

## TORINO

Cronaca

Politica

Economia

Juve

Toro

Sport

Cultura

Tempo Libero

Meteo

Video

Attiva le  
notifiche  
Piemonte

Food

Barbareschi: «Frequentavo otto donne insieme. Ho 700 metri di casa che per spostarmi serve il monopattino»



## Cosa vedere e cosa fare a Cogne d'estate. Il Gran Paradiso, il prato di Sant'Orso, le cascate di Lillaz e la fontina. Una guida

di Piera Genta

Nel cuore del Parco Nazionale, tra il prato di Sant'Orso, le cascate di Lillaz, la Valnontey, il Giardino Botanico Paradisia e le miniere, il borgo offre natura, escursioni, cultura e tradizioni. Come vivere un'esperienza autentica



Cogne (Foto: Wikipedia Commons)



Scontri No Tav a Chiomonte: oltre mezzi incendiati e condanna bipartitica

Guerriglia al cantiere della Torir durante la manifestazione No Tav di Susa. Da Meloni a Cirio fino a arrivano condanne trasversali di violenze e solidarietà agli agenti

**Cogne** è uno di quei paesi che invitano a rallentare. Il **Gran Paradiso** domina l'orizzonte, il **prato di Sant'Orso** accompagna ogni passeggiata e in pochi minuti dal centro si raggiungono i sentieri del Parco Nazionale. C'è chi arriva per camminare, chi per la cucina di montagna e chi per ritrovare una Valle d'Aosta fatta di natura, storia e tradizioni.

### Come arrivare

Cogne si trova nel cuore della Valle d'Aosta, ai piedi del Gran Paradiso. In auto si raggiunge uscendo dall'autostrada A5 ad **Aosta Ovest-Sarre** e seguendo la strada regionale 47, che risale la valle per circa 23 chilometri fino al paese: In circa mezz'ora si raggiunge il paese attraversando la valle del Gran Paradiso. Chi arriva dalla Francia o dalla Svizzera può raggiungere la Valle d'Aosta attraverso i trafori del Monte Bianco o del Gran San Bernardo. Non esiste invece una stazione ferroviaria a Cogne: il treno arriva ad **Aosta**, da dove è possibile proseguire con gli autobus di linea che collegano regolarmente il capoluogo alla valle.

 Cosa vedere e cosa fare a Cogne d'estate.

## Passeggiare nel prato di Sant'Orso

Il prato di Sant'Orso è l'immagine che più identifica Cogne. Una distesa di quasi cinquanta ettari di prati ai piedi del Gran Paradiso, tanto ampia da essere considerata una delle più grandi praterie alpine. Secondo la tradizione fu Sant'Orso a bonificare quest'area, allora coperta da un fitto bosco, rendendo possibile la nascita del paese. Oggi è tutelato da un rigoroso divieto di edificazione e conserva l'aspetto originario. D'estate è attraversato da sentieri pianeggianti, ideali per passeggiare tra fienagioni e panorami aperti sulle montagne, mentre continua a fornire il fieno destinato agli allevamenti della valle. Nel corso dell'anno ospita anche alcuni degli appuntamenti più importanti della vita di Cogne, tra cui la **Bataille de Reines**, la tradizionale sfida tra bovine di razza valdostana che, seguendo un comportamento naturale per stabilire la gerarchia del branco, si affrontano per conquistare il titolo di "regina".



## Raggiungere le cascate di Lillaz

Bastano una decina di minuti di cammino dalla frazione di Lillaz per raggiungere la prima delle tre cascate del torrente Urtier, una delle mete più frequentate dell'estate. Da qui il percorso prosegue, diventando via via più ripido, fino al secondo e al terzo salto, il più spettacolare. Ponticelli e punti panoramici permettono di osservare le cascate da diverse prospettive, mentre d'inverno le pareti ghiacciate diventano una meta internazionale per gli appassionati di ice climbing.

### LEGGI ANCHE



Cosa fare in Piemonte d'estate: 15 esperienze outdoor tra rafting, zipline, canyoning e parapendio [di Nicolò Fagone La Zita](#)



Dieci cascate spettacolari tra Valle d'Aosta e Piemonte: dove trovare refrigerio e natura vicino a Torino e Aosta [di Luca Sartori](#)

## Camminare in Valnontey

La Valnontey è la porta d'ingresso del Parco Nazionale Gran Paradiso. Il percorso è facile e quasi pianeggiante, permette di osservare con facilità camosci, stambecchi e marmotte. Da qui partono anche alcuni dei sentieri più conosciuti del Parco, verso i rifugi Vittorio Sella e Chabod, mete classiche per gli escursionisti più allenati.

