

# COGNITIVE



GUIDE BOULDER



Libera il tuo blocco

[www.granpablok.it](http://www.granpablok.it)

# CHI SIAMO

## ASD FUORI DI BLOCCO

GRANPABLOK è il primo raduno boulder nel Parco Nazionale del Gran Paradiso in Valle d'Aosta. La formula "LIBERA IL TUO BLOCCO" offre ai partecipanti la possibilità, unica ed esclusiva per una manifestazione di arrampicata, di scovare, liberare e firmare nuove linee sui numerosi massi presenti nella natura incontaminata del Parco.

Le aree boulder che stiamo scoprendo di anno in anno contengono innumerevoli linee che i "Fuori di Blocco", ma soprattutto i partecipanti al GRANPABLOK, hanno trovato e liberato. Non vogliamo perdere questo patrimonio affinché tutti quelli che vengono nel parco possano gustare le linee del GRANPABLOK e scoprirne di nuove. Per questo saremo lieti di accogliere in questa guida tutte le nuove linee che ci saranno comunicate, basta poco:

- scatta una foto
- disegna la linea
- dalle un nome e un grado di difficoltà
- postala su Instagram con gli hashtag [#bestblok](#) [#granpablok](#)
- manda una mail a [granpablok@gmail.com](mailto:granpablok@gmail.com) con le coordinate gps, foto, nome e grado.

# ISTRUZIONI

In questa guida digitale sono presenti alcuni elementi **cliccabili**, tutti di colore **rosso/rosato**, che vi faciliteranno la navigazione al suo interno o che vi indirizzeranno a link esterni:



Legenda



Vai alla pagina



Torna all'indice



Vai al settore



Link GPS

[www.granpablok.it](http://www.granpablok.it)



Link url

# LEGENDA



GPS



Settore



Camping



Rifugio/ristorazione



Fermata del Bus



Parcheggio



Sentiero di accesso



Linea boulder



Consigliato!

sit

Partenza da seduti



Caduta pericolosa, attenzione!

Paratore e vari crashpads necessari

# INDICE

4 Istruzioni

5 Legenda

7 “Leave no trace” - Etica

8 Preserva la roccia!

11 Come arrivare

13 Valnontey

29 Lillaz

84 Ringraziamenti

85 Credits



# LEAVE NO TRACE

L'area boulder si trova all'interno del parco nazionale del Gran Paradiso e di conseguenza le regole comportamentali da applicare sono le stesse che regolano il parco.

Si invitano i climbers a rispettare il territorio ed a minimizzare il più possibile l'impatto dato dalla loro presenza nel parco. Negli anni abbiamo cercato di adottare una politica "clean", cercando di lasciare meno tracce possibili del nostro passaggio.

Invitiamo chiunque usufruirà di questa guida a non modificare la vegetazione, portare i rifiuti a valle e spazzolare i residui/segni di magnesite dalle prese.



# PRESERVA ROCCIA

Per sensibilizzare i climbers sulla cura e la preservazione della roccia sulla quale scaliamo, abbiamo dedicato questa sezione per ribadire alcuni concetti chiave riguardanti il comportamento corretto da adottare quando ci si avvicina all'arrampicata outdoor.

L'abuso di magnesite, la malsana abitudine nel non pulire gli appigli e l'utilizzo eccessivo di spazzole abrasive possono portare in breve tempo alla rovina/vetrificazione delle prese.

L'obiettivo è quello di salvaguardare la "grana" della roccia il più possibile, tramite l'attuazione di poche semplici pratiche che dovrebbero diventare abitudine consueta.

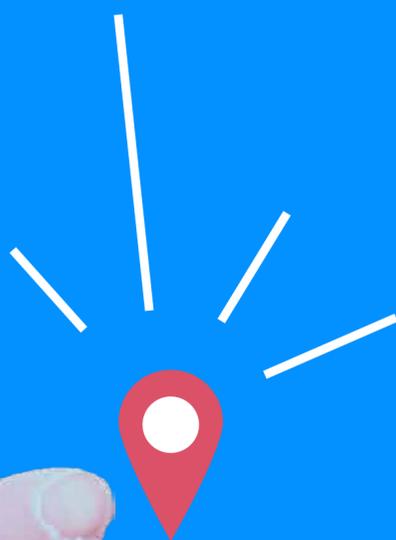
**Pulisci le prese!**





- 1** Spazzola delicatamente gli appigli, utilizza solo spazzole apposite con setole morbide.
- 2** Limita al massimo l'uso di magnesite, non ne serve un quintale!
- 3** Spazzola le prese possibilmente dopo ogni tentativo, eviterai che si depositino strati superflui di magnesite e pelle morta...
- 4** Quando finisci di arrampicare, spazzola via tutti i "Tick Marks" e la magnesite in eccesso sugli appigli usati.





Non puoi sbagliare!  
Oltre ai paesi  
abbiamo segnato le  
coordinate GPS di  
alcuni massi di  
riferimento per i  
vari settori.  
Clicca sull'icona e  
buona ricerca!





# VAL NON TEY



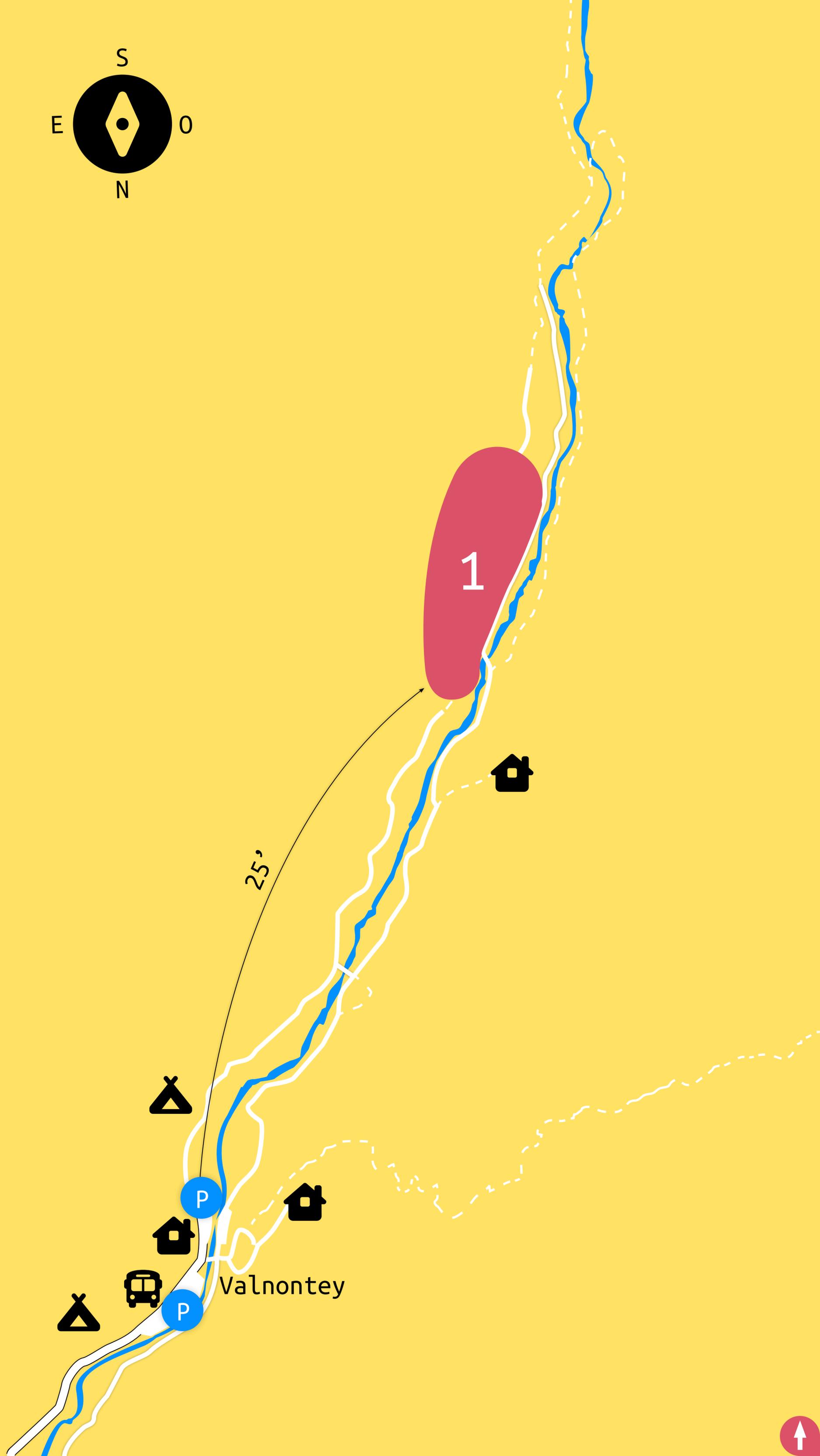
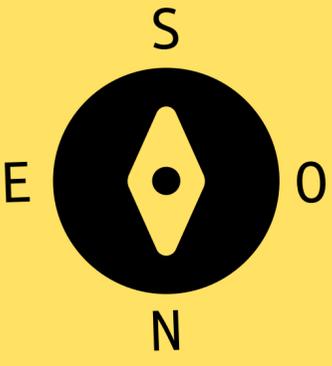
# ACCESSO

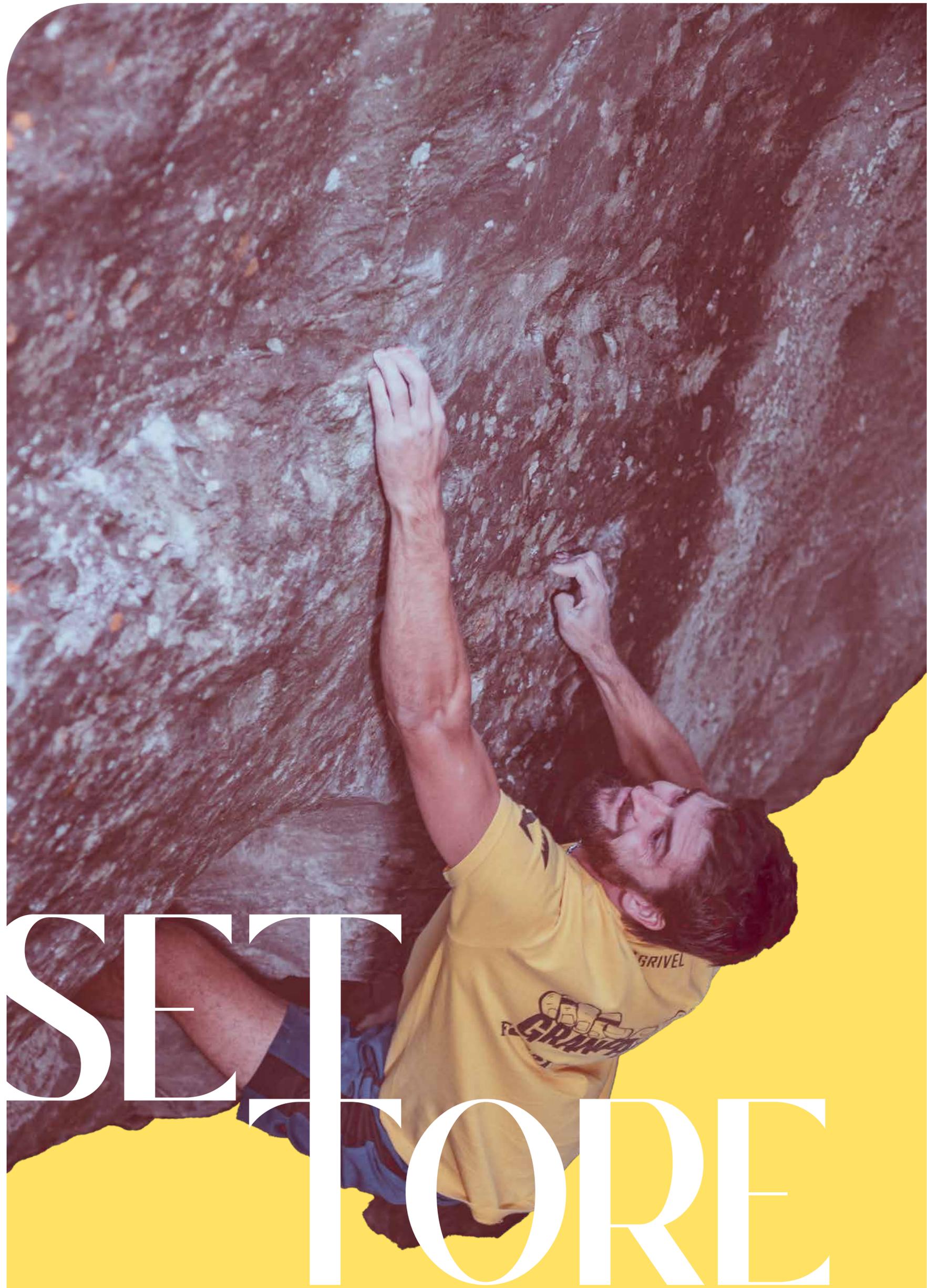
Dal parcheggio salire a piedi mantenendo la destra orografica (lato sinistro della valle salendo), il sentiero (strada poderale) è evidente e molto piacevole.

Il settore 1 si incontra dopo circa 25 minuti, scorgendo a bordo fiume il grosso profilo del primo blocco (n°101).

Purtroppo, in seguito all'alluvione del 2024 il settore 2 è andato per lo più perduto. Svariati massi sono scomparsi e altri sono stati inglobati dal fiume. Ad oggi anche i sentieri di accesso sono impraticabili ed è difficile capire cosa sia rimasto di arrampicabile.







# SET FORE

1





110

109

108

107

106

105

104

103

102

101





**A** Rey Misterio **7a+ sit** ★  
Top out, finisce ribaltando sulla cengia.





A Progetto - ★ 🧑‍🚀



103



**A** Mastro lindo **6b/c sit**

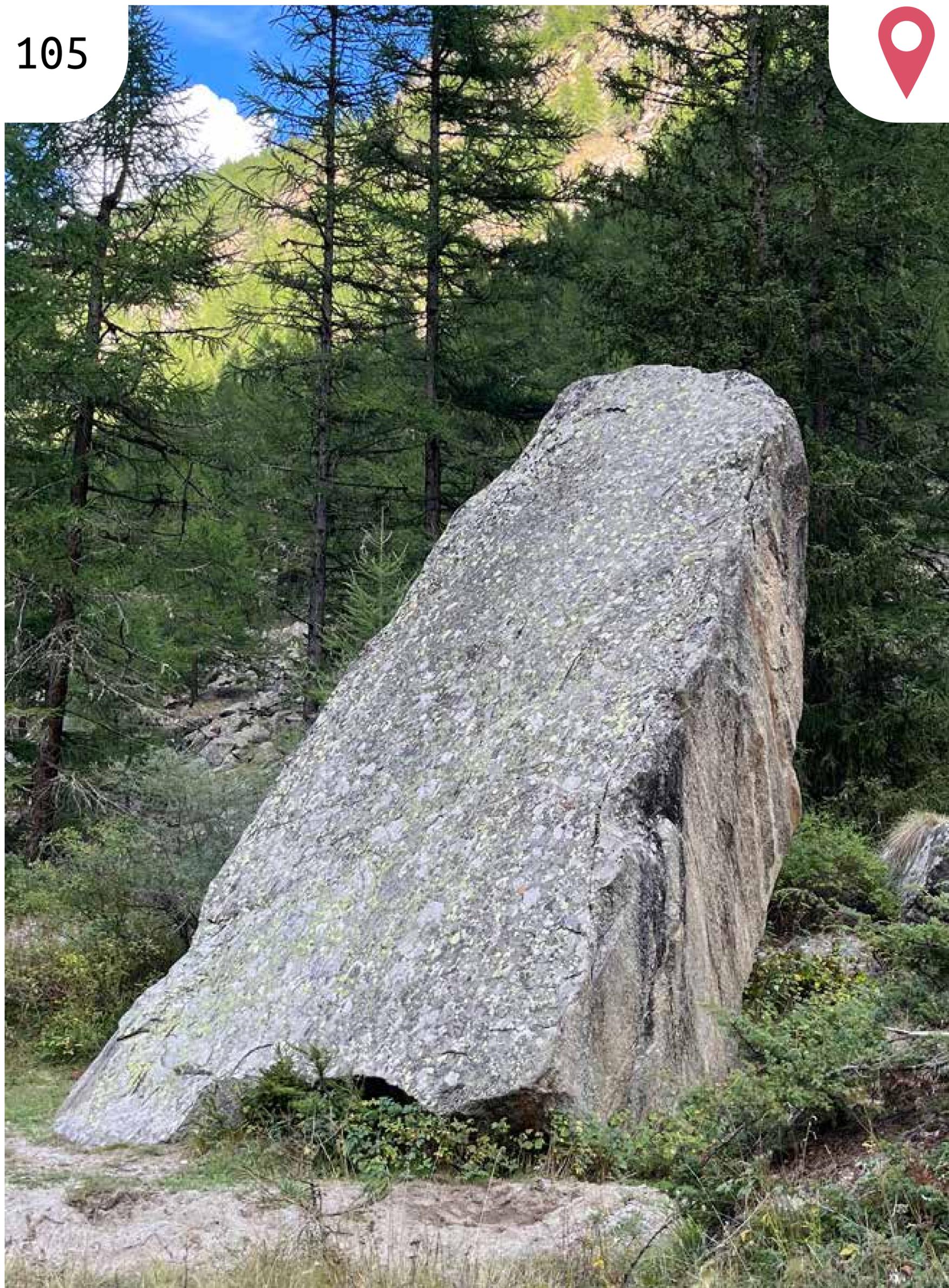
104



**A** La volpe e l'uva **6c** ★  
Parte sx tacca obliqua, dx tacca piccola nei licheni.

**B** Progetto - **sit** ★

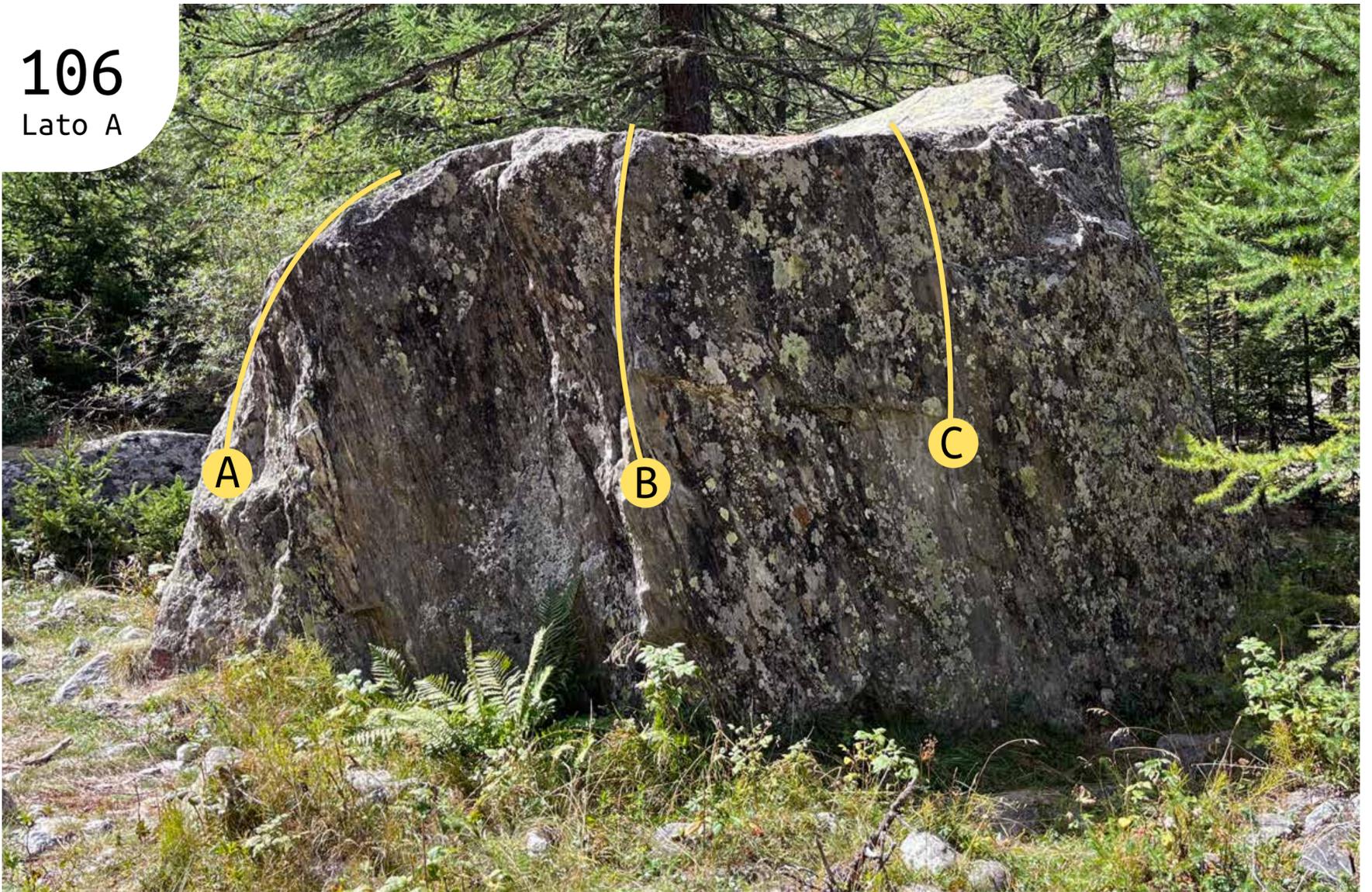




● Masso “storico” con spit in alto per toprope. Varie linee di media-bassa difficoltà.



