



## LANZO TORINESE - COL DEL LYS - SUSA

Tra le valli alpine più vicine a Torino



### INFO UTILI

LUNGHEZZA **75KM**

DISLIVELLO **1.291M**

ALTITUDINE MINIMA **348M**

ALTITUDINE MASSIMA **1.306M**

ADATTO BICI **STRADA/GRAVEL**

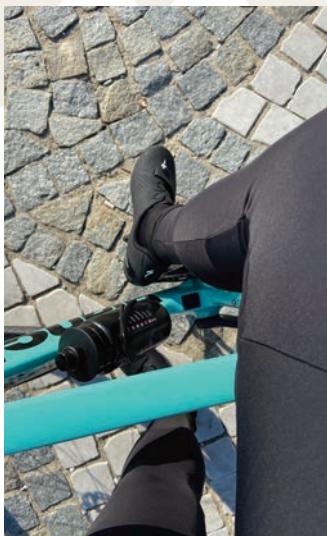
medio

TRACCIA GPX



**Strappi, mangia e bevi** risalendo le Valli di Lanzo. Poi lunga discesa verso Col del Lys e Susa, sulle strade del Giro all'ombra della Sacra di San Michele, simbolo del Piemonte.

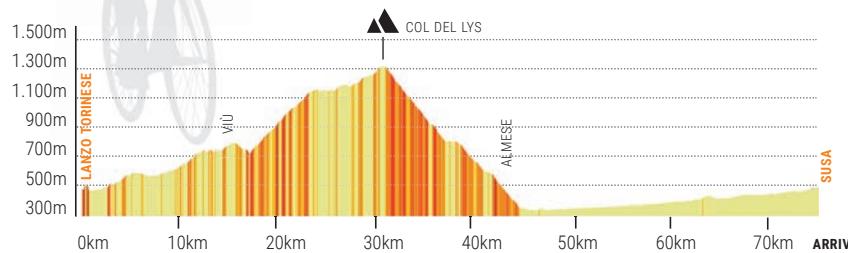
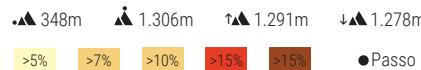




Il Giro d'Italia ha fatto questo percorso nel 2019, 13<sup>a</sup> tappa **Pinerolo-Ceresole Reale**, salendo proprio da Viù. Susa è stata invece città di tappa di tanti arrivi e partenze del Giro d'Italia. L'ultima nel 2018, con la partenza verso Cervinia.

### PERCORSO

Partiamo dal centro di Lanzo Torinese, in direzione Germagnano. Fuori dal centro abitato seguiamo le indicazioni per val di Viù. La strada tende subito a salire alternando dei tratti pianeggianti fino all'abitato di Viù. Un leggero tratto in discesa fino a Versino, svoltiamo a sinistra e iniziamo la salita del Col del Lys, 13,5km con una pendenza media del 4,3%. La lunga discesa ci conduce in valle Susa, passando per Rubiana arriviamo a Sant'Ambrogio di Torino. Qui svoltiamo a destra in direzione Susa. La strada è in leggera ascesa ma con pendenze dolci e pedalabili. Attraversiamo i paesi di Sant'Antonino di Susa e San Giorio di Susa. Dopo 10km in leggera ascesa arriviamo nel centro di Susa.



### Susa

Gioiello delle Alpi Cozie, Susa è il fulcro dell'intera Valle. Alcuni degli edifici storici della città sono il Castello della Contessa Adelaida, il Forte della Brunetta, la Torre del Parlamento e l'intero Borgo dei Nobili, che era abitato dalla nobiltà giunta a Susa al seguito dei Savoia. Da visitare inoltre la Basilica di San Giusto, divenuta cattedrale nel 1772, costruita a Susa per volontà del marchese di Torino Oldericu Manfredi, consacrata nel 1027 e divenuto poi monastero benedettino.

