

## Traversée de Mezzalama à Gnifetti

Ce parcours réserve des vues de toute beauté sur une grande partie de l'arc alpin et les sommets prestigieux du Valais.

**Départ** : Village de Saint-Jacques (1689 m), atteint en car depuis Verres (départs 7h10, 9h15, 10h40).  
**Cartes** : Suisse 1/50000, 284-Mischabel et 294-Gressoney

### **1er jour : Montée au refuge Mezzalama (3036 m)**

**Difficulté** ; F, 6 heures

**Dénivelée** : 1350 m

**Coordonnées du refuge** : 624900E – 84715N, grille suisse CH-1903

**Itinéraire** : De Saint Jacques, suivre le sentier d'été jusqu'à Pian di Verra supérieur (2382 m) traverser le petit plateau et grimper la combe à droite de la moraine Est du Grand Glacier de Verra, revenir à gauche pour gagner l'éperon et par celui-ci rejoindre le refuge Mezzalama (local d'hiver 20 places, couvertures, pas de gaz ni de poêle)

### **2ème jour : Traversée jusqu'au refuge Quintino Sella (3585 m)**

**Difficulté** ; PD, 9 heures

**Dénivelée** : 900 m environ

**Coordonnées du refuge** : 627450E – 83275N, grille suisse CH-1903

**Itinéraire** : Descendre en traversée vers l'Est d'une centaine de mètres pour rejoindre le Ghiacciaio del Castor crevassé. Le remonter en son centre (blocs morainiques) jusqu'à un premier plateau vers 3080m. Obliquer à droite pour rejoindre une rampe glaciaire au pied des rochers de la rive gauche, qui permet de surmonter par une suite de petits murs (25 degrés max) et de replats la partie très tourmentée du glacier. On atteint un deuxième plateau vers 3420m, exposé aux chutes de séracs de la rive gauche. Le traverser rapidement pour rejoindre le pied de la belle pente qui suit (25 à 30 degrés sur 200m), que l'on remonte en son centre (exposée aux séracs des deux rives au début). On atteint sans difficulté le col peu marqué juste au N de la pointe Perrazi (3906 m) la pente s'adoucit et sans difficultés rejoindre le refuge Quintino Sella (Local hiver, 30 places, couvertures, gaz, poêle à bois).

### **3ème jour : Ludwigshöhe (4341 m), Piramide Vincent (4215 m)**

**Difficulté** ; AD, 9h30

**Dénivelée** : 1100 m environ

**Coordonnées du refuge** : 631950E – 83200N, grille suisse CH-1903

**Itinéraire** : Du refuge Quintino Sella, traverser en ascendance à droite le Ghiacciaio di Félik pour passer au pied de l'éperon Sud Est du Point 4093 m du Félikjoch et redescendre légèrement sur le Ghiacciaio del Lis. Traverser ce glacier en arc de cercle en gagnant peu d'altitude, vers la base de la pente raide du Passo del Naso. Remonter cette pente en légère oblique à droite et traverser vers l'Est lorsque la pente faiblit légèrement (crampons). Descendre ensuite en oblique sur la branche orientale du Ghiacciaio del Lis, pente raide 40 degrés. Continuer vers l'Est pour monter à la Ludwigshöhe (4341 m). Le sommet s'atteint facilement par l'arête en crampons.

Piramide Vincent (4215 m). Descendre et contourner les rochers où est implanté le refuge bivouac Giordano 4167 m. Remettre les peaux et monter au sommet par une large croupe neigeuse.

Gagner le refuge Gnifetti, 3611 m (local hiver 10 places, couvertures, gaz).

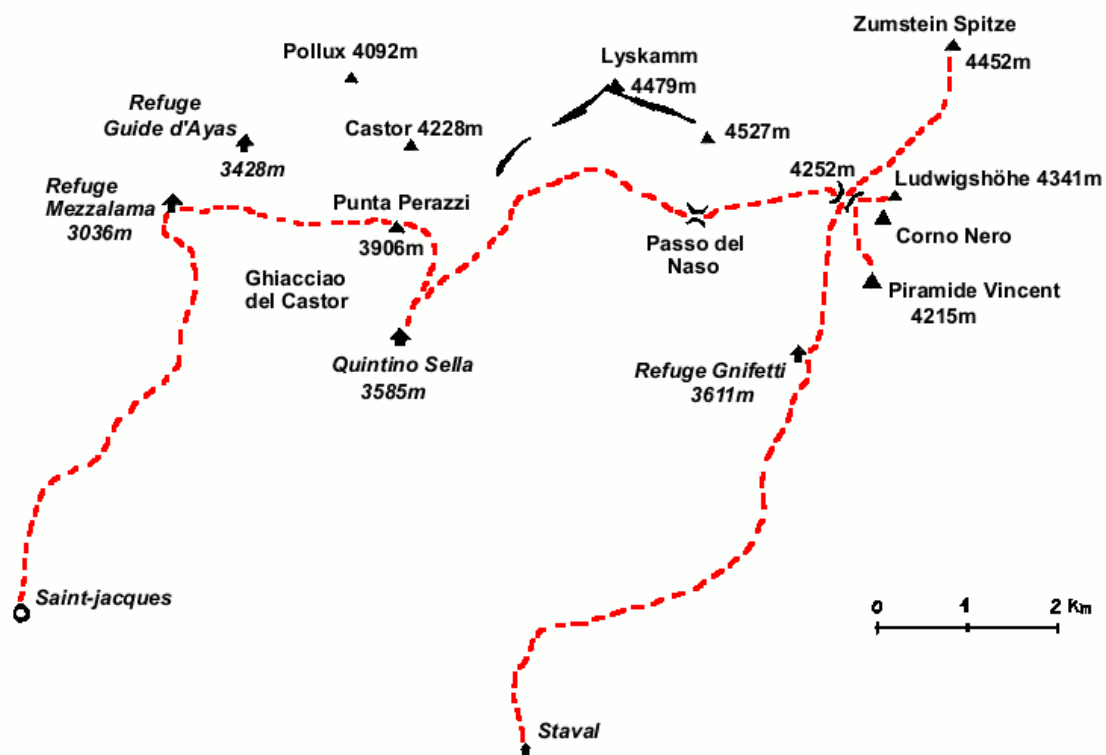
### **4ème jour : Zumstein Spitze (4452 m)**

**Difficulté** ; PD, 6 heures pour l'aller-retour de Gnifetti à la Zumstein Spitze

**Dénivelée** : 900 m environ

**Itinéraire** : Remonter le glacier descendu la veille et passer à la base de la Ludwigshöhe au point 4252 m. Gagner en légère descente le Grenzletscher (conserver les peaux). Continuer sur le glacier et gagner par une traversée le pied des rochers. Laisser les skis, monter au sommet par l'arête frontière (crampons) en 20 mn, facile mais exposé. Retour par le même itinéraire jusqu'au refuge Gnifetti.

Descendre au refuge Citta di Mantova (3498 m), passer à côté du refuge Linty (ruines), passer une crête sous l'Alta Luce 3185 m puis descendre le vallon vers l'ouest et par une dernière pente orientée Nord rejoindre le sentier qui descend à Staval (1825 m)



**Auteur et date du parcours :** G. Tsao, JP Canceill, P Deroin, F. Aguilé, S. Villega, mai 2007