## Visitare il Giardino Botanico Paradisia

A pochi passi dai sentieri della Valnontey, Paradisia raccoglie circa mille specie vegetali alpine in uno dei più importanti giardini botanici d'Europa. Fondato nel 1955 a 1.700 metri di quota, prende il nome dal Paradisia liliastrium, il giglio bianco simbolo della valle. Ospita circa mille specie vegetali provenienti dalle Alpi e dagli Appennini, oltre a ricostruzioni di ambienti naturali come morene, zone umide e praterie alpine. Nella parte alta un percorso è dedicato alle farfalle, preziosi impollinatori della flora di montagna. Accanto si trova il Centro Visitatori del Parco Nazionale Gran Paradiso.

### LEGGI ANCHE



Cosa vedere vicino Torino al fresco: il giardino botanico più alto d'Europa si trova in Valle d'Aosta [di Luca Sartori](#)



 Cosa vedere e cosa fare a Cogne d'estate.

## Entrare nelle miniere di Cogne

Prima del turismo, Cogne era il paese dei minatori. Le miniere di magnetite, tra le più alte d'Europa, hanno rappresentato per decenni il motore economico della valle. Oggi si possono visitare percorrendo un chilometro e mezzo all'interno della montagna a bordo dello stesso trenino utilizzato dai minatori. La visita prosegue nel villaggio minerario e nel centro espositivo, che raccontano una pagina fondamentale della storia di Cogne.

 Cosa vedere e cosa fare a Cogne d'estate.

## Castello di Aymavilles

Per una pausa dai sentieri vale la pena raggiungere Aymavilles, dove uno dei castelli più scenografici della Valle d'Aosta racconta otto secoli di storia. La sua sagoma riconoscibile per le quattro torri cilindriche che spiccano tra i vigneti della Dora Baltea. Costruito nel XIII secolo come fortezza, nei secoli è stato trasformato in residenza signorile, assumendo l'aspetto di un castello rinascimentale. Dopo un lungo e accurato restauro, concluso nel 2022, è tornato visitabile con un percorso museale che accompagna alla scoperta della storia della famiglia Challant, delle trasformazioni architettoniche dell'edificio e delle collezioni dell'Accademia di Sant'Anselmo. Dalle terrazze e dalle finestre si apre inoltre un

bel panorama sui vigneti e sulle montagne della valle. Per chi soggiorna a Cogne rappresenta una delle escursioni culturali più interessanti da abbinare alle giornate dedicate ai sentieri del Gran Paradiso.

#### LEGGI ANCHE



Turismo, è tendenza castelli. Ecco perchè i 526 manieri e dimore storiche piemontesi possono diventare un tesoro [di Federica Vivarelli](#)

 [Cosa vedere e cosa fare a Cogne d'estate.](#)

## Passeggiare nel centro storico

Il centro storico di Cogne si visita a piedi in poco tempo, ma merita di essere percorso senza fretta. Il cuore del paese è la **chiesa di Sant'Orso**, consacrata nel 1202 e più volte ricostruita nei secoli dopo alluvioni e ampliamenti. All'interno conserva cinque altari lignei dorati del Settecento e un'unica navata sormontata da un tiburio ottagonale, mentre all'esterno il campanile è uno dei simboli del borgo.

Di fronte si trova la **Casa dei Pizzi**, edificio che nel tempo è stato sede della Confraternita del Santo Spirito, ospizio per i frati cappuccini, municipio, scuola e caserma dei Carabinieri. Oggi ospita la mostra permanente dedicata ai celebri merletti di Cogne. La lavorazione del pizzo a tombolo arrivò qui nel Seicento grazie alle monache benedettine e continua ancora oggi grazie a una cooperativa di merlettaie che tramanda questa tradizione artigianale.

Pochi passi più in là si incontra la **Torre del Vescovo**, uno degli edifici più antichi del paese. Costruita alla fine del XII secolo come residenza dei vescovi di Aosta, nell'Ottocento divenne dimora di **Vittorio Emanuele II**, che soggiornava a Cogne durante le battute di caccia allo stambecco, contribuendo a legare il suo nome alla nascita del futuro Parco Nazionale Gran Paradiso.

La passeggiata continua nella **Grandze Place Commune**, l'antica piazza dove gli abitanti si riunivano dopo la messa per ascoltare gli avvisi pubblici e discutere gli affari della comunità. Oggi è uno spazio raccolto, circondato da case dai colori pastello e botteghe, che conserva l'atmosfera del vecchio villaggio alpino.

All'ingresso del prato di Sant'Orso si incontra la Fontana di Ferro, progettata da César-Emmanuel Grappein e realizzata in ghisa con il ferro estratto dalle miniere di Cogne. Ancora oggi funzionante, è uno dei simboli del paese. Poco distante sorge la Casa dell'Orologio, dimora della famiglia Grappein, riconoscibile per i due quadranti che le

hanno dato il nome.

L'itinerario si conclude in **piazza Chanoux**, oggi centro della vita del paese, dove si affacciano il municipio, il centro espositivo dedicato alle miniere e numerosi caffè e ristoranti. È il luogo ideale per una sosta prima di riprendere il cammino tra i sentieri del Gran Paradiso.

