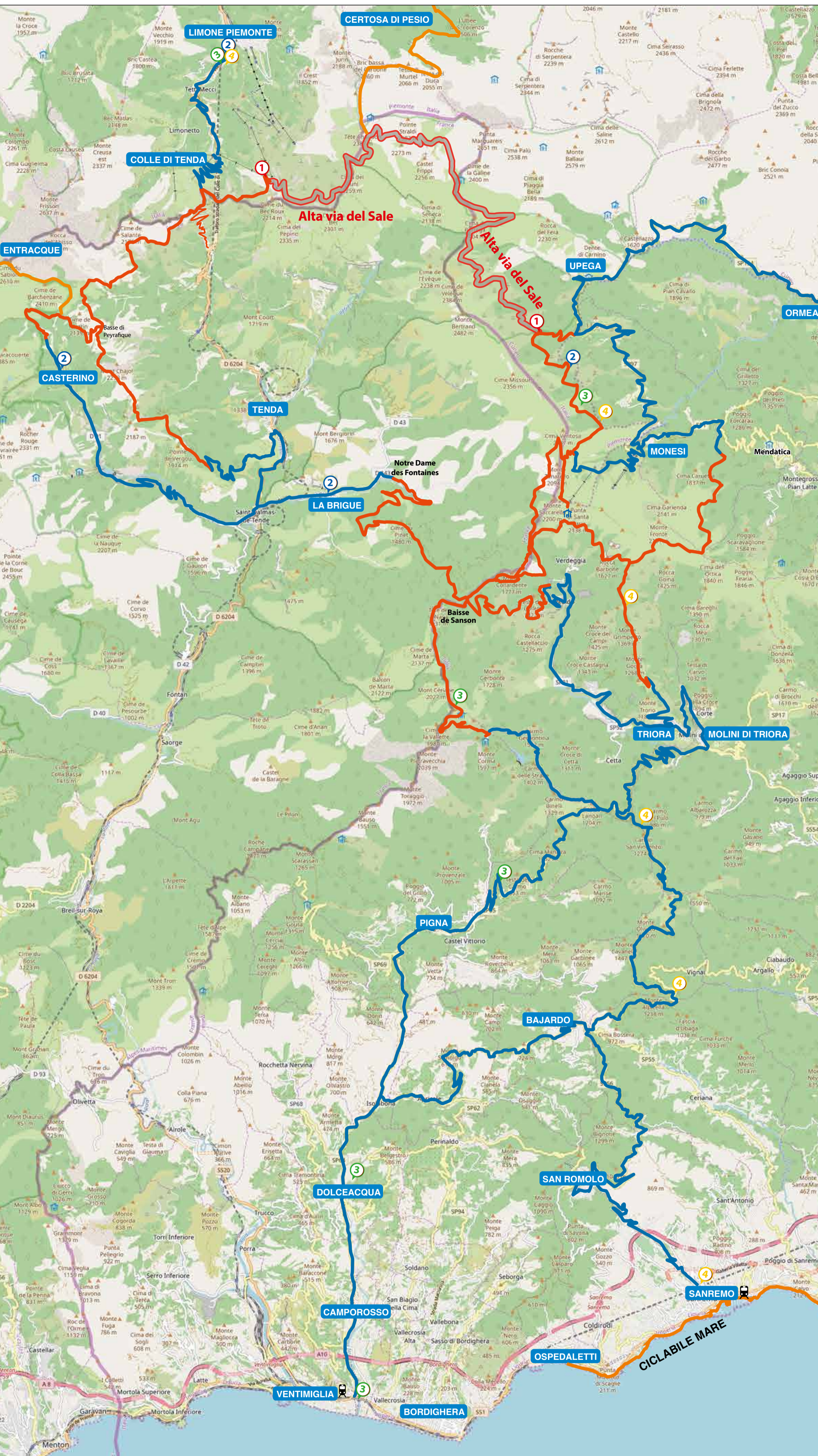
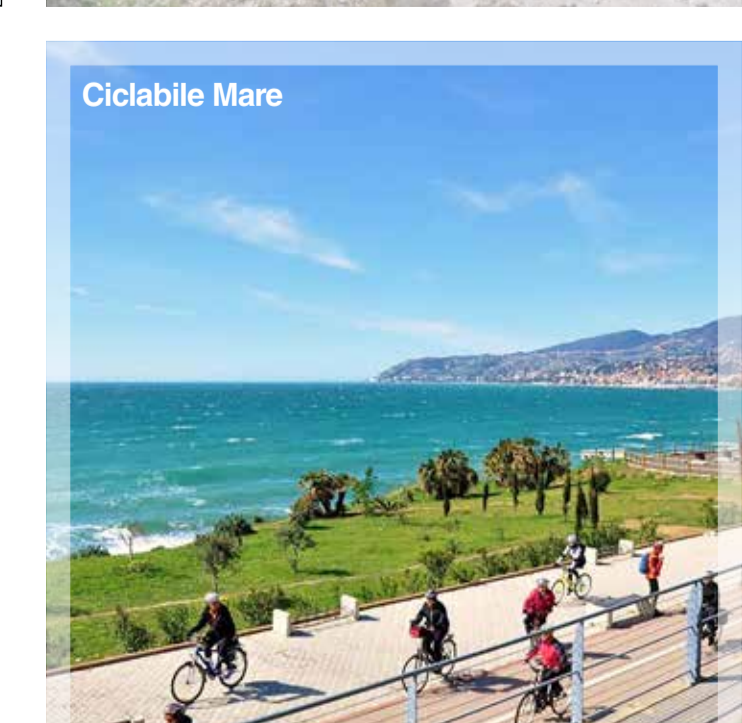
