

BIKEITALIA



DÉCOUVRIR CONI ET SES ENVIRONS *à vélo*





Contenu

PRÉFACE

p.4

**FOCUS: À LA DÉCOUVERTE DE CONI
ET DU PARC FLUVIAL GESSO ET STURA**

p.6

**PARCS ET RÉSERVES NATURELLES DE LA
RÉGION DE CONI**

p.14

**PÉDALER ENTRE ART ET NATURE :
CONI, LE VAL GRANA ET LE VAL MAIRA**

p.24

FOCUS : EN VOYAGE DANS LE BAROQUE

p.32

**À VÉLO ENTRE CONI, MONDOVI,
VICOFORTE ET CHIUSA DI PESIO**

p.40

**DE CONI AUX THERMES DE VALDIERI,
PÉDALER ENTRE NATURE ET BIEN-ÊTRE**

p.48

**FOCUS: LES SAVEURS DE LA RÉGION
DE CONI**

p.54

SERVICES ET INFORMATIONS

p.62

Préface

«Le paysage est le résultat d'un entrelacement entre nature, histoire et culture. C'est le produit d'une histoire humaine et culturelle qui a été générée à travers des contaminations, des échanges, des emprunts, des rencontres, des voyages et des conflits, des malentendus et des déformations (...) Il englobe des matériaux, des histoires, la nature, des positions culturelles et civiles»¹.

La promotion et la protection de ce paysage naturel et humain est justement un des objectifs du Plan territorial intégré ALPIMED, cofinancé par l'Union européenne dans le cadre du programme Interreg VA Italie-France Alcotra 2014-2020. ALPIMED a pour but, en effet, d'interconnecter et d'encourager les bonnes pratiques dans la zone transfrontalière des Alpes de la Méditerranée, non seulement pour accroître son attractivité et son accessibilité, mais aussi pour responsabiliser les acteurs du territoire, en les faisant participer activement à un développement durable intégré.

En particulier, le projet PATRIM, grâce auquel il a été possible de réaliser ce document, entend encourager le développement de la micro-destination écotouristique des Alpes de la Méditerranée à travers des actions qui favorisent des activités durables de découverte du patrimoine culturel et environnemental du territoire. Le protagoniste de cet ouvrage, c'est le paysage de Coni, immergé dans une nature encore préservée, au pied de la chaîne des Alpes, entre des plateaux entourés d'environnements fluviaux verdoyants et de campagnes fertiles. C'est dans ce décor que se dessinent les petites routes secondaires qui constituent l'infrastructure des itinéraires cyclables pour les cyclistes de tout niveau, que l'on pourra découvrir aux pages suivantes.

¹ Cordero M. e Gautero L. (a cura di), Un paesaggio ritrovato. Dieci anni di Parco, Savigliano, L'artistica Editrice 2017 p. 23



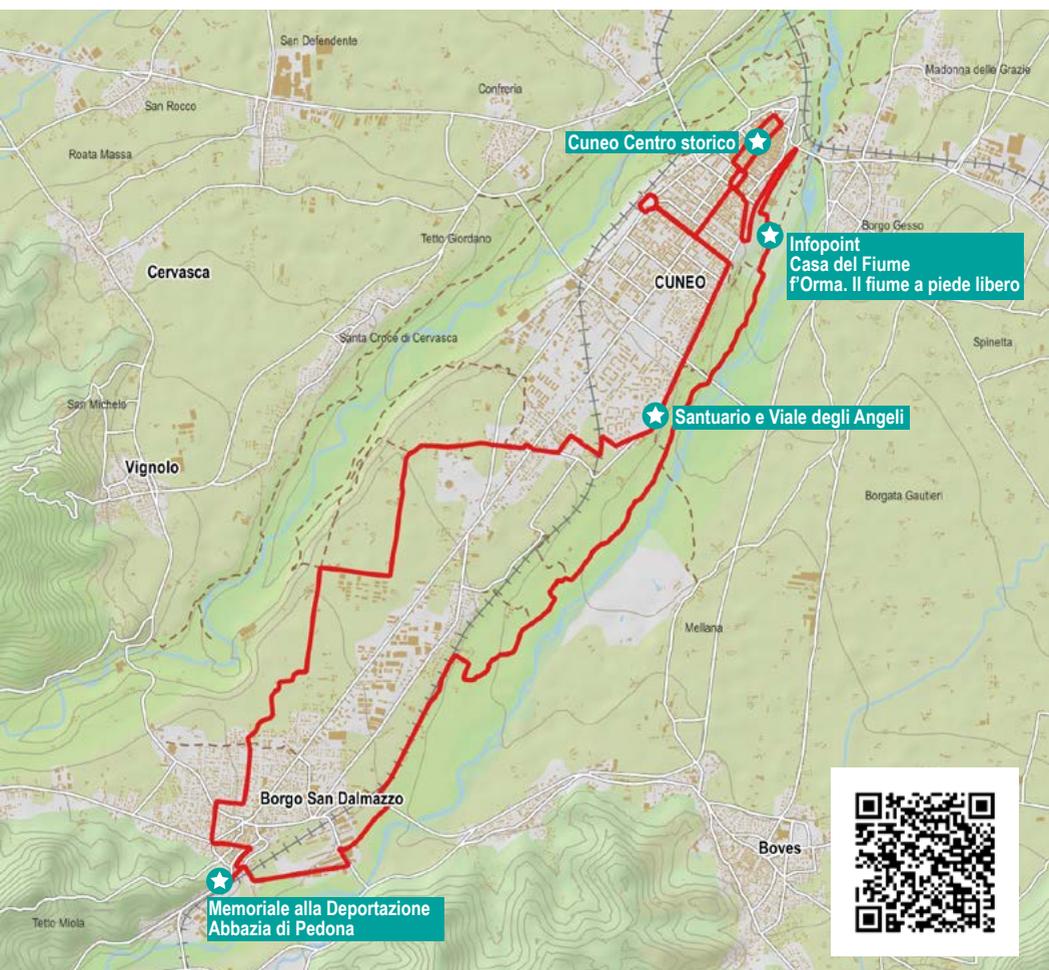
LES ALPES DE LA MÉDITERRANÉE

Le territoire des Alpes de la Méditerranée, composé de deux provinces italiennes, Coni et Imperia, et d'un département français, les Alpes-Maritimes, s'étend à travers montagnes, mer et plaines, entre grands centres habités et petites communes. Le territoire transfrontalier se situe entre les influences climatiques alpines et méditerranéennes et, avec des altitudes allant de 100 à plus de 3 000 mètres au-dessus du niveau de la mer, il constitue un véritable réservoir de biodiversité et un patrimoine naturel et paysager d'une valeur exceptionnelle.

À la découverte de Coni et du Parc fluvial Gesso et Stura

Coni est une petite ville qui a été fondée pour protéger les Alpes maritimes italiennes qui l'entourent au sud. Le chef-lieu de la Granda, c'est ainsi que l'on nomme la province de Coni, est situé au confluent des rivières Stura et Gesso, qui ont créé un environnement naturel riche où l'on peut faire du vélo à loisir.

↔ 27 Km
↗ 260 m
TÉLÉCHARGER
LE PLAN



La ville de Coni

Le centre de la ville de Coni se développe sur un plateau de forme triangulaire, qui définit sa structure en « coin », et possède un charme historique, architectural et culturel, offrant des surprises uniques également d'un point de vue panoramique.

En se promenant dans les rues centrales de la ville, on rencontre d'importants bâtiments civils, dont l'Hôtel de Ville et la Tour municipale. Parmi les différents édifices religieux de la ville, il faut citer l'Église de Santa Chiara et l'Église de Santa Croce, un exemple important de l'architecture baroque piémontaise conçue par l'architecte de Mondovi, Francesco Gallo.



Les coins les plus pittoresques sont probablement les rues étroites de Contrada Mondovi où se trouvent l'ancien ghetto juif, la Synagogue et, non loin de là, le théâtre Toselli. Les 13 kilomètres d'arcades rendent la ville facile à parcourir à pied (n'oubliez pas que les vélos doivent être conduits à la main sous les arcades) et sont des endroits où les restaurants rivalisent en termes de tradition culinaire locale. Il est difficile de décider lequel est le meilleur, mais vous ne pouvez pas vous tromper en vous rendant dans le centre, dans la Via Roma. L'énorme Piazza Galimberti est

non seulement le salon de la ville, mais aussi la place du marché (le mardi) et le lieu des festivités. C'est sous ses arcades que se trouve la pâtisserie Arione, où Hemingway en personne s'est arrêté pour acheter les célèbres cuneesi (des friandises à base de meringue, de chocolat et de rhum) et qui est toujours exactement comme le grand écrivain américain l'a vue.



