



Distanza progressiva	Tempo	Indicazioni	Lunghezza tratto
0 km	0h00	Dall'uscita autostradale di Châtillon Saint Vincent si gira a sinistra e seguendo le indicazioni per Cervinia si raggiunge la rotonda dove inizia la strada regionale per Breuil-Cervinia	1.800 km
1.800 km	0h05'	Alla rotonda girare a destra seguendo le indicazioni per Breuil-Cervinia	18.000 km
19.800 km	0h30'	Oltrepassare l'abitato di Maen poi girare a sinistra seguendo le indicazioni per Valmartin	0.800 km
20.600 km	0h35'	Si lascia l'auto nel parcheggio a fianco della cappella di Valmartin	

Dalla cappella di Valmartin si prosegue lungo la strada asfaltata per una ventina di passi fino ad arrivare alla scala dove inizia il sentiero per la diga di Cignana.

Seguendo i segnavia gialli si attraversa tutto il centro storico della frazione che conserva interessanti esempi di architettura rurale: i grenier costruiti con tavole di larice dove venivano conservate le derrate e i rascard utilizzati come fienili e per la battitura del grano. Quasi in fondo al villaggio, quando si scorge in fondo alla valle il laghetto di Maen scintillare sotto il sole, si sale sulla destra prendendo rapidamente quota dietro le case.

Il sentiero è completamente selciato, largo circa un metro e con le pietre lisciate dal prolungato passaggio di uomini e animali. All'altezza del bivio per Maen si incontrano i primi alberi: soprattutto noccioli, utilizzati un tempo per la fabbricazione dei cestini e delle gerle, poi frassini dal legno durissimo e alcuni ciliegi le cui foglie poco prima di cadere punteggiano il bosco di macchie rosso brillante.

Il sentiero si stringe leggermente, dove non vi sono muri di sostegno a monte o a valle sale leggermente incassato e stretto da bassi muretti in pietra a secco. La macchia diventa più fitta, l'ambiente umido favorisce la crescita degli ontani e di alcuni aceri, nel sottobosco prosperano ortica e geranio di montagna. Dopo il bivio per Barmasse il bosco si dirada.

Si percorre un lungo traverso panoramico dal quale si domina l'abitato di Valtourmenche. Si distingue il campo da tennis che copre la piscina e sulla destra, in alto, i prati di Promindoz, una radura che forma una macchia verde brillante interamente circondata dal verde più cupo del bosco che si interrompe solo sopra la conca di Cheneil. Sulla verticale di Promindoz si nota la sagoma affusolata della Becca Trecaré e alla sua sinistra il vallone innevato fino ad estate inoltrata che separa il Grand Tournalin dal Petit

Tournalin.

Quasi alla fine di questo piacevole tratto dalla modesta pendenza si attraversa una macchia di larici all'interno della quale il sottobosco è costituito quasi interamente da epilobi. Tra i tronchi leggermente anneriti da un vecchio incendio boschivo si intravedono i fabbricati della ex centrale di pompaggio di Promoron in cui l'acqua, proveniente dalla centrale di Perrères, veniva pompata fino alla diga di Cignana.

Dal sentiero si domina dall'alto il pianoro di Maen in fondo al quale il torrente Marmore si allarga in un piccolo lago artificiale. Verso sud chiude l'orizzonte la sagoma tozza del Barbeston la cui cima ricorda il profilo di una persona addormentata, sulla destra si vedono le cime frastagliate del Mont Ruvic e della Cima Nera.

Usciti dalla macchia si attraversa un pendio scoperto dove al colore rosato della rosa canina si contrappone il giallo intenso delle infiorescenze del tasso barbasso. Si passa su di una passerella in legno e dopo alcune curve si arriva a Promoron dove si incontra la pista ciclabile larga un paio di metri che porta alla centrale idroelettrica di Perrères. È un piacevole itinerario da percorrere in bicicletta: segue il tracciato del trenino che collegava i due impianti e grazie ad alcune gallerie e ad un bel ponte ad arco in legno lamellare si può percorrere tutto il fianco della vallata con una pendenza prossima allo zero.

Il panorama da Promoron è molto bello, si vedono tutte le cime dell'alta Valtourmenche dalla Motta di Plété alla Punta Trecaré, all'orizzonte scintilla sotto il sole il ghiacciaio del Ventina con davanti le torri calcaree delle Cime Bianche. A destra la Roisetta poi la Becca d'Aran, il Grand Tournalin, riconoscibile dal dentino formato dalla sua doppia vetta, il Piccolo Tournalin e la punta Trecaré, proprio sulla verticale del villaggio di Cheneil.

Il sentiero separa nettamente due mondi diversi, sulla destra due fabbricati rurali costruiti in pietra e legno, classici esempi di architettura tradizionale valdostana, sulla sinistra i fabbricati industriali costruiti nella prima metà del XX secolo per lo sfruttamento dell'energia idroelettrica con i tetti in metallo e i grandi muri intonacati.

