



**CLUB ALPINO ITALIANO
ARENZANO
GITA SOCIALE DOMENICA 5 LUGLIO
Lago inferiore del Frisson e Laghi degli Alberghi
Alpi Marittime**

Lago inf. del Frisson m. 2055

Lago degli Alberghi m. 2035

Dislivello 700 m. circa.

Tempo totale 5 - 5,30 ore circa più le soste.

Difficoltà E - EE (Nel tratto fra i due laghi)

Descrizione.

Percorso, in parte ad anello, sovrastato dalla bellissima piramide del Monte Frisson, prima si attraversa una bellissima faggeta poi si esce all'aperto tagliando con leggeri saliscendi e attraversando alcuni ruscelli. Alla testata del vallone si nascondono i laghetti, di piccole dimensioni ma molto graziosi e in ambiente severo. La salita ai laghi, come anche la discesa, non presenta alcuna difficoltà, ma il tratto di collegamento tra i 2 laghi è invece piuttosto impervio, con alcuni passaggi su rocce.

Luogo e ora di ritrovo e partenza: stazione FS di Arenzano ore 6,20 per compattare auto e partire alle 6,30.

Mezzi: auto proprie.

Equipaggiamento: da montagna, si consigliano scarponi o pedule adeguate, bastoncini, cappello o bandana, occhiali da sole, crema solare.

Note: pranzo al sacco. Possibilità di rifornirsi d'acqua alla fontana di partenza a Palanfre' o alle altre due site sul percorso, Gias Pianman e Gias Vilazzo.

Rientro previsto in serata.

Al rientro a Palanfre' si può acquistare ottimo formaggio del luogo e fare una merenda con degustazione formaggi e salumi locali, un dolce ed una bevanda a 10€, da confermare entro mercoledì 1 luglio perché giovedì mattina occorre informare il posto tappa/bar

*Arbergh sul numero dei presenti.
Gli interessati contattino i capigita*

Agnese Ferrari tel: 3401576168

Patrizia Malagamba tel: 3291147199

Percorso auto:

Autostrada SV-TO, Uscita casello di Mondovì, poi prendere per Cuneo
Svoltare per Limone (Colle di Tenda). Giunti a Vernante al semaforo svol-
tare a dx e imboccare la strada che sale a Palanfrè. Si parcheggia nell-
grande piazzale sulla destra, subito prima delle case del paese.

Ritorno riprendere autostrada a Mondovì.

Nota:

Il Lago degli Alberghi (spesso indicato con il nome provenza-
le *Lago degli Arbergh*) prende il nome dal termine dialettale/provenza-
le *albergo* (o *arbergo*), che non si riferisce alle strutture ricettive turi-
stiche, ma indica gli antichi ricoveri in quota dei pastori o gli ultimi pasco-
li.