106  
Lato A



A Discesa 3+

B Bref 4

C Senza nome 5+

106  
Lato B



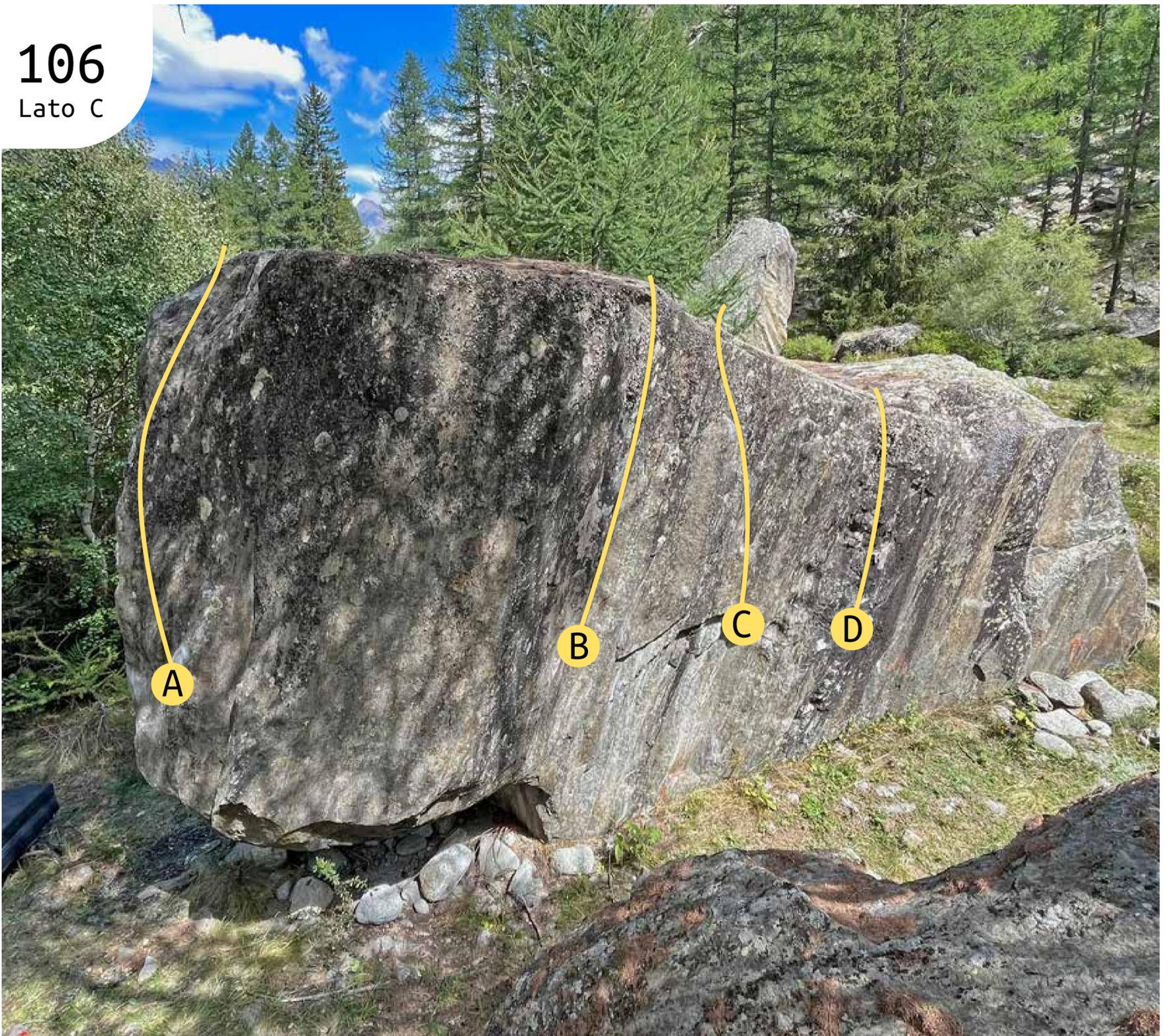
A Senza nome 4

B Fessura 4

C Little Boy 7a? sit

Parte sx tacca piccola sul bordo, dx pinza nello strapiombo



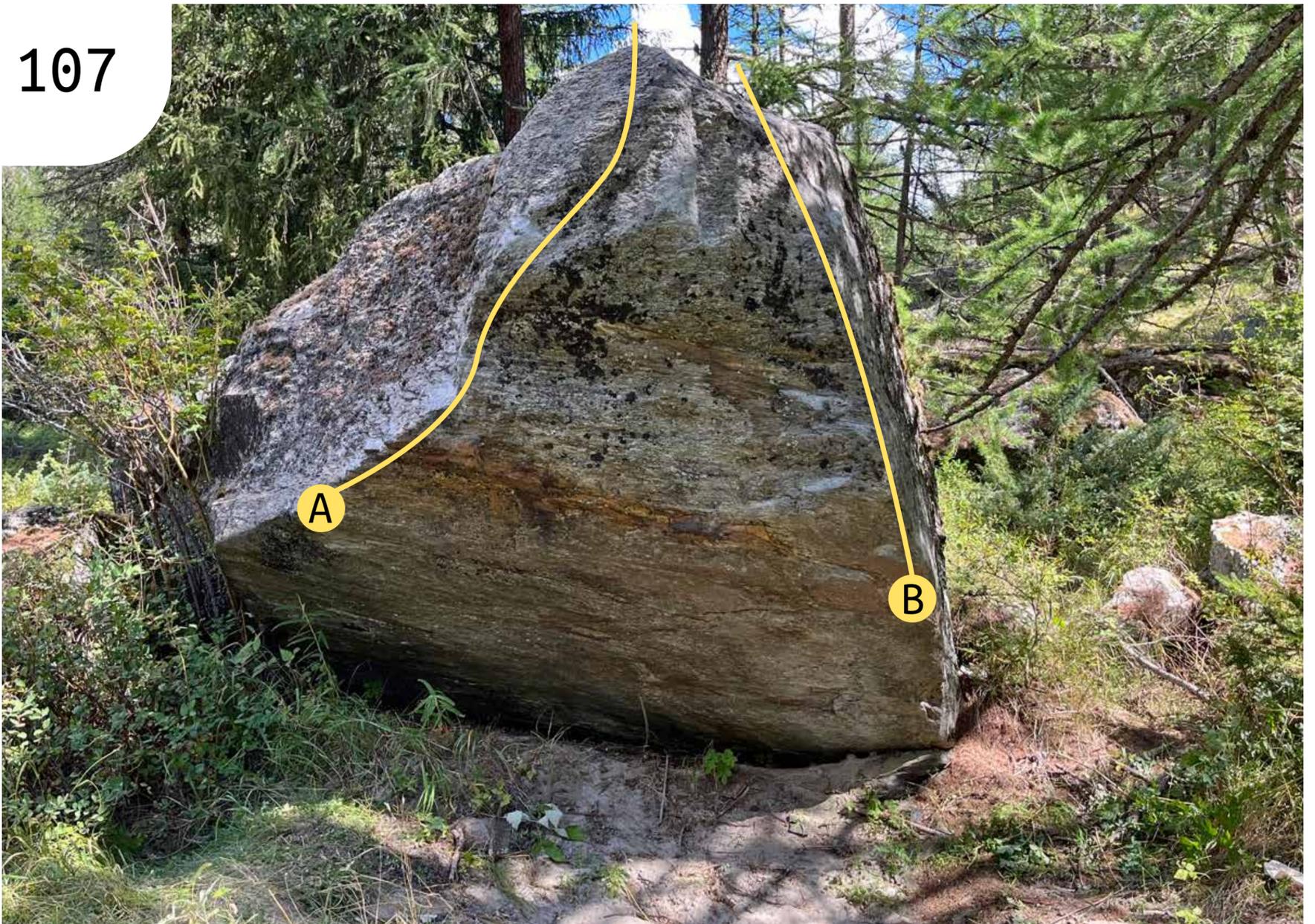


- A Stinco di porco **6b+** ★
- B Banfata bacan **6b+/c** ★
- C Double way **6b**
- D Tutti bravi con la condizione **6a+ sit**





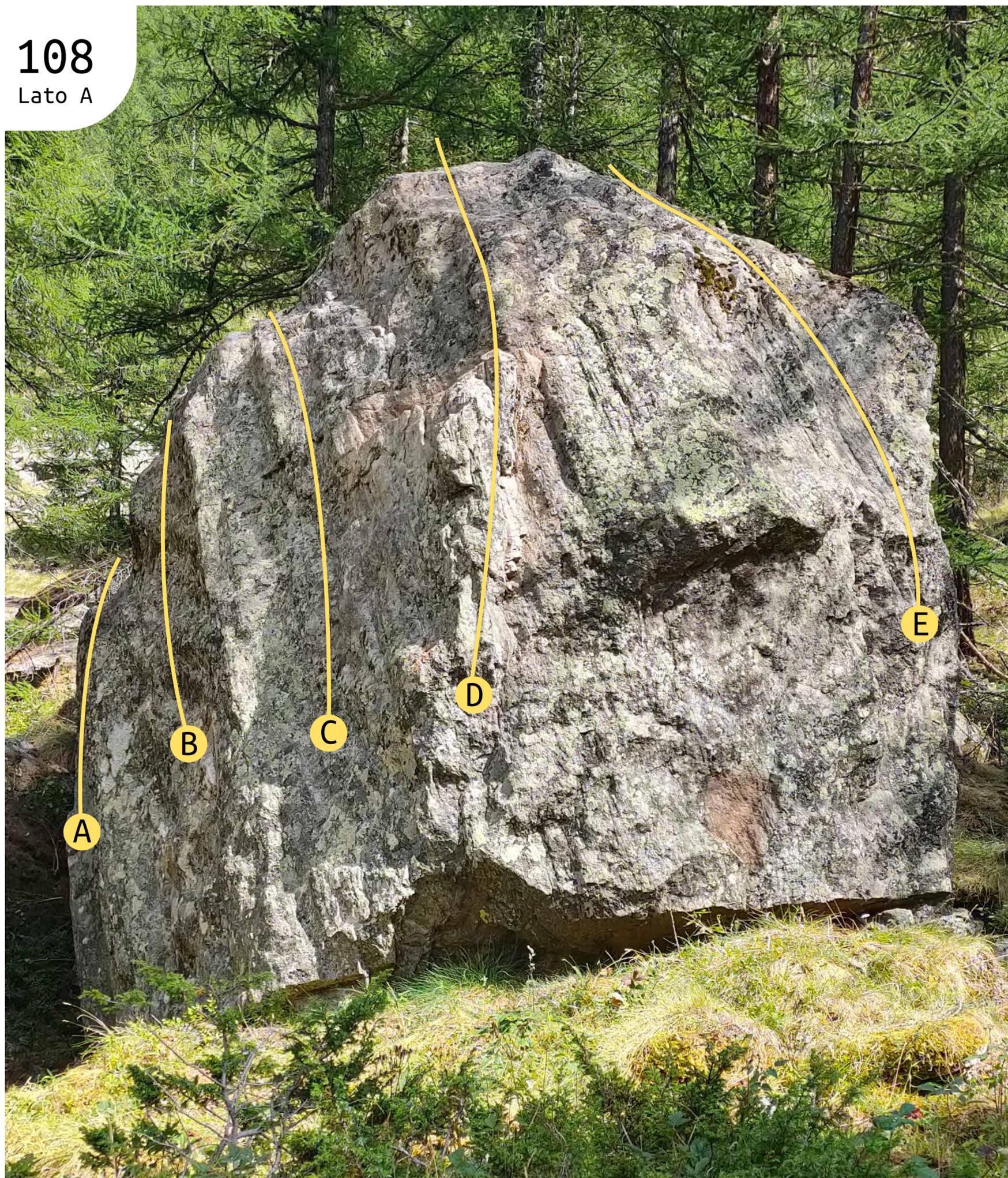
107



**A** Questione di feeling **6c/+ sit**

**B** Maestro Palplatain **6b sit**





- A Senza nome 6a
- B Portala bassa 6a
- C Senza nome 5
- D Per tutti 4
- E Fiducia 5





**A** Dente avvelenato **6a+**

**B** Senza nome **4**





**A** TIPS per le ronchie **6b**



110



- A** Mah... **5**
- B** Tutto concesso **6a**
- C** Scaletta **4**
- D** Porcaria **6a+**



# ELLEAZ



## NOTA (dolente)

Come autori e promotori di questo progetto, abbiamo fatto delle scelte etiche che privilegiano la conservazione del territorio rispetto alla divulgazione cieca dell'arrampicata e delle le sue bizzarre sfumature.

Abbiamo scelto di inserire le foto dei massi così come erano stati puliti e saliti originariamente, ma che ahimè (per fortuna solo in sporadici casi) sono stati modificati alterandone la bellezza naturale e sono stati abbattuti alberi per facilitarne l'accesso o ampliarne il quantitativo di linee da arrampicare.

E' possibile, avventurandosi per i settori, trovare scenari diversi da quelli mostrati nelle foto di questa guida, soprattutto per quanto riguarda la presenza (o assenza) di alberi adiacenti ai blocchi.

Ci teniamo a prendere le distanze dal modus operandi invasivo portato avanti da singoli individui esterni e sottolineiamo quanto sia fondamentale un approccio etico rispettoso dell'ambiente di cui usufruiamo.

Arrampicare non è obbligatorio, preservare i luoghi per poterne usufruire anche in futuro sì, è un obbligo nei confronti di chi passerà dopo di noi.



# ACCESSO

Prima di entrare nell'abitato di Lillaz prendere la deviazione sulla destra per il campeggio.

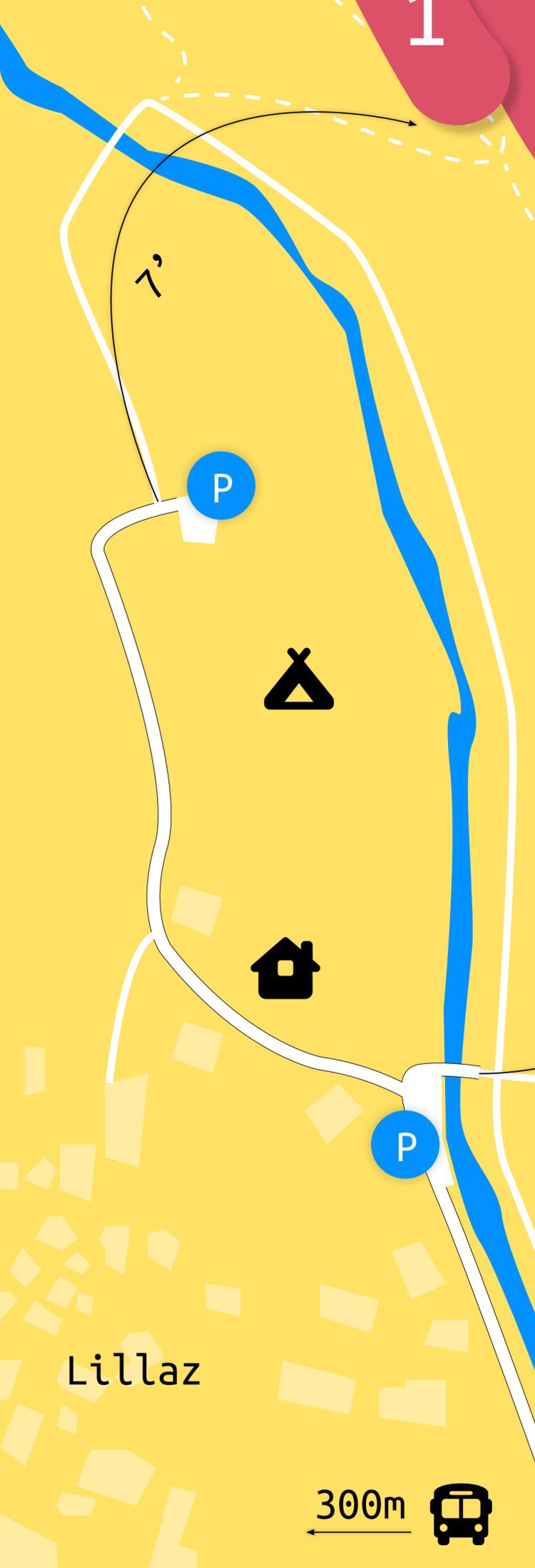
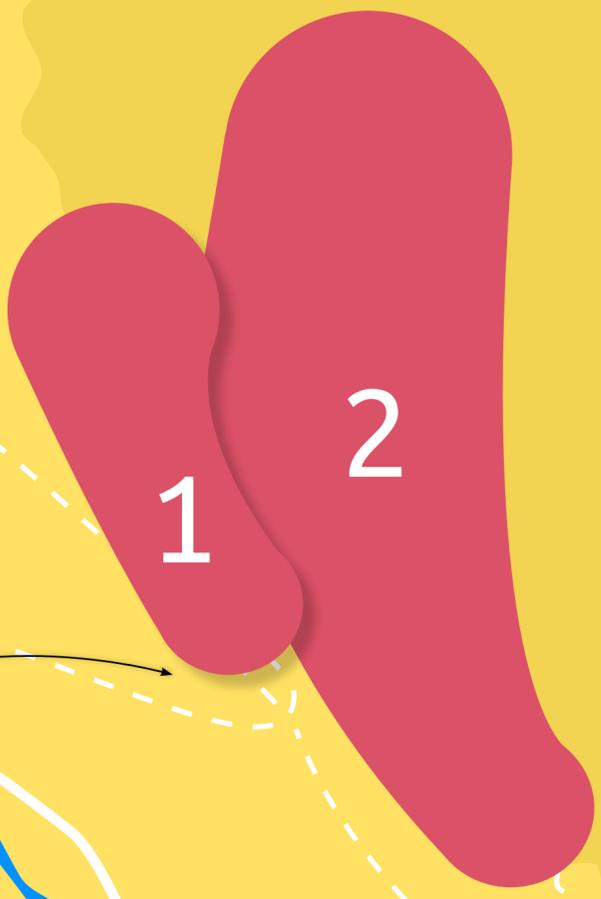
Un primo parcheggio si trova dopo 200m a bordo strada; da qui (a piedi), attraversando il ponte sul torrente, inizia una sterrata che porta ai pascoli confinanti con la paleofrana, comodo accesso per il settore 3.

L'altro parcheggio disponibile si trova leggermente più avanti rispetto al primo, accanto al campeggio e all'area verde da cui parte una strada sterrata che porta al sentiero di accesso al settore 1.





