenotazioni / Booking:

Maison de l'Alpage

Rascard d'Entrèves - Via Roma, 80 - Valtournenche

+39 348 8998866





12 | LUNEDÌ

H 17.00

APERTURA EDIZIONE 2021

EVENTO MUSICALE

Breuil-Cervinia | Via J. A. Carrel

Apertura ufficiale della Settimana del Cervino 2021, con una emozionante esibizione dal vivo con la **Banda di Chambave**

Musical Parade

14 | MERCOLEDÌ

ARTIGIANATO E TRADIZIONE

PAYS DES ARTISANS

Valtournenche | Fraz. Fontanaz

Visita guidata presso l'Atelier dell'artigiano e scultore **Gianguiseppe Barmasse**

Discover local artisans

Info e prenotazioni / Booking:

Office du Tourisme +39 0166 949136 | +39 0166 92029

16 | VENERDÌ

H 18.30

MOMENTO CULTURALE

IN PUNTA DI PIEDI

Valtournenche | Centro Congressi

CON: VIC, voce di Radio DeeJay ed Elena Casiraghi specialista in Alimentazione

MODERA: Hervé Barmasse

Ingresso libero, previa registrazione

Conference



17 | SABATO

MOSTRA DEI TROFEI

Breuil-Cervinia | Sotto il campanile della Chiesa

Organizzata dalla sezione Cacciatori di Valtournenche
Trophy exhibition

H 10.00

MOMENTO CULTURALE

A TU PER TU

CON I GRANDI DELLO SPORT

Valtournenche | Piazzetta delle Guide

MODERA: Luca Castaldini

Ingresso libero, previa registrazione

Interview with a sport champion

H 11.00

MOMENTO CULTURALE

PRESENTAZIONE LIBRO

"IL RITORNO DEL LUPO"

DI AIMÉ MAQUIGNAZ

Valtournenche | Piazzetta delle Guide

MODERA: Luca Castaldini

Ingresso libero, previa registrazione

Book presentation

H 11.30

MOMENTO CULTURALE

SICUREZZA IN MONTAGNA

Valtournenche | P.zzetta delle Guide

OSPITI: Marco Cavana e Maurizio Follini

MODERA: Luca Castaldini

Ingresso libero, previa registrazione

Conference

H 12.00

TAPPA DEL GIRO CICLISTICO

DELLA VALLE D'AOSTA

Valtournenche | Parking Paquier

Una delle corse a tappe per la categoria under 23 più importanti del mondo, con partenza a Valtournenche e arrivo a Breuil-Cervinia.

Bike competition

H 12.30

GASTRONOMIA E TERRITORIO

ACCUEIL À L'ALPAGE

Valtournenche | Alpeggio Batsé

Una giornata nell'alpeggio di Denis Pastore con musica e degustazioni tradizionali

A day at Denis's alpine pastureland, with traditional music and a chance to taste typical alpine products