La Piazza Galimberti doit son nom au héros local, Duccio Galimberti, fils d'un ministre et d'une intellectuelle autrichienne. Avocat de formation, en juillet 1943, il s'est tenu à la fenêtre de son bureau qui donnait sur ce qui s'appelait alors la Piazza Vittorio (qui deviendrait la Piazza Galimberti en son honneur) et a harangué la foule sur la lutte contre le nazisme et le fascisme. Il est mort en 1944 après avoir été capturé et torturé par l'ennemi, et grâce à son charisme, il est resté une figure clé (également symbolique) de la Résistance. Il est aujourd'hui possible de visiter la Casa Museo Galimberti, qui accueille des œuvres d'art figuratif et reproduit un environnement familial très intéressant.

Casa Museo Galimberti, Coni

Parc fluvial Gesso et Stura

Coni est considérée comme la capitale verte du Piémont pour ses nombreux parcs et jardins. Le poumon vert de la ville est le vaste Parc fluvial Gesso et Stura, accessible depuis le centre à travers une simple balade à vélo que tout le monde, y compris les enfants, peut faire.

L'itinéraire commence directement au cœur de la ville, essentiellement sur un chemin de terre mais bien tassé, où l'on pédale dans la nature et où l'on fait des haltes le long d'un parcours à forte valeur éducative.

L'idéal est de suivre l'itinéraire du Parc fluvial Gesso et Stura dans le sens des aiguilles d'une montre : en partant du centre historique de Coni, parcourir l'avenue en descente de Corso Guglielmo Marconi à Via Porta Mondovì. Si l'on ne veut pas faire la descente du plateau (ou la montée) sur ses deux pieds, on peut utiliser l'ascenseur panoramique situé au début du Corso Marconi, où l'on peut charger gratuitement ses vélos pour monter les 27 mètres en 45 secondes.

*Les itinéraires cyclables
dans la nature du Parc
fluvial Gesso et Stura*



La Casa del fiume (la Maison de la rivière)

En descendant au niveau de la rivière, on tombe immédiatement sur la Casa del fiume qui, surtout si l'on fait cette randonnée avec des enfants, mérite que l'on s'y arrête car il s'agit d'un centre d'éducation environnementale des plus modernes où sont organisés des activités éducatives, des ateliers et des événements pour rapprocher les gens de la connaissance de la biodiversité et des enjeux liés aux changements climatiques. Après avoir rempli sa gourde - l'eau de l'aqueduc de Coni est excellente - on remonte à vélo en suivant les indications de la piste cyclable.

La Casa del Fiume



Le Parc fluvial Gesso et Stura est un véritable «réseau vert» d'itinéraires cyclables et piétonniers, d'une longueur actuelle d'environ 100 km, qui traversent tout le territoire du parc. Pour profiter pleinement de la nature et du paysage du Parc, nous avons identifié un certain nombre d'itinéraires adaptés à la randonnée à pied ou à vélo. Visitez notre site web pour découvrir tous les parcours et les services:

www.parcfluvialegessostura.it

Borgo San Dalmazzo

On roule à vélo en pleine verdure et sur plusieurs kilomètres, le long des rives du torrent du Gesso, à travers des zones boisées et des champs cultivés ou des champs de fauche. En continuant à pédaler à droite du cours d'eau et après Cascina Tallone, nous suivons la voie ferrée jusqu'à la gare de Borgo San Dalmazzo où se trouve le Mémorial de la Déportation. C'est ici, en effet, qu'a été installé, pendant la Seconde Guerre mondiale, un camp de concentration et de déportation des nazis et des fascistes. Depuis la gare, on se dirige vers le centre historique, où l'on peut visiter l'abbaye de Pedona. Pour les gourmets, il faut signaler que Borgo est célèbre pour ses élevages d'escargots. Nous avons parcouru jusqu'ici les 15 premiers kilomètres. Les 12 derniers kilomètres du circuit se font dans la partie orientale du Parc, en suivant les indications qui ramènent à Coni le long de l'autre cours d'eau, le Stura di Demonte. Nous retournons tranquillement à Coni, en passant par les petits hameaux qui entourent la ville, poétiquement appelés Tetti.



Coni et son boulevard

À la fin de l'itinéraire, l'entrée dans la ville de Coni prend un aspect triomphal : sur la selle de nos vélos, nous parcourons les 3 kilomètres du célèbre Viale degli Angeli. Construite au milieu du XVIII^e siècle avec une structure rappelant les boulevards français, l'avenue bordée d'arbres est parsemée de belles villas et, depuis qu'elle est partiellement piétonnière, elle est devenue un lieu de promenade pour les habitants, tout particulièrement le dimanche. L'avenue tire son nom du joli Sanctuaire de la Madonna degli Angeli, d'où l'on repart pour arriver dans le centre.

Les services offerts par le Parc fluvial sont multiples. Ils comprennent la location de vélos et un petit parc à vélos indiqué également pour les moins expérimentés.





Parcs et réserves naturelles de la région de Coni



Coni est, de fait, la porte d'entrée des chaînes alpines qui entourent le territoire : le Parc des Alpes maritimes italiennes, le Parc du Mercantour en France, pays voisin, et le Parc des Alpes liguriennes au sud.

La richesse du territoire est une conséquence directe de l'abondance en eau et se traduit par un énorme patrimoine naturel.

Coni est riche en nature. Les parcs naturels et les zones protégées de la basse vallée constituent l'entrée naturelle vers les chaînes alpines qui entourent le territoire.

Le Parc fluvial Gesso et Stura

Créé au début des années 1980 grâce à des initiatives locales visant à rendre la zone autour des rivières moins dégradée et plus vivable, le Parc fluvial de Gesso et Stura est aujourd'hui une vaste zone naturelle protégée et un véritable poumon vert autour de la ville de Coni. Constitué de 14 municipalités, le corridor fluvial revêt une importance

considérable pour l'ensemble de l'écosystème car il s'agit d'une zone humide et d'un habitat pour de nombreuses espèces végétales et animales. Il est également un exemple vertueux de la manière dont la synergie et l'intégration ont amélioré la qualité de vie et valorisé le territoire.

La Casa del Fiume (Maison de la rivière) est la structure principale du Parc fluvial Gesso et Stura. Elle a été entièrement construite avec des matériaux durables et est intégrée dans le paysage de manière à se fondre dans l'environnement naturel. Le bâtiment accueille un centre ultramoderne pour l'éducation à l'environnement et l'organisation d'activités éducatives, d'ateliers et d'événements visant à rapprocher les gens de la nature. Il s'inscrit dans un réseau de centres d'éducation à l'environnement sur le territoire franco-italien, notamment celui des parcs Alpes maritimes italiennes et Mercantour. L'inclusivité, l'accessibilité et la sensibilité du projet ressortent également de l'attention portée aux personnes handicapées, notamment à travers de petites mesures visant à garantir une utilisabilité maximale pour tous.

À côté du bâtiment se trouve un rucher éducatif, haut en couleurs, qui offre aux enfants et aux adultes la possibilité d'en savoir plus sur la société des abeilles et son organisation riche et fascinante.

La Casa del Fiume est un centre ultramoderne d'éducation à l'environnement pour rapprocher les gens de la nature.



f'Orma. Il fiume a piede libero (Pieds nus dans la rivière)

Une visite à f'Orma est incontournable. Il fiume a piede libero (Pieds nus dans la rivière), un espace multi-sensoriel innovant où l'on peut vivre l'émotion du contact avec la nature, notamment à travers un parcours pieds nus dans l'eau, au milieu des galets et du sable, éléments qui rappellent la rivière voisine.

F'Orma est un espace entièrement accessible et inclusif, conçu également pour les enfants, auxquels est dédié le parcours thématique à la recherche de Gorg, le géant d'eau. Le long de l'itinéraire cyclable dans la nature du torrent du Gesso, on trouve également un potager éducatif et l'espace papillons qui contribuent à enrichir le bagage d'expériences uniques de connaissance et de respect de la nature qu'offre le lieu.

À ne pas manquer, toujours dans le Parc fluvial de Gesso et Stura, au nord de la ville de Coni dans le hameau de Madonna delle Grazie, les lacs artificiels de Tetto Lupo, équipés pour le birdwatching.