Paleofrana



Lillaz

300m



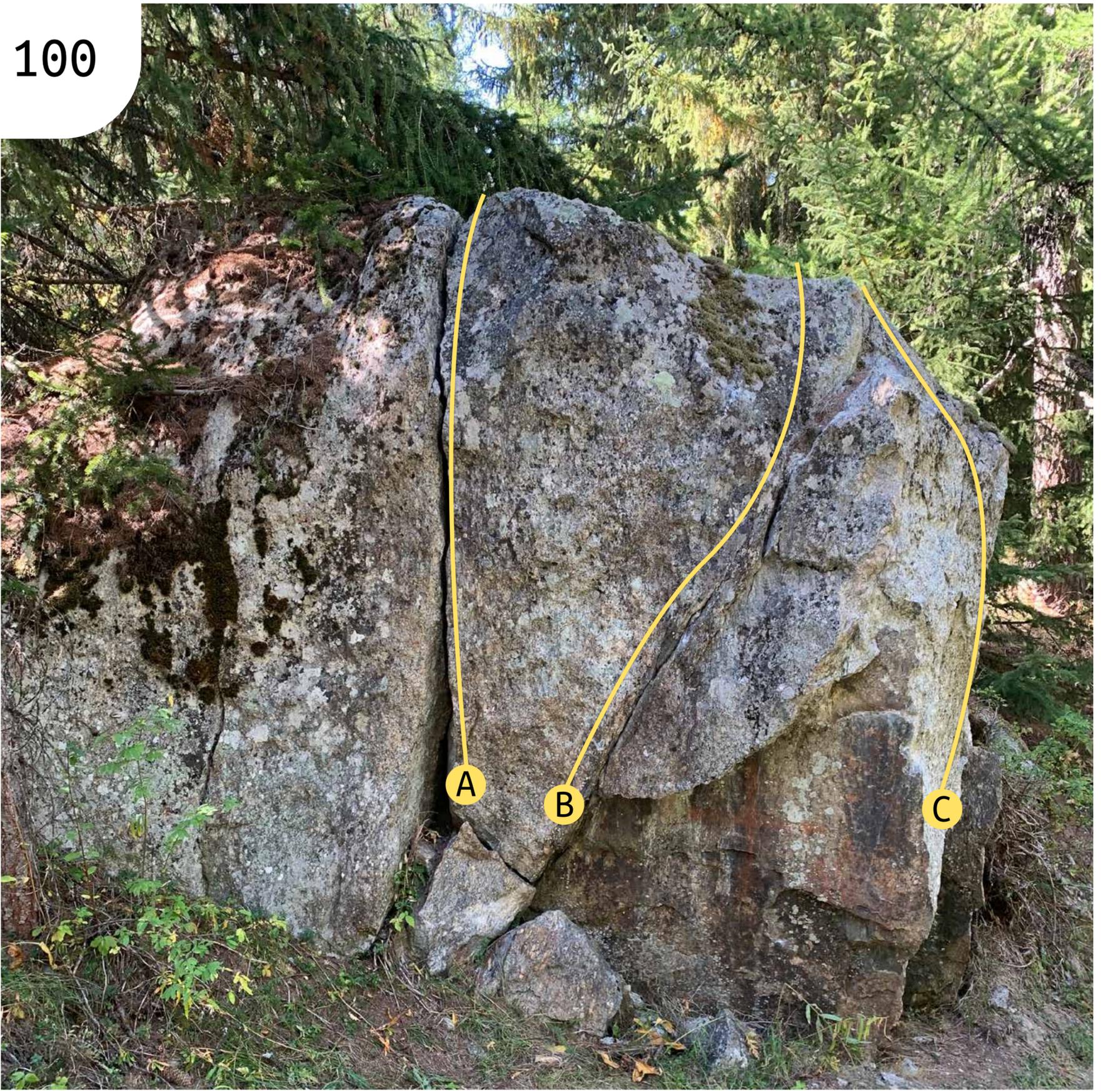


# SET FOR

# 1



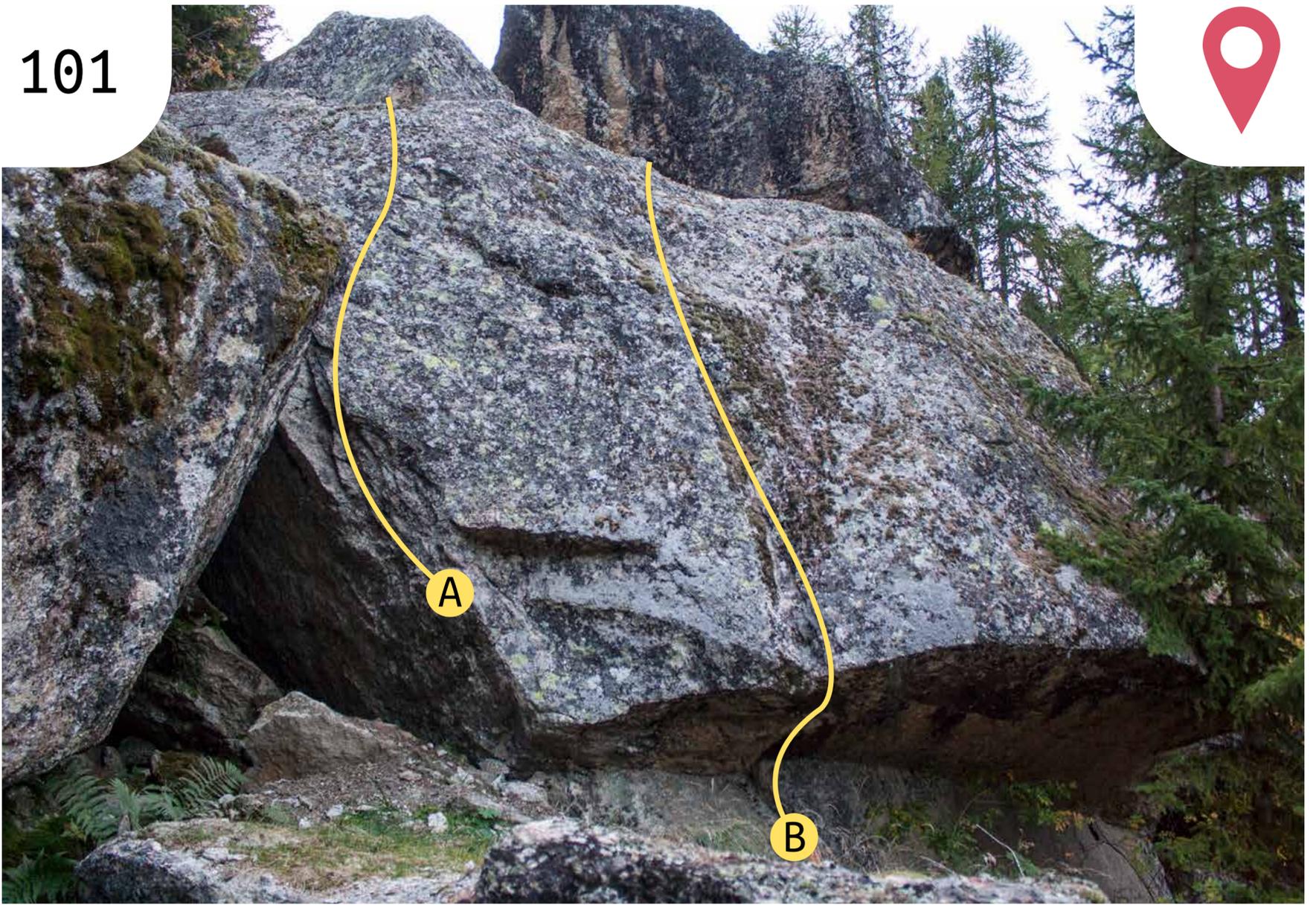




- A** Senza nome **5c sit**
- B** Break the edge **6a sit**
- C** Senza nome **5a**



101

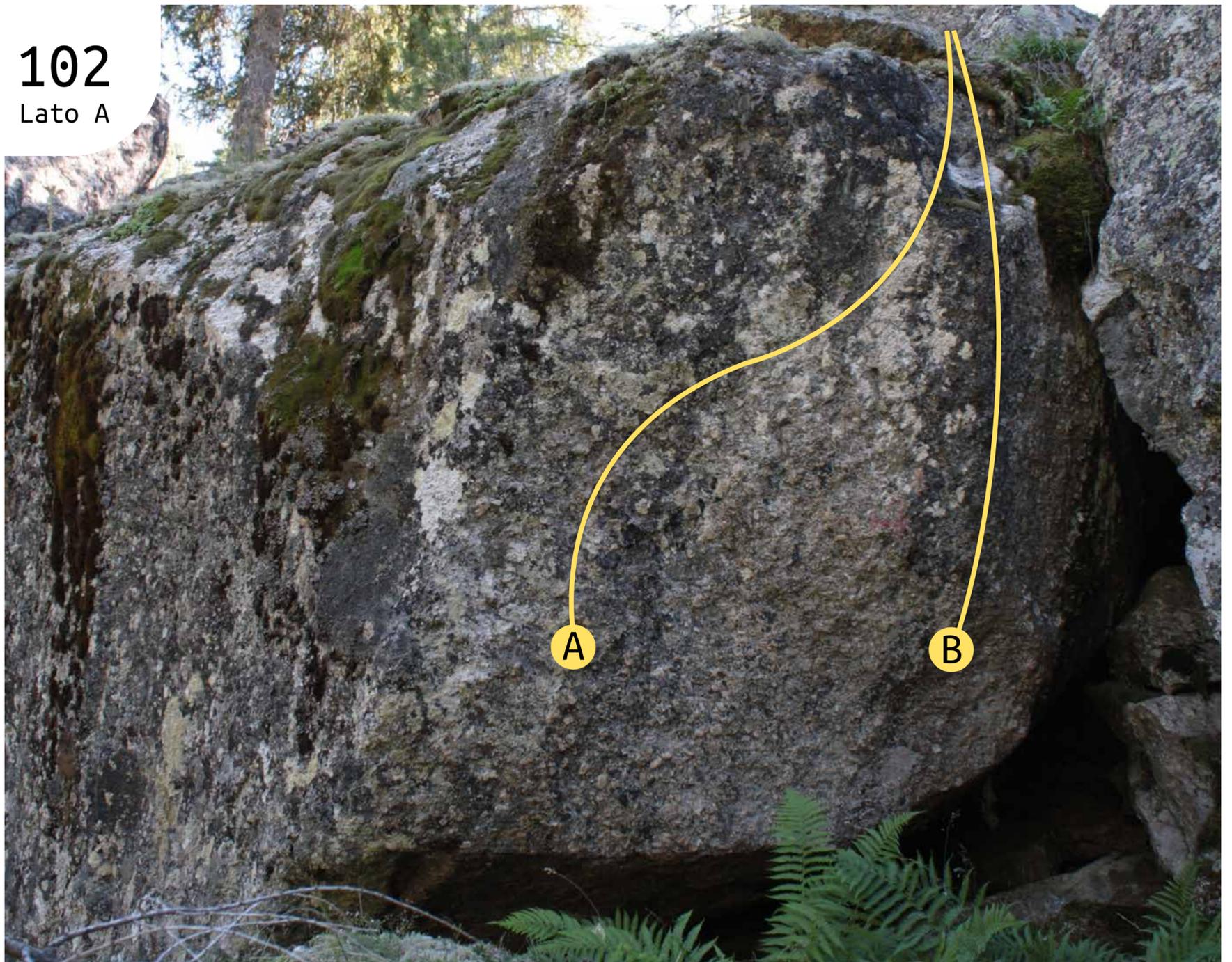


**A** Why not **6a**

**B** Mandi crack **6c**

102

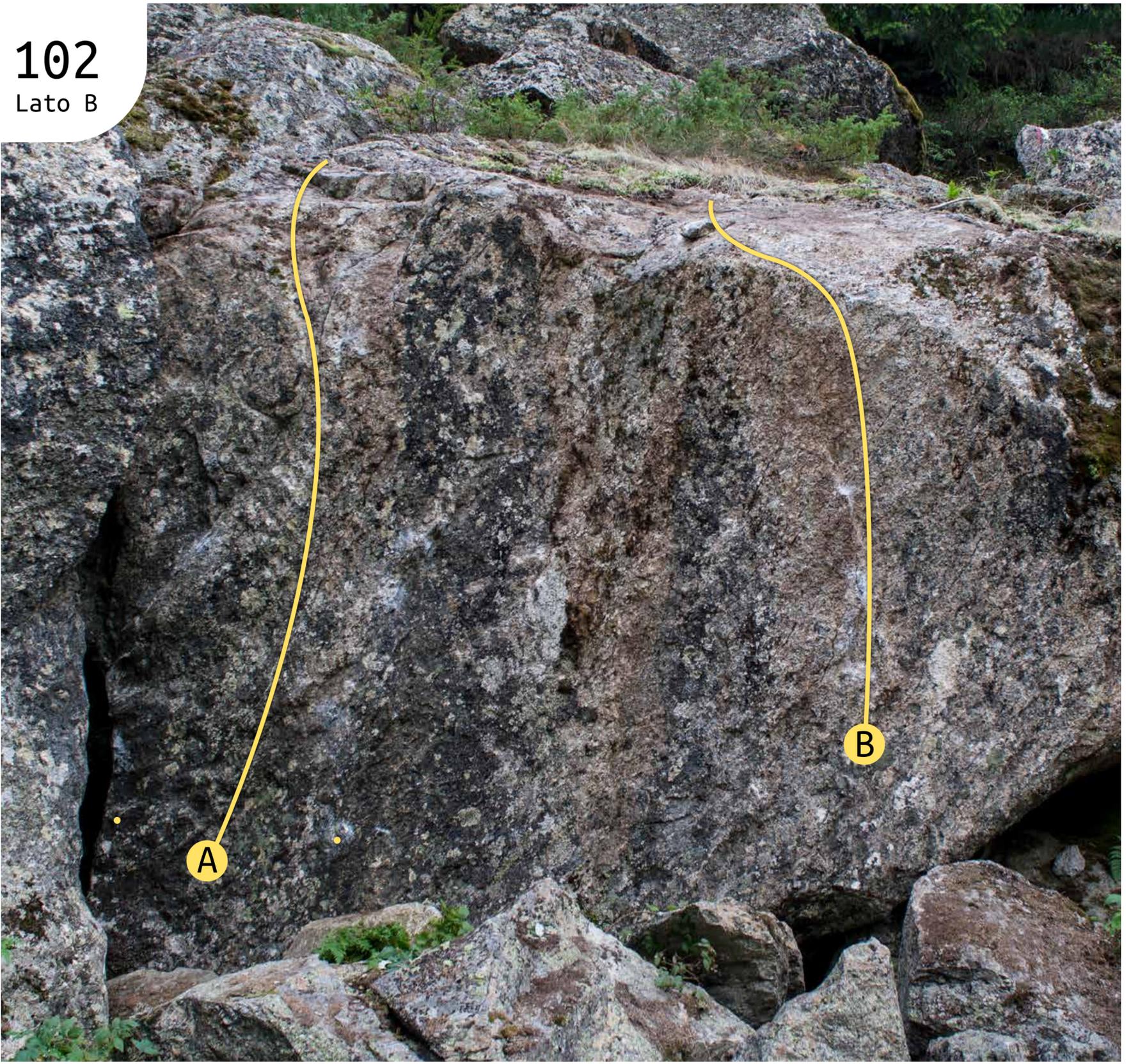
Lato A



**A** Senza nome **6c**

**B** Senza nome **6c**





**A** Selen **6c+/7a sit** ★  
Parte sx bordo, dx tacca evidente

**B** Milly **7a/+ sit** ★



103



**A** Milf **6c**

Parte mano sx bordo rovescio basso, dx bordo alto.  
No piedi nel masso accanto, linea pura.

104



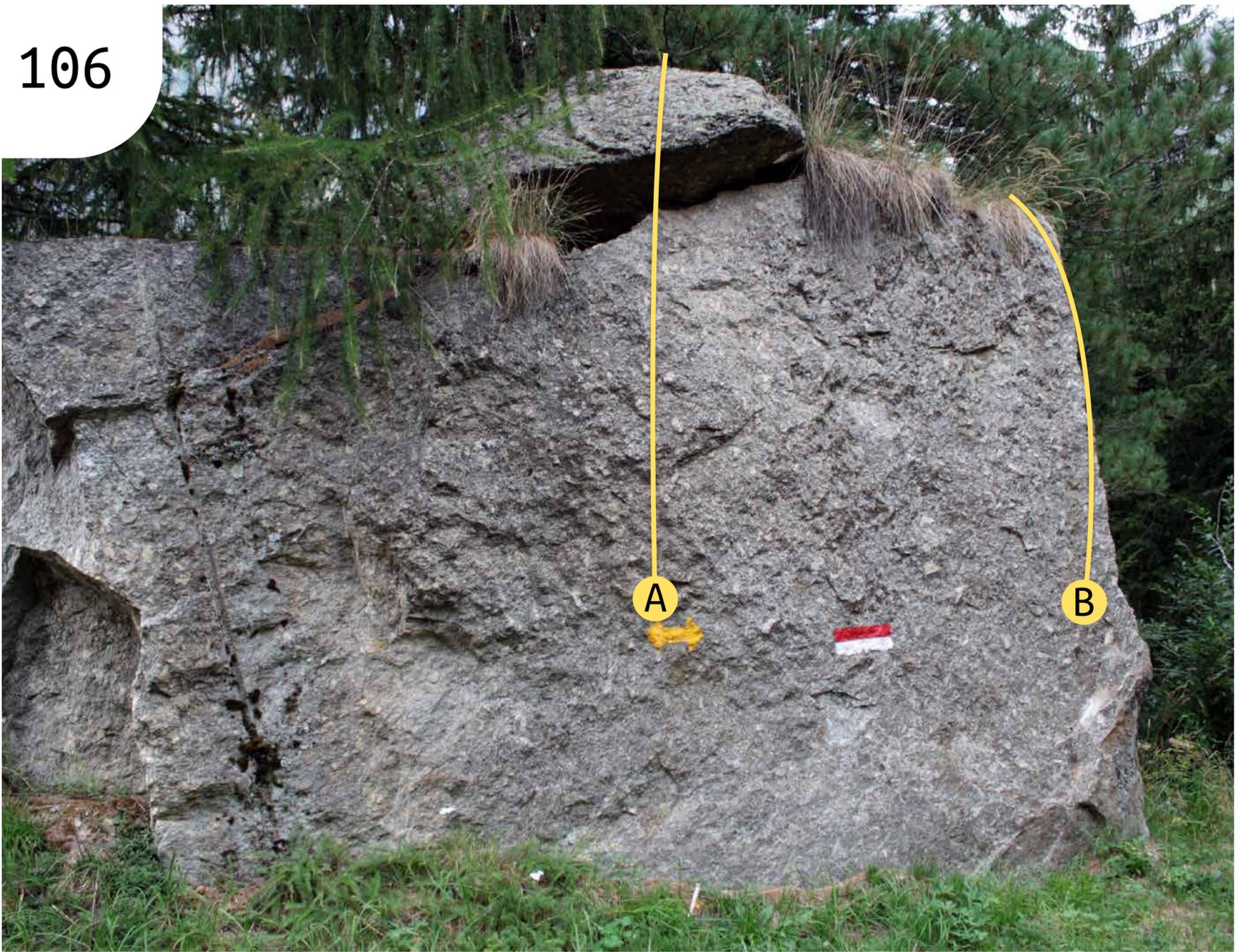
**A** Senza nome **6a**





- A** Bud Spencer **7a** ★  
 Parte sx bordo, dx fessurino.
- B** Liberato **7b+ sit** ★  
 Parte dx pinza rovescia svasa, sx fessurino.
- C** Railway Rockerz **7b** ★  
 Parte dalla grande lama rovescia, piedi sul massetto in basso.