Dal ponticello in ferro che superava la condotta forzata ora demolita si può abbracciare con uno sguardo tutto l'insieme di queste eterogenee costruzioni. Sulla destra il grande fabbricato che ospitava le pompe, dall'architettura imponente con i bordi massicci in pietra lavorata. A sinistra la casa del guardiano e la stazione di arrivo delle funivia che collegava la centrale di Maen con Promoron, costruita in cemento armato a vista. Ancora più a sinistra i vecchi fabbricati con i tetti in lose, le lastre di pietra utilizzate nelle coperture valdostane, muti testimoni di un mondo agricolo scomparso alla fine del XX secolo.

Si prosegue lungo il sentiero fino ad immergersi nell'ombra dei larici. Sotto una parete rocciosa si trova un ancoraggio in calcestruzzo: è da questo punto che partiva uno dei cavi della teleferica utilizzata durante i lavori per la sostituzione delle vecchie condotte forzate che collegavano la diga di Cignana con la centrale idroelettrica di Maen.

Il sentiero in questo tratto conserva ancora il selciato originario formato da pietre grandi e piccole accostate e lisciate da ripetuti passaggi di montanari ed escursionisti. Dopo alcune curve, quasi in vista del villaggio di Falegnon si vede sulla destra una croce di missione datata 1958. A lato del sentiero vi sono cespugli di ginepri e rododendri. Un tempo venivano estirpati per consentire la crescita di qualche pugno di erba in più; ora con l'abbandono degli alti pascoli questi arbusti ricoprono nuovamente i prati sui quali spiccano per forma e colore.

Si attraversa il pianoro dove si stende il villaggio di Falegnon (1925 m), un gruppo di case poste all'incrocio di cinque sentieri. Quasi tutte sono costruite in pietra intonacata, fa eccezione la prima sulla destra che ha una stanza costruita con tavole di larice a mo' di grenier. L'ultima sulla sinistra uscendo verso Cignana che è un rascard costruito con tronchi di larice nella parte superiore. Nel piano terreno costruito in pietra trovavano riparo i bovini. Uno dei fabbricati del villaggio presenta una inconsueta piccola aia coperta.

Uscendo dal villaggio si trova un cartello in legno dell'altavia 1 che indica la quota di questo piccolo gruppo di case. In pochi minuti si raggiunge il bivio dal quale si stacca sulla sinistra il sentiero per il lago di Cortina e il villaggio di Mont Perron. Si prosegue lungo il tracciato dell'altavia senza farsi spaventare dalle indicazioni erronee che ne riservano il transito ai soli escursionisti esperti. Sulla destra, all'inizio dell'estate, si vede una spettacolare fioritura di rododendri che coprono quasi completamente alcune strette strisce di verde strette tra le rocce. Qua e là alcune conifere coraggiose riescono a crescere trovando nutrimento nella poca terra che copre la parete rocciosa.

Dove si riprende a salire il sentiero in terra battuta diventa una bella scalinata. Si attraversano alcune pietraie sui gradini in pietra a secco costruiti alcuni anni fa dagli operai della regione. Sulla sinistra, in fondo al vallone, si vede il ponte che porta all'alpe Cortina e al villaggio di Mont Perron. Sotto di esso scorrono le acque del torrente Cignana, emissario del lago omonimo.

Risalendo con lo sguardo il suo corso appare la grande parete rocciosa sulla quale si trova il rifugio Barmasse: quando il rifugio è aperto una bandiera sventola sul pennone infisso nella parte più alta del poggio.

Si sale dolcemente, dall'altra parte del vallone si intravede un pezzo del sentiero che sale parallelo all'alta via verso il lago di Cortina, poi all'altezza di un pianoro sterza bruscamente e si immerge nel bosco. Ad un tratto appare sulla sinistra, in alto, la parte superiore del muro della diga. Poi, sulla destra, la punta curiosa del Monte Pancherot: sotto la vetta gli strati rocciosi sono piegati e inclinati verso l'alto e ricordano uno dei baffoni del re Vittorio Emanuele II, il primo re d'Italia.

Questa forma strana, arricciata, è dovuta alle enormi pressioni a cui è stata sottoposta la roccia quando si trovava a grande profondità, stretta nello scontro tra la zolla continentale africana e quella europea.

Subito prima di un ruscelletto si trova a fianco del sentiero il monumento alla galline che merita una citazione nella raccolta di arte alpina valdostana. Si tratta di una lastra di pietra dalla quale gli operai artisti dei cantieri forestali hanno ricavato con pochi tocchi sapienti la raffigurazione della regina del pollaio; ai piedi della diga di Cignana le sue discendenti forniscono ancora giornalmente l'ovetto fresco ai custodi dell'impianto. Si dice che il soggetto raffigurato dovesse essere un rapace colto nell'istante in cui divora la marmotta appena catturata ma, si sa, la critica è spesso feroce.

Mentre si attraversano i pascoli aumenta gradatamente la pendenza del sentiero, si cominciano a vedere verso sud le baracche utilizzate durante la

costruzione della diga, alle loro spalle il Mont Saleron (2823 m) con la Becca di Salé (3107 m) sulla destra.