La Réserve naturelle de Crava-Morozzo

À une vingtaine de kilomètres au nord-est de Coni, facilement accessible également à vélo, se trouve la précieuse Réserve naturelle de Crava-Morozzo, qui protège un des milieux humides les plus importants du sud du Piémont. L'entrée est gratuite et l'accès à la réserve ne peut se faire qu'à pied, à vélo ou à cheval. Le spectacle dans lequel on s'immerge est vraiment unique, au milieu de plans d'eau, de variétés d'oiseaux, de poissons, de peupliers géants et de chênes centenaires qui y trouvent



La Réserve naturelle de Crava-Morozzo protège un des milieux humides les plus importants du sud du Piémont, accueillant des centaines d'oiseaux résidents et migrants.

leur habitat idéal. C'est justement en raison de sa richesse faunistique que la zone, qui englobe les communes de Morozzo, Rocca de' Baldi et Mondovi, a été protégée en tant qu'oasis LIPU dès 1979 avant de devenir une réserve naturelle. Les lacs artificiels de Crava et Morozzo ont été construits en 1929 à des fins hydroélectriques (aujourd'hui, ce sont deux centrales électriques à la pointe de la technologie) et sont progressivement devenus un lieu de repos idéal pour de nombreux oiseaux migrants de la région méditerranéenne. La richesse des différents milieux humides a favorisé l'installation de nombreuses espèces animales, si bien qu'environ cent cinquante espèces d'oiseaux ont été recensées à ce jour. Le long des rives du torrent du Pesio, il est possible d'observer, entre autres, des martins-pêcheurs, des cincles plongeurs,

des cormorans, des colverts, des foulques, des hérons et le sympathique petit grèbe, choisi comme symbole de la zone protégée. Un paradis incontournable pour les birdwatchers et les photographes de la nature.

À l'intérieur de la réserve se trouve le Centre visiteurs, créé à partir de la rénovation d'une ancienne ferme et également utilisé pour accueillir des jeux éducatifs interactifs liés aux espèces de la faune de la région. À proximité se trouve l'accueillante Foresteria dell'Oasi, une pension, qui est aussi lieu de repos et de restauration, dont les chambres peuvent accueillir des familles et des groupes pour un séjour agréable en contact avec la nature.

Le Parc du Marguareis et de la zone de la Roccarina

En passant par Chiusa di Pesio et le remarquable complexe de sa Chartreuse, vous arrivez dans le Parc du Marguareis, à la frontière entre les Alpes françaises et les Alpes liguriennes. Zone karstique alpine la plus vaste et la plus célèbre du Piémont, le Parc du Marguareis est dominé par un plateau spectaculaire qui s'élève à 2 000

Le Parc du Marguareis, la plus grande et la plus célèbre zone karstique alpine du Piémont.



mètres d'altitude et offre des prairies verdoyantes. En descendant en altitude, les forêts de sapins et de hêtres créent des panoramas à couper le souffle où il fait bon respirer et se régénérer. Immergés dans cette générosité de la nature de haute montagne, on peut voir alterner des reliefs doux et des rochers vertigineux et lunaires. Le Parc de Marguareis et toute la région de la Roccarina sont un paradis botanique et un royaume pour une faune d'excellence, notamment pour les chevreuils, les chamois et les loups. Les stations botaniques alpines et le jardin des herbes spontanées, situés au cœur du Parc, préservent un grand nombre des variétés végétales précieuses les plus significatives de cette zone située entre les Alpes liguriennes et les Alpes maritimes italiennes.

Les Alpes maritimes italiennes

Les Alpes maritimes italiennes constituent le plus grand Parc naturel et zone protégée du Piémont.

Les deux cours d'eau Gesso et Stura qui embrassent la ville de Coni descendent des Alpes maritimes italiennes, de hauts sommets qui accueillent encore les restes des glaciers les plus méridionaux des Alpes, entre les frontières du Piémont, de la Ligurie et de la France.



Le Val Gesso, qui s'élève au sud-ouest de Coni, est une zone qui offre des émotions en raison de sa nature encore préservée. Les Alpes maritimes italiennes constituent le plus grand Parc naturel et la plus grande zone protégée du

Piémont. Déjà habitées à l'époque préhistorique, comme en témoignent les gravures rupestres, ses vallées ont vu passer au fil des siècles soldats, marchands, bergers et pèlerins. Extrémité méridionale de la chaîne alpine, elles séparent la plaine piémontaise de la côte niçoise et se situent entre deux cols : le Col de Tende et le Col de la Madeleine. Devenue la réserve royale de chasse des rois de Savoie, les monarques ont établi leur résidence d'été entre Sant'Anna di Valdieri et San Giacomo di Entracque. Aujourd'hui, ce paradis enchanté accueille d'innombrables lacs alpins et un trésor unique de biodiversité : gypaètes barbus, aigles, bouquetins, marmottes, chamois, cerfs et chevreuils sont chez eux et cohabitent avec les nombreux randonneurs et alpinistes qui aiment la nature des Alpes maritimes italiennes.



Le Centre visiteurs Uomini e Lupi (Hommes et loups)

Les loups ont repeuplé des zones des Alpes maritimes italiennes et françaises. C'est à Entracque, dans la haute Val Gesso, que se trouve le passionnant Centre de faune sauvage Uomini e Lupi (Hommes et loups). La vie des loups

en meute et des loups solitaires est reconstituée à travers un parcours multimédia guidé par la voix d'un conteur, offrant aux adultes et aux enfants la possibilité d'en savoir plus sur ces animaux ancestraux et leur comportement. À la fin de cette intéressante visite dans les salles des récits, on peut voir les loups depuis la tour de guet du Centre quand ils se décident à vaincre leur proverbiale timidité, protégés par l'enclos du parc. Le centre de faune sauvage Uomini e Lupi (Hommes et loups) est divisé en deux zones distinctes avec des parcours multimédias consacrés au loup en tant qu'animal et au loup en tant que symbole dans la culture des hommes. Ce dernier est situé dans le centre d'Entracque où a été créé un fascinant itinéraire narratif à parcourir à vélo.

La Réserve naturelle Ciciu del Villar

La Réserve naturelle Ciciu del Villar protège un phénomène d'érosion très particulier connu en piémontais sous le nom de Ciciu, ou pantins de pierre.

Sur le territoire de Villar San Costanzo, non loin du petit joyau qu'est la commune de Dronero, à l'entrée du Val Maira, se trouve la petite Réserve naturelle du Ciciu del Villar, une zone unique du point de vue géologique. La zone protégée a été créée pour protéger un phénomène d'érosion très particulier connu en piémontais sous le nom de Ciciu, ou pantins de pierre. Les Ciciu sont des formations morphologiques naturelles en forme de



champignon géant, qui émergent au pied du massif du mont San Bernardo. Il est vraiment spectaculaire de se promener dans les bois et de découvrir ces champignons géants disséminés ici et là.

Les rapaces des zones alpines

Depuis les années 1970, le Parc des Alpes maritimes, tout comme le Parc du Mercantour du côté français, ainsi qu'un réseau dense d'observatoires dans d'autres zones alpines, participent au projet Gypaète, un programme international visant à réintroduire dans les Alpes le gypaète barbu, un des plus grands et des plus rares rapaces d'Europe.

Le gypaète est un vautour qui se nourrit d'ossements d'animaux morts. On pensait autrefois qu'il était responsable de la mort des moutons. C'est précisément pour cette raison qu'il a été chassé quasiment jusqu'à l'extinction au début du XXe siècle. Les territoires des Alpes maritimes italiennes et du Mercantour sont le carrefour de nombreuses populations européennes de rapaces, qui constituent un enrichissement important du patrimoine naturel des parcs car ils jouent le rôle de « charognards », utiles tant sur le plan sanitaire que pour la chaîne alimentaire des écosystèmes alpins.