**A** Placchina **5**

**B** Bordino **4**



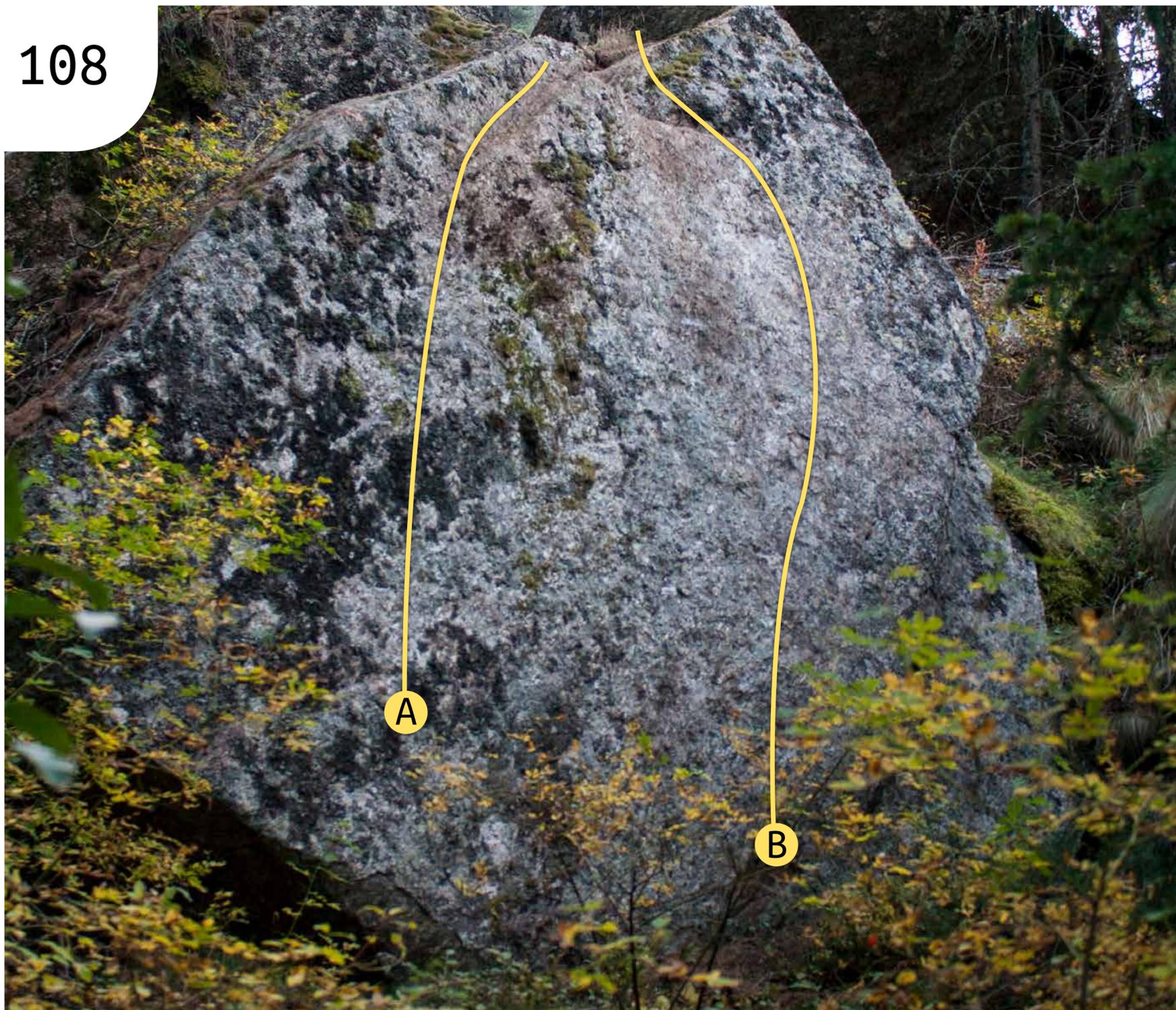


A Progetto - sit 🧑

B Aigbol 6b ★ 🧑



108



**A** Senza nome **5**

**B** Senza nome **6a sit**

109



**A** Senza nome **4**

**B** Senza nome **6b** Senza bordo a sx

**C** MTB **6b**

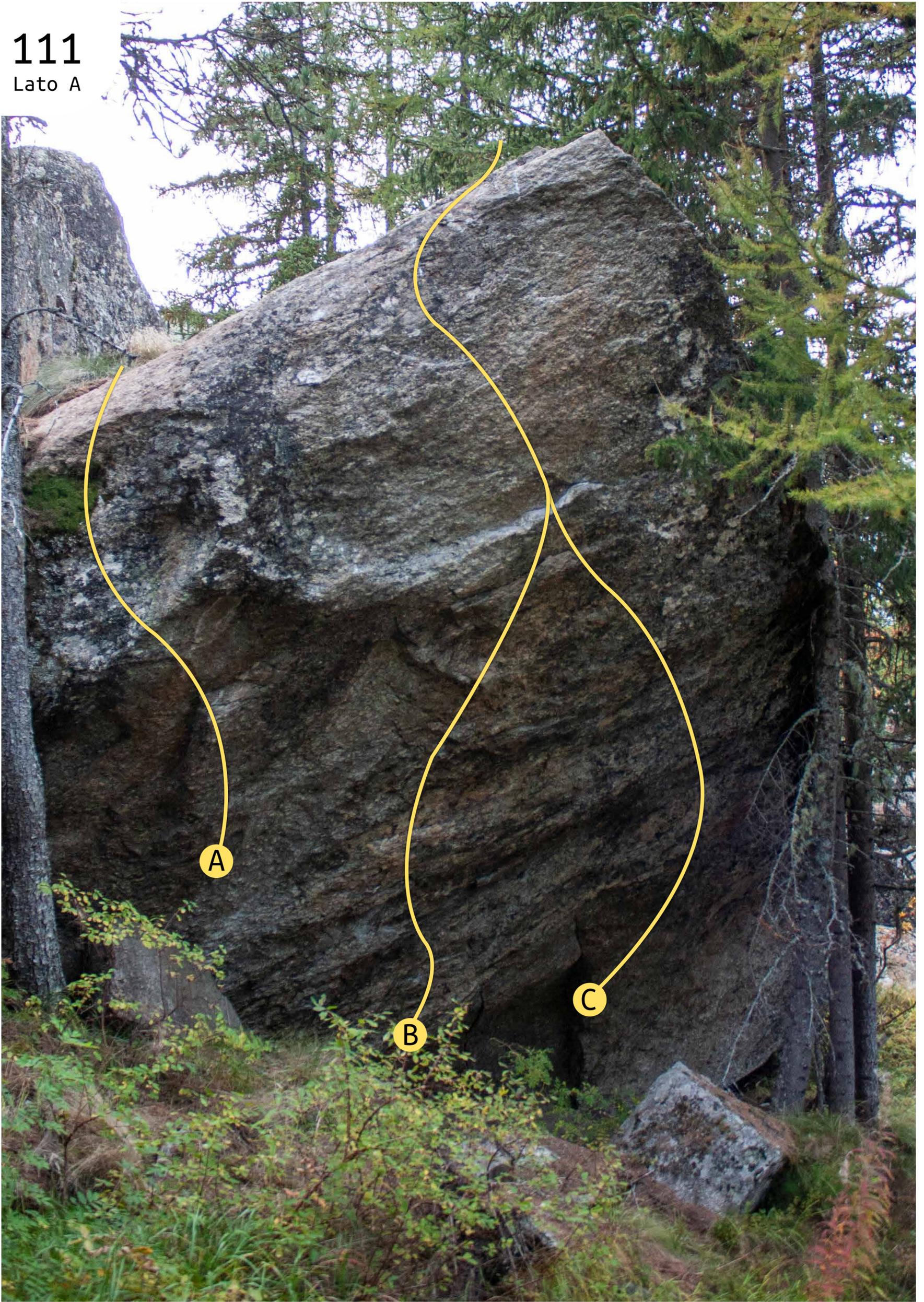


110



A Yes man 6b+/c





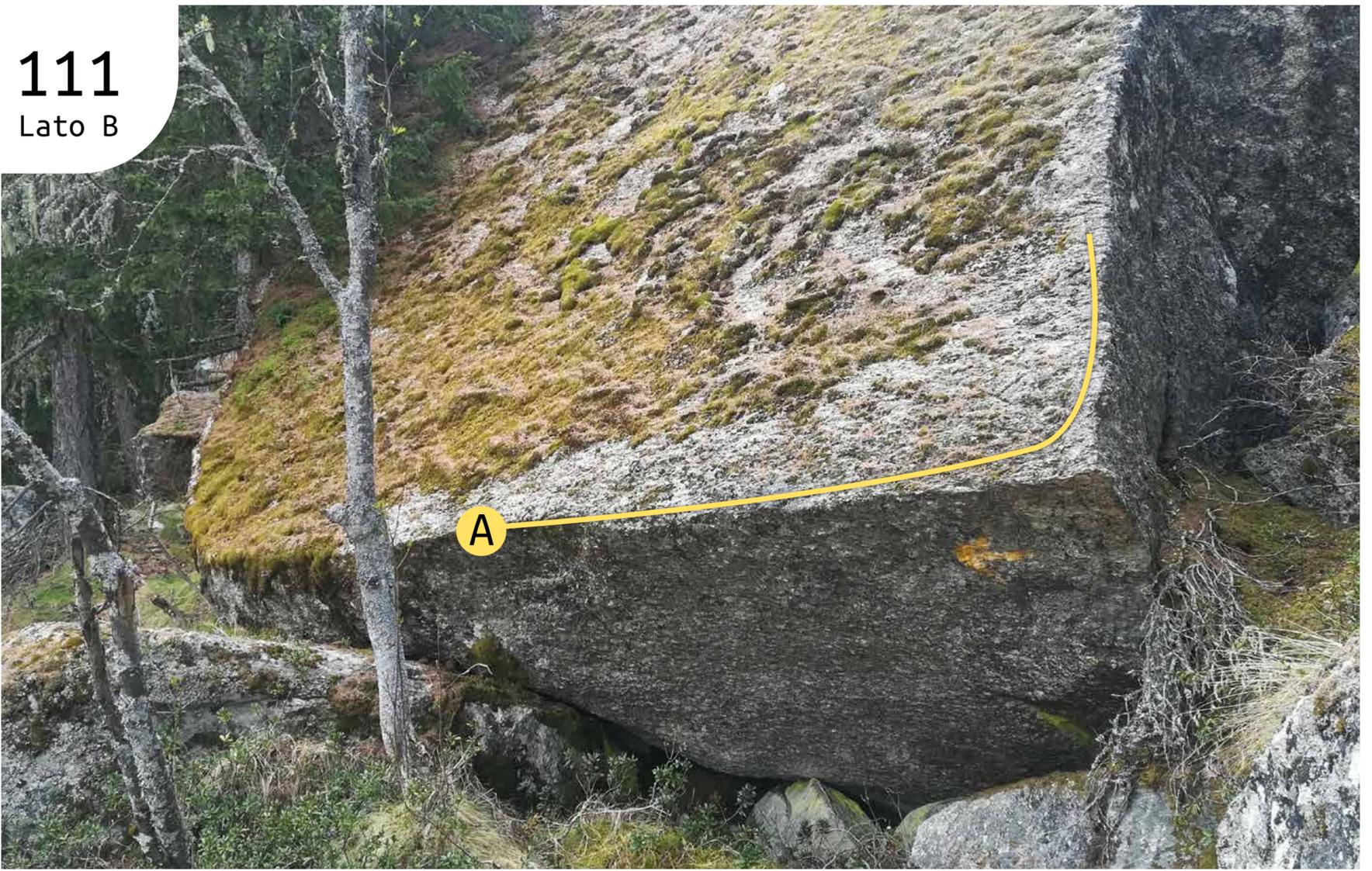
A Progetto -

B Il cuore e la fame **7b sit** ★   
Parte accoppiato dall'evidente tacca svasa in basso.

C Progetto - 

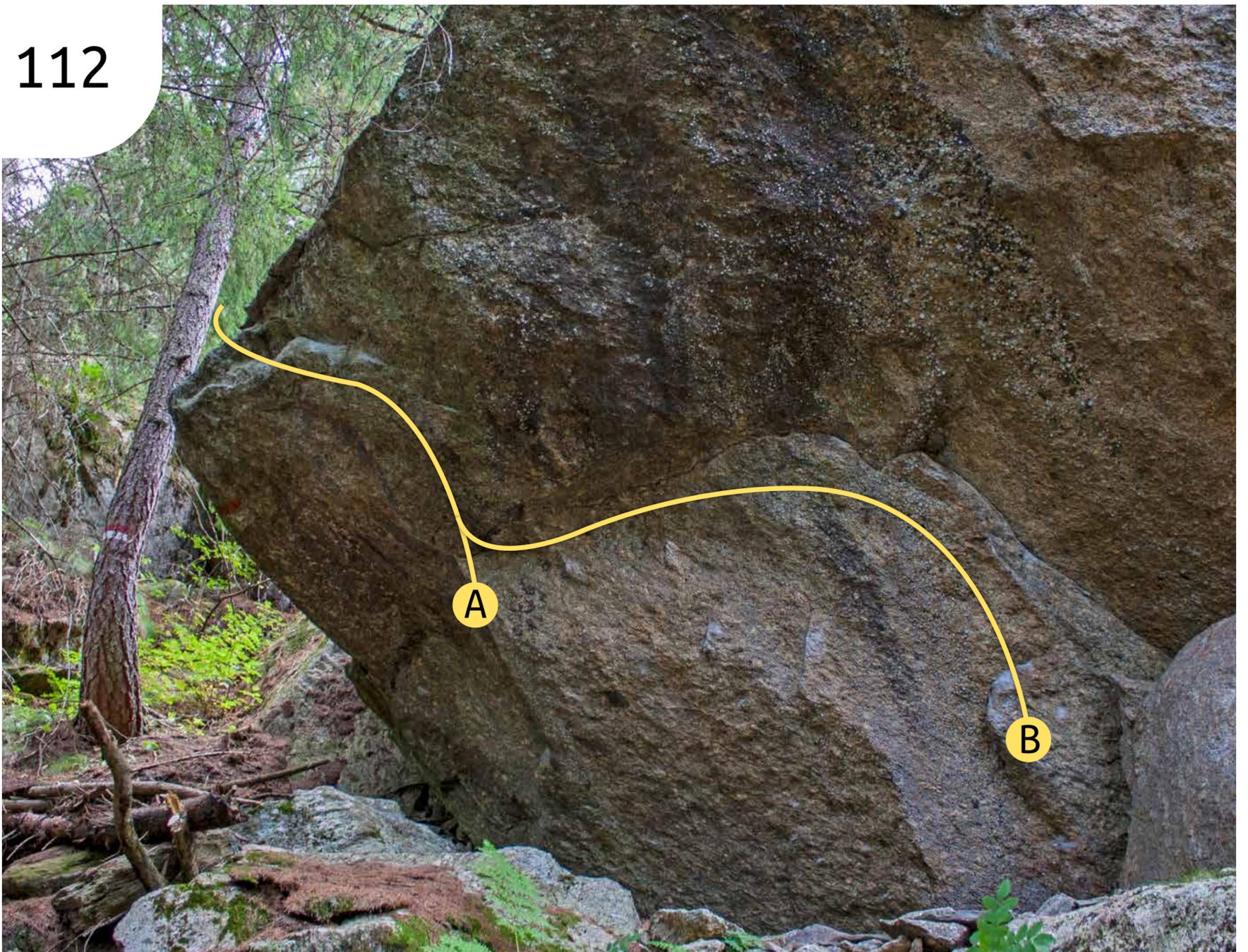


111  
Lato B



A Senza nome 6b

112



A San Salvador 7a+ ★  
Parte accoppiato dall'evidente tacca.