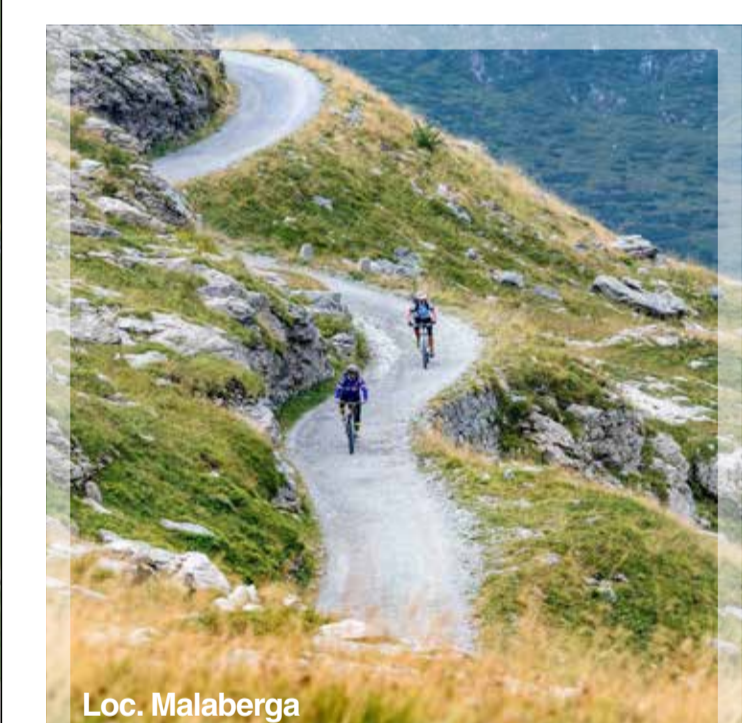
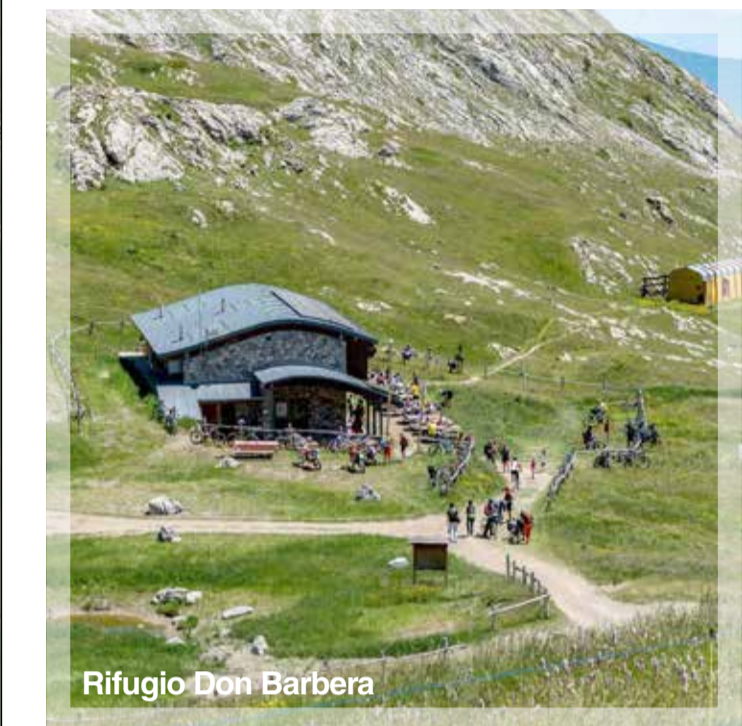