12>18
LUGLIO
2021

settimana del cervino

H 15.00

MOMENTO CULTURALE PRESENTAZIONE LIBRO "ANTOINE MAQUIGNAZ" DI PATRICK ZANOLLI

Valtournenche | Piazzetta delle Guide

MODERA: Luca Castaldini

Ingresso libero, previa registrazione

Book presentation

H 15.30

PREMIAZIONE PROGETTO FOTOGRAFICO LA MONTAGNA AL SICURO

Valtournenche | Piazzetta delle Guide

MODERA: Luca Castaldini

Ingresso libero, previa registrazione

Photography contest award

H 16.00

MOMENTO CULTURALE L'ULTIMO CAPITOLO DEL CERVINO

Valtournenche | Piazzetta delle Guide

CON: Enrico Camanni, Don Paolo Papone
e Hervé Barmasse

MODERA: Luca Castaldini

Ingresso libero, previa registrazione

Conference

H 17.00

EVENTO MUSICALE I PIFFERI DI IVREA

Breuil Cervinia

Esibizione dal vivo

Musical parade

H 17.15

MOMENTO CULTURALE I DONI DELLA MONTAGNA

Valtournenche | Piazzetta delle Guide

CON: Valeria Margherita Mosca

MODERA: Luca Castaldini

Ingresso libero, previa registrazione

Conference

H 18.30

MOMENTO CULTURALE I VOLTI DELLA MONTAGNA

Valtournenche | Piazzetta delle Guide

OSPITI: Michil Costa, Vincenzo Torti

e Luca Castaldini

MODERA: Hervé Barmasse

Ingresso libero, previa registrazione

Conference

H 21.00

SERATA EVENTO

CERVINO - LA CRESTA DEL LEONE

Breuil-Cervinia | Cinéma des Guides

Hervé Barmasse introduce la visione del film

Ingresso libero, previa registrazione

Film preview

18 | DOMENICA

MOSTRA DEI TROFEI

Breuil-Cervinia | Sotto il campanile della Chiesa

Organizzata dalla sezione Cacciatori di Valtournenche

Trophy exhibition

H 14.00

EVENTO MUSICALE MUSICASTELLE

Breuil-Cervinia | Lago Goillet

Con Willie Peyote

Music concert



INFO & PRENOTAZIONI

CONSORZIO CERVINO TURISMO

+39 0166 940986 | info@breuil-cervinia.it

CAMPI BASE

SETTIMANA DEL CERVINO

VALTOURNENCHE | Piazzetta delle Guide

BREUIL-CERVINIA | Piazza della Chiesa

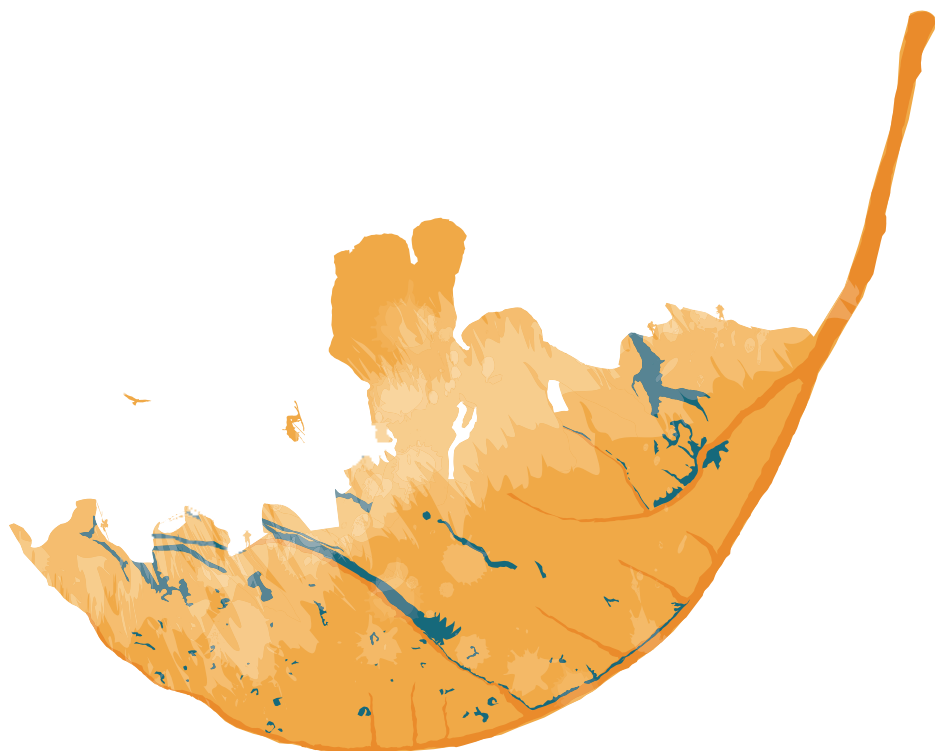
Segui gli aggiornamenti

www.cervinia.it/settimanadelcervino

[@settimanadelcervino](https://www.instagram.com/settimanadelcervino) | [#SDC2021](https://twitter.com/SDC2021)

Tutti gli eventi di Settimana del Cervino saranno disponibili in streaming presso il Centro Congressi di Valtournenche e il Campo Base di Breuil-Cervinia (piazzetta della Chiesa).





31.07 - 07.08 2021
BREUIL CERVINIA-VALTOURNENCHE
CHAMOIS E LA MAGDELEINE

XXIV CERVINO CINEMOUNTAIN

FESTIVAL INTERNAZIONALE DEL CINEMA DI MONTAGNA



24-25 LUGLIO

MAXIAVALANCHE 2021

Breuil-Cervinia

Spettacolare gara di downhill MTB da Plateau Rosa a Breuil-Cervinia

Spectacular downhill MTB race from Plateau Rosa to Breuil-Cervinia

25 LUGLIO

PRIMO RADUNO DEI NOSTALGICI - AUTO D'EPOCA

Valtournenche | Breuil-Cervinia | h 10:00

Ritrovo degli iscritti alle ore 10:00 in P.za Carrel a Valtournenche, a seguire: aperitivo, sfilata a Breuil-Cervinia e pranzo conviviale come da programma

Vintage cars meeting

info: sergiomeynet@libero.it



31 LUGLIO → 08 AGOSTO

XXIV CERVINO CINEMOUNTAIN

Breuil-Cervinia e Valtournenche

Festival Internazionale del Cinema di Montagna

International Mountain Cinema Festival

01 AGOSTO

BATAILLE DES REINES

Breuil-Cervinia

Arena Royaume des Reines du Cervin

Tradizionale combattimento non cruento tra bovine

Traditional fighting between cows

06 → 18 AGOSTO

TORNEO DI TENNIS

Valtournenche

Tennis tournament

06 → 08 AGOSTO

CHOCOMOMENTS

Breuil-Cervinia | Via Carrel

Mercatino e laboratori dedicati al cioccolato

Markets and workshops dedicated to chocolate

07 AGOSTO

FESTIVAL SUL LAGO

Maèn | h 12:00

Dalle ore 12.00 Street Food sulla riva del lago e giornata alla scoperta degli sport del Cervino con giochi per bambini e musica dal vivo.

Ore 19.00 sulle note del gruppo "Milleret Boniface Trio" ha inizio la serata delle stelle.

Ore 22.00 falò e dimostrazione dei vigili del fuoco.

Traditional evening under the shooting stars, with street food

MC TRAIL VALTOURNENCHE

Valtournenche | Breuil-Cervinia

Un'emozionante gara di trail running sui sentieri di Valtournenche e Breuil-Cervinia (32 Km 2000d+). Pranzo presso il lago di Maèn, in collaborazione con lo street food festival. Nel pomeriggio premiazione e mini trail per bambini.

Trail running competition (32 km 2000d+).

Info: mountainconnectionasd@gmail.com

Iscrizioni: www.wedosport.net

FESTIVAL AOSTA CLASSICA

Breuil-Cervinia | Chiesetta degli Alpini

Ore 16.00

Concerto con un artista della canzone italiana in collaborazione con RAI.

Diretta su RAI Radio Tutta Italiana e sui relativi social, ingresso gratuito.

Musical concert, free entrance



DEZARPA²⁰²¹ VALTOURNENCHE

Sabato
25 settembre
VALTOURNENCHE
MAËN

info

Offices du Tourisme

① Valtournenche +39 0166 92029
Breuil-Cervinia +39 0166 949136
cervino@turismo.vda.it

🌐 www.comune.valtournenche.ao.it
www.cervinia.it | www.lovevda.it

📍 Dezarpa 2021 – Valtournenche



COMUNE | COMMUNE
VALTOURNENCHE





14 AGOSTO

TORNEO DI TENNIS

(4° EDIZIONE MEMORIAL SILVIO & PINA)

Breuil-Cervinia

Tennis tournament

BATAILLE DES CHÈVRES

Breuil-Cervinia

Tradizionale combattimento non cruento tra capre

Traditional fighting between goats

15 AGOSTO

FESTA DELLE GUIDE ALPINE E DEI MAESTRI DI SCI

Breuil-Cervinia | h 10:00

Tradizionale sfilata, seguita dalla S. Messa

Traditional procession followed by Mass

16 AGOSTO

GIORNATA CON L'ALPINISTA E GUIDA ALPINA DEL CERVINO FRANÇOIS CAZZANELLI

SERATA AL CENTRO CONGRESSI DI VALTOURNENCHE

Valtournenche | Centro Congressi | h 21:00

A day with the noted and very experienced mountain guide François Cazzanelli.

19 AGOSTO

SERATA SUL TROFEO MEZZALAMA

Valtournenche | Centro Congressi | ore 21.00

Immagini mozzafiato, commentate da atleti ed esperti, della leggendaria gara di sci alpinismo da Breuil-Cervinia a Gressoney attraverso il Monte Rosa.