A quota 2080 circa si raggiunge in un punto panoramica dal quale si domina tutto il vallone di Cignana. Tra il verde chiaro dei pascoli e le macchie più scure di alberi e cespugli spicca la linea chiara ed esile del sentiero. Su di un grosso mucchio di sassi sulla sinistra campeggia la palina della segnaletica escursionistica che indica di proseguire alla base della diga: così facendo si perde la bellissima passeggiata che percorre tutto il coronamento dello sbarramento. Si consiglia perciò di lasciare il tracciato dell'altavia in questo punto e seguire invece il sentiero non segnalato che si stacca sulla destra.

Si attraversa la strada ormai inerbata, pianeggiante, su cui erano posate le rotaie del carrello che saliva da Promoron e si prosegue fino ad arrivare ai piedi della sezione della diga costruita in pietra. In fondo al muro esterno, completamente rivestito di pietra a secco, si nota l'accesso ad una della gallerie di controllo che percorrono l'interno dello sbarramento.

Ancora pochi passi in salita verso destra e si arriva al coronamento del grande muraglione costituito da due parti ben distinte: la parte più bassa è stata realizzata in pietra e ha una pendenza esterna molto pronunciata, tanto che la si può percorrere agevolmente a piedi, quella più alta in calcestruzzo domina il fabbricato dei custodi che è costruito ai suoi piedi e trattiene gran parte delle acque del lago.

Dal centro della diga si vedono le cascate che scendono bianche di schiuma dai laghi della parte alta del vallone di Cignana, in fondo alla diga si vede lontanissima la cappella di Cignana costruita in ricordo del villaggio coperto dalle acque del lago artificiale. Sotto la diga si domina dall'alto il ponte in cemento armato che ha preso il posto di quello vecchio in legno: a causa della sua vetustà la struttura in legno era pericolante ed è stata purtroppo demolita. A fianco la casa del custode, con il pollaio da cui arrivano squillanti chicchirichi. Alle sue spalle l'accesso al tunnel che porta le condotte forzate fino alla centrale di idroelettrica di Maen.

Percorrendo tutto il coronamento si attraversa la diga e, attraversato un cancello che consente il transito pedonale, si arriva al Rifugio Barmasse, un rifugio privato, punto tappa dell'altavia 1, che sulla porta espone singolari annunci del tipo "No Telefono No Docce" "Per i panini se c'è tempo e se c'è pane". Numerosi escursionisti timidi, letti gli avvisi, optano per un panino en plein air nel timore di disturbare i gestori.

Alle spalle del rifugio, nel punto più alto di roccioni che cadono a picco verso il fondovalle, è stato edificato un pilastro utilizzato per le misurazioni. Da questo belvedere lo sguardo spazia oltre le Cime Bianche, verso il ghiacciaio che copre la Gobba di Rollin. Leggermente più a destra la Roisetta, il Grande e il Piccolo Tournalin, e poi tutte le cime che formano la catena tra la Valtouranche dalla Valle di Ayas. L'ultima cima visibile è il Monte Zerbion, reso piccolissimo dalla distanza.

In basso si vedono gli acquitrini sotto il villaggio di Cortina mentre il lago omonimo è nascosto da un poggio, sulla destra.

Nei pressi del rifugio vi sono alcune baracche abbandonate costruite ai tempi dalla SIP, la società idroelettrica piemontese e utilizzate in tempi più recenti come colonia estiva. All'interno di una di queste si trova una pittura murale che merita una citazione nella raccolta di arte alpina valdostana. È datata 30 luglio 1970 e rappresenta il viaggio verso Cignana di tre uomini, una bimba, un cane e un grande carrello carico di bagagli.

Qualche dato sulla diga di Cignana

I lavori vennero iniziati nel 1925 e si conclusero nel 1928. La diga è formata da due parti distinte.

Quella in calcestruzzo ha un'altezza che dal punto più basso delle fondazioni arriva a 58 metri e uno spessore alla base di 40. Quella in muratura di pietrame ha lo stesso spessore alla base ma è alta solo 24 metri.

Il lago contiene circa 16 milioni di metri cubi d'acqua che è circa la quantità di acqua potabile utilizzata in un anno nella Valle d'Aosta.

$(300 \text{ litri/uomo} * 120.000 \text{ residenti} * 365 \text{ giorni}) = \text{circa } 13 \text{ milioni di metri cubi}$

Curiosità

Un tempo si raggiungeva la diga di Cignana grazie ad un carrello trainato da cavi che scorreva sulle rotaie posate a fianco della condotta forzata. Poi, per ragioni di sicurezza, venne costruita la funivia ed infine, con una spesa ingente, una macchina speciale scavò il tunnel sotterraneo che collega Maen a Cignana, nel quale passano sia le condotte forzate che il personale addetto alla manutenzione e alla vigilanza.

A monte della stazione di pompaggio di Promoron si vede ancora il tracciato della condotta forzata ora smantellata che si unisce poco più in altro con quello dei carrelli che salivano fino alla diga di Cignana.

Tratta da: <http://digilander.libero.it/tapazovaldoten/index.html> - PAGINA DEL 22.07.2007

Questa opera di Gian Mario Navillod è pubblicata sotto una Licenza Creative Commons.