Il Museo Diocesano di Arte Sacra è tra i più importanti e significativi musei dell'arco Alpino ed ospita collezioni d'arte datate tra il VI e il XIX secolo.

### Richiaglio & i media

Nel 1983 in occasione della trasmissione TV "Superflash" lo scrittore e alpinista Lodovico Marchisio riuscì a coinvolgere il presentatore Mike Bongiorno, ottenendo sostanziosi contributi per il paese e per gli abitanti di Richiaglio, dopo che Mike lanciò un appello in TV. Anche Frate Indovino cercò di aiutare questo paesino nel tentativo di riedificare la Chiesetta in pietra di cui a tutt'oggi resta solo la facciata esteriore.

### ANELLO CERONDA PER MTB

L'Anello Ceronda MTB (ACM) è un itinerario ciclocursionistico che si estende per circa 80km con partenza da Lanzo Torinese. Attraversa i rilievi che costeggiano la Stura di Lanzo per poi risalire le valli del torrente Ceronda e del Casternone inerpicandosi in quota fino a raggiungere i sentieri tecnici intorno al Colle del Lys per poi scendere a valle. Si tratta di un itinerario suddiviso in 2 anelli principali, un tratto di collegamento e due varianti. L'anello è stato realizzato su iniziativa del GAL Valli di Lanzo Ceronda e Casternone, nell'ambito delle attività del progetto europeo ExplorLab.



### SACRA DI SAN MICHELE

#### Monumento simbolo del Piemonte

La Sacra di San Michele è un'antichissima abbazia costruita tra il



983 e il 987 sulla cima del monte Pirchiriano, a 40km da Torino. Riconosciuto monumento simbolo della Regione Piemonte e anche il luogo che ha ispirato lo scrittore Umberto Eco per il best-seller *Il nome della Rosa*. Dall'alto dei suoi torrioni si possono ammirare il capoluogo piemontese e un panorama mozzafiato della val di Susa. All'interno della Chiesa principale della Sacra, risalente al XII secolo, sono sepolti membri della famiglia reale di Casa Savoia. Dedicata al culto dell'Arcangelo Michele, difensore della fede e popolo cristiano, la Sacra di San Michele s'inscrive all'interno di una via di pellegrinaggio lunga oltre 2.000km che va da Mont Saint-Michel, in Francia, a Monte Sant'Angelo, in Puglia.

## UN TERRITORIO DA SCOPRIRE

### Torcelti di Lanzo

Sono un dolcetto tipico del Piemonte, di tradizione antichissima, dalle innumerevoli varianti, diventato un classico della pasticceria secca. L'idea alla base è molto semplice, un grissino ricoperto di zucchero.

### Abbazia di Novalesa

Complesso abbaziale dei Santi Pietro e Andrea fondato nel 726 da Abbone, governatore della Moriana e di Susa, lungo un'importante via di pellegrinaggio, divenuto tappa rilevante della Via Francigena. La Chiesa è stata ricostruita nel 1710 e restaurata nel 1890, ma le mura perimetrali sono ancora quelle originali, come l'affresco che rappresenta Santo Stefano, risalente all'XI secolo.

### Cappella di San Lorenzo a San Giorio di Susa

La cappella di San Lorenzo a San Giorio di Susa, detta cappella del Conte, fu fatta edificare nel 1328 da Lorenzetto Bertrandi, signore del luogo. Da segnalare gli affreschi interni ben conservati.

### L'orrido di Chianocco

È una profonda incisione larga 10m e profonda circa 50m, scavata dal torrente Prebèc nelle rocce carbonatiche che caratterizzano questa parte della valle Susa.

### L'orrido di Foresto

Conosciuto per la spettacolare Ferrata che attraversa un tratto



del bellissimo canyon della riserva naturale dell'orrido tra cascate e pozze dalle acque cristalline e ponti tibetani sospesi.

