

Su e giù per la Valle di Cogne in sella a una mountain bike

notizia pubblicata **13 Giugno 2019** alle ore **11:40** nella categoria **Senza categoria**



La Valle d'Aosta offre una diffusissima rete di sentieri percorribili in mountain bike e in particolare la Valle di Cogne, un angolo di natura incontaminata nel cuore del Parco Nazionale del Gran Paradiso, rappresenta la meta perfetta per escursioni a due ruote a vari livelli. Non a caso Cogne ospita da anni la 'GranParadisoBike', appuntamento sportivo che ripercorre, in mountain bike, per un totale di 48 km con un dislivello di 1.500 m, parte dell'itinerario della celebre gran fondo di sci nordico MarciaGranParadiso.

Due le novità di quest'anno. Innanzitutto, la data: la manifestazione viene anticipata di 3 mesi, da settembre si sposta al 9 giugno, e inoltre, viene introdotta la prima gara valdostana a pedalata assistita, la Granparadiso e-bike, che partirà 15 minuti prima della GranParadisoBike granfondo. Il tutto verrà concluso con un allegro e conviviale pranzo sul prato di Sant'Orso.

Il giorno precedente invece, sabato 8 giugno, i protagonisti sono i piccoli biker con la Mini GranParadisoBike, una divertente gimkana nel prato di Sant'Orso per i bambini dai 5 ai 12 anni, e con la Strider Race con bici senza pedali per i più piccoli. L'iscrizione, a partire dalle 14.30, è gratuita. Il pomeriggio continua con intrattenimenti per bambini, la premiazione dei vincitori e una golosa merenda tipica per tutti.

Cogne offre l'occasione perfetta non solo per i più esperti, di allenarsi in vista della competizione, ma permette a tutti, bambini inclusi, di praticare un'attività sportiva entusiasmante, nel pieno rispetto della

natura. I più preparati athleticamente non possono perdersi il percorso che parte poco prima di Lillaz, attraversa il vallone dell'Urtier e giunge al Passo di Invergneux. Il dislivello e la difficoltà tecnica rende questo percorso adatto a bikers evoluti e dotati di mezzi adeguati.

Per chi è dotato di grande resistenza fisica, un percorso di 28 km con un dislivello di 1.000 m, da Lillaz porta fino al Rifugio Sogno di Berdzè per poi scendere passando dal lago Ponton.

Il Sentiero Natura che parte sempre da Cogne attraversando i prati di Sant'Orso e la frazione di Cretaz fino a Epinel è perfetto invece anche per i meno esperti, 15 km per un dislivello di 250 m, immersi completamente nel verde. In direzione opposta, sempre partendo da Cogne, si arriva a Lillaz su sentieri sterrati che attraversano il bosco fino all'altipiano di Sylvenoire, la fatica viene ampiamente appagata dalla visione delle cascate di Lillaz per poi ritornare a Cogne percorrendo la pedonale che costeggia il torrente Urtier, dopo 15 km con un dislivello di 500 m.

Alcuni tracciati sono anche percorribili con le e-bike disponibili per il noleggio a Cogne e occorre sempre prestare attenzione ad eventuali escursionisti lungo i percorsi in quanto i pedoni hanno sempre la precedenza.

La Valle di Cogne offre inoltre la possibilità di soggiornare in strutture ricettive particolarmente bike-friendly, grazie a servizi specifici per i clienti ospiti, dalla disponibilità di locali protetti per la custodia delle biciclette alla presenza di attrezzi per la manutenzione, riparazione e lavaggio, oltre alla possibilità per i ciclisti di scegliere un'alimentazione specifica, incluso il pranzo al sacco.

Per info e prenotazioni contattare: info@cogneturismo.it – www.cogneturismo.it