B Maracaibo 7b+ sit ★

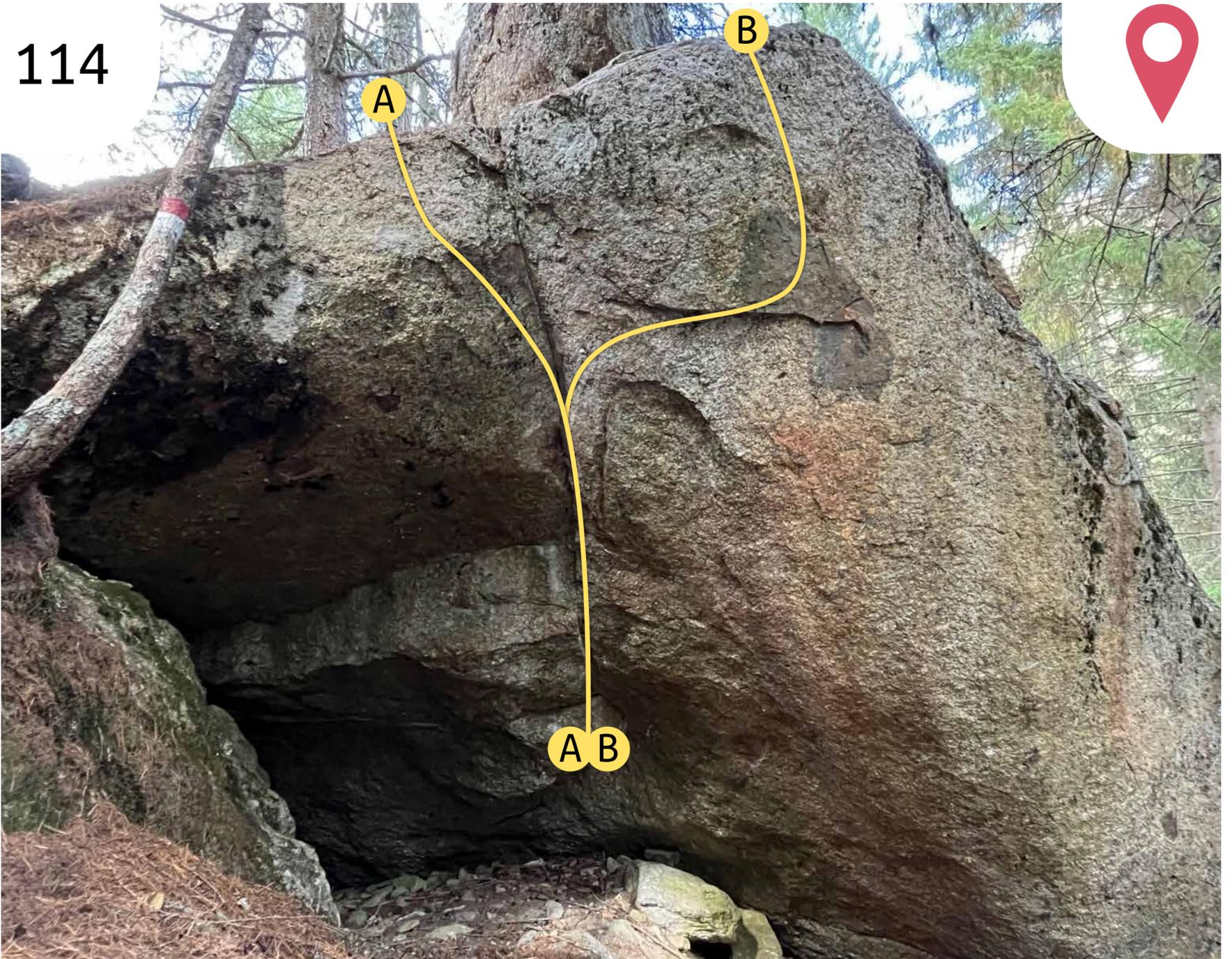


113



A Killa Kela 6b/c

114

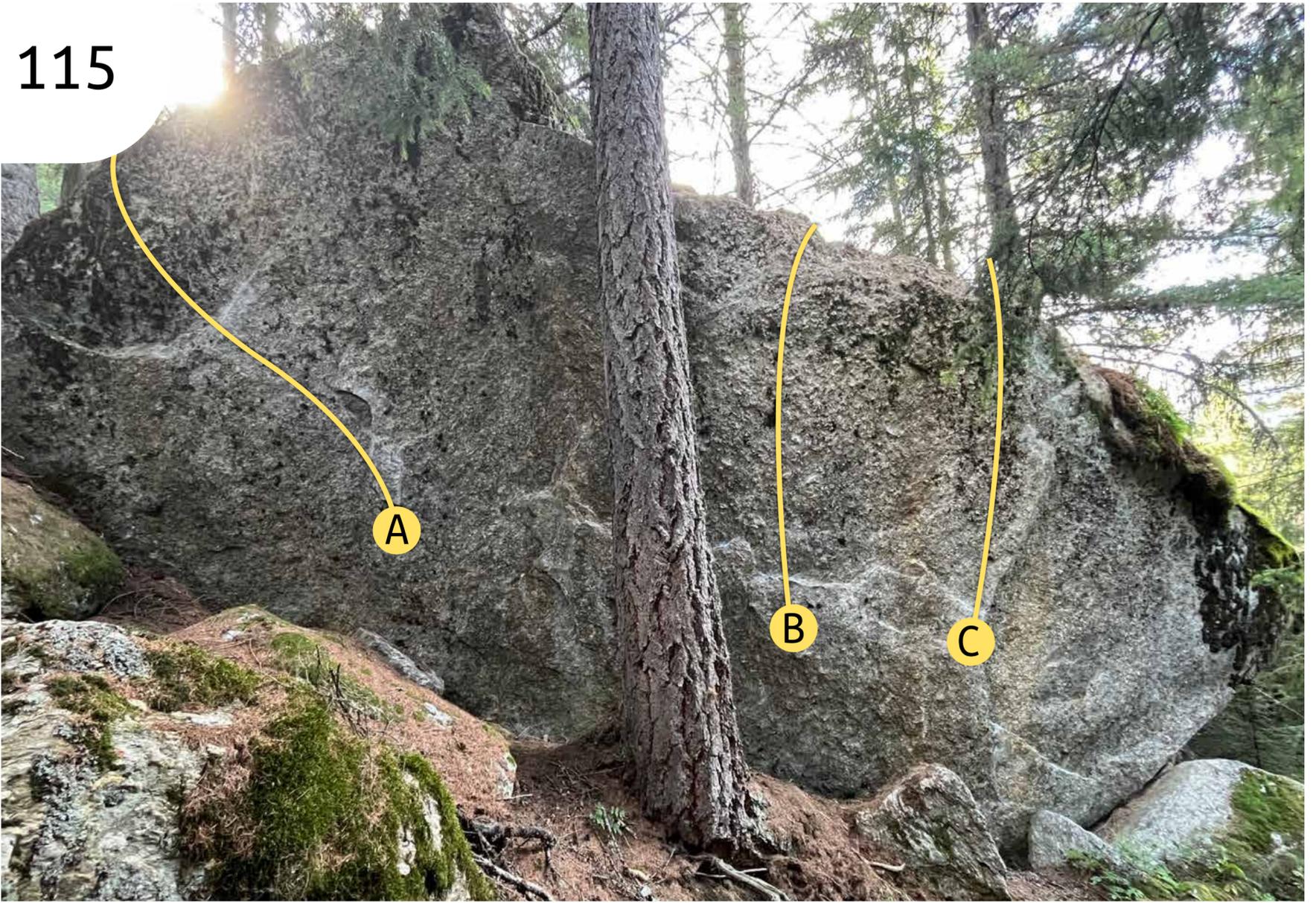


A Progetto - sit ★

B Progetto - sit ★



115



**A** Progetto -

**B** Nipples **7a/7b sit**   
Parte dall'evidente lama.

**C** Progetto - 

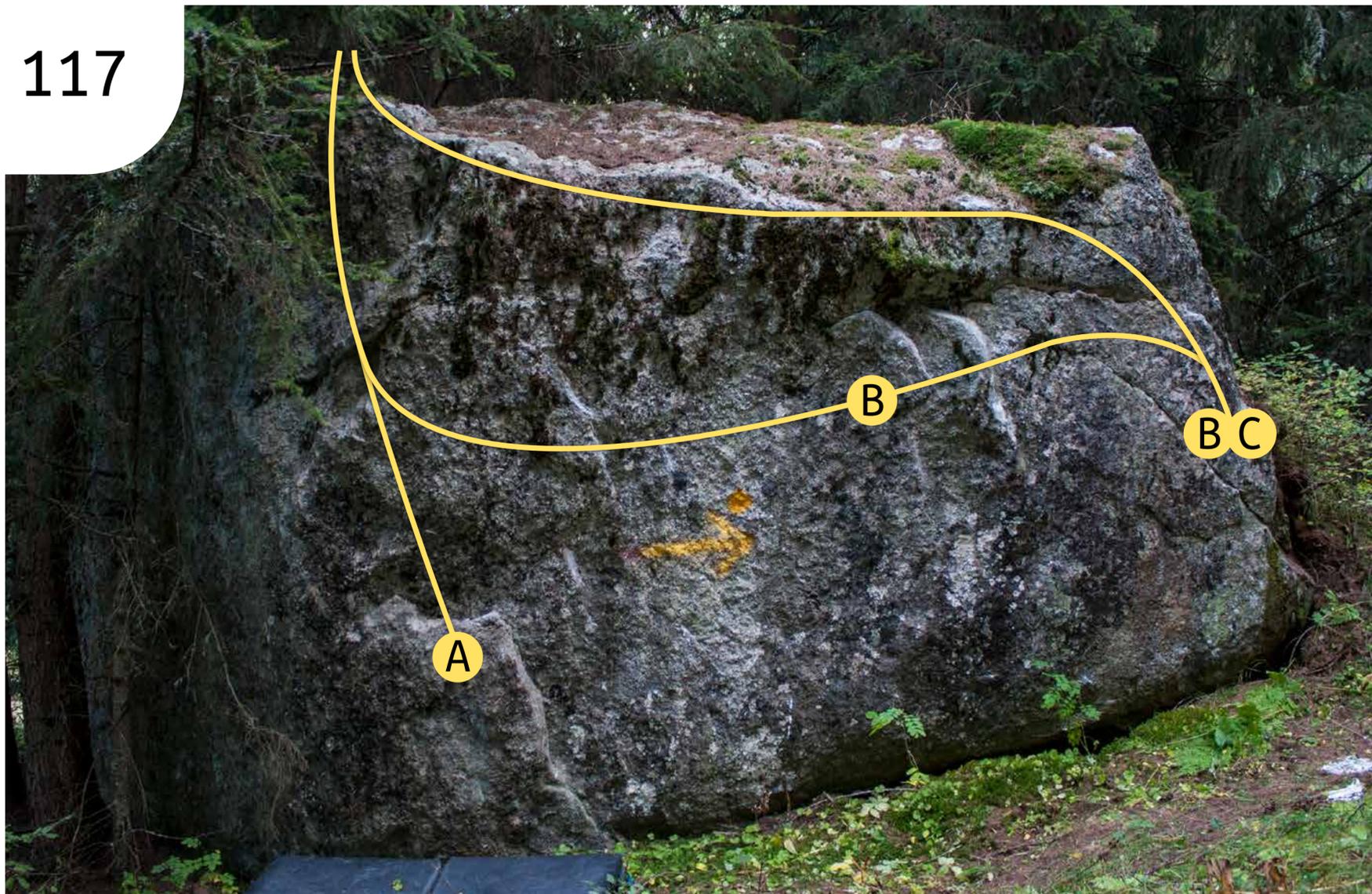
116



**A** La grattuggia **6b sit**

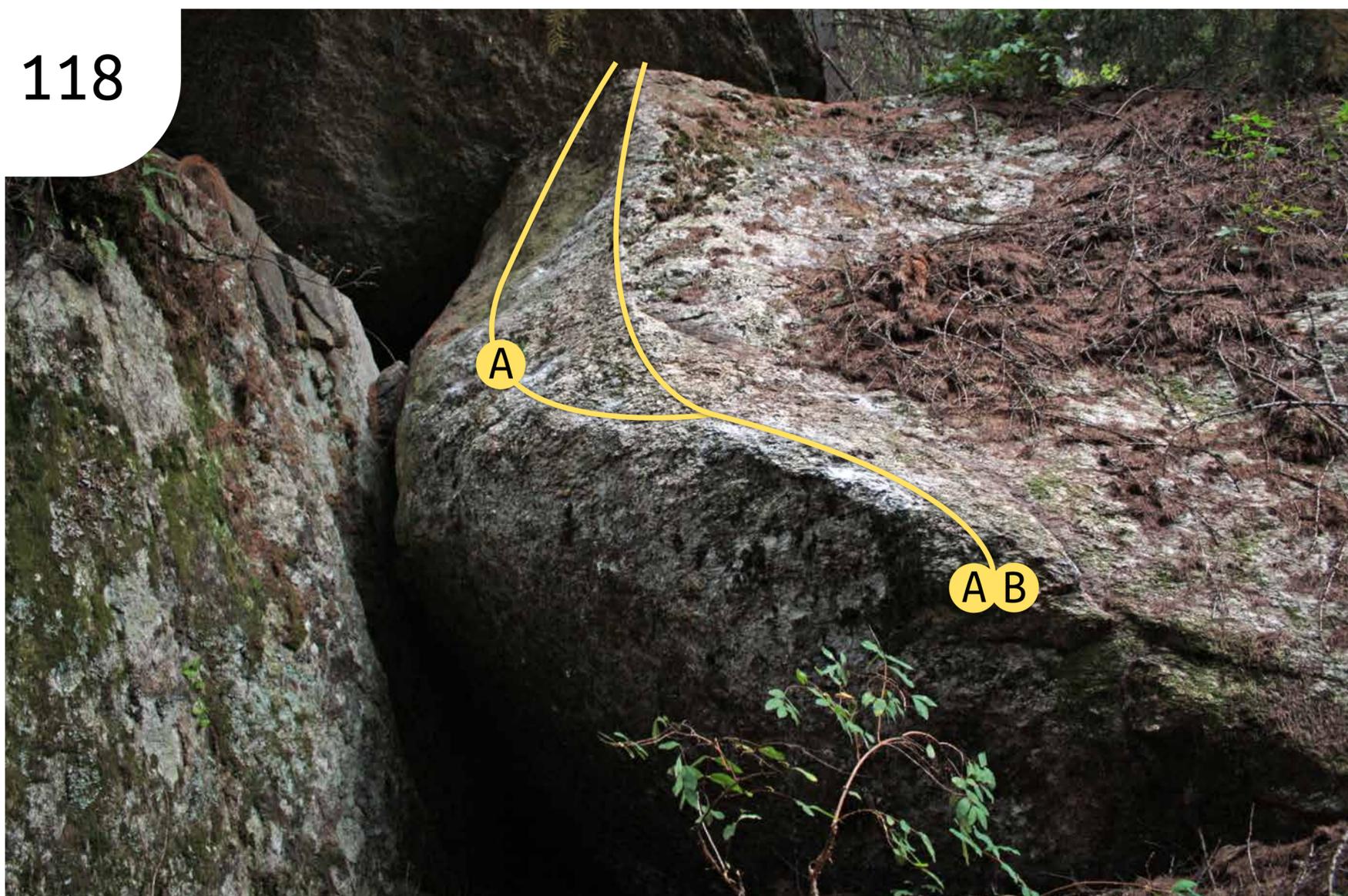


117



- A** Senza nome **5 sit**
- B** Progetto -  
Senza bordo alto, eliminante.
- C** Senza nome **6a**

118



- A** Traverso Zamba **7a sit**  
Senza fessurino alto, eliminante.
- B** Senza nome **5 sit**



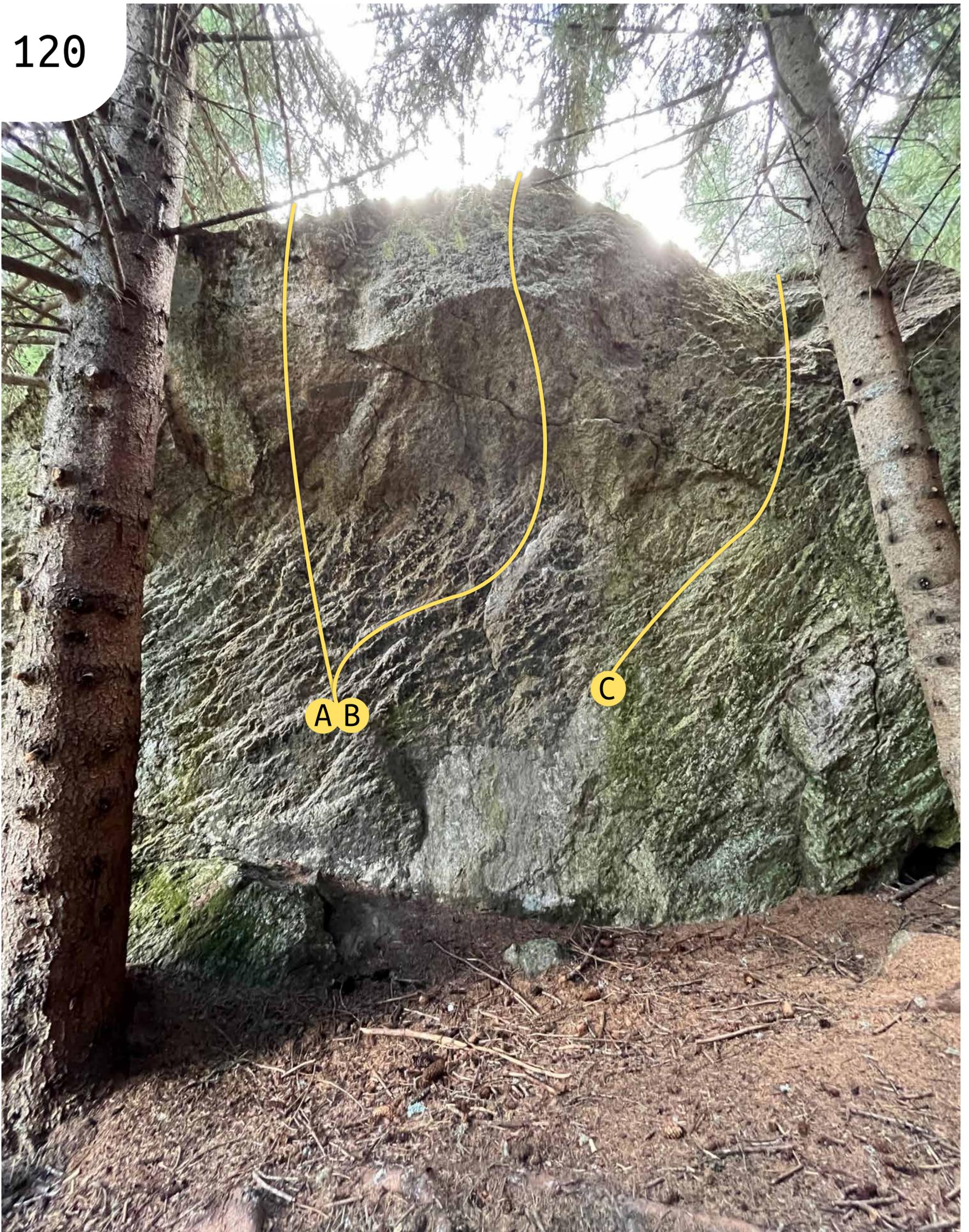


**A** School of rock 6c ★

Parte dx larga sul bordo, sx tacca piccola.

Risale il bordo di dx dopo la banca, poi si apre al bordo a sx.



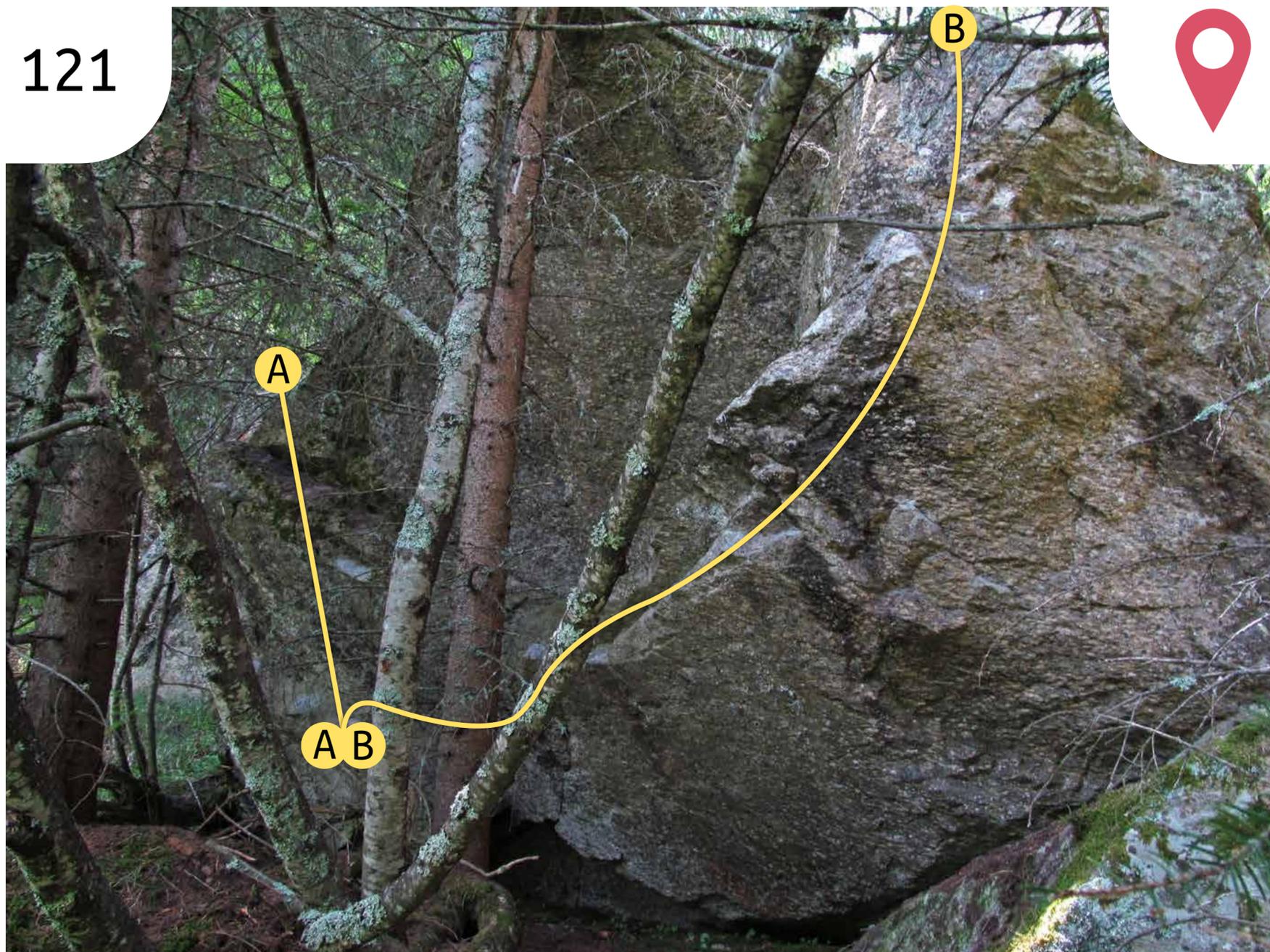


A Senza nome 6b

B Kalakuta Republic 6c ★ 🏠

C Senza nome 6a





**A** Senza nome **6a**

**B** Camionista rumeno **7a** ★

Parte come A dal banchetto a sinistra, poi trasverso.



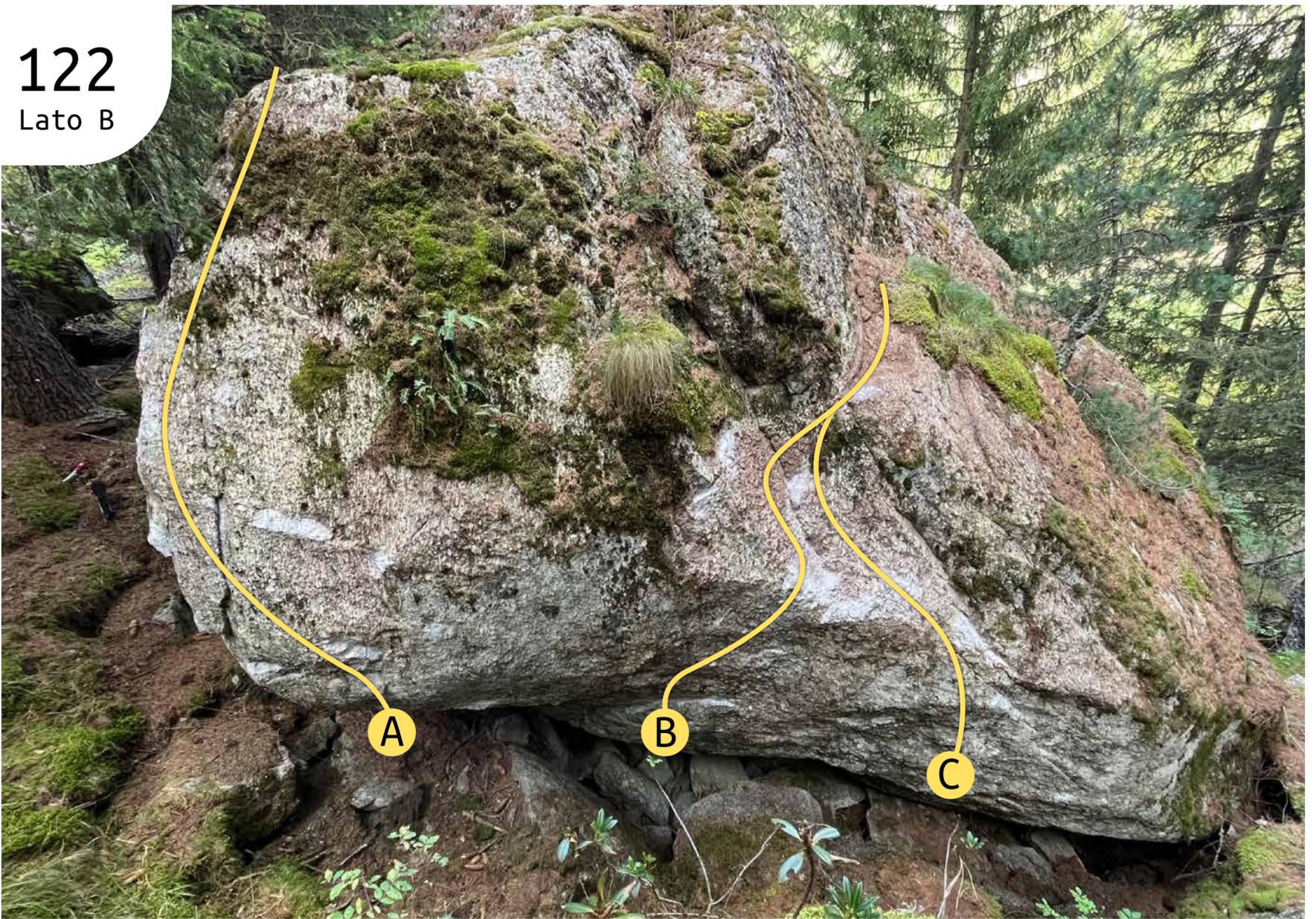


A Diletta Leotta **6c+/7a**

B Progetto - ★

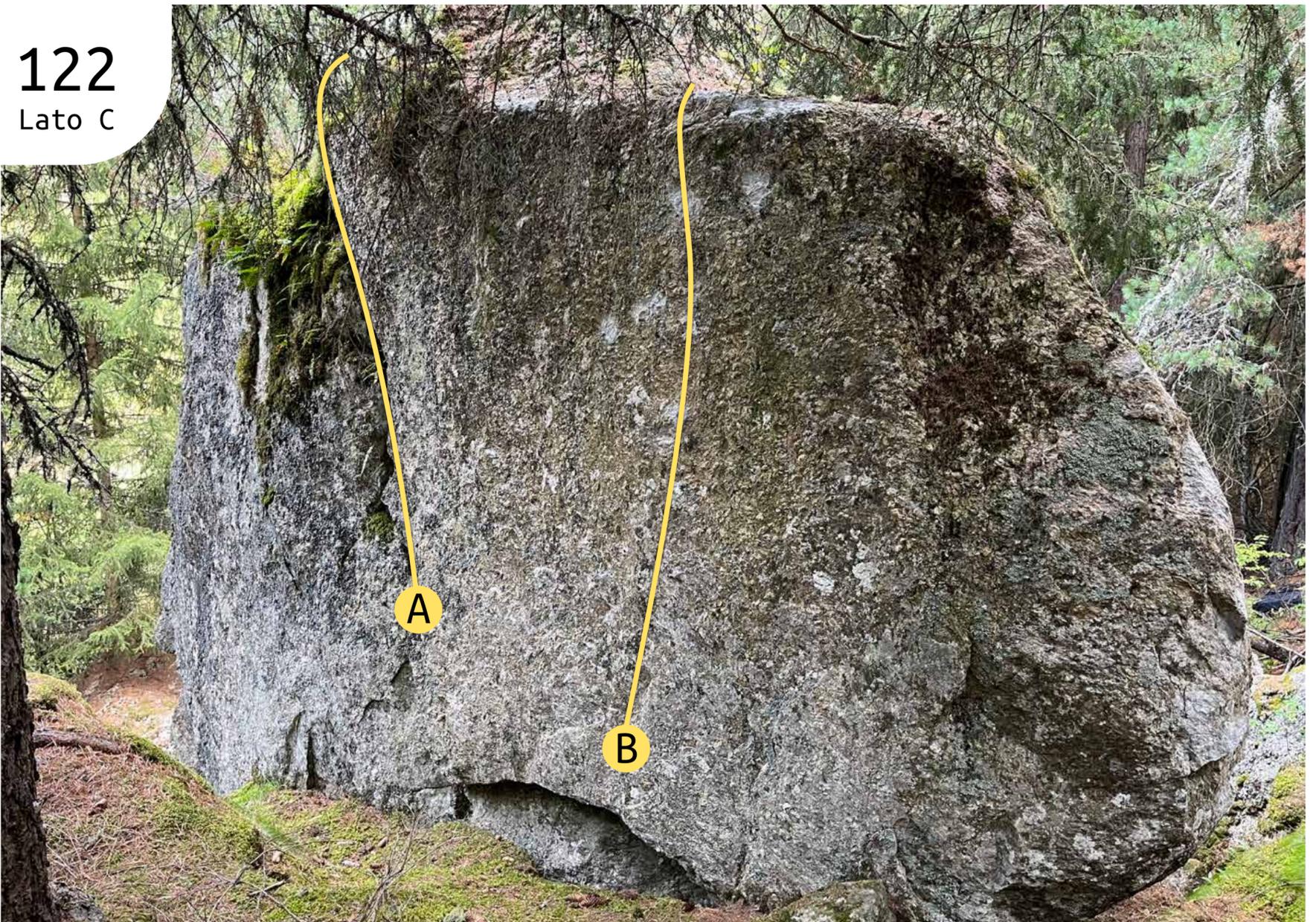


122  
Lato B



- A** Progetto - **sit**
- B** Pain in the a\*\* **6c sit**
- C** Ruvido - **6b sit**