# Alta Via del Sale | La Haute Route du Sel

Una spettacolare strada bianca dalle Alpi al Mare  
Prenota i tuoi servizi con un click

Une magnifique route historique entre les Alpes et la mer  
Réservez vos services avec un click

[www.altaviadelsale.com](http://www.altaviadelsale.com)



<p><b>1</b></p> <p><b>Percorso - Itinéraire</b></p> <p><b>Alta Via del Sale</b></p> <p>Limone / Monesi</p> <p>Estensione calcolata da casello a casello</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Lunghezza / Longueur: <b>30,5 km</b></li> <li>Dislivello positivo / Dénivelé Positif: <b>460 km</b></li> <li>Dislivello negativo / Dénivelé Négatif: <b>497 km</b></li> </ul>	<p><b>2</b></p> <p><b>Percorso - Itinéraire</b></p> <p><b>Ciclovía Alpi del Mediterraneo</b></p> <p>Limone / La Brigue / Tenda Casterino / Limone</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Lunghezza / Longueur: <b>120,3 km</b></li> <li>Dislivello positivo / Dénivelé Positif: <b>3345 km</b></li> <li>Dislivello negativo / Dénivelé Négatif: <b>3312 km</b></li> </ul>	<p><b>3</b></p> <p><b>Percorso - Itinéraire</b></p> <p><b>Alta Via del Sale Mare Ventimiglia</b></p> <p>Limone / Pigna / Ventimiglia</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Lunghezza / Longueur: <b>112 km</b></li> <li>Dislivello positivo / Dénivelé Positif: <b>2744 km</b></li> <li>Dislivello negativo / Dénivelé Négatif: <b>3556 km</b></li> </ul>	<p><b>4</b></p> <p><b>Percorso - Itinéraire</b></p> <p><b>Alta Via del Sale Mare Sanremo</b></p> <p>Limone / Triora / Sanremo</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Lunghezza / Longueur: <b>120,3 km</b></li> <li>Dislivello positivo / Dénivelé Positif: <b>3088 km</b></li> <li>Dislivello negativo / Dénivelé Négatif: <b>3556 km</b></li> </ul>
--	---	--	---

**LEGENDA / LÉGENDE**

- Alta Via del Sale / Haute Route du Sel
- Asfalto / Goudron
- Sterrato / Route en gravier
- Ciclo Pedonale / Voie cycle-piétonne
- Confine di Stato / Frontière d'Etat

**INGRESSI VIA DEL SALE / ACCÈS ROUTE DU SEL**

- 1 Limone - Colle di Tenda - Limone - Colle di Tenda
- 2 Briga Alta - Limone - Monesi - Upega - Limone - Upega - Monesi

**PUNTI DI ACCESSO VIA DEL SALE / POINTS D'ACCÈS ROUTE DU SEL**

- 3 Ormea / 1 Ormea
- 4 Triora / 4 Triora
- 5 Pigna / 5 Pigna
- 6 La Brigue / 6 La Brigue
- 7 Tenda / 7 Tenda
- 8 Entracque / 8 Entracque
- 9 Via del Duca / 9 Via del Duca

- Punto Historic & Blue / Point de recharge pour le Bike
- Rifugio / Refuge
- Punti di interesse / Principales attractions
- Stazione ferroviaria / Gare SNCF
- Trekking / Randonnée
- Bike / Volo
- Sterrato impegnativo / Parcours exigeant en gravier





## ALTA VIA DEL SALE

### Una spettacolare strada bianca dalle Alpi al Mare

#### LIMONE - UPEGA - MONESI

L'Alta Via del Sale è una spettacolare strada bianca ex-militare che collega le Alpi Piemontesi e Francesi al Mar Ligure, si snoda tra i 1800 e i 2100 metri di quota lungo lo spartiacque alpino principale presso il confine italo-francese, attraversando a mezzacosta, valichi alpini, tornanti e passaggi ardui.

Il tracciato, interamente sterrato, collega in quota Limone Piemonte, in Provincia di Cuneo, e Monesi di Triora nella Liguria montana per una lunghezza totale di circa 30 km, il transito è aperto nei mesi estivi ed autunnali dopo lo scioglimento delle nevi.

L'accesso è libero per gli escursionisti e cicloturisti, la strada è aperta ai mezzi motorizzati previo versamento di un pedaggio prenotabile sul portale dedicato ([www.altaviadelsale.com](http://www.altaviadelsale.com)), o direttamente in loco agli ingressi di Limone Piemonte, in località Cabanaira, e nel Bosco delle Navette, in località Ponte Giaretto, nel comune di Briga Alta.