Evening dedicated to the famous ski mountaineering race "Trofeo Mezzalama"

20 AGOSTO

CERVINO FOOD MUSIC FEST

Breuil Cervinia | h 16:00

Dalle ore 16.00 merenda per bimbi con l'animazione degli artisti di strada.

Dalle ore 18.00 la via di Breuil Cervinia prende vita con Street food, Dj, musica dal vivo e negozi aperti fino a sera.

Street food & music in Breuil-Cervinia

21 AGOSTO

ACCUEIL À L'ALPAGE

Valtournenche | Alpeggio Dzandzoevé

Visita all'alpeggio e pranzo a base di prodotti tipici

Visit to a mountain pasture and lunch with typical products

29 AGOSTO

ION CUP

Breuil-Cervinia

Campionato amatoriale di mountain bike

Amateur mountain bike competition

04 → 05 SETTEMBRE

2° RADUNO LAND ROVER DEL CERVINO

Breuil-Cervinia

Land Rover show

12 → 18 SETTEMBRE

TOR DES GÉANTS

Valtournenche

Endurance Trail in montagna

Mountain Endurance Trail

25 SETTEMBRE

DEZARPA

Valtournenche

Tradizionale rientro dagli alpeggi delle mandrie dopo un'estate in alta montagna

Traditional return of the herds from the mountain pastures, after a Summer on the high slopes





10 LUGLIO

PAROLE ILLUMINATE DAL CERVINO

Valtournenche | Terrazza della Biblioteca | h17

L'autrice Federica Pession presenta il libro
"L'école de filage des Dames Chartreusine de
Mélan en Faucigny"

Book presentation

19 LUGLIO

SERATA IN RICORDO DELLA MESSA DI PAPA WOJTYLA

Valtournenche | Centro Congressi | h 20.30

Trentennale della messa di Papa Wojtyla a
Breuil Cervinia, Chiesetta degli alpini

Conference

21/28 LUGLIO

ATTIVITÀ PER BAMBINI

Valtournenche | Giardino della biblioteca

Laboratori per bambini

Workshops for children

24 LUGLIO

CHAMOISIC 2021

Valtournenche | P.za della Chiesa

Concerto musicale del gruppo "Linguamadre"

Musical concert

30 LUGLIO

SPETTACOLO TEATRALE

"IL SOGNO DEL PICCOLO GIGANTE DELLE MONTAGNE SAN BERNARDO D'AOSTA"

Lo spettacolo, frutto di approfondite ricerche
storiche, racconta la vita di San Bernardo. A cura
dell'Associazione Culturale Orizzonte Teatro

Theatre show

01→15 AGOSTO

SUPERCERVINO 15 BELLE IMMAGINI FOTOGRAFICHE

Breuil-Cervinia

15 belle immagini fotografiche stampate in camera
oscura dal Maestro ALESSANDRO VIARIGGI

Photo gallery

09 AGOSTO

CONFERENZA SOTTO LE STELLE

Valtournenche | loc. Champèlve | h 21.00

Conference

10 AGOSTO

PAROLE ILLUMINATE DAL CERVINO

Valtournenche | Centro congressi | h 21

L'autore Riccardo Crovetto presenta il libro "Leonardo
David - la leggenda del ragazzino campione".

Book presentation

12 AGOSTO

SPETTACOLO TEATRALE

"LE AVVENTURE DI PINOCCHIO"

Valtournenche | Centro Congressi | h 20.30

Uno spettacolo teatrale per bambini e famiglie a
cura del Teatro d'Aosta.

Theatre show

17/18 AGOSTO

SENTIERI D'AUTORE AI PIEDI DEL CERVINO

Presentazione letteraria e percorso guidato

Book presentation and guided tour

21 AGOSTO

SPETTACOLO TEATRALE

"M.E.N. REVISED" di Qu.bi Teatro

Valtournenche | h 21.00

Theatre show

23 AGOSTO

SPETTACOLO MUSICALE

Valtournenche | Piazzetta della Chiesa | 18.30

Musical concert

26/28 AGOSTO

PAROLE ILLUMINATE DAL CERVINO

Valtournenche | Terrazza della Biblioteca | h17

Presentazione libri | *Book presentation*



Biblioteca Comunale

di Valtournenche

Tel. +39 0166 92631

biblioteca@comune.valtournenche.ao.it





22 MAGGIO

S. RITA

Brengaz

Santa Messa ore 11:30

Holy Mass

29 GIUGNO

SS. PIETRO E PAOLO

Promindo

Santa Messa ore 11:00

Holy Mass

04 LUGLIO

**COMMEMORAZIONE
BATTAGLIONE MONTE CERVINO
Chiesetta degli Alpini | Breuil-Cervinia**

Procession and Holy Mass

15 LUGLIO

**COMMEMORAZIONE
CADUTI DEL LYSKAMM
Rifugio Vuillermoz-Perucca**

Santa Messa ore 11:30

Holy Mass

16 LUGLIO

B. V. M. DEL CARMELO

Cheperon

Santa Messa ore 10:30

Holy Mass

26 LUGLIO

SANT'ANNA

La Manda

Santa Messa ore 11:00

[ritrovo all'arrivo della telecabina ore 09:30]

Holy Mass

02 AGOSTO

SAN DOMENICO SAVIO

Clavalité

Santa Messa ore 11:30

[ritrovo alla Barma ore 09:00]

Holy Mass

04 AGOSTO

MADONNA DELLA NEVE

Cignana

Santa Messa ore 11:00

[ritrovo a Perrères ore 08:00]

Holy Mass

05 AGOSTO

FESTA PATRONALE

Breuil-Cervinia

Santa Messa ore 11:15

Holy Mass

09 AGOSTO

MADONNA DELLA SALETTE

Euillaz

Santa Messa ore 11:00

Holy Mass

14 AGOSTO

PREPARAZIONE MARIANA

Gran Sornetta

Santa Messa ore 11:30

Holy Mass

14 AGOSTO

ASSUNZIONE

Chiesa Parrocchiale Valtournenche

Santa Messa ore 21:15

Holy Mass

16 AGOSTO

SAN ROCCO

Vt Parrocchiale

Santa Messa ore 20:00

Holy Mass

28 AGOSTO

FESTA PATRONALE CHENEIL

Cheneil

Santa Messa ore 11:00

Holy Mass

29 SETTEMBRE

S. MICHELE

Vt Parrocchiale

Santa Messa ore 11:00

Holy Mass



ALPINE X

SIGHTSEEING ROUTE
CERVINIA X ZERMATT



2021 | 2022

“la visione
diventa
realtà”