122  
Lato C



- A** No security **5**
- B** Naraja **6c sit** ★



123



**A** Lupo grigio **7b/+** ★  
Parte accoppiato dalla grande rovescia.

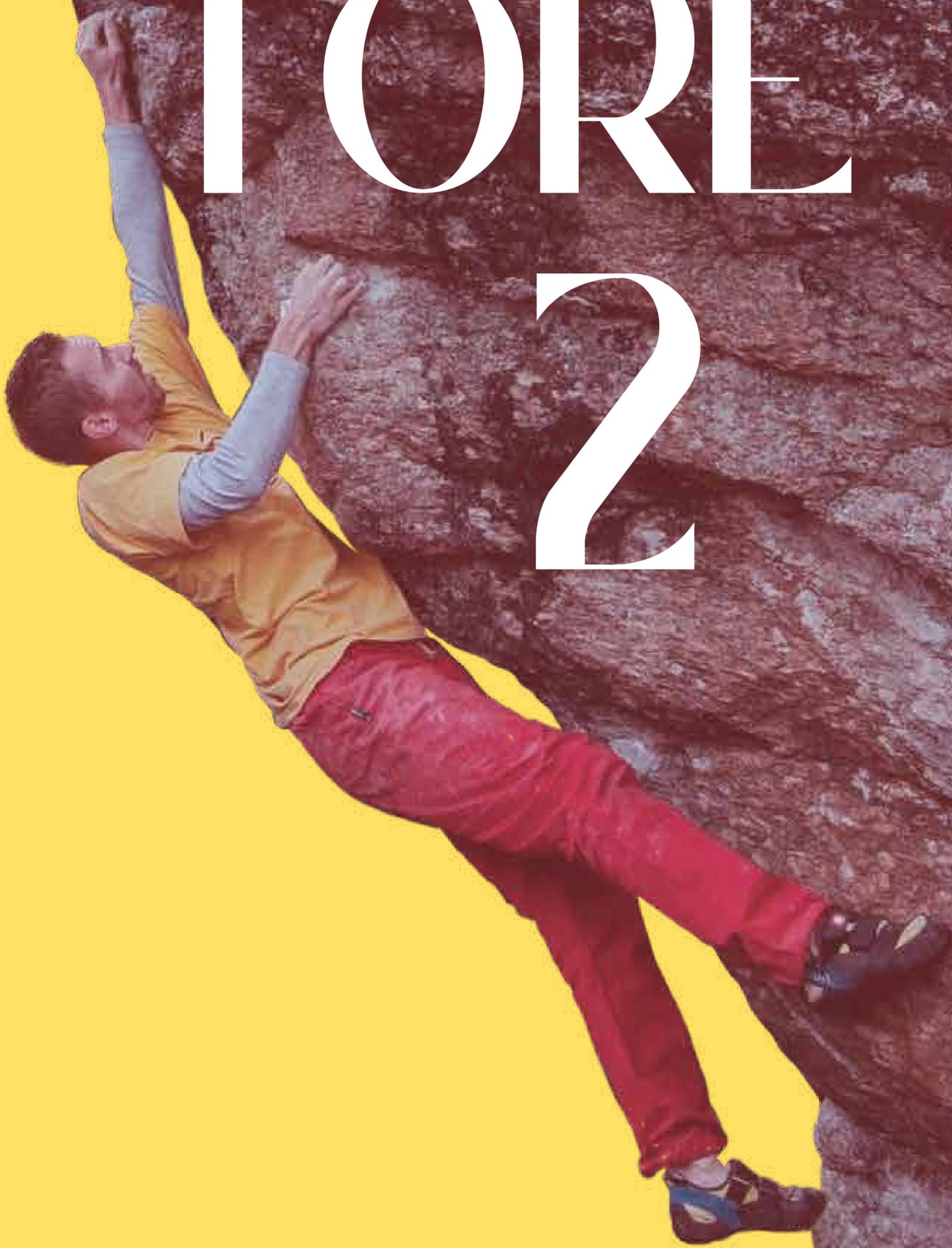
124



● Work in progress

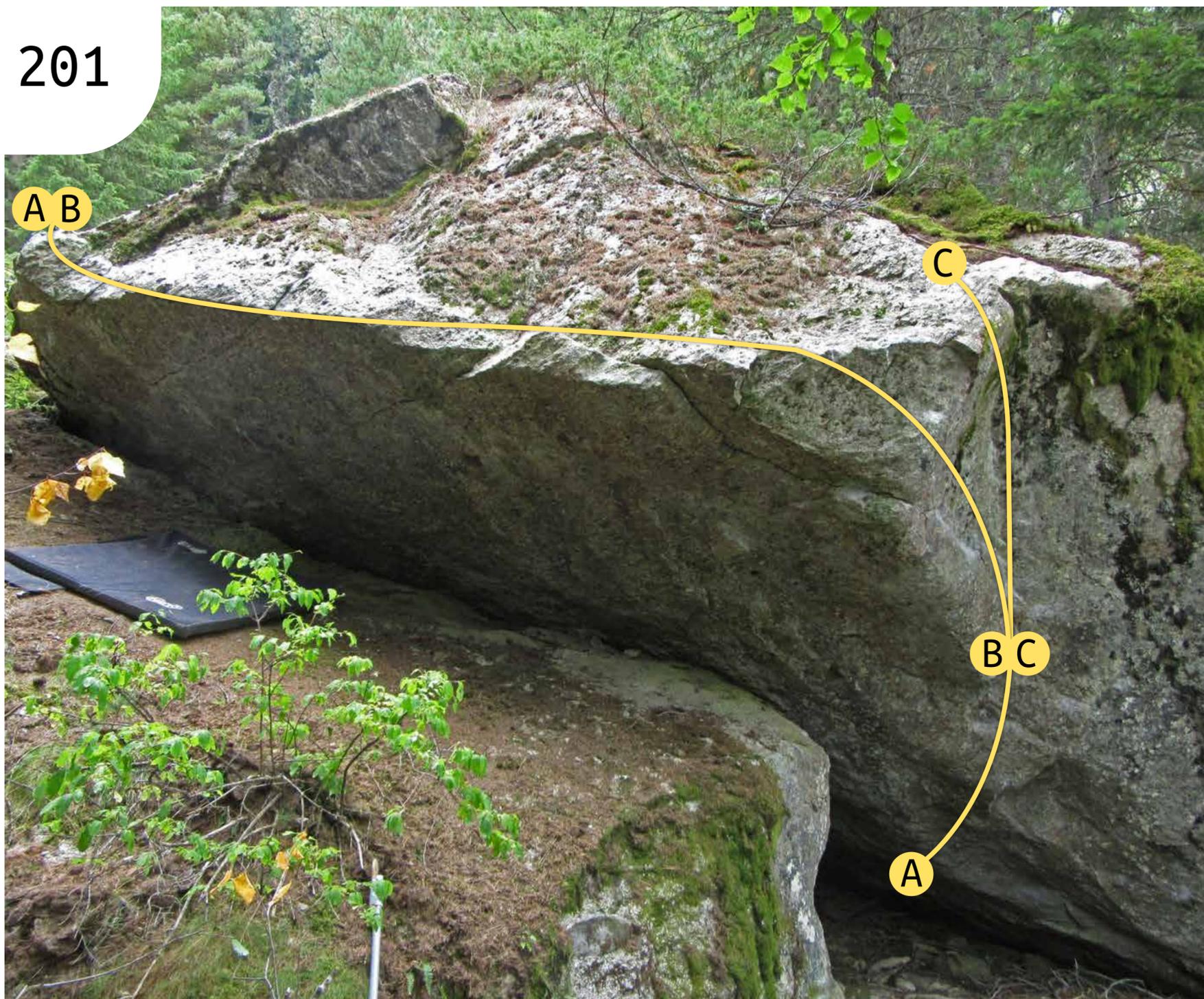


# SET TFORE 2





201

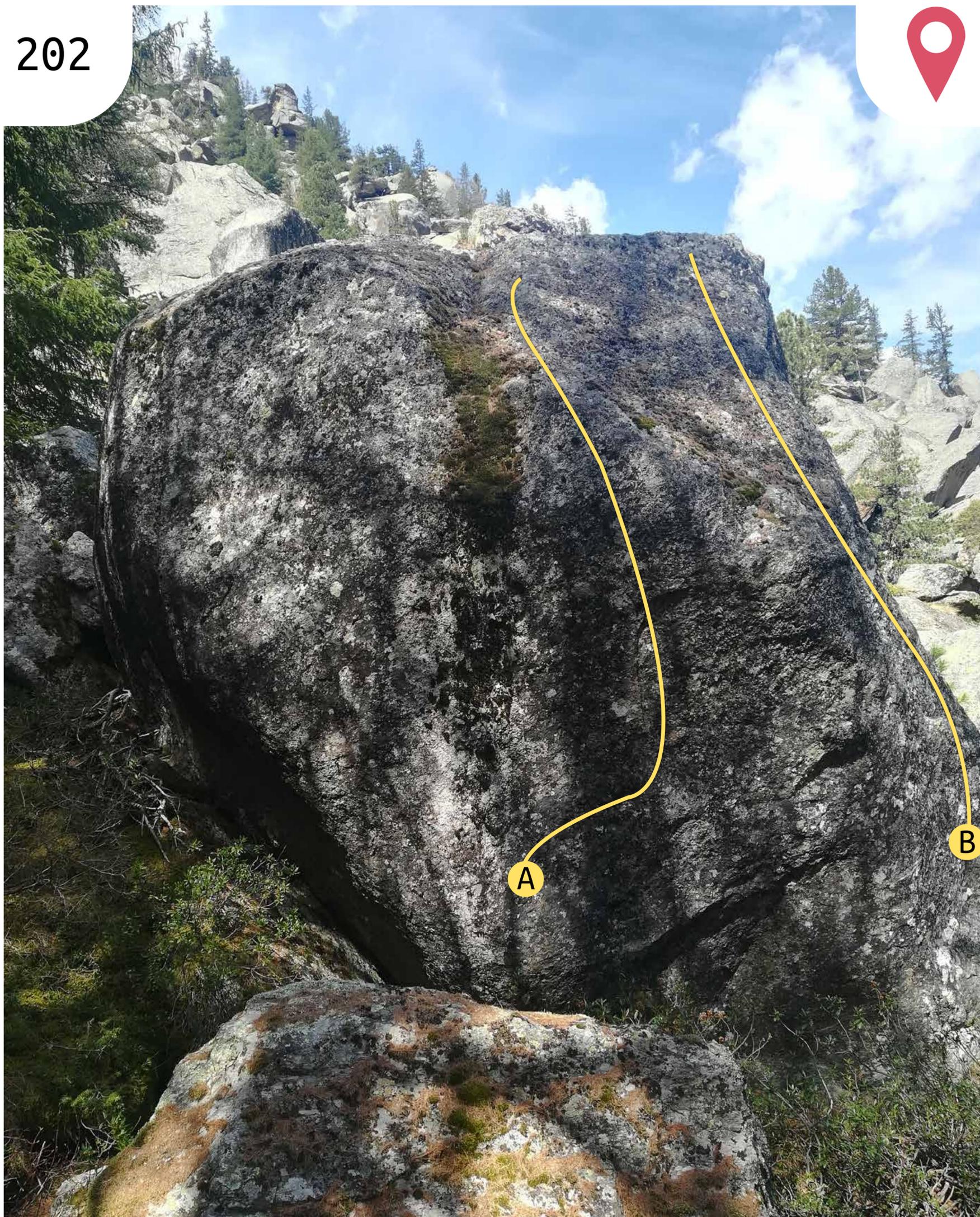


A Progetto - sit ★

B Hokuto No Ken 7a ★

C Eueueueu 5





**A** Lobo sapiens **7a/7b** ★

Parte da due tacche molto piccole: sx alta, destra bassa, appoggio per il piede destro evidente.

**B** Senza nome **6a/b**

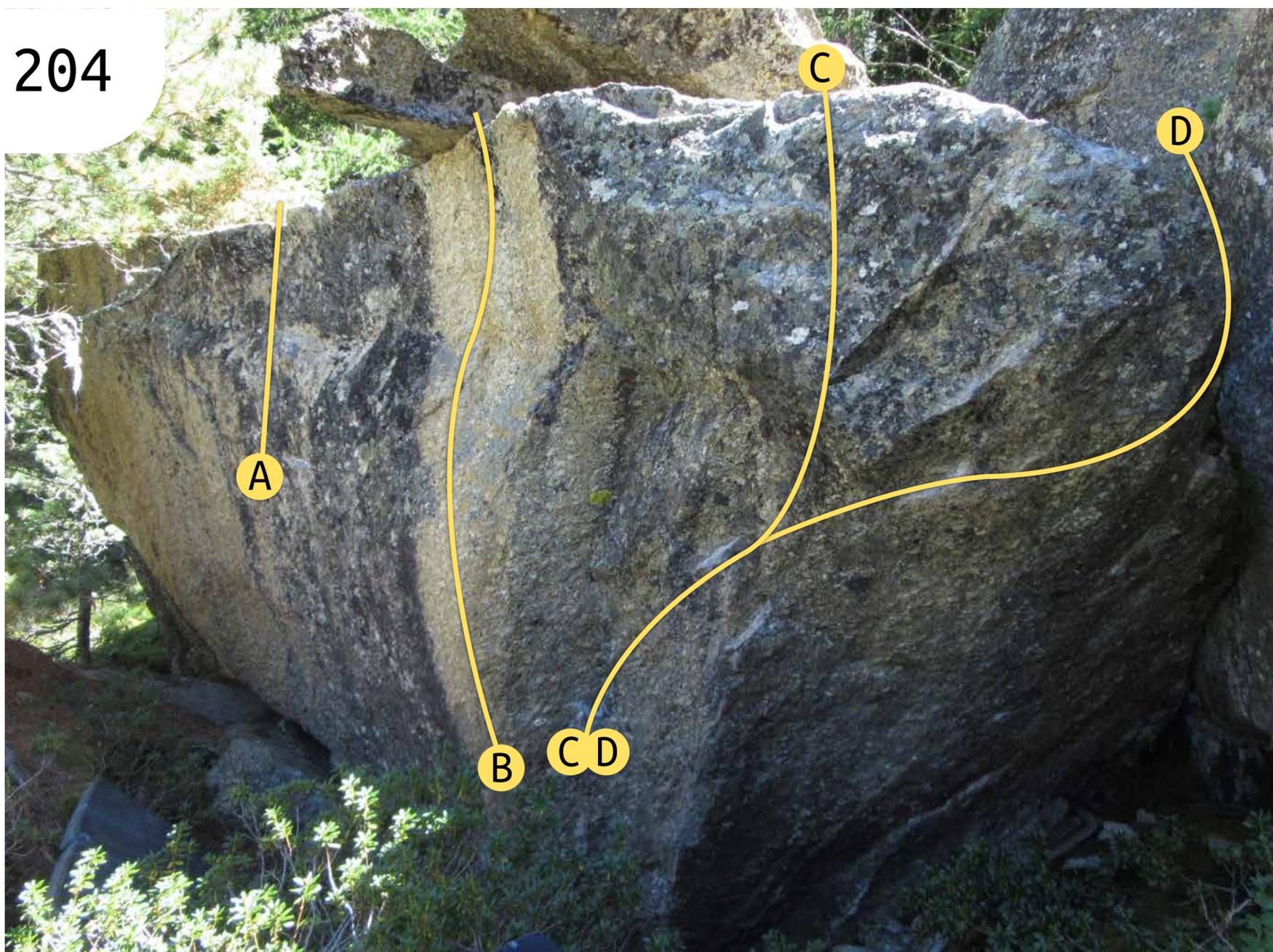


203



**A** Ginepro slab **6b+/c**

204



**A** Sveltina **6a/b** Lancio.

**B** Il presagio di Stecca **7c sit** ★  
Parte dx tacca grande, sx crosta bassa nera.

**C** Bang Bros **6c sit** ★  
Parte accoppiato dall'evidente tacca grande.

**D** Brazzers **6c+ sit** ★  
Parte come C, poi traversa ed esce a destra.





**A** Wild Style 7a+ ★ 🧑‍🏔️

Parte accoppiato dalla grande fessura in basso, fantastico.





A New Lots Yard 6b





A Progetto - ★



208



**A** Il gitano **6c sit** ★

Parte in fondo dall'evidente verticale, traverso tecnico, ribalta sulla cengia ed esce sul lato opposto.

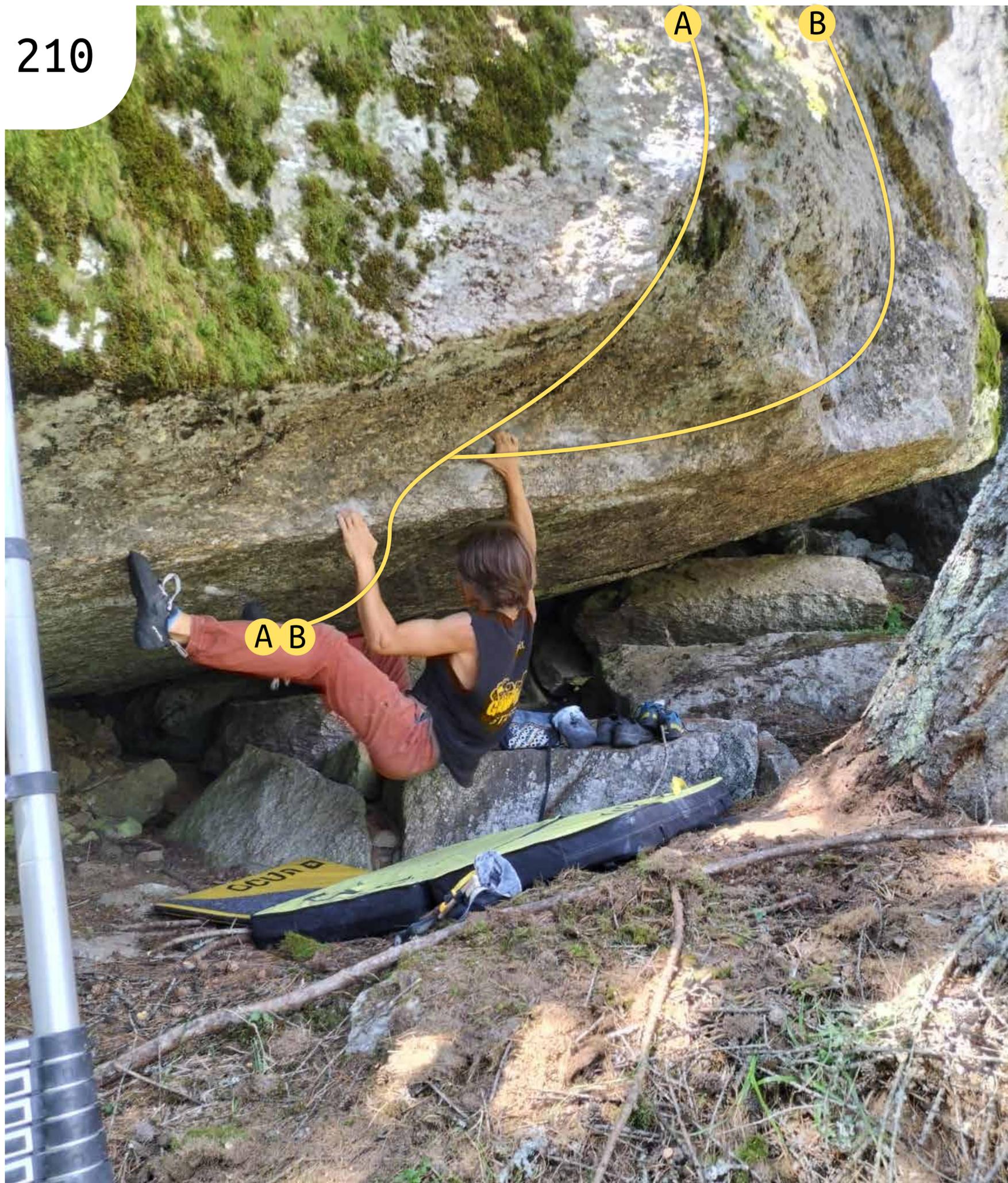
209



**A** Progetto -

**B** Progetto -





**A** Passione motori **6c+/7a** ★

Partono entrambi sotto al tetto dalle evidenti taccone.