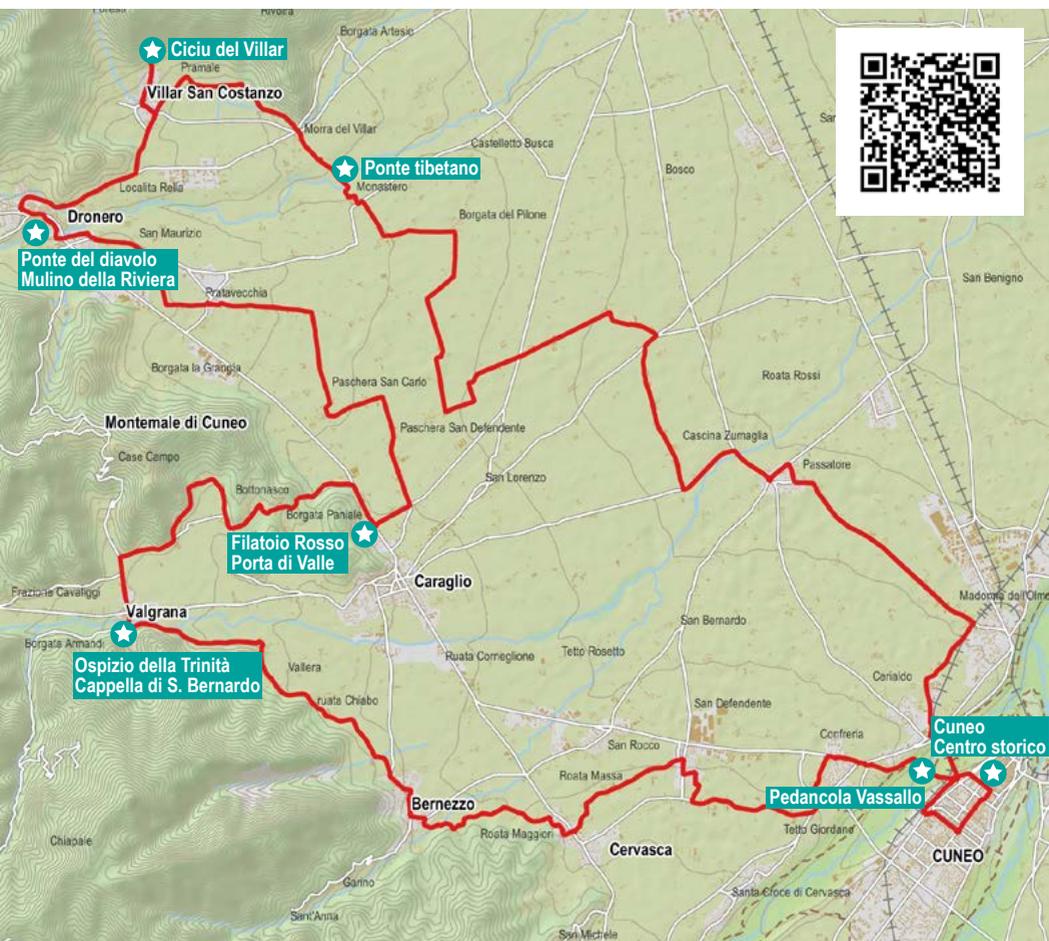




Pédaler entre art et nature: Coni, le Val Grana et le Val Maira

Un itinéraire agréable que nous vous recommandons de parcourir à vélo pour découvrir le riche territoire de Coni. Il commence dans le centre historique de Coni et continue vers l'ouest, en passant par le Val Grana, le Val Maira, le charmant bourg de Dronero et la Réserve naturelle de Ciciu del Villar, avant de boucler la boucle à Coni.

↔ 70 Km
↗ 700 m
TÉLÉCHARGER LE PLAN



De Coni au Val Grana

De la Piazza Galimberti, prendre la Via Pascal pour sortir de la ville, en traversant la zone ouest du Parc fluvial Gesso et Stura. On traverse la rivière Stura sur la passerelle cyclable/piétonnière Vassallo, qui a été reconstruite après l'inondation de 2000 et, après une courte montée sur la Via Giola qui nous fait traverser le hameau de Confreria, on roule sur le plat, en s'enfonçant dans des petites routes à faible circulation. Le long de l'itinéraire, on rencontre peu de voitures, juste quelques tracteurs et des étendues de champs et des vergers, ainsi que de charmantes petites églises et chapelles votives, qui constituent un cadre idyllique, et ce, aux abords de la ville de Coni. L'itinéraire vers le Val Grana est agréable

Cervasca



et en rien difficile. L'absence de circulation permet au regard de se perdre dans la vallée alpine dont le paysage a peu changé au fil des siècles. La zone agricole plane que l'on rencontre ici constitue un exemple d'excellence en matière de production biologique, notamment pour la culture des céréales et des grains anciens. Outre la production de céréales, le Val Grana est également

célèbre pour son safran et ses fromages. Après Cervasca et Bernezzo, on traverse le hameau de Vallera où on pourra déguster une bonne crème glacée chez Gelapajo, un ami des cyclistes qui offre également un espace équipé pour la réparation et la recharge des vélos. Une fois dans le bourg de Valgrana, les amateurs d'art peuvent opter pour une visite de l'Ospizio della Trinità, un bâtiment du XVe siècle destiné à accueillir les pèlerins.

Ce petit édifice présente sur sa façade extérieure une représentation plutôt blasphématoire de la Trinité qui est dépeinte sous forme humaine. Ce type de représentation était considéré comme hérétique et a donc été supprimé presque partout, sauf à Valgrana où se trouve un des rares exemples encore existants. C'est l'héritage du marquisat de Saluzzo, qui veillait à la libre diffusion de l'art et de la culture.

La petite Cappella di San Bernardo, datant du XVe siècle, mérite également une visite pour voir ses fresques colorées et pleines d'esprit.

Valgrana



En poursuivant l'itinéraire, en passant par le hameau de Bottonasco, où un projet d'avant-garde est en cours d'achèvement concernant la gestion de l'irrigation de la basse vallée avec un plan d'eau qui sera ouvert au public à partir de 2022, nous continuons en direction de Dronero

et nous recommandons une déviation pour visiter l'intéressant Filatoio Rosso de Caraglio, le plus ancien moulin à soie encore existant en Europe. Construite entre 1676 et 1678, elle a été magistralement restaurée et abrite désormais un musée et un espace d'exposition, exemple vertueux de transformation d'une manufacture de soie en manufacture culturelle. Ouvert aux visites éducatives, le

*Service de
recharge e-bike*



Filatoio Rosso de Caraglio permet aux visiteurs de revivre le processus de production de la soie et son évolution au cours de l'histoire, à travers la reproduction du système traditionnel de filature à double retors et grâce également à la reconstitution fidèle des machines complexes de jadis. Le bâtiment abrite également la Porta di Valle, où l'on peut recevoir des informations touristiques et acheter des produits du terroir.

Dronero et le Val Maira

Après avoir traversé Caraglio, on roule vers Dronero, en entrant dans le Val Maira, une vallée alpine très appréciée des randonneurs et des amateurs de sports de plein air. Profondément imprégnée de la culture occitane, le Val Maira est un territoire accueillant, qui attire en toute saison

les visiteurs et les touristes amoureux de la nature, de la culture et du sport. Le naturel de l'hospitalité est égayé par les sons de la langue et de la musique occitanes, qui font danser ensemble jeunes et vieux lors des fêtes populaires au son de la vielle à roue.

La ville de Dronero, située à 621 mètres d'altitude, est un véritable joyau enchâssé sur les pentes des montagnes qui marquent l'entrée du Val Maira. Ville d'origine médiévale, Dronero doit son nom à la légende du dragon noir qui habiterait la région. Elle préserve un extraordinaire patrimoine architectural composé de monuments, d'églises et de maisons nobles d'une rare beauté.

Prenez le temps de vous promener à travers les ruelles, les places et les arcades de ce charmant bourg, et arrêtez-vous pour admirer la vue depuis l'incroyable pont du diable, un pont crénelé surplombant le torrent du Maira. Il existe également un vieux moulin en pierre à Dronero qui est toujours en activité dans une région où la production de céréales et la transformation des farines sont encore une tradition riche et très appréciée. Il est possible de visiter l'ancien Moulin de la Riviera de Dronero avec directement comme guide la famille Cavanna pour

*Pont du diable,
Dronero*



découvrir comment sont produites les farines spéciales, comment fonctionnent les meules en pierre, comment l'eau pousse les roues du moulin, et même pour déguster les produits dans la biscuiterie.

La Réserve naturelle Ciciu del Villar

De Dronero, on continue sur la route provinciale jusqu'à Villar San Costanzo où, après une courte montée, on arrive à la fraîcheur de la petite et charmante Réserve naturelle du Ciciu del Villar, une zone unique du point de vue naturaliste pour ses particularités géologiques.

Les Ciciu, ou pantins de pierre, sont un phénomène d'érosion très particulier. Dans la réserve, vous pouvez vous promener à la découverte de masses en forme de champignon géant qui retracent la légende de Saint Constant qui, selon une des versions de l'histoire, transformait ses ennemis en pantins de pierre, les Ciciu.

Une fois la visite de la réserve terminée, on continue en direction de Morra del Villar et, pour arriver au hameau de Monastero, on traverse la passerelle sur la rivière Maira, un pont tibétain de 70 mètres de long suspendu au-dessus

*Réserve
naturelle Ciciu
del Villar*



d'une dénivellation spectaculaire de 20 mètres, de quoi faire monter l'adrénaline.

La boucle se referme en parcourant les 20 kilomètres restants sur des routes secondaires peu fréquentées, à travers arbres fruitiers et champs cultivés, dans un paysage rural et reposant. Le parcours est plat et riche en fermes piémontaises typiques et en minuscules hameaux ruraux appelés Tetti (toits) jusqu'à ce que l'on atteigne Madonna dell'Olmo et son Sanctuaire, qui rappelle les lignes de l'art baroque très répandues dans la région de Coni. À partir de là, on longe la ligne de chemin de fer pour regagner dans le Parc fluvial Gesso et Stura jusqu'à l'entrée du centre historique de Coni.