“the vision
becomes
reality”



Charamello Visualdesign&art

 **CERVINO**
SKI PARADISE

 **MATTERHORN**
ZERMATT BERGBAHNEN

www.cervinia.it
www.matterhornparadise.ch



BREUIL-CERVINIA

APERTURA IMPIANTI DI RISALITA

Dal 26 maggio al 19 settembre 2021

ORARI

12/06 → 25/06

Prima salita da Breuil-Cervinia	Ore 07:15
Ultima discesa da Plateau-Rosà	Ore 15:45
Ultima discesa da Plan Maison	Ore 16:10

26/06 → 15/08

Prima salita da Breuil-Cervinia (6:30 per alpinisti)	Ore 07:00
Ultima discesa da Plateau-Rosà	Ore 16:00
Ultima discesa da Plan Maison	Ore 16:25

16/08 → 29/08

Prima salita da Breuil-Cervinia (7:00 per alpinisti)	Ore 07:30
Ultima discesa da Plateau-Rosà	Ore 16:10
Ultima discesa da Plan Maison	Ore 16:40

30/08 → 19/09

Prima salita da Breuil-Cervinia	Ore 07:30
Ultima discesa da Plateau-Rosà	Ore 16:00
Ultima discesa da Plan Maison	Ore 16:25

TARIFE BIGLIETTI

Giornaliero internazionale	€ 45,00
Giornaliero mtb	€ 27,00/30,00
Andata/ritorno:	
Breuil-Cervinia → Plateau Rosa	€ 33,00

ATTIVITÀ

Sci estivo su ghiacciaio | Snowpark Zermatt
Mountain bike | Bike park
Trekking | Salite panoramiche

OPENING OF THE LIFT FACILITIES

From 26th May to 19th September 2021

OPENING TIME

12/06 → 25/06

First ascent from Breuil-Cervinia	H 07:15
Last descent from Plateau-Rosà	H 15:45
Last descent from Plan Maison	H 16:10

26/06 → 15/08

First ascent from Breuil-Cervinia (6:30 for mountaineers)	H 07:00
Last descent from Plateau-Rosà	H 16:00
Last descent from Plan Maison	H 16:25

16/08 → 29/08

First ascent from Breuil-Cervinia (7:00 for mountaineers)	H 07:30
Last descent from Plateau-Rosà	H 16:10
Last descent from Plan Maison	H 16:40

30/08 → 19/09

First ascent from Breuil-Cervinia	H 07:30
Last descent from Plateau-Rosà	H 16:00
Last descent from Plan Maison	H 16:25

LIFT PASS TARIFFS

Daily international skipass	€ 45,00
Daily mtb lift pass	€ 27,00/30,00
Round trip lift pass	
Breuil-Cervinia → Plateau Rosa	€ 33,00

ACTIVITY

Summer Skiing on the Glacier | Zermatt snowpark
Mountain bike | Bike park
Trekking | Panoramic ascents

#CervinoMountainParadise

Per altre tipologie di biglietti e tariffe www.cervinia.it







VALTOURNENCHE

APERTURA IMPIANTI DI RISALITA

dal 26 giugno al 5 settembre 2021

ORARI

09.00-17.00

TARiffe BIGLIETTI

Andata/ritorno:
Valtournenche → Salette € 10,00

ATTIVITÀ

Trekking
Salite panoramiche
Parco giochi

OPENING OF THE LIFT FACILITIES

from 26th June to 5th September 2021

OPENING TIME

09.00-17.00

LIFT PASS TARIFFS

Round trip lift pass:
Valtournenche → Salette € 10,00

ACTIVITY

Trekking
Panoramic ascents
Playground

#CervinoMountainParadise

Per altre tipologie di biglietti e tariffe www.cervinia.it



il CERVINO ti aspetta
anche in INVERNO

#CERVINOSKIPARADISE



SERVIZI BUS

ORARI
FERMATE *TIMETABLE*

servizi di
trasporto pubblico

**Spostati
in autobus,
rispetta
l'ambiente!** *Use the
shuttle service,
Save
the planet!*



CERVINO
CERVINIA - ZERMATT
VALTOURNENCHE

Valle d'Aosta

arriva savda
a company



17/07/2021 → 31/08/2021		CHAMPLEVE ↑ CORSE IN SALITA / UPHILL TRIP							
FERMATA / STOP		GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG
Maën	- Centrale CVA	9.00	-	-	-	-	-	-	-
Valtournenche	- P.zza Carrel	9.05	10.05	11.05	12.05	15.00	16.20	17.40	19.00
Valtournenche	- P.zza Cav. Vittorio Veneto (Bar Berthod)	9.07	10.07	11.07	12.07	15.02	16.22	17.42	19.02
Valtournenche	- Plan de la Galea (Biglietteria Ovovia Cime Bianche)	9.10	10.10	11.10	12.10	15.05	16.25	17.45	19.05
Valtournenche	- Chaloz superiore	9.12	10.12	11.12	12.12	15.07	16.27	17.47	19.17
Valtournenche	- Bringaz 1	9.15	10.15	11.15	12.15	15.10	16.30	17.50	19.20
Valtournenche	- Bringaz 2	9.17	10.18	11.17	12.17	15.12	16.32	17.52	19.22
Valtournenche	- Bivio Laviel	9.19	10.20	11.19	12.19	15.14	16.34	17.54	19.24
Valtournenche	- Champlève	9.22	10.22	11.22	12.22	15.17	16.37	17.57	-
Valtournenche	- La Barma (Cheneil)	9.25	10.25	11.25	12.25	15.20	16.40	18.00	-

LEGENDA / LEGEND

Si effettua tutti i giorni / Daily

COSTO 1 € (CORSO GRATUITA PER BAMBINI FINO AD ANNI 6)

Pausa pranzo : 13.00/15.00

Non si eseguono fermate al di fuori di quelle in programma

Non si effettuano corse se non nell'orario concordato

Per trasporto cani e biciclette chiamare il numero info

Non si prendono prenotazioni

I minori devono essere accompagnati

Capienza max 4 pax (5 se dello stesso nucleo familiare)