La strada si raggiunge con mezzi motorizzati da ben sei ingressi: Limone Piemonte, Ormea-Upega di Briga Alta, Triora, Pigna, La Brigue e Tenda; a questi si aggiungono gli accessi dalle Valli Gesso e Pesio, riservati ad escursionisti e mountain-bike.

Il percorso attraversa luoghi incantevoli come la suggestiva area delle Carsene, con i suoi paesaggi quasi lunari e ricca di fenomeni geologici, e gli ambienti incontaminati delle Alpi del Mediterraneo.

Si attraversano il Parco del Marguareis e il Parco delle Alpi Liguri, caratterizzati da una ricca biodiversità, il meraviglioso Bosco delle Navette e si sfiorano alcune fortificazioni militari di fine Ottocento.

L'Alta Via del Sale è più che mai arteria pulsante di un vasto territorio che può essere scoperto, percorrendo la strada stessa ma anche grazie ai numerosi itinerari che in questa regione si sviluppano, tra Italia e Francia, tra la montagna ed il mare con il collegamento alla Ciclabile Ligure. Un'articolata proposta di percorsi adatti a chi vuole semplicemente camminare, a chi usa la mountain bike e anche a chi pratica l'off road, consente di scoprire un territorio che tocca tre grandi aree parco, costellato di cittadine e

villaggi che hanno davvero tanto da offrire al visitatore, sotto ogni punto di vista. Che si cerchi, infatti, il contatto con la natura selvaggia delle cime o il piacere di una pedalata lungo uno degli innumerevoli sentieri, si troveranno anche musei, centri storici deliziosi, antiche tradizioni, graffiti preistorici, gastronomia eccellente, aree attrezzate per giocare all'aria aperta e molto altro ancora.

Lo straordinario fascino degli innumerevoli scorci panoramici che accompagnano il viaggiatore imprime ricordi indelebili, che spingono a frequentare nuovamente questo affascinante tracciato.



#### INFORMAZIONE ACCOGLIENZA TURISTICA

Cuneo, Via Pascal, 7 +39 0171 690217  
iatcuneo@cuneoholiday.com  
[www.cuneoholiday.com](http://www.cuneoholiday.com)

#### UFFICIO IAT DI LIMONE PIEMONTE

Tel. +39.0171.925281, [iat@limonepiemonte.it](mailto:iat@limonepiemonte.it)

#### UFFICIO IAT DI ORMEA

Tel. +39.0174.392157, [turismo@comune.ormea.cn.it](mailto:turismo@comune.ormea.cn.it)

## FRANCIA

### INFORMAZIONE ACCOGLIENZA TURISTICA

#### UFFICIO TURISTICO DI TENDA

103 Avenue du 16 Septembre 1947, Tende  
Tel. +33 4 83 93 98 82  
[www.tendemerveilles.com](http://www.tendemerveilles.com)

#### UFFICIO TURISTICO DI LA BRIGUE

Place Saint-Martin, La Brigue  
Tel. +33 4 83 93 95 49  
[www.labrigue.fr](http://www.labrigue.fr)

Rendi unica la tua esperienza con servizi aggiuntivi

**PRENOTA QUI**  
[www.altaviadelsale.com](http://www.altaviadelsale.com)

- Ticket ingresso per moto, quad, auto
- Pernottamenti
- Pranzi e cene
- Noleggio E-Bike
- Guide Cicloturistiche, Naturalistiche e turistiche
- Trasporto bagagli, bike e trasferimento clienti
- Tour guidati

**IL TUO PACCHETTO TUTTO COMPRESO**

Informazioni e prenotazioni:  
Conitours - Country Travel Tour Operator  
Via Pascal 7, Cuneo - Tel. 0171 698749 - 696206  
[info@cuneoalps.it](mailto:info@cuneoalps.it)



Rendi unica la tua esperienza con servizi aggiuntivi

**PRENOTA QUI**  
[www.altaviadelsale.com](http://www.altaviadelsale.com)

- Ticket ingresso per moto, quad, auto
- Pernottamenti
- Pranzi e cene
- Noleggio E-Bike
- Guide Cicloturistiche, Naturalistiche e Turistiche
- Trasporto bagagli, bike e trasferimento clienti
- Tour guidati

**IL TUO PACCHETTO TUTTO COMPRESO**

REGIONE PIEMONTE ATL  
Camera di Commercio Cuneo Alta Via del Sale Haute Route du Sel  
Grafica e stampa: Tipoliteuropa, Cuneo • Base Cartografica: Openstreetmap.org

## LA HAUTE ROUTE DU SEL

### Una magnifica route historique entre les Alpes et la mer

#### LIMONE - UPEGA - MONESI

La Haute Route du Sel est une ancienne route militaire qui relie les Alpes piémontaises et françaises à la mer de Ligurie. Elle serpente sinueuse entre 1800 et 2000 mètres d'altitude, en suivant les crêtes de la frontière italo-française, elle franchit à mi-côte des cols alpins en empruntant des lacets et passages spectaculaires.