*Pont tibétain
sur la rivière
Maira,
Monastero*





En voyage dans le baroque

Également connue sous le nom de « ville des 7 sièges » du fait de sa vocation militaire et de sa position stratégique de ville de frontière avec la France, Coni est depuis longtemps liée à la dynastie de la maison de Savoie. Et c'est à cause des nombreux sièges que la ville a connus que la plupart de ses vestiges médiévaux ont été perdus. La vieille enceinte de fortification de la ville a également été détruite avec l'arrivée de Napoléon.

Un des traits caractéristiques de Coni est ses 13 kilomètres d'arcades, sous lesquelles s'abritaient, en toute saison, les commerçants qui profitent des échanges fructueux avec leurs voisins français.

La Via Roma, qui est désormais une rue piétonne et fermée à la circulation, permet de rejoindre le centre historique, où il est possible de monter en ascenseur ou de gravir les 132 marches jusqu'à la Tour municipale qui, du haut de ses 52 mètres, offre une vue incroyable sur les toits et les places de la ville et, avec un regard à 360°, sur les douces pentes des Langhe, jusqu'au sommet du Mont-Rose.

*Tour municipale,
Coni*



Architectures baroques de Coni et ses environs

Coni et ses environs sont riches en précieux éléments architecturaux, sculpturaux et picturaux de l'art baroque, produits entre le XVIe et le XVIIIe siècle.

Les vicissitudes historiques, commerciales et sociales de l'époque ont engendré richesse et opulence, dont les traces sont visibles dans les magnifiques palais, les bâtiments civils et les églises. L'art baroque reflète les changements culturels de l'époque à travers une



abondance d'arabesques, de lignes courbes, de stucs et de décorations somptueuses. La devise des arts baroques est *docere delectando*, c'est-à-dire susciter l'émerveillement et l'étonnement de l'observateur, à travers des décorations virtuoses et débordantes, avec un savant mélange de sculptures, de peintures et même de décors de scène dignes d'un théâtre, grâce à la maîtrise absolue des lois de la perspective qui aboutissent à des illusions optiques pompeuses destinées à célébrer la grandeur des puissants de l'époque.

Parmi les personnalités qui ont le plus contribué au développement du baroque dans la région de Coni, on peut citer l'architecte Francesco Gallo, qui a contribué à la renaissance urbaine de nombreuses villes du Piémont. C'est à Francesco Gallo et à l'architecte Antonio Bertola

que l'on doit la conception de l'Église de Santa Croce de Coni, un des joyaux du baroque piémontais. La façade de l'église, inscrite dans le grand complexe hospitalier de Santa Croce, est caractérisée par une construction concave qui crée un petit parvis, particulièrement impressionnant pour ceux qui arrivent des quartiers du centre historique. Les principaux artistes de l'époque ont travaillé sur la magnifique décoration intérieure, qui a été bien conservée au fil du temps. Le plan roman d'origine ayant été détruit, l'Église de Sant'Ambrogio de Coni a été reconstruite au début du XVIIIe siècle selon un projet grandiose réalisé encore par Gallo. La façade de style baroque ouvre l'accès à un décor riche où la majestueuse coupole ornée de fresques apporte élan et luminosité.



La Cathédrale de San Donato

Construit sur des quartiers situés sur plusieurs niveaux, le centre historique de Mondovi est un joyau accessible depuis 1886 grâce au funiculaire, très pratique, qui relie la partie basse de la ville, Rione Breo, à la partie haute, Rione Piazza, avec des courses toutes les cinq minutes. Depuis le XIXe siècle, Mondovi est surtout connue pour sa production de céramiques, un riche marché dont s'est

inspirée la Ligurie voisine. Des traces du quartier de la céramique de Mondovi subsistent dans la précieuse collection du musée qui lui est consacré.

Mondovi est également fortement marquée par l'art baroque. Parmi les exemples les plus célèbres de cette expression artistique figurent la Cathédrale de San Donato, conçue par Gallo au XVIII^e siècle, et le jardin du Belvédère, qui offre un splendide panorama dominé par la Tour municipale.



La Cathédrale, joyau du baroque le plus fastueux, le « Rococo » du XVIII^e siècle, surprend par la présence de grandes fresques, de peintures de grande valeur, d'une multitude de marbres polychromes, d'un crucifix en albâtre sur la nef de droite, d'un chœur en bois et d'un orgue imposant. Si l'on a la chance de la visiter le matin ou en fin d'après-midi, on remarquera la lumière enchantée qui pénètre à travers les vitraux jaunes, qui font ressortir les détails dorés des chapiteaux et des frises dans un contraste saisissant avec les couleurs complémentaires de la colonnade.

Église de Saint François Xavier de Mondovi

Un des fleurons du baroque de la région de Coni est l'église connue sous le nom de « La Mission », dédiée à Saint François Xavier, une sorte de laboratoire d'innovation artistique de l'artiste baroque Andrea Pozzo. Le résultat fut surprenant et valut au peintre une telle renommée qu'il travailla sur d'importants chantiers en Italie et ailleurs. Andrea Pozzo est parvenu à créer quelque chose d'unique dans cette Église de la Mission : en utilisant de façon magistrale les lois de la perspective, il a créé une illusion d'optique capable de transformer une voûte en berceau octogonale en une fausse coupole vertigineuse, multipliant et amplifiant l'espace réel de l'église.

L'œuvre d'Andrea Pozzo dans l'Église de la Mission de Mondovi est aujourd'hui mise en valeur par le projet Infinitum, un parcours multimédia qui permet de saisir les jeux de perspective créés par les fresques de la voûte et les autres trésors présents dans l'église. Grâce aux nouvelles technologies appliquées de manière scénographique et didactique à l'histoire de l'art, le visiteur, à l'aide d'un dispositif oculus, vit une expérience immersive unique dans les architectures et les histoires des personnages de ce joyau baroque. Ce spectacle multimédia propose une combinaison de jeux de lumière et de musique baroque, où le protagoniste et narrateur de l'histoire est un avatar de Pozzo lui-même, qui s'adresse directement aux visiteurs, les accompagnant à la découverte des solutions ingénieuses du bâtiment.



Le Sanctuaire de Vicoforte et la plus grande coupole elliptique du monde

Une des attractions touristiques les plus connues du Piémont est le Sanctuaire de Vicoforte, dont la coupole elliptique est la plus grande du monde.

Le complexe trouve son origine dans un pilier votif sur lequel est décorée une fresque du XVe siècle représentant la Vierge à l'Enfant, réalisée pour favoriser la bonne cuisson des briques. Un prodigieux accident de chasse fit de ce site un lieu de pèlerinage de plus en plus fréquent, à tel point que le duc Charles Emmanuel Ier de Savoie commandita la construction d'un grand sanctuaire en 1596. Le sanctuaire devait accueillir les nombreux pèlerins et devenir un lieu destiné aux tombes de la famille ; le mausolée de la maison de Savoie a ensuite été transféré dans la Basilique de Superga.

Lorsque l'architecte et le duc sont tous deux décédés, la construction s'est arrêtée et les travaux n'ont repris que plusieurs années plus tard. Une fois encore, c'est Francesco



Gallo qui a tiré les marrons du feu en réalisant l'exploit de construire, en 1728, l'imposante coupole elliptique de 74 mètres de haut. On raconte que lorsqu'on a dû démonter l'armature de la coupole terminée, compte tenu de l'énormité des travaux, les ouvriers ont refusé d'enlever les supports par crainte d'un effondrement et Gallo a dû aller lui-même démonter l'échafaudage pour démontrer la stabilité de l'édifice.

Pour faciliter le transport des nombreux pèlerins qui visitaient le sanctuaire de Vicoforte, un tramway a été inauguré en 1884, il s'arrêtait juste devant l'entrée. Il a été mis hors service dans les années 1950, suivant la mode de l'époque.



L'expérience du Magnificat

La coupole du Sanctuaire de Vicoforte étonne non seulement par ses dimensions mais aussi par ses fresques magistrales. Grâce au parcours expérientiel Magnificat, il est possible d'admirer d'en haut le cycle des fresques qui ornent la majestueuse coupole, avec une vue imprenable sur l'œuvre d'art à 50 mètres de hauteur. Munis de harnais et de casques pour une visite qui dure deux heures, on s'aventure sur des échelles, dans des passages à travers des poutres et des marches sur une montée de 60 mètres jusqu'au sommet du Sanctuaire de Vicoforte, où l'on peut admirer de près les fresques magistrales à travers une totale immersion dans l'art et l'histoire. Voir une église de ces dimensions du haut est une perspective plutôt inhabituelle, ce qui fait du parcours du Magnificat quelque chose d'unique en Europe. Une fois au sommet, on peut admirer le splendide panorama des Langhe et de l'arc alpin qui entoure ce monument extraordinaire.