E' OBBLIGATORIO L'USO DELLA MASCHERINA

Per info: 0166.92029 Office du Tourisme

17/07/2021 → 31/08/2021		CHAMPLEVE ↓ CORSE IN DISCESA / DOWNHILL TRIP							
FERMATA / STOP		GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG
Valtournenche	- La Barma (Cheneil)	9.35	10.35	11.35	12.35	15.40	17.00	18.20	
Valtournenche	- Champlève	9.38	10.38	11.38	12.38	15.43	17.03	18.23	
Valtournenche	- Bivio Laviel	9.41	10.41	11.41	12.41	15.46	17.06	18.26	
Valtournenche	- Bringaz 2	9.43	10.43	11.43	12.43	15.48	17.08	18.28	
Valtournenche	- Bringaz 1	9.45	10.45	11.45	12.45	15.50	17.10	18.30	
Valtournenche	- Chaloz superiore	9.48	10.48	11.48	12.48	15.53	17.13	18.33	
Valtournenche	- Plan de la Galea (Biglietteria Ovovia Cime Bianche)	9.50	10.50	11.50	12.50	15.55	17.15	18.35	
Valtournenche	- P.zza Cav. Vittorio Veneto (Bar Berthod)	9.53	10.53	11.53	12.53	15.58	17.18	18.38	
Valtournenche	- P.zza Carrel	9.55	10.55	11.55	12.55	16.00	17.20	18.40	
Maën	- Centrale CVA	-	-	-	-	-	-	-	18.45





TREK BUS

CERVINO | MONTE ROSA VALLE DEL CERVINO > VAL D'AYAS > VALLE DI GRESSONEY
Matterhorn | Monte Rosa Matterhorn Valley > Ayas Valley > Gressoney Valley

Servizio di trasporto a chiamata
su prenotazione dedicato alla clientela
amante del trekking.
Il servizio è garantito
con un minimo di 3 persone.

ORARI

Partenze al mattino
dalle ore 6.00 alle ore 9.30
Rientri nel tardo pomeriggio
dalle ore 16.00 alle ore 18.30

TARiffe

Collegamento intervallivo

- € 25 per gli adulti;
- € 10 per i bambini dai 4 ai 14 anni compiuti;
- gratis per i bambini da 0 a 3 anni;
- € 25 trasporto solo bagagli (min. 3 bagagli).
- Collegamento intravallivo € 10 per gli adulti;
- € 5 per i bambini dai 4 ai 14 anni compiuti;
- gratis per i bambini da 0 a 3 anni;
- € 10 trasporto solo bagagli (min. 3 bagagli).

PRENOTAZIONI

La prenotazione dovrà avvenire almeno
il giorno prima recandosi nelle sedi dei
rispettivi Consorzi o telefonando al numero
+39 0166 940986 nei seguenti orari:
08.30-12.30 / 14.30-16.30.

DAL 18 GIUGNO
FROM 18 JUNE

AL 12 SETTEMBRE
TO 12 SEPTEMBER

Transfer service on demand dedicated
to trekking lovers.
The service is guaranteed
with a minimum of 3 passengers.

TIMETABLE

Departure from 6 am to 9.30 am
Return in the late afternoon
from 4 pm to 6.30 pm

PRICES

Transfer from one valley to another

- € 25 adults;
- € 10 children from 4 to 14 years;
- free for children aged 0-3 years;
- € 25 luggage transfer only

Transfer within the same valley

- € 10 adults;
- € 5 children from 4 to 14 years;
- free for children aged 0-3 years;
- € 10 luggage transfer only

BOOKING

The transfer service must be booked not
later than the day before the departure,
by directly going to the local Consortium
Office or calling +39 0166 940986
at the following times:
08.30-12.30 / 14.30-16.30.



01/07/2021 → 31/08/2021		CIELO ALTO ↑↓ CORSE IN SALITA - CORSE IN DISCESA / UPHILL TRIP - DOWNHILL TRIP																	
		GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG
Breuil-Cervinia	- Terminal Bus ☉	6:45	8:00	8:30	9:00	9:30	10:30	11:30	12:30	13:45	14:30	15:00	15:30	16:40	17:30	18:00	18:45	19:30	20:30
Breuil-Cervinia	- Hotel Breithorn	6:46	8:01	8:31	9:01	9:31	10:31	11:31	12:31	13:46	14:31	15:01	15:31	16:41	17:31	18:01	18:46	19:31	20:31
Breuil-Cervinia	- Cervinia Carabinieri	6:49	8:04	8:34	9:04	9:34	10:34	11:34	12:34	13:49	14:34	15:04	15:34	16:44	17:34	18:04	18:49	19:34	20:34
Breuil-Cervinia	- Lago Blu	6:51	8:06	8:36	9:06	9:36	10:36	11:36	12:36	13:51	14:36	15:06	15:36	16:46	17:36	18:06	18:51	19:36	20:36
Breuil-Cervinia	- Carosello	6:52	8:07	8:37	9:07	9:37	10:37	11:37	12:37	13:52	14:37	15:07	15:37	16:47	17:37	18:07	18:52	19:37	20:37
Breuil-Cervinia	- Lago Blu	6:53	8:08	8:38	9:08	9:38	10:38	11:38	12:38	13:53	14:38	15:08	15:38	16:48	17:38	18:08	18:53	19:38	20:38
Breuil-Cervinia	- Bivio Cielo Alto	6:54	8:09	8:39	9:09	9:39	10:39	11:39	12:39	13:54	14:39	15:09	15:39	16:49	17:39	18:09	18:54	19:39	20:39
Breuil-Cervinia	- Cristallo	6:57	8:12	8:42	9:12	9:42	10:42	11:42	12:42	13:57	14:42	15:12	15:42	16:52	17:42	18:12	18:57	19:42	20:42
Breuil-Cervinia	- Club Med	6:58	8:13	8:43	9:13	9:43	10:43	11:43	12:43	13:58	14:43	15:13	15:43	16:53	17:43	18:13	18:58	19:43	20:43
Breuil-Cervinia	- Euro Hotel	6:59	8:14	8:44	9:14	9:44	10:44	11:44	12:44	13:59	14:44	15:14	15:44	16:54	17:44	18:14	18:59	19:44	20:44
Breuil-Cervinia	- Schuss	7:00	8:15	8:45	9:15	9:45	10:45	11:45	12:45	14:00	14:45	15:15	15:45	16:55	17:45	18:15	19:00	19:45	20:45
Breuil-Cervinia	- 2 Torri	7:04	8:19	8:49	9:19	9:49	10:49	11:49	12:49	14:04	14:49	15:19	15:49	16:59	17:49	18:19	19:04	19:49	20:49
Breuil-Cervinia	- Schuss	7:06	8:21	8:51	9:21	9:51	10:51	11:51	12:51	14:06	14:51	15:21	15:51	17:01	17:51	18:21	19:06	19:51	20:51
Breuil-Cervinia	- Euro Hotel	7:07	8:22	8:52	9:22	9:52	10:52	11:52	12:52	14:07	14:52	15:22	15:52	17:02	17:52	18:22	19:07	19:52	20:52
Breuil-Cervinia	- Club Med	7:08	8:23	8:53	9:23	9:53	10:53	11:53	12:53	14:08	14:53	15:23	15:53	17:03	17:53	18:23	19:08	19:53	20:53
Breuil-Cervinia	- Funivie Bivio	7:12	8:27	8:57	9:27	9:57	10:57	11:57	12:57	14:12	14:57	15:27	15:57	17:07	17:57	18:27	19:12	19:57	20:57
Breuil-Cervinia	- Terminal Bus ☉	7:13	8:28	8:58	9:28	9:58	10:58	11:58	12:58	14:13	14:58	15:28	15:58	17:08	17:58	18:28	19:13	19:58	20:58