 Cosa vedere e cosa fare a Cogne d'estate.

## Fermarsi a tavola

A tavola Cogne mantiene un forte legame con la tradizione valdostana. Pane, Fontina, carni conservate e ricette nate nelle baite continuano a essere il cuore della cucina locale. Vale la pena assaggiare la Seupetta di Cogne, preparata con pane, riso e Fontina, la Soça, le carni di montagna, la mocetta e naturalmente i formaggi d'alpeggio. Per concludere, la tradizionale Crema di Cogne o il mécoulin, il pane dolce della valle. Tra gli indirizzi più interessanti ci sono **Lou Resignon**, che propone una cucina valdostana contemporanea, **Brasserie du Bon Bec**, ideale dopo un'escursione, **Bar à Fromage**, punto di riferimento per chi vuole degustare Fontina e altri prodotti del territorio, il ristorante dell'**Hotel Bellevue**, che interpreta la tradizione con eleganza, **Agriturismo Prasupiaz**, dove molti ingredienti arrivano direttamente dall'azienda agricola, e **Trattoria Sonveulla**, una tavola che conserva il carattere della cucina di montagna.

 [Cosa vedere e cosa fare a Cogne d'estate.](#)



## Partecipare agli eventi dell'estate

L'estate di Cogne è scandita da un calendario ricco di appuntamenti dedicati alla montagna, alla musica e alle tradizioni. Il **Gran Paradiso Film Festival** porta a Cogne il cinema naturalistico internazionale (foto sotto), **MusiCogne** propone concerti tra montagne e borghi, mentre **Cantine Gourmet** permette di scoprire vini valdostani e cucina locale. A fine estate arriva la **Devétéya**, la spettacolare discesa delle mandrie dagli alpeggi, una delle feste più sentite della Valle d'Aosta.

 [Cosa vedere e cosa fare a Cogne d'estate.](#)

## Portare a casa un ricordo della valle

Prima di ripartire vale la pena entrare nelle botteghe del centro. I prodotti da cercare sono la Fontina Dop d'alpeggio, la mocetta, il miele di montagna, il génépy e i tradizionali merletti di Cogne, ancora realizzati a mano dalle artigiane che portano avanti una lavorazione tramandata da secoli.



Cosa vedere e cosa fare a Cogne d'estate.

## LEGGI ANCHE



Grande caldo, fuga dall'afa: i 10 laghi alpini più belli tra Piemonte e Valle d'Aosta dove trovare fresco anche ad agosto [di Luca Sartori](#)



Dieci borghi dove il silenzio esiste ancora: i luoghi segreti da visitare almeno una volta tra Piemonte, Liguria e Valle d'Aosta [di Luca Sartori](#)



La foresta dei funghi giganti: a un'ora e mezza da Torino i Ciciu del Villar sembrano usciti da Viaggio al centro della terra (o dai Puffi). Cosa sono e dove sono [di Luca Sartori](#)



Il cambio vita a un'ora da casa: dieci borghi in Piemonte e Valle d'Aosta dove andare a vivere lontano dalla città [di Luca Sartori](#)



Dieci hotel abbandonati tra Piemonte, Liguria e Valle d'Aosta. Dove cercare l'«effetto Shining» a poche ore da Torino [di Luca Sartori](#)



In fuga dal centro di Torino: più di 21 mila case comprate nei piccoli borghi e in montagna [di Marco Fallara](#)



Dieci cascate spettacolari tra Valle d'Aosta e Piemonte: dove trovare refrigerio e natura vicino a Torino e Aosta [di Luca Sartori](#)

[Vai a tutte le notizie di Torino](#)

[Iscriviti alla newsletter di Corriere Torino](#)

[Leggi e commenta](#)**CORRIERE DELLA SERA**

Abbonati a Corriere della Sera | Gazzetta | El Mundo | Marca | RCS Mediagroup | Fondazione Corriere | Fondazione Cutuli | Quimamme | OFFERTE CORRIERE STORE | Buonpertutti | La Scelta Giusta | Corso di Inglese - Francese | trovolavoro.com | Sudoku | Cruciverba  
Copyright 2026 © RCS Mediagroup S.p.a. Tutti i diritti sono riservati | Data Mining Policy | Per la pubblicità : CAIRORCS MEDIA SpA - Direzione Pubblicità  
RCS MediaGroup S.p.A. - Divisione Quotidiani Sede legale: via Angelo Rizzoli, 8 - 20132 Milano | Capitale sociale: Euro 270.000.000,00  
Codice Fiscale, Partita I.V.A. e Iscrizione al Registro delle Imprese di Milano n.12086540155 | R.E.A. di Milano: 1524326 | ISSN 2499-0485

[Chi Siamo](#) | [Dichiarazione di accessibilità](#)[Servizi](#) | [Scrivi](#) | [Cookie policy e privacy](#) | [Preferenze sui Cookie](#)Stato del consenso ai cookie:[Concesso](#)