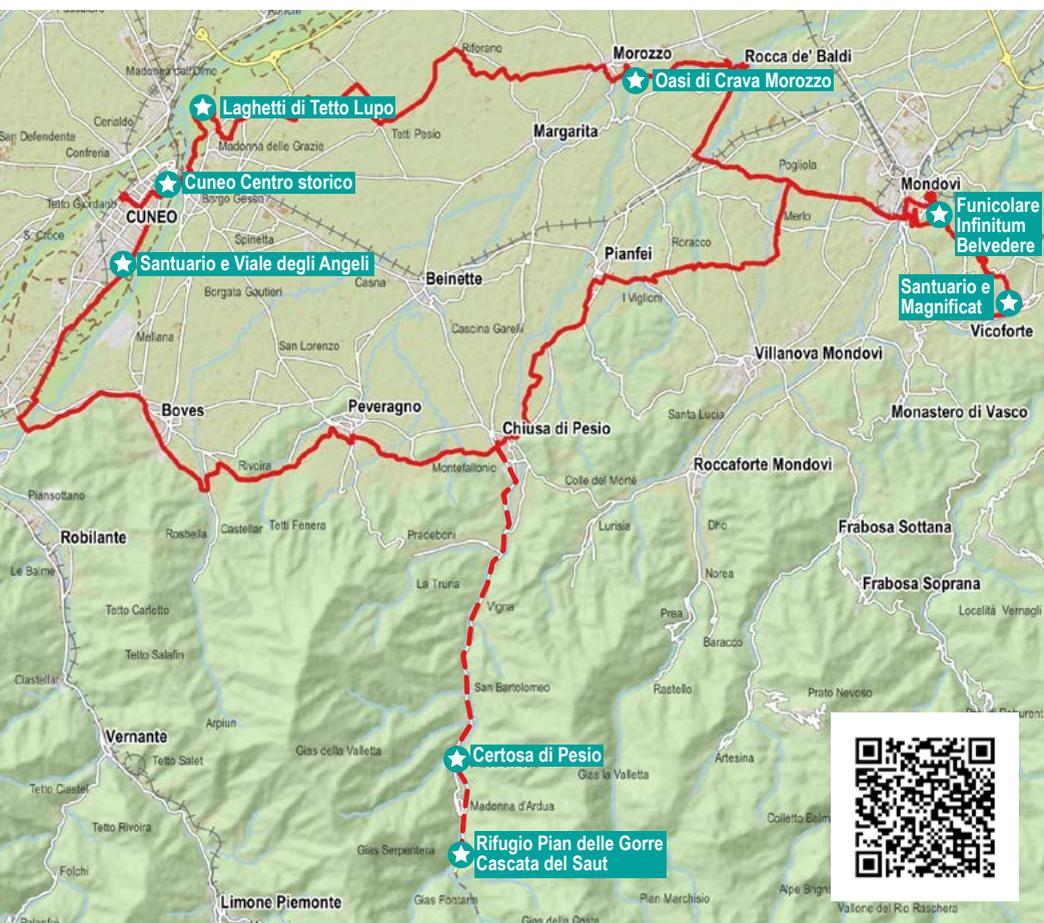
*Le parcours
expérientiel
Magnificat est
une initiative de
Kalatà.*



À vélo entre Coni, Mondovi, Vicoforte et Chiusa di Pesio

Nature, culture et gastronomie sont des patrimoines indissociables à explorer à vélo entre Coni, Mondovi et le territoire situé au sud de la province. L'itinéraire suivant est un circuit, un voyage à travers des réserves naturelles et des villes d'art qu'entoure l'arc alpin. Le circuit commence et se termine à Coni et peut être divisé en deux étapes, avec une nuitée à Mondovi, pour pouvoir profiter de tous les plaisirs offerts le long de la route.

↔ 102 Km
↗ 1350 m
TÉLÉCHARGER
LE PLAN



De Coni à Mondovi à vélo

En partant du centre historique de Coni, on descend le long Corso Guglielmo Marconi pour sortir de la ville. Au premier grand rond-point, tourner à droite sur la Via Savona et encore à droite au rond-point suivant pour entrer dans Via del Borgo Gesso. Après quelques mètres, on descend à nouveau et on continue vers le nord, en traversant le Parc fluvial Gesso et Stura, le long de la piste cyclable partiellement de terre qui suit la rive droite du torrent du Gesso. Après avoir traversé le torrent en empruntant une pratique passerelle en surplomb, on arrive au lieu-dit de Tetto Lupo, dans le hameau de Madonna delle Grazie. On y trouve deux petits lacs artificiels qui constituent une zone humide et un refuge pour diverses espèces d'oiseaux. Ce lieu, où règnent le silence et la

*Sentiers dans
le Parc fluvial
Gesso et Stura*



paix, est devenu un paradis ornithologique, grâce aussi à une structure spécialement construite, où il est possible d'observer différentes espèces d'oiseaux migrateurs comme les hérons et les grues.

Les 30 premiers kilomètres de l'itinéraire sont en descente et, en quittant la zone des Étangs de Tetto Lupo, on suit des routes secondaires de campagne peu fréquentées

; après avoir traversé Tetti Pesio et Riforano, on arrive à Morozzo, porte d'entrée de la merveilleuse Réserve naturelle de Crava-Morozzo. Profitez de l'un des milieux humides les plus importants du Piémont, qui accueille et protège les oiseaux résidents et migrateurs, et roulez sous les arbres feuillus et à travers les denses fourrés de roseaux de ce lieu accueillant. Au bout de 3 km de chemin de terre bien tassé, on quitte la réserve et on monte à Rocca de' Baldi, un joli bourg qui surplombe le torrent du Pesio. En quittant le village le long de la Via Pogliola, rectiligne, on tourne à gauche au premier rond-point et on commence à monter la ville de Mondovi.

Rocca de baldi



Découvrez Mondovi

Une fois à Mondovi, à environ 40 kilomètres de Coni, nous conseillons de passer la nuit dans la ville afin de pouvoir poursuivre votre voyage le lendemain et d'avoir le temps de profiter des plaisirs artistiques, architecturaux et culinaires que cet endroit a à offrir. Mondovi est une ville pittoresque située à une altitude d'environ 400 mètres. La colline sur laquelle elle se dresse, appelée Monte Regale, donne son nom à ses habitants, les Monregalesi et, avec

son profil doux qui regarde vers les Langhe et les Alpes voisines, offre des vues à couper le souffle.

La caractéristique de cette ville est sa structure à plusieurs niveaux : l'ancien et charmant quartier Piazza est situé au sommet, tandis que le quartier de Breo est situé au pied de la colline, dans la plaine du torrent de l'Ellero. Pour faciliter les déplacements entre la ville basse et la ville haute, un funiculaire a été construit à la fin du XIXe siècle. Aujourd'hui, il est entièrement rénové et offre, grâce à ses grandes fenêtres, une vue unique sur les Alpes liguriennes et les Langhe.

Ville anciennement à vocation artisanale, Mondovi a connu un essor économique entre le XVIIIe et le XIXe siècle, avec la naissance de nombreuses activités manufacturières, notamment textiles et céramiques, et l'arrivée du chemin de fer. Les signes de cette splendeur et de ce bien-être



sont aujourd'hui visibles dans la richesse des témoignages artistiques que l'on peut observer en se promenant dans les ruelles médiévales du centre historique. Parmi les différents chefs-d'œuvre rencontrés, on retiendra l'Église de la Mission, joyau baroque où ressortent les magnifiques

fresques de la fausse coupole, mises en valeur par le projet Infinitum qui, à travers une visionneuse 3D, permet de voyager à travers les fresques dans un spectaculaire jeu de perspectives (voir la section de l'ebook Focus Barocco).

Mondovi, grâce à un microclimat particulièrement adapté au vol des ballons à air chaud, est aussi la capitale des montgolfières : il n'est pas rare de les voir suspendues dans le ciel pour émerveiller les petits et les grands.

Le Sanctuaire de Vicoforte et le Magnificat

Si vous avez trouvé un hébergement pour la nuit à Mondovi, laissez-y vos bagages et poursuivez votre chemin en toute légèreté jusqu'à Vicoforte (7 km), où vous pourrez visiter l'impressionnant Sanctuaire de la Nativité où s'élève la plus grande coupole elliptique du monde.

Le retour à Mondovi est en descente et, après une journée si riche en nature et en culture, l'apéro avec le typique Rakikò à déguster au Rione Piazza de Mondovi, sera encore plus délicieux.