**B** Il bastone **7a+/b** ★





**A** Klessidra 7b/+ ★

Parte stand dalla fessura. Super!

**B** Progetto - ★

Sit start di A, parte dall'evidente tacca grande in basso.





A Sex on the blocks 6c sit ★





# SETTORE 3





306

305

304

303

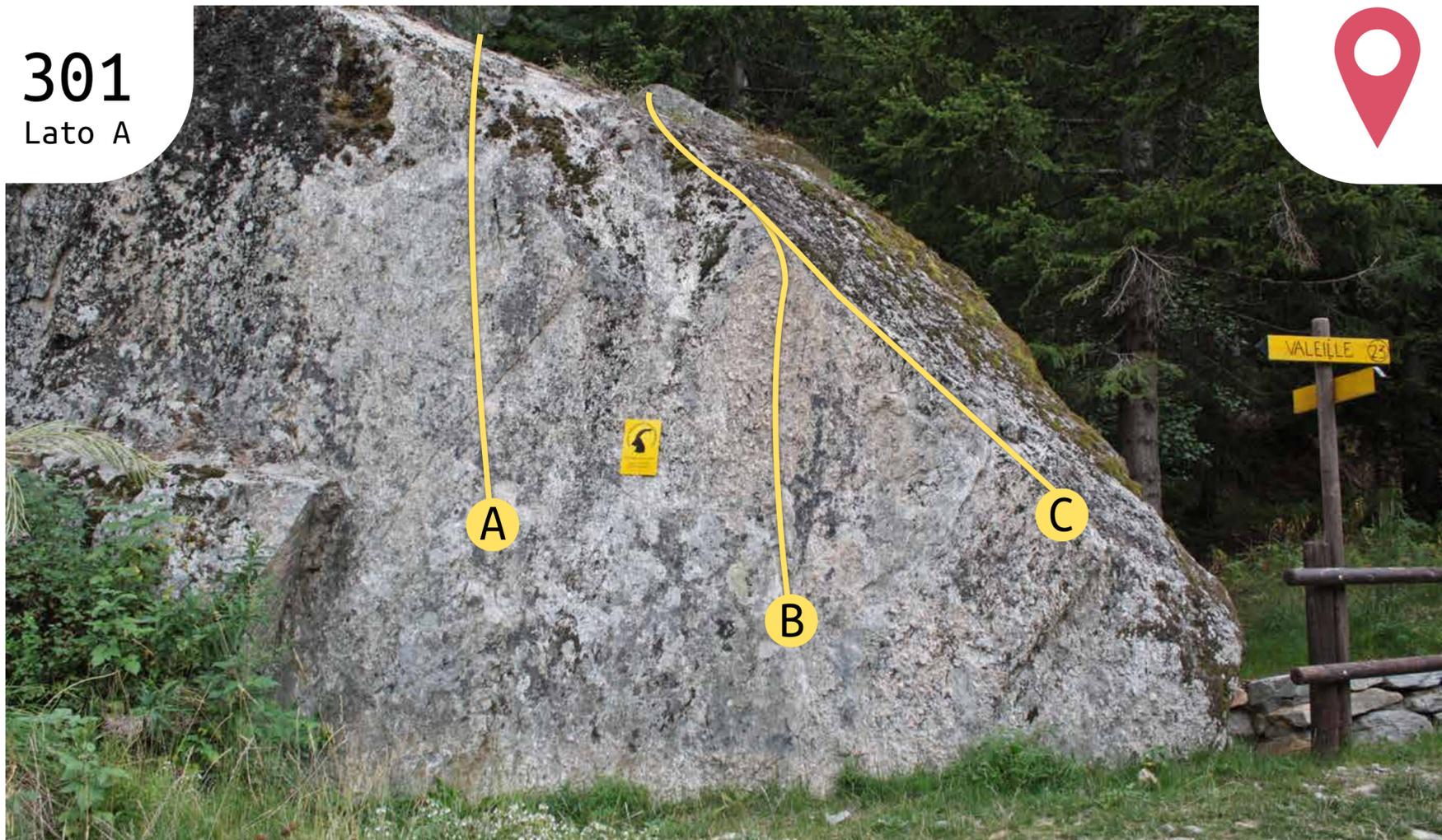
302

301



301

Lato A



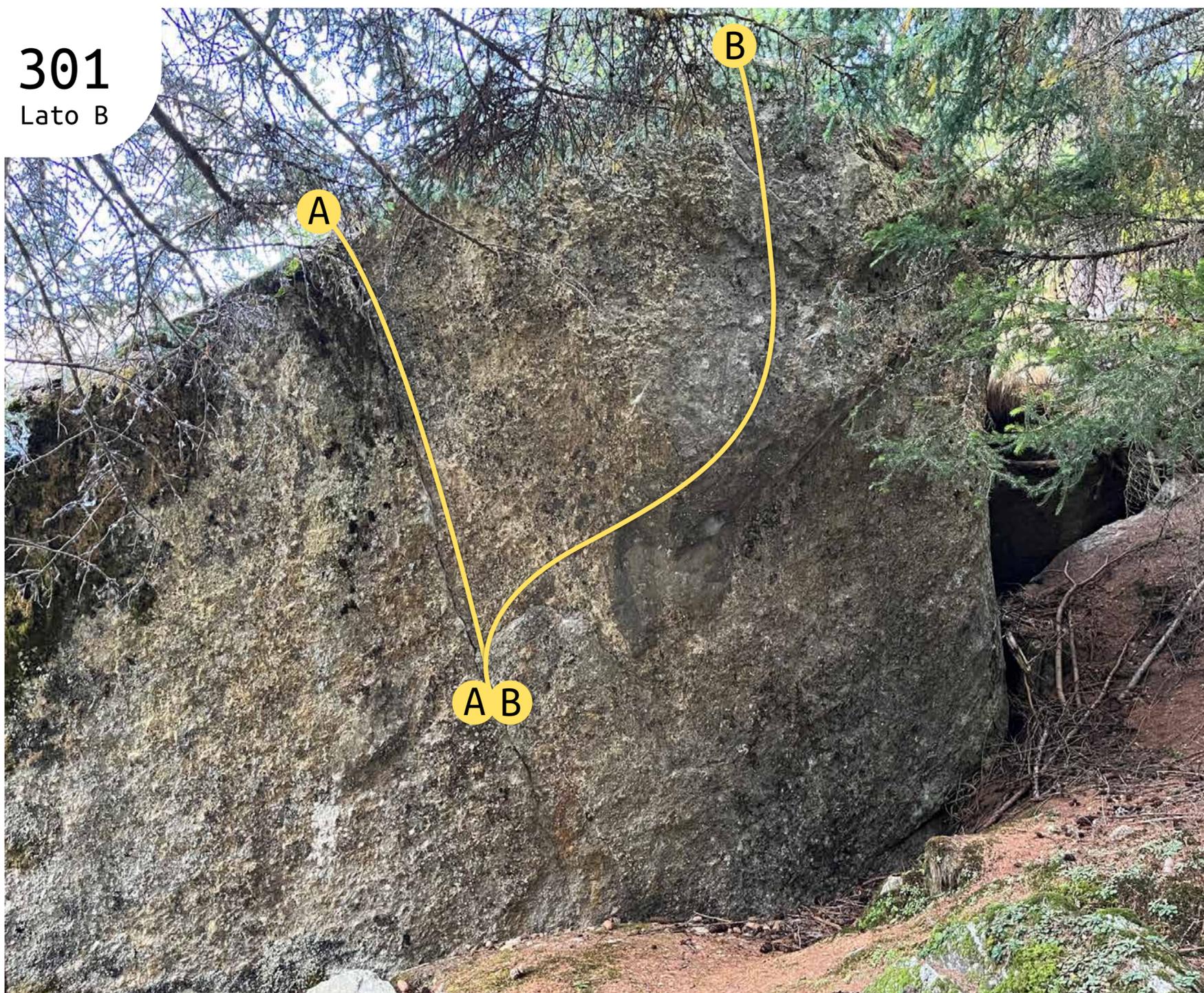
A Border slab 6b ★

B Senza nome 6a

C Senza nome 5

301

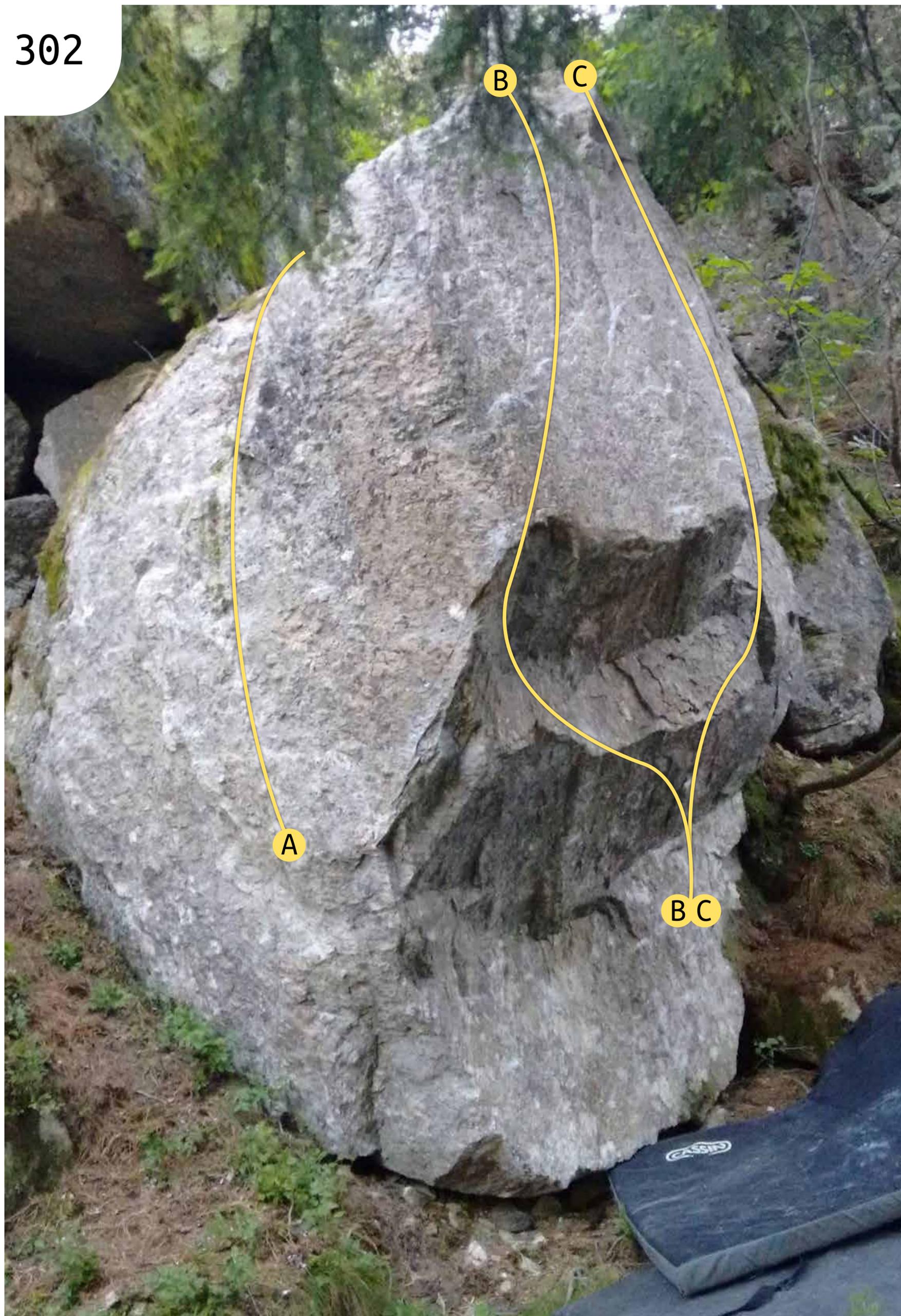
Lato B



A Boy scouts 5

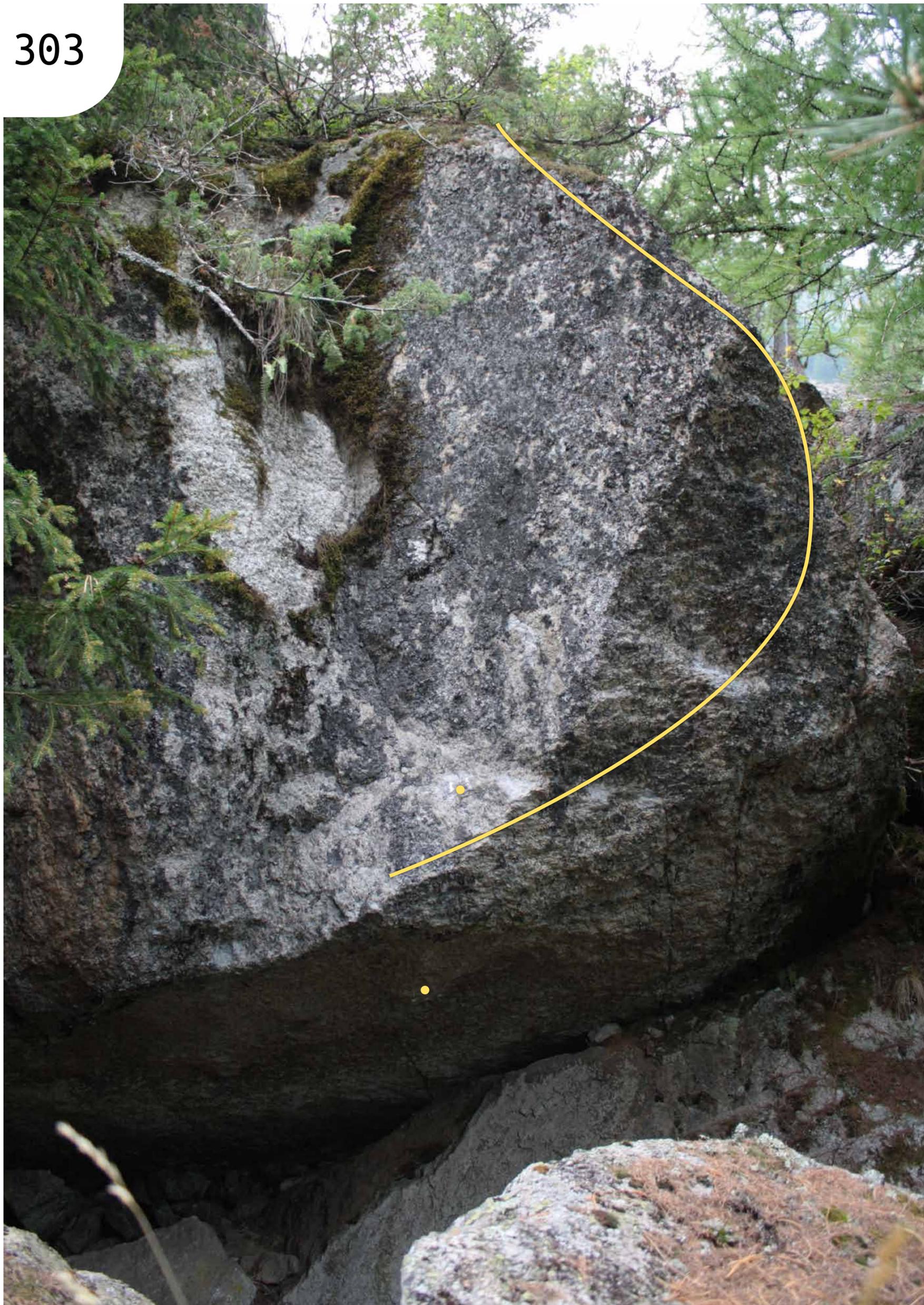
B Progetto - ★





- A** Disordine **6a+ sit**
- B** Ossessivo **6b sit**
- C** Compulsivo **6b sit**





**A** Ego trip **6c** ★

Parte dx quarzo rovescio basso, sx tacca alta.

### ACCESSO

Dalla lapide commemorativa nei pressi del masso 302, salire ripidi verso sinistra per la traccia appena accennata. Il masso resta piuttosto nascosto fin quando non si raggiunge il terrazzino dove è appoggiato.

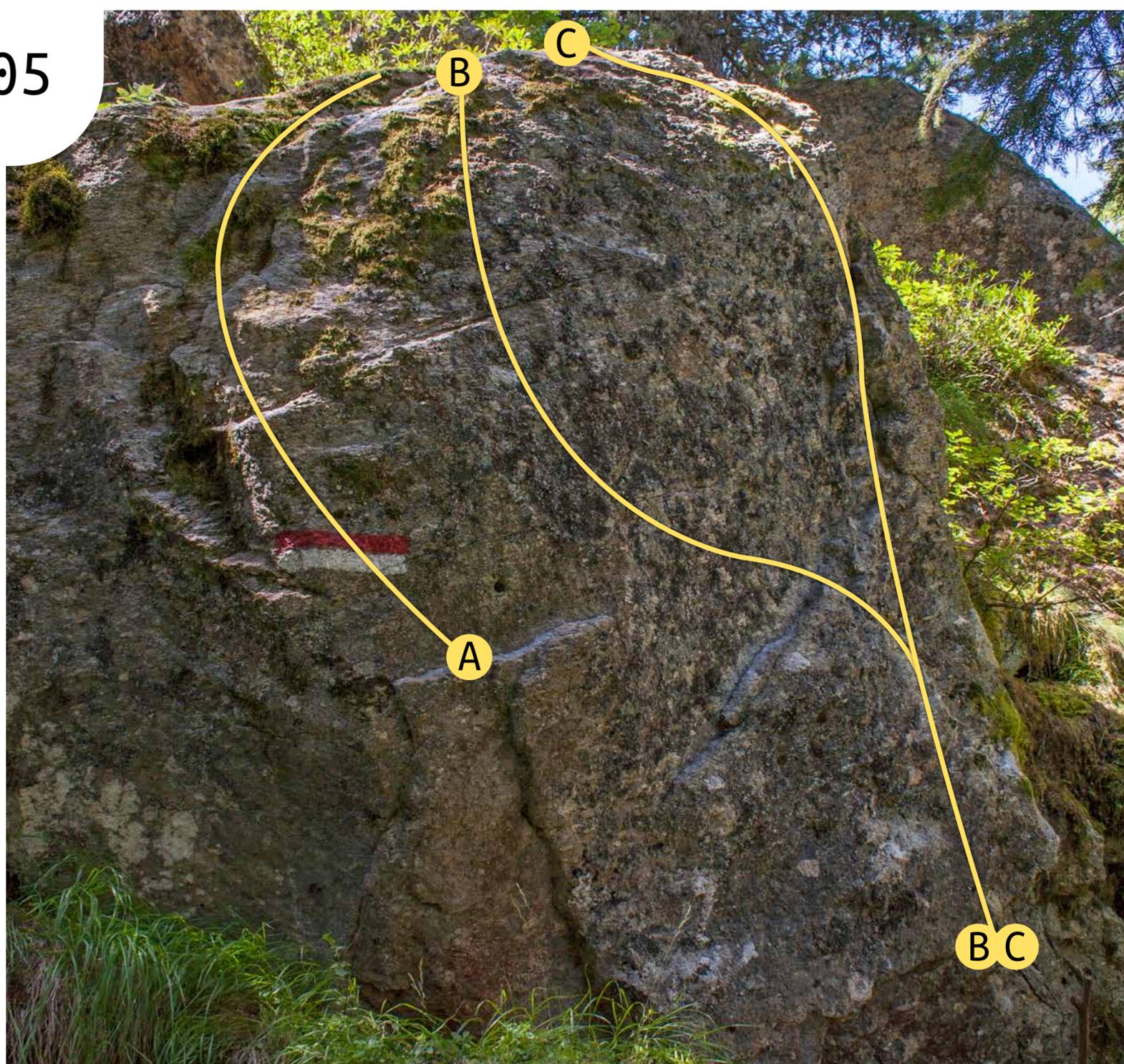


304



**A** Stand strong **6c/+**

305



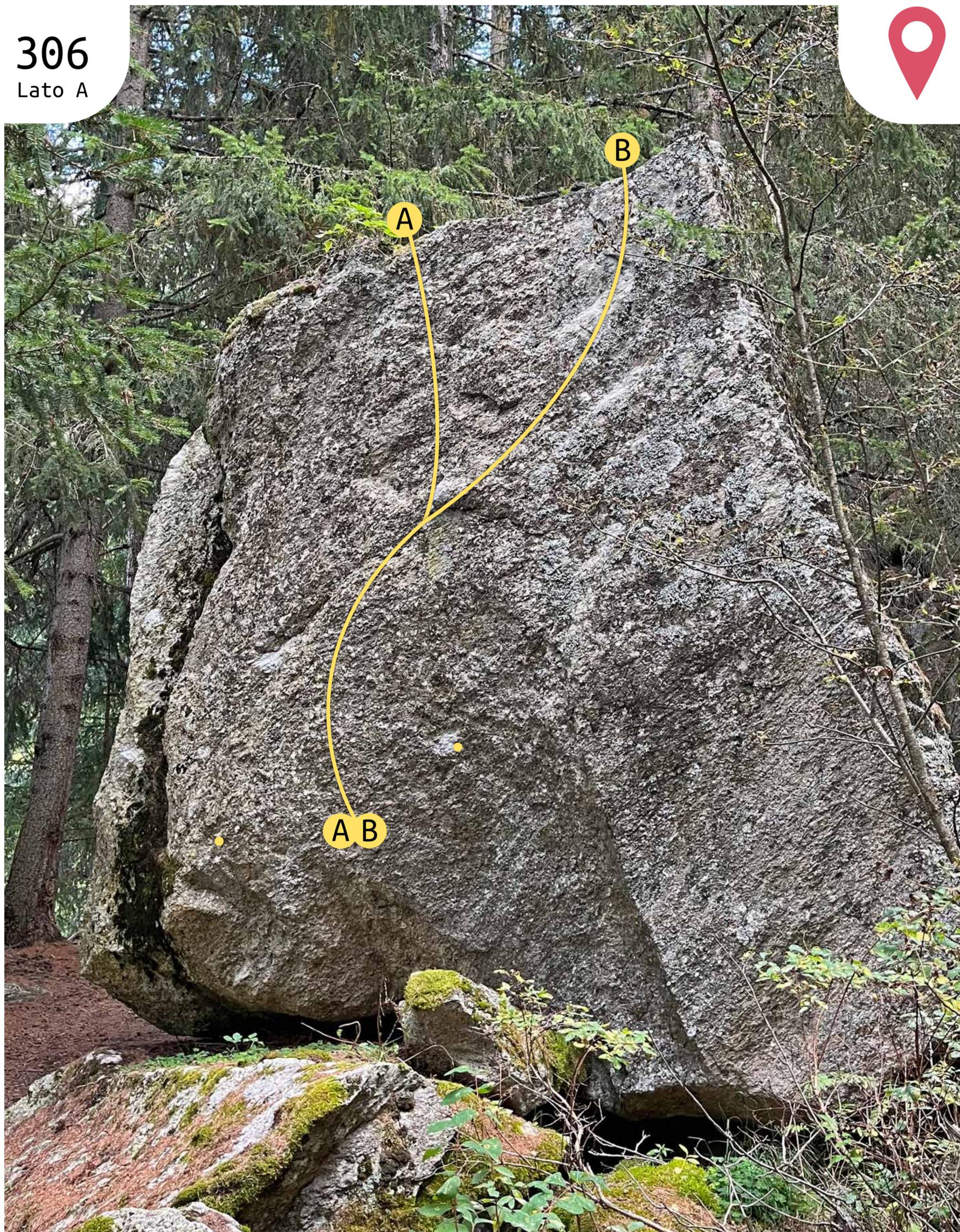
**A** Senza nome **4**

**B** Connexion **6a sit**

**C** Zucuz **6a sit**



306  
Lato A



**A** Alzabandiera **6b+/c sit**

**B** Morning glory **6b+/c sit** ★



306  
Lato B



A Senza nome 5+/6a

B The classic 6a+ ★

306  
Lato C



A Progetto -

B Gillette 6c/+ sit ★

Senza bordo a destra.