### Certosa di Montebenedetto di Villafriddo

Intorno al 1200 i Certosini si trasferirono dalla certosa di Madonna della Losa presso Gravere a Montebenedetto, dove rimasero fino alla fine del XV secolo. Quest'ultima fu successivamente abbandonata a sua volta, a seguito del trasferimento della comunità. La Certosa di Montebenedetto, situata a 1.160m di altitudine, è l'unico esempio rimasto in Europa di "Certosa Primitiva", ovvero di certosa che conserva ancora la struttura di un monastero basso medievale.

### Museo della Preistoria a Vaie

Nato nel 2001 consente un'approfondita conoscenza di culture, geologia, archeologia della valle di Susa e delle tecnologie del passato.

### Avigliana e i suoi laghi

Situata in un anfiteatro morenico naturale a circa 20km da Torino, Avigliana è un importante comune della

bassa valle di Susa. Si tratta di un autentico gioiello di epoca medievale. L'anfiteatro morenico fa anche da culla al Parco Naturale dei Laghi di Avigliana istituito nel 1980 nato per tutelare l'ecosistema paludare del luogo. Il parco si sviluppa intorno ai due laghi chiamati semplicemente lago Grande e lago Piccolo.

### Da Susa al valico del Moncenisio



Mitica salita asfaltata che inizia da Susa e passando dal piccolo paesino di Novalesa, prosegue nella natura e nel silenzio fino al Lago del Piccolo Moncenisio per concludersi al Valico con il Confine di Stato Francese.

## LANZO TORINESE COL DU LYS SUSA



### BETWEEN THE VIÙ VALLEY AND THE SUSA VALLEY

A route between the Susa and the Viù valleys with constant up and down where the majestic **Sacra di San Michele**, the symbol of Piedmont, will captivate your eye.

#### The route

Start from the centre of Lanzo Torinese and head towards Germagnano. Leave the centre and follow the signs for the Val di Viù. After the centre of Versino turn left and begin the ascent of the col del Lys, it's a 13.5 km climb with an average gradient of 4.3%. The long descent then leads you to Val Susa. Go past Rubiana and arrive at Sant'Ambrogio di Torino. You then turn right towards Susa and after a gentle climb of 10 km you are in the centre of Susa.

#### A territory to discover

> **Susa** is the jewel of the Cottian Alps and the centre of the entire valley. Don't miss the Diocesan Museum of Sacred Art, it's one of the most important and significant museums in the Alps, it has art collections dated between the 6th and 19th centuries.

> **The Sacra di San Michele** is an abbey built between 983 and 987 on the top of Mount Pirchiriano which is 40 km from Turin. It's the symbolic monument of the Piedmont Region.

## LANZO TORINESE COL DU LYS SUSA



### ENTRE LE VAL DE VIÙ ET LE VAL DE SUSE

Cet itinéraire est à cheval sur les vallées de Suse et de Viù, dans un concentré de montées et de descentes où la majestueuse Abbaye Saint-Michel-de-la-Cluse (en italien, Sacra di San Michele), symbole de la région du Piémont, enchantera le regard.

#### Le parcours

Nous partons du centre de Lanzo Torinese et nous nous dirigeons vers Germagnano. Une fois sortis du village, nous suivons les indications pour la Vallée de Viù. Après Versino, nous tournons à gauche et commençons l'ascension du col du Lys : 13,5 km avec une pente moyenne de 4,3%. La longue descente nous mène ensuite dans le val de Suse. Nous passons Rubiana et arrivons à Sant'Ambrogio di Torino. Ici, nous tournons à droite vers Suse. Après 10 km de montée douce, nous arrivons au centre de Suse.

#### Un territoire à découvrir

> **Suse** est le joyau des Alpes Cottiennes et le centre de toute la vallée. Ne manquez pas le musée diocésain d'art sacré : l'un des plus importants et des plus significatifs des Alpes, il abrite des collections d'art datant du VIe au XIe siècle.

> **L'Abbaye Saint-Michel-de-la-Cluse** a été construite entre 983 et 987 au sommet du mont Pirchiriano, à 40 km de Turin. Ce monument est le symbole de la région du Piémont.