*Piazza Carlo Emanuele I,
Vicoforte*



De Mondovi à Coni, en passant par Chiusa di Pesio

La deuxième étape du circuit de découverte des beautés de la région de Coni part de Mondovi en direction de Chiusa di Pesio et se termine dans la ville de Coni.

En quittant la ville de Mondovi, suivre d'abord la Via San Bernardo pour continuer le long de la longue Via Vecchia de Coni, et ensuite profiter des routes agricoles qui passent par des fermes et des habitations qui rappellent le lien fort de la région avec l'agriculture et les produits typiques. Les collines de Mondovi accompagnent en douceur les coups de pédale, leur vue est interrompue de temps en temps par des bois et des arbres fruitiers.



Après avoir traversé le hameau de Merlo, on continue en direction de Roracco et Pianfei le long de la Via Vecchia Pianfei, et on commence à grimper doucement et régulièrement vers Chiusa di Pesio. On traverse, en quelques kilomètres, de nombreux hameaux et villages, il n'est donc pas difficile de trouver des endroits où s'arrêter pour casser la croûte, prendre un café ou simplement reposer ses jambes. Si l'on en a envie, on peut faire un détour depuis Chiusa di Pesio pour se rendre à la Chartreuse de Pesio, un lieu fascinant d'où part un sentier qui mène au Pian delle Gorre, où l'on peut se ravitailler au frais et peut-être profiter d'une visite aux Cascades de

Saut. De retour à Chiusa di Pesio, on suit l'ancienne route de Montefallonio, à l'écart de la circulation, pour rejoindre le village. La route est légèrement en montée, mais elle est facile à gravir, accompagnée par le vert des champs et les parfums de la campagne. Une courte descente mène à Peveragno, le pays des fraises sucrées, avant d'arriver au hameau de Rivoira où commence la descente qui vous accompagnera jusqu'au bout du circuit.

Après Boves, un joli village où se trouve un musée de la châtaigne, on continue en direction de Fontanelle, où se dresse le Sanctuaire Regina Pacis, puis, après avoir traversé le torrent du Vermenagna sur un pont de fer en



arc, on arrive au village de Borgo San Dalmazzo, où on empruntera la piste cyclable à l'intérieur du Parc fluvial Gesso et Stura. Dans les dix derniers kilomètres de l'itinéraire, on pédale le long du côté gauche du torrent du Gesso jusqu'à ce que l'on arrive au centre de Coni. Après avoir traversé le passage souterrain du chemin de fer pour quitter le Lungo Gesso, on prend la Via Vecchia di Coni et le long Viale Mistral qui entre dans le Viale degli Angeli et offre une entrée triomphale dans la ville de Coni, au milieu de précieuses villas Art nouveau qui rappellent la majesté des boulevards français.

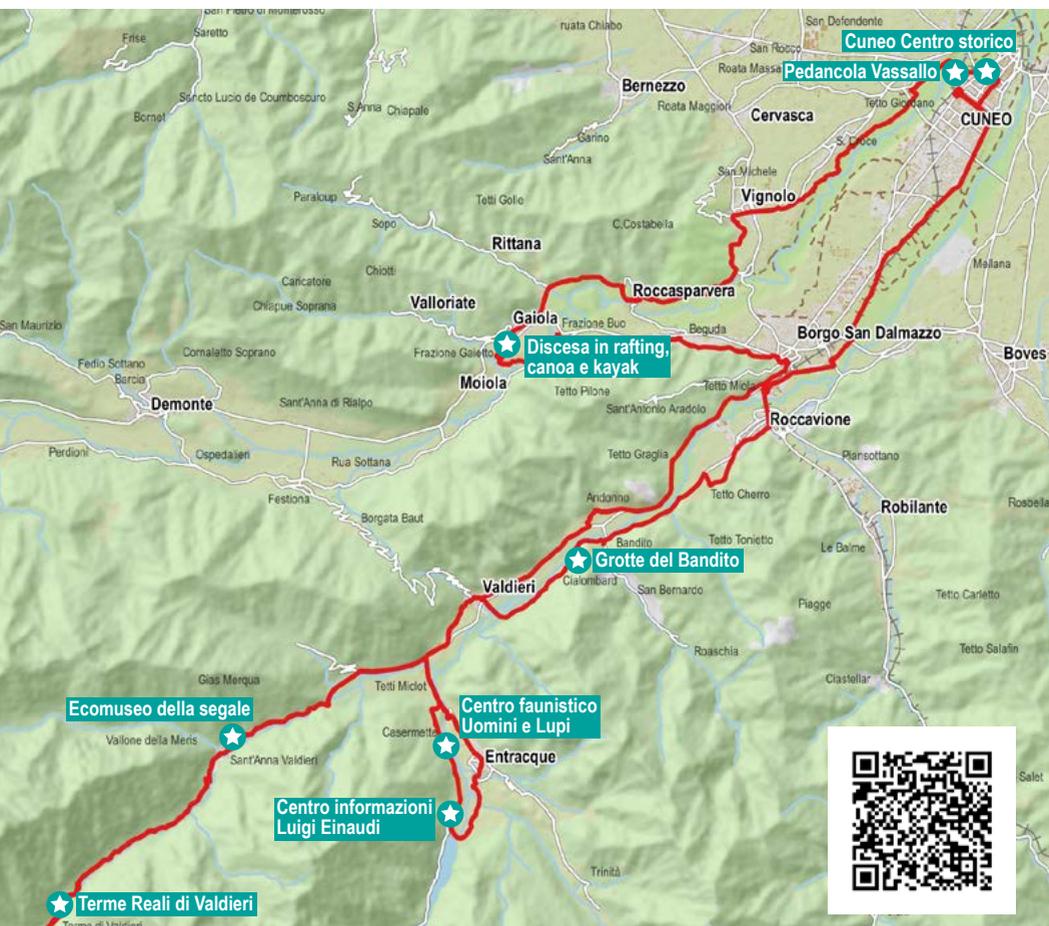
*Borgo San
Dalmazzo*



De Coni aux Thermes de Valdieri, rouler à vélo entre nature et bien-être

Avec l'arrivée de l'été, il n'y a rien de plus rafraîchissant que de faire du vélo le long des cours d'eau qui vont de Coni aux Thermes de Valdieri, dans le décor enchanteur des Alpes maritimes italiennes. L'itinéraire que nous proposons part de la ville de Coni pour rejoindre les Thermes de Valdieri dans un voyage de découverte entre les deux vallées que sont le Val Stura et le Val Gesso.

↔ 100 Km
↗ 1660 m
TÉLÉCHARGER LE PLAN



De Coni au Val Stura

Depuis la jolie Piazza Galimberti, le salon du centre historique de Coni, on emprunte la Via Pascal, puis on tourne à gauche au rond-point et on continue pendant plusieurs kilomètres sur la Via Basse Sant'Anna, qui permet de sortir de la ville vers l'ouest. Une fois passée la voie ferrée qui passe au-dessus du viaduc Soleri, on traverse la rivière Stura de Demonte en franchissant la passerelle Vassallo pour entrer dans le Parc fluvial Gesso et Stura. On parcourt les 10 premiers kilomètres de l'itinéraire dans la verdure et la tranquillité le long de la



Via Antica di Vignolo, au milieu de fermes et de champs cultivés, en contact étroit avec les eaux de la rivière Stura et de ses canaux de liaison, pour arriver à Vignolo. L'itinéraire suit le cours de la rivière Stura et le coup de pédale est agréable et relaxant vers Roccasparvera, un village au charme médiéval. À Roccasparvera, pour un déjeuner rapide, arrêtez-vous à La Fame, un ancien four à bois rénové par deux jeunes ambitieux qui proposent non seulement des produits de boulangerie mais aussi de l'ula cuite au four, une des recettes les plus savoureuses et les plus traditionnelles de la région de Coni.

Gaiola et le rafting

On entre dans le verdoyant Val Stura, en s'enfonçant dans les bois entourés par les montagnes de l'arc alpin, et on commence à monter de Roccasparvera vers Gaiola. Le Val Stura a une vocation importante pour les sports de plein air, notamment le trekking, l'alpinisme et l'escalade, et Gaiola en particulier est un point de référence pour le rafting, le canoë et le kayak. Ce segment de la rivière Stura est parfait pour apprendre les bases des sports aquatiques, peut-être en se concédant une petite descente rafraîchissante de la rivière. Après la rivière Stura di Demonte et les petits hameaux ruraux appelés tetti (toits), on continue le long de la Via dei Boschi jusqu'à Borgo San Dalmazzo. De là, on prend la Via Rivetta, qui longe le canal Bealera Nuova, pour prendre la Via Valdieri et continuer le long du torrent du Gesso en légère montée jusqu'à Valdieri, une jolie petite ville du Parc des Alpes maritimes italiennes.