Le tracé complètement en gravier d'une longueur totale d'environ 30 km, relie en altitude Limone Piemonte, dans la Province de Cuneo, à Monesi di Triora, dans les montagnes de la Ligurie. La circulation est autorisée pendant les mois estivaux après la fonte des neiges.

L'accès est libre aux randonneurs et cyclotouristes. La route est également ouverte aux véhicules motorisés moyennant le paiement d'un péage sur le site dédié ou directement sur place, à l'entrée de Limone Piemonte, lieu-dit Cabanaira et dans le Bosco delle Navette, lieu-dit Ponte Giaretto, dans la commune de Briga Alta.

Les véhicules motorisés disposent de six différents accès: Limone Piemonte, Ormea-Upega de Briga Alta, Triora, Pigna, La Brigue et Tende; les randonneurs et les coureurs en vtt ont des accès réservés à partir des vallées Gesso et Pesio.

La voie traverse des lieux admirables tels que la zone de Carsene, aux paysages presque lunaires, riche en phénomènes géologiques; les environnements préservés des Alpes de la Méditerranée; le Parc du Marguareis et des Alpes Ligures avec leur riche biodiversité; le Bosco delle Navette; la voie longe aussi des fortifications militaires de la fin du XIX<sup>e</sup> siècle. La Haute Route du Sel emmène à la découverte d'un vaste territoire assez performant, au réseau routier développé superbement entre Italie et France, entre montagne et mer avec la jonction à la piste cyclable de la Ligurie. La sélection d'itinéraires destinés aux promenades familiales, aux adeptes de longues balades sportives, aux coureurs en vtt, et à ceux qui pratiquent l'off road permet de pénétrer dans un territoire qui se déploie en trois vastes aires de parc, ponctué de villes et villages qui offrent aux visiteurs maintes inspirations.

Soit que l'on cherche le contact avec la nature sauvage des sommets, soit le plaisir de pédaler le long les sentiers, on trouve partout des musées, des centres historiques délicieux, d'anciennes traditions paysannes, des gravures préhistoriques, une gastronomie excellente, des aires de pique-nique et bien autre encore. Le charme extraordinaire des nombreux panoramas qui accompagnent le voyageur engendre à jamais des souvenirs inoubliables : vous aurez l'envie d'y retourner pour en voir davantage!



#### INFORMAZIONE ACCOGLIENZA TURISTICA

Cuneo, Via Pascal, 7 +39 0171 690217  
iatcuneo@cuneoholiday.com  
[WWW.CUNEOHOLIDAY.COM](http://WWW.CUNEOHOLIDAY.COM)

#### UFFICIO DI TOURISME DI LIMONE PIEMONTE

Tel. +39.0171.925281, [iat@limonepiemonte.it](mailto:iat@limonepiemonte.it)

#### UFFICIO DI TOURISME DI ORMEA

Tel. +39.0174.392157, [turismo@comune.ormea.cn.it](mailto:turismo@comune.ormea.cn.it)

Rendez votre expérience unique avec des services supplémentaires

**RÉSERVEZ ICI**  
[www.altaviadelsale.com](http://www.altaviadelsale.com)

- Paiement péage pour motos, quads, autos
- Nuitées
- Repas et dîners
- Location E-Bike
- Accompagnateurs Vélo et VTT, Accompagnateurs de Moyenne montagne et guides conférenciers
- Transport bagages, vélos et transfert clients
- Tours guidés

**VOTRE FORFAIT VACANCES TOUT COMPRIS**

Informations et réservations:  
Conitours - Country Travel Tour Operator  
Via Pascal 7, Cuneo - Tel. 0171 698749 - 696206  
[info@cuneoalps.it](mailto:info@cuneoalps.it)

## FRANCE

### INFOS ACCUEIL TOURISME

**OFFICE DE TOURISME DE TENDA**  
103 Avenue du 16 Septembre 1947, Tende  
Tel. +33 4 83 93 98 82  
[www.tendemerveilles.com](http://www.tendemerveilles.com)

#### OFFICE DE TOURISME DE LA BRIGUE

Place Saint-Martin, La Brigue  
Tel. +33 4 83 93 95 49  
[www.labrigue.fr](http://www.labrigue.fr)