A photograph of a man with a beard climbing a rock face. He is wearing a white t-shirt with 'GRIV' visible on the sleeve and blue shorts. He is using a rope to assist his climb. The background is a solid yellow color. The text 'SET FOR 4' is overlaid on the image.

# SET FOR 4





407

406

408

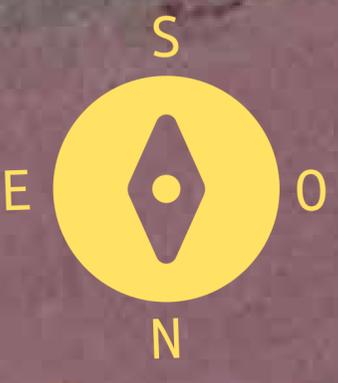
405

402

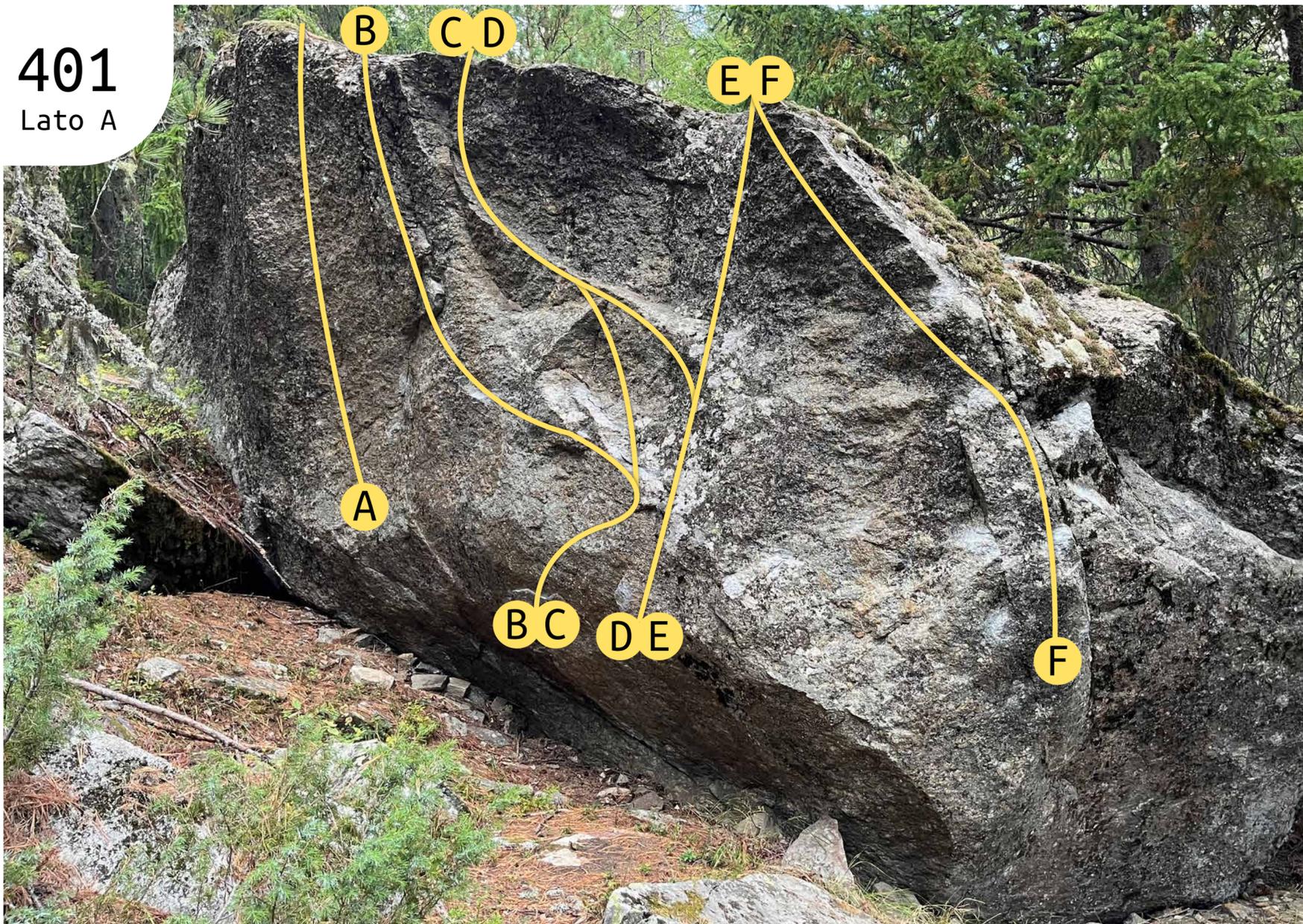
404

403

401



401  
Lato A



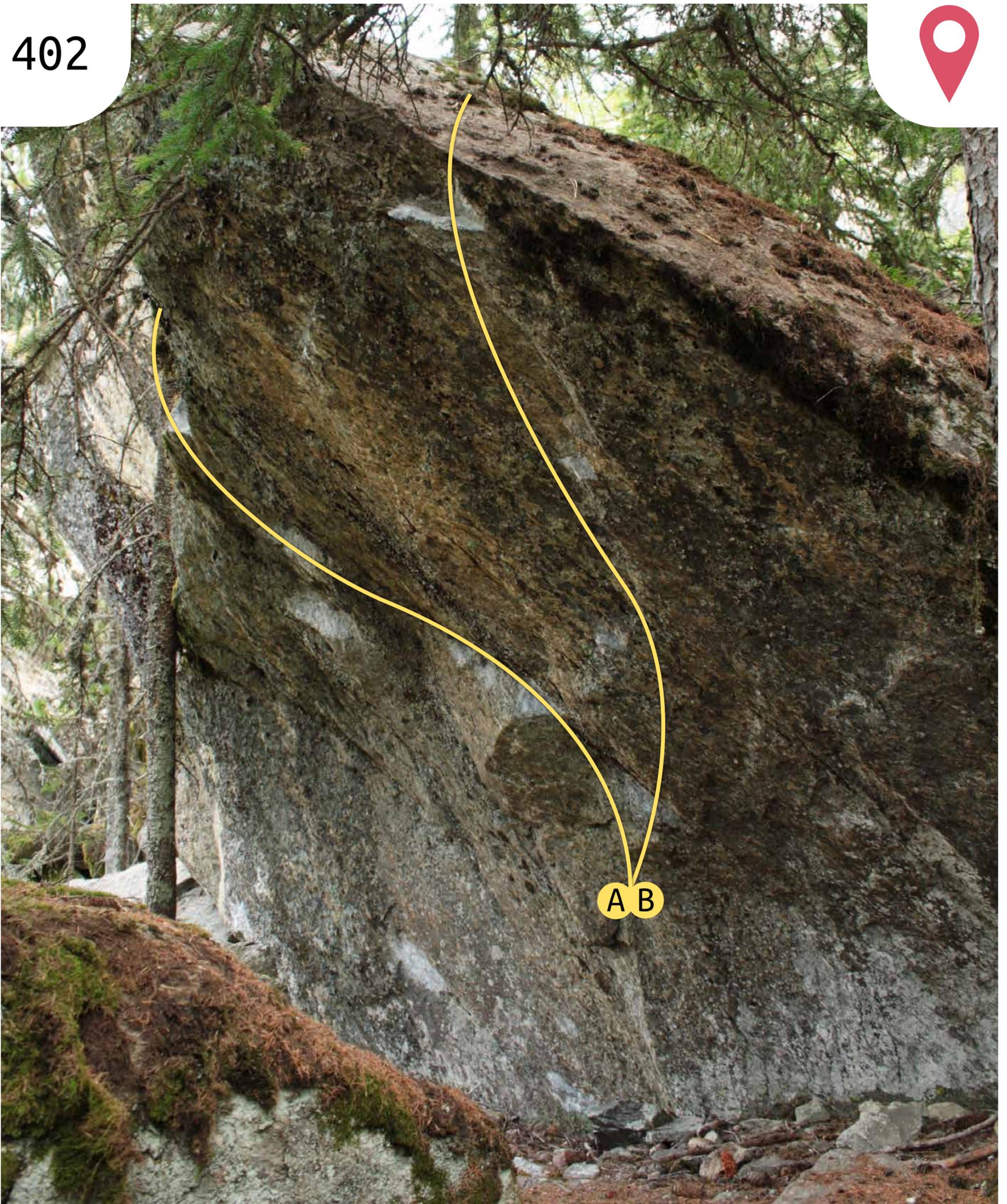
- A** Tierra del fuego **7a sit** ★
- B** Il ragazzo d'oro **6a+/b sit** ★  
Traversa basso, senza fessurone a destra dove passano C e D.
- C** Il ragazzo d'argento **6a sit**
- D** Senza nome **5**
- E** Caccamo **4**
- F** Illusions **6a+ sit** ★  
Parte sul lato destro del masso poi si sposta a sinistra.

401  
Lato B



- A** Tana delle tigri **5+/6a**





A Kung fu yoga **7b sit** ★

B L'urlatrice **7a sit** ★



403



A Il gibbone 6a

404



A Squiki blok 5

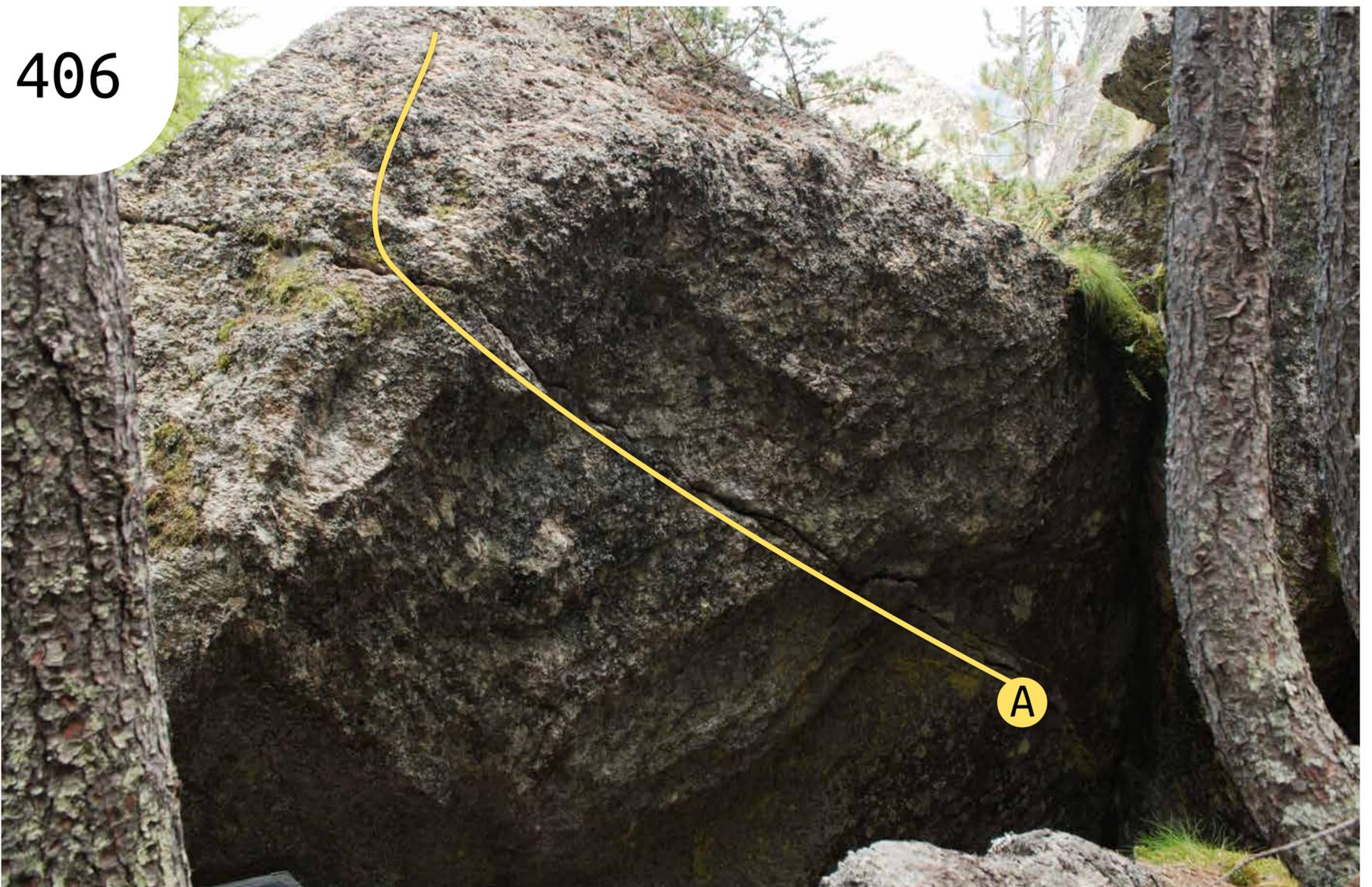


405



A Sembra talco ma non è **6b/c**

406



A Bernarda **5+**



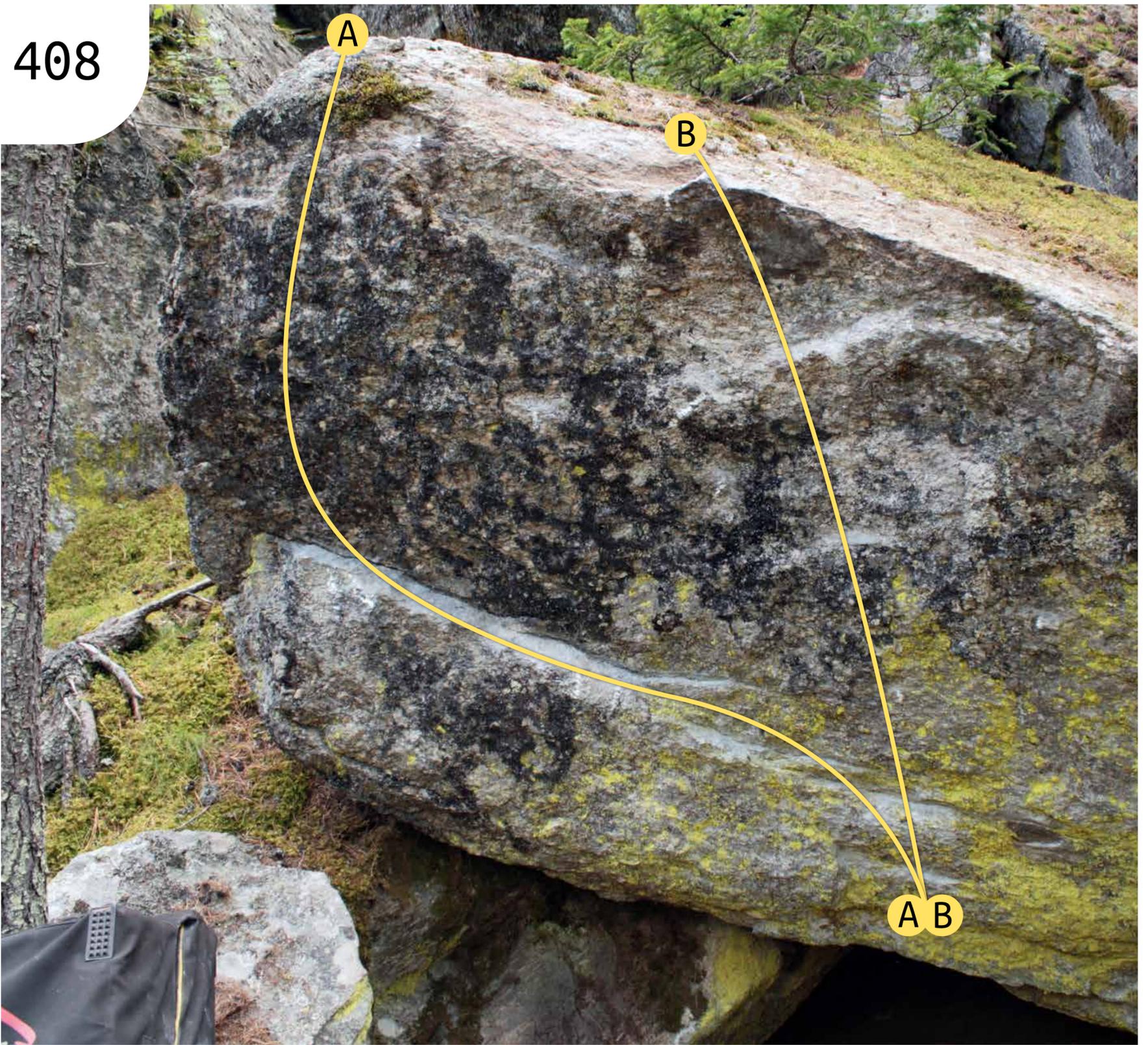
407



**A** Bernarda **5+**



408



**A** Starlight 2 **6b sit**

**B** Starlight **6a+ sit**





  
**GRIVEL**



# RINGRAZIAMENTI

Per l'elaborazione di questa guida ringraziamo:

- Simone...grandissimo! E' difficile in poche righe raccontare la sua enorme passione per il bouldering e il suo enorme lavoro, senza il quale questa guida non esisterebbe.
- Marco, "local" di Cogne che primo tra tutti ha esplorato e pulito i primi massi, e che continua a farlo.
- "Manfre" ormai lo specialista delle guide boulder, dopo Lillaz (prima versione), Val Ferret e Valsavarenche, ecco la quarta in Valle d'Aosta dedicata all'intera splendida valle di Cogne. Grande passione, grande professionalità e grande boulderista.
- L'Amministrazione Comunale e il Consorzio Turistico di Cogne.
- L'Ente Parco Nazionale Gran Paradiso.
- Il GRANPABLOK, tutti i suoi partecipanti e tutti quelli che apprezzeranno la guida arrampicando in questa splendida vallata.
- Matteo, sempre lui! Anima, testa e braccio del GRANPABLOK, promotore e motivatore di questi splendidi lavori.



# CREDITS

## **INFORMAZIONI SU LINEE E AREA**

Simone Torrent

Marco Dellanoce

Manfredi Cortivo.

## **FOTOGRAFIE**

André Dujany , Evi Garbolino

## **DESIGN**

Manfredi Cortivo



Con il sostegno di



Comune di Cogne

Con il patrocinio di



Aggiornata al 20/05/2025

[www.cogneturismo.it](http://www.cogneturismo.it)

[www.granpablok.it](http://www.granpablok.it)

[www.pngp.it](http://www.pngp.it)