LEGENDA / LEGEND

GG Sieffettua tutti i giorni / Daily

Periodo Sieffettua dal 01/07/2021 al 31/08/2021 / From 1 July 2021 to 31 August 2021

AUTOLINEA: ↑ CHATILLON > BREUIL-CERVINIA

	GG	GG	GG	GG	GG	FEST	FER	GG	GG	FER	FEST	GG
Châtillon - Stazione F.S. 🚉	5:20	6:05	7:00	9:20	11:25	13:35	13:35	14:10	15:25	17:30	17:40	19:25
Châtillon - Zona Industriale	5:21	6:06	7:01	9:21	11:26	13:36	13:36	14:11	15:26	17:41	17:41	19:26
Châtillon - I.P.R.A.	5:22	6:07	7:02	9:22	11:27	13:37	13:37	14:12	15:27	17:42	17:42	19:27
Châtillon - Rist. Rendez Vous							13:38					
Châtillon - Carabinieri							13:38					
Châtillon - Panorama							13:39					
Saint-Vincent - Casinò							13:40					
Saint-Vincent - Autostazione 🚏							13:40			17:35		
Saint-Vincent - Casinò							13:41			17:35		
Châtillon - Panorama							13:42			17:36		
Châtillon - Carabinieri							13:42			17:36		
Châtillon - Rist. Rendez Vous							13:44			17:38		
Châtillon - Stazione F.S. 🚉										17:41		
Châtillon - Zona Industriale										17:42		
Châtillon - I.P.R.A.										17:42		
Châtillon - Autostazione 🚏	5:25	6:10	7:05	9:25	11:30	13:40	13:45	14:15	15:30	17:45	17:45	19:30
Châtillon - Chaméran	5:30	6:15	7:10	9:30	11:35	13:45	13:50	14:20	15:35	17:50	17:50	19:35
Châtillon - Sez de Val	5:32	6:17	7:12	9:32	11:37	13:47	13:52	14:22	15:37	17:52	17:52	19:37
Antey-Saint-André - Champlong	5:33	6:18	7:13	9:33	11:38	13:48	13:53	14:23	15:38	17:53	17:53	19:38
Antey-Saint-André - Covalou	5:35	6:20	7:15	9:35	11:40	13:50	13:55	14:25	15:40	17:55	17:55	19:40
Antey-Saint-André - Lies Bivio	5:39	6:24	7:19	9:39	11:44	13:54	13:59	14:29	15:44	17:59	17:59	19:44
Antey-Saint-André - Moulin-Antey	5:39	6:24	7:19	9:39	11:44	13:54	13:59	14:29	15:44	17:59	17:59	19:44
Antey-Saint-André - Poste	5:40	6:25	7:20	9:40	11:45	13:55	14:00	14:30	15:45	18:00	18:00	19:45
Antey-Saint-André - Ufficio del Turismo 🏠	5:40	6:25	7:20	9:40	11:45	13:55	14:00	14:30	15:45	18:00	18:00	19:45
Antey-Saint-André - Bivio Torgnon	5:41	6:26	7:21	9:41	11:46	13:56	14:01	14:31	15:46	18:01	18:01	19:46
Antey-Saint-André - Poutaz	5:43	6:28	7:23	9:43	11:48	13:58	14:03	14:33	15:48	18:03	18:03	19:48
Antey-Saint-André - Fiernaz	5:45	6:30	7:25	9:45	11:50	14:00	14:05	14:35	15:50	18:05	18:05	19:50
Antey-Saint-André - Buisson	5:47	6:32	7:27	9:47	11:52	14:02	14:07	14:37	15:52	18:07	18:07	19:52
Maëñ - Bioley Bivio	5:52	6:37	7:32	9:52	11:57	14:07	14:12	14:42	15:57	18:12	18:12	19:57
Maëñ - Bioley Alta	5:53	6:38	7:33	9:53	11:58	14:08	14:13	14:43	15:58	18:13	18:13	19:58
Maëñ - Moulin	5:55	6:40	7:35	9:55	12:00	14:10	14:15	14:45	16:00	18:15	18:15	20:00
Maëñ - Maëñ	5:56	6:41	7:36	9:56	12:01	14:11	14:16	14:46	16:01	18:16	18:16	20:01
Valtournenche - La Servaz	5:58	6:43	7:38	9:58	12:03	14:13	14:18	14:48	16:03	18:18	18:18	20:03
Valtournenche - Farmacia	5:59	6:44	7:39	9:59	12:04	14:14	14:19	14:49	16:04	18:19	18:19	20:04
Valtournenche - Capoluogo 🏠	6:00	6:45	7:40	10:00	12:05	14:15	14:20	14:50	16:05	18:20	18:20	20:05
Valtournenche - Valtournenche Micro	6:01	6:46	7:41	10:01	12:06	14:16	14:21	14:51	16:06	18:21	18:21	20:06
Valtournenche - Cime Bianche	6:02	6:47	7:42	10:02	12:07	14:17	14:22	14:52	16:07	18:22	18:22	20:07
Valtournenche - Losanche Bivio	6:03	6:48	7:43	10:03	12:08	14:18	14:23	14:53	16:08	18:23	18:23	20:08
Valtournenche - Loz	6:04	6:49	7:44	10:04	12:09	14:19	14:24	14:54	16:09	18:24	18:24	20:09
Valtournenche - Singlín	6:05	6:50	7:45	10:05	12:10	14:20	14:25	14:55	16:10	18:25	18:25	20:10
Valtournenche - Gouffres des Bousserailles	6:07	6:52	7:47	10:07	12:12	14:22	14:27	14:57	16:12	18:27	18:27	20:12
Valtournenche - Perrères	6:09	6:54	7:49	10:09	12:14	14:24	14:29	14:59	16:14	18:29	18:29	20:14
Breuil-Cervinia - Carosello	6:14	6:59	7:54	10:14	12:19	14:29	14:34	15:04	16:19	18:34	18:34	20:19
Breuil-Cervinia - Lago Blu	6:16	7:01	7:56	10:16	12:21	14:31	14:36	15:06	16:21	18:36	18:36	20:21
Breuil-Cervinia - Cervinia Carabinieri	6:18	7:03	7:58	10:18	12:23	14:33	14:38	15:08	16:23	18:38	18:38	20:23
Breuil-Cervinia - Terminal Bus 🚏	6:20	7:05	8:00	10:20	12:25	14:35	14:40	15:10	16:25	18:40	18:40	20:25



AUTOLINEA: ↓ BREUIL-CERVINIA > CHATILLON

	FER	FEST	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG	GG
Breuil-Cervinia - Terminal Bus ●	6:25	6:25	7:15	8:15	10:25	13:05	14:45	16:15	17:15	19:15	20:30
Breuil-Cervinia - Cervinia Carabinieri	6:27	6:27	7:17	8:17	10:27	13:07	14:47	16:17	17:17	19:17	20:32
Breuil-Cervinia - Lago Blu	6:29	6:29	7:19	8:19	10:29	13:09	14:49	16:19	17:19	19:19	20:34
Breuil-Cervinia - Carosello	6:31	6:31	7:21	8:21	10:31	13:11	14:51	16:21	17:21	19:21	20:36
Valtournenche - Perrères	6:36	6:36	7:26	8:26	10:36	13:16	14:56	16:26	17:26	19:26	20:41
Valtournenche - Gouffres des Bousserailles	6:38	6:38	7:28	8:28	10:38	13:18	14:58	16:28	17:28	19:28	20:43
Valtournenche - Singlin	6:40	6:40	7:30	8:30	10:40	13:20	15:00	16:30	17:30	19:30	20:45
Valtournenche - Losanche Bivio	6:42	6:42	7:32	8:32	10:42	13:22	15:02	16:32	17:32	19:32	20:47
Valtournenche - Cime Bianche	6:43	6:43	7:33	8:33	10:43	13:23	15:03	16:33	17:33	19:33	20:48
Valtournenche - Valtournenche Micro	6:44	6:44	7:34	8:34	10:44	13:24	15:04	16:34	17:34	19:34	20:49
Valtournenche - Capoluogo ●	6:45	6:45	7:35	8:35	10:45	13:25	15:05	16:35	17:35	19:35	20:50
Valtournenche - Farmacia	6:46	6:46	7:36	8:36	10:46	13:26	15:06	16:36	17:36	19:36	20:51
Maën - Maën	6:49	6:49	7:39	8:39	10:49	13:29	15:09	16:39	17:39	19:39	20:54
Maën - Moulin	6:50	6:50	7:40	8:40	10:50	13:30	15:10	16:40	17:40	19:40	20:55
Maën - Bioley Alta	6:52	6:52	7:42	8:42	10:52	13:32	15:12	16:42	17:42	19:42	20:57
Maën - Bioley Bivio	6:53	6:53	7:43	8:43	10:53	13:33	15:13	16:43	17:43	19:43	20:58
Antey-Saint-André - Buisson	6:58	6:58	7:48	8:48	10:58	13:38	15:18	16:48	17:48	19:48	21:03
Antey-Saint-André - Fiernaz	7:00	7:00	7:50	8:50	11:00	13:40	15:20	16:50	17:50	19:50	21:05
Antey-Saint-André - Poutaz	7:02	7:02	7:52	8:52	11:02	13:42	15:22	16:52	17:52	19:52	21:07
Antey-Saint-André - Bivio Torgnon	7:04	7:04	7:54	8:54	11:04	13:44	15:24	16:54	17:54	19:54	21:09
Antey-Saint-André - Ufficio del Turismo ●	7:05	7:05	7:55	8:55	11:05	13:45	15:25	16:55	17:55	19:55	21:10
Antey-Saint-André - Poste	7:05	7:05	7:55	8:55	11:05	13:45	15:25	16:55	17:55	19:55	21:10
Antey-Saint-André - Moulin-Antey	7:06	7:06	7:56	8:56	11:06	13:46	15:26	16:56	17:56	19:56	21:11
Antey-Saint-André - Lies Bivio	7:06	7:06	7:56	8:56	11:06	13:46	15:26	16:56	17:56	19:56	21:11
Antey-Saint-André - Covalou	7:10	7:10	8:00	9:00	11:10	13:50	15:30	17:00	18:00	20:00	21:15
Antey-Saint-André - Champlong	7:12	7:12	8:02	9:02	11:12	13:52	15:32	17:02	18:02	20:02	21:17
Châtillon - Sez de Val	7:13	7:13	8:03	9:03	11:13	13:53	15:33	17:03	18:03	20:03	21:18
Châtillon - Chaméran	7:15	7:15	8:05	9:05	11:15	13:55	15:35	17:05	18:05	20:05	21:20
Châtillon - Autostazione ●	7:20	7:20	8:10	9:10	11:20	14:00	15:40	17:10	18:10	20:10	21:25
Châtillon - Rist. Rendez Vous	7:21										
Châtillon - Carabinieri	7:22										
Châtillon - Panorama	7:23										
Saint-Vincent - Casinò	7:24										
Saint-Vincent - Autostazione ●	7:25										
Saint-Vincent - Casinò	7:25										
Châtillon - Panorama	7:26										
Châtillon - Carabinieri	7:26										
Châtillon - Rist. Rendez Vous	7:27										
Châtillon - I.P.R.A.	7:28	7:23	8:13	9:13	11:23	14:03	15:43	17:13	18:13	20:13	21:28
Châtillon - Zona Industriale	7:29	7:24	8:14	9:14	11:24	14:04	15:44	17:14	18:14	20:14	21:29
Châtillon - Stazione F.S.	7:30	7:25	8:15	9:15	11:25	14:05	15:45	17:15	18:15	20:15	21:30

LEGENDA / LEGEND

GG	Si effettua tutti i giorni / Daily
FEST	Si effettua la Domenica e nelle Festività Nazionali / Sundays and National Holidays
FER	Si effettua nei giorni feriali / Weekdays

Cervino in Sicurezza



Decalogo per la sicurezza in alta quota

- 1) Preparazione fisica e tecnica** - Occorre valutare e curare attentamente la propria preparazione fisica e tecnica e l'allenamento nelle tecniche di ghiaccio e di roccia.
- 2) Alimentazione** - Assumere cibi di facile assimilazione, energetici, digeribili e leggeri da trasportare. Escludere bevande alcoliche e usare con moderazione bevande gassate.
- 3) Abbigliamento** - Prediligere un abbigliamento "a strati" per poter aumentare o ridurre la temperatura corporea a seconda delle circostanze. Prevedere difese da pioggia, neve, vento, sole e freddo.
- 4) Equipaggiamento e attrezzatura** - Casco, imbracatura, ramponi, ricambi, binocolo, lampada frontale, altimetro, bussola, termometro, telefono cellulare, GPS, cartine, Artva, sonda, pala, ecc.: da considerare di volta in volta quali sono necessari e/o indispensabili. Si raccomanda il controllo continuo dello stato delle corde, cordini, fettucce, rinvii, ecc.
- 5) Accompagnamento** - Si consiglia sempre di affidarsi all'esperienza di una Guida Alpina o quantomeno di chiedere informazioni presso la Società Guide del Cervino.
- 6) Informazioni** - Meteo e niveo devono essere controllate non solo prima di partire ma anche nei giorni che precedono la salita in programma, per accertarsi della tendenza del tempo. È utile interpellare la Soc. Guide del Cervino per accertarsi sullo stato della montagna e della via che si ha in programma di percorrere.
- 7) Pianificazione** - Non partire mai da soli. Scegliere l'impresa più adatta alle proprie reali possibilità e alle condizioni fisiche del momento. Tenere qualche giorno di margine e accertarsi dei tempi medi di salita e discesa.
- 8) Sicurezza** - In discesa curare in modo particolare le calate in corda doppia provando ancoraggi, cordini, moschettoni, corde, ecc. Prestare continua attenzione all'evolversi delle condizioni meteo e rispettare un orario.
- 9) Salute e igiene** - Evitare fumo, sostanze stupefacenti e stimolanti. Portare sempre nello zaino un kit di pronto soccorso d'emergenza.
- 10) Soccorso alpino** - Lasciare sempre detto su quali montagne e itinerari si è diretti. Avisare in caso di cambiamenti di programma all'ultimo momento. Memorizzare sul telefono i numeri di emergenza. Non mettere mai in pericolo la propria vita, quella dei compagni e dei soccorritori. Richiedere l'intervento del Soccorso Alpino (SA) chiamando il 112 solo in caso di estrema necessità.

Mountain Safety Guidelines

- 1) Physical and technical preparation** - It is important to assess and pay great attention to one's physical and technical preparation, and training in ice and rock techniques.
- 2) Diet** - Consume food that is easily assimilated, energy-giving, easy to digest and easy to carry. Avoid alcoholic beverages, and consume fizzy drinks with moderation.
- 3) Clothing** - Choose clothing applied in "layers" so as to increase or reduce one's body temperature according to circumstances. Carry protection against rain, snow, wind, sun and cold.
- 4) Equipment and tools** - Helmet, harness, crampons, spares, binoculars, front lamp, altimeter, compass, thermometer, cell phone, GPS, maps, Artva transceiver, probe, spade, etc.: decide which are necessary and/or indispensable on each occasion.
We recommend constant monitoring of the state of all ropes, cords, slings, quickdraws, etc..
- 5) Company** - We always recommend relying on the experience of an Alpine Guide, or at least requesting information from the Cervino Mountain Guide Association.
- 6) Information** - Weather and snow forecasts must be checked, not only just before setting off, but also in the days leading up to the planned ascent, to monitor weather trends. It helps to contact the Cervino Mountain Guide Association to verify the state of the mountain and the route that you plan to follow.
- 7) Planning** - Never set off alone. Choose the excursion most suited to your real capabilities and physical condition at the moment. Have a margin of a couple of days and check average ascent and descent times.
- 8) Safety** - When descending, pay particular attention to rappelling, checking all anchorages, cords, safety clips, ropes, etc. Pay constant attention to changing weather conditions and respect a timetable.
- 9) Health and hygiene** - Avoid smoke, drugs and stimulants. Always carry an emergency first aid kit in your backpack.
- 10) Mountain rescue** - Always leave word which mountains and routes you are heading for. Report any last-minute changes of plan. Memorise the emergency numbers on your phone. Never put your life, or that of your companions or of the rescue service, in danger. Request the assistance of the Alpine Rescue Services (Soccorso Alpini, SA) by dialling 112, only in real emergencies.

HIRE A GUIDE CLIMB **SAFE!**

**Mountain
Safety
Program**

Municipality of
Valtournenche

A **big
thank
you** from

Cervino Mountain
Rescue Service
Cervino Mountain Guides
Guardia di Finanza
Protezione Civile
Italian Red Cross



COMUNE | COMMUNE
VALTOURNENCHE



CERVINO
SKI PARADISE



Valle d'Aosta
Vallée d'Aoste

settimana
del **cervino**
12-18 LUGLIO 2021

VIVIAMO
VALTOURNENCHE
BREUIL-CERVINIA



Office du Tourisme

Valtournenche +39 0166 92029

Breuil-Cervinia +39 0166 949136

www.cervinia.it
www.comune.valtournenche.ao.it



Le modalità di partecipazione a tutti gli eventi
saranno subordinate alle norme anti Covid in
vigore nella data fissata.