Entracque, bourg de villégiature

De Valdieri, on fait un détour qui en vaut bien la peine en direction d'Entracque, un village typique de vacances à la montagne, renommé depuis le XIXe siècle, vu que la région avait été choisie par la maison royale de Savoie comme réserve de chasse royale, et plus récemment, dédiée à l'accueil des touristes amateurs de montagne, été comme

hiver. Les amateurs d'ingénierie hydraulique auront également l'occasion de visiter le centre d'information Luigi Einaudi dans la municipalité d'Entracque, où il est possible de comprendre le fonctionnement du système de barrages du Val Gesso, une installation complexe qui utilise les eaux de montagne pour faire intervenir trois réservoirs de haute altitude, ce qui fait de la centrale hydroélectrique d'Entracque la plus grande d'Italie et une des plus grandes d'Europe.

Centre de faune sauvage Uomini e Lupi (Hommes et loups)

La région, comme vous pouvez l'imaginer, regorge d'une nature intacte et il n'est pas difficile de rencontrer des animaux sauvages qui vivent librement sur ces terres merveilleuses. C'est à Entracque que se trouve le Centre de faune sauvage Uomini e Lupi (Hommes et loups), où la vie du loup est retracée, offrant aux adultes et aux enfants des éléments de connaissance qui permettent de surmonter la peur qui accompagne depuis toujours les récits liés à ce prédateur.



Les Thermes royaux de Valdieri

Après avoir bouclé la boucle de déviation vers Entracque, on reprend la route qui, après une première partie en descente, continue sur environ 6 kilomètres en légère montée jusqu'à Sant'Anna di Valdieri, à 978 mètres d'altitude. On peut y visiter l'Écomusée du seigle, un centre de référence important pour l'histoire et les traditions locales liées à cette ancienne céréale. Et c'est précisément à partir des traditions perdues, des anciennes valeurs paysannes et du renouveau de la culture de la vallée que six courageuses femmes entrepreneurs sont reparties, défiant par leur travail le dépeuplement de la zone et faisant revivre le village, au point que Sant'Anna di Valdieri est aussi appelée le «Village des femmes».

*Réserve des Grotte del
Bandito à Roaschia*



Après 6 kilomètres environ de randonnée à vélo, on arrive aux Thermes royaux de Valdieri (en été, il est également possible d'arriver en bus, en chargeant gratuitement les vélos dans la soute du bus), des sources naturelles d'eau chaude sulfureuse aux propriétés antioxydantes, dépuratives, apaisantes et régénératrices, dont l'histoire est ancienne : le premier établissement thermal fut construit dès le XVI^e siècle et, au XVIII^e siècle, le roi Charles

Emmanuel III décida d'utiliser cette eau si précieuse pour y établir l'édifice appelé le Regio Baraccone. Au XIXe siècle, les eaux bénéfiques de Valdieri sont devenues les thermes de la maison royale de Savoie. Le roi Victor Emmanuel II a, par la suite, visité les thermes et a décidé que la zone deviendrait une réserve naturelle de chasse. Il a même fait construire plusieurs résidences royales d'été dans les environs, préservant ainsi la zone naturelle.

Retour à Coni

Détendez vos muscles et profitez de la douceur des eaux des Thermes royaux, tout en respirant les parfums de la montagne dans un bien-être total qui sollicite tous les sens, puis, régénérés, reprenez la route vers Coni.

Les 36 kilomètres environ qui permettent de revenir en ville sont en légère descente à travers des bois de châtaigniers et des espaces naturels, dont la Réserve des Grotte del Bandito à Roaschia, où des restes d'ours des cavernes ont été découverts. En suivant la rive droite du torrent Gesso, l'eau sera à nouveau là pour vous accompagner jusqu'au bout du voyage.



Les saveurs de la région de Coni

La région de Coni, avec ses champs, ses vergers et ses vallées alpines, offre une découverte continue de l'histoire, de la culture et des saveurs locales, suspendue entre tradition et innovation. Le charme offert par les nombreux parcs et réserves naturelles de la région se conjugue avec l'unicité de la production du territoire, générant richesse, identité et beauté.

La région de Coni se distingue par une approche de l'agriculture et de l'élevage fortement axée sur la



production biologique, qui vise à éviter la contamination des produits chimiques dans le sol, dans les aliments pour animaux et, par conséquent, dans les produits qui sont mis sur la table. Un choix de qualité qui a permis au territoire d'accueillir la première sentinelle Slow Food et qui a fait de la région de Coni un exemple à suivre.

Parmi les cultures typiques de la région, figurent, en premier lieu, les céréales. Le blé, l'orge et le seigle ont eu un impact profond sur l'histoire et la culture de ces lieux, comme en témoignent les différents musées et réalités culturelles liés à l'histoire de l'agriculture du territoire.

Les Paste de Meliga et le moulin de Dronero

Un élément de forte caractérisation, en termes de recherche et de valorisation de la tradition agricole, est représenté par l'ancien Moulin de la Riviera, un joyau caché à Dronero, aux portes du Val Maira. L'histoire ancienne et fascinante de ce moulin a commencé il y a six cents ans, lorsque les moines bénédictins du lieu ont décidé de construire un moulin à eau pour y moudre de la farine en utilisant l'eau du canal tout proche. Abandonné et tombé en désuétude, le moulin a été acquis par la famille Cavanna, qui l'a restauré avec passion et l'a remis en service. Le moulin est revenu à la mouture sur pierre de farines spéciales à partir desquelles prennent forme le pain et les biscuits au goût et à l'arôme authentiques



d'antan. Parmi tous les produits, il est intéressant de mentionner les biscuits en pâte de meliga, fabriqués à partir de l'ancien maïs piémontais (la meliga), la base d'un petit-déjeuner consistant ou d'un en-cas riche en nutriments à déguster mi-chemin.

Le seigle et le Musée de Sant'Anna di Valdieri

Un vieil adage que l'on peut entendre dans le Val Gesso

dit : « Le seigle, c'est le pain, et le pain, c'est la vie ». Le seigle est historiquement la céréale reine de la province de Coni. Aujourd'hui, après une période de crise qui a conduit à l'abandon de la culture traditionnelle, on assiste à une reprise de la production de cette importante céréale, qui s'adapte bien aux zones alpines du Piémont.

Utilisé pour l'alimentation, pour fabriquer de la bière, de la paille et même des toitures, le seigle s'adapte facilement à toutes les conditions, c'est pourquoi dans cette région des Alpes maritimes italiennes on parle d'une véritable « civilisation du seigle », en raison de l'importante contribution de cette céréale à la construction de l'identité des communautés locales. L'écomusée de Sant'Anna di Valdieri est un lieu de collecte de la mémoire et un point de référence pour la réappropriation du sentiment d'appartenance de l'ensemble de la communauté de la vallée, à partir de la recherche et de la valorisation des traditions locales.

Les cuneesi et les maîtres pâtisseries

Sous les jolies arcades de la ville de Coni, tout comme

Les cuneesi sont des friandises typiques de Coni et celles qui sont produites selon la recette originale par la pâtisserie Arione de la Piazza Galimberti sont célèbres.



à Mondovi, Dronero et dans tous les villages que l'on traverse, on peut sentir d'agréables parfums provenant des ateliers qui fabriquent artisanalement les petits gâteaux qui rendent l'art de la pâtisserie piémontaise célèbre dans le monde entier. Les cuneesi sont des friandises typiques de la ville, et celles qui sont produites selon la recette originale par la pâtisserie Arione de la Piazza Galimberti sont célèbres : elles se composent d'une enveloppe de chocolat croquant qui cache une meringue et qui contient des crèmes de différents parfums. Les cuneesi plus traditionnels sont au rhum.



Mais les saveurs ne manquent pas, même en province : s'il y a une chose pour laquelle Coni est célèbre, ce sont les marrons et les marrons glacés, ainsi que les nougats, des gourmandises à faire fondre dans la bouche, peut-être entre deux balades à vélo.

Fruits et légumes

En parcourant les étendues de vergers et de champs qui colorent le territoire de Coni et de ses environs, on pourra découvrir divers produits qui caractérisent l'identité gastronomique locale. C'est ainsi que l'on peut découvrir les juteuses poires Madernassa du Val Grana, les abricots

ronds et sucrés de Costigliole et les savoureuses fraises de Peveragno, tandis que parmi les produits du terroir, le délicat arôme de l'ail de Caraglio est incontournable. En grimant à travers les bois luxuriants des vallées, les châtaigniers règnent en maîtres et, en plus d'offrir un miel délicieux, font cadeau des célèbres marrons, à déguster principalement grillés, pour saluer l'arrivée imminente de l'hiver. La récolte des châtaignes de Coni, qui sont exportées dans toute l'Europe, a lieu dans plus de cent communes de la province et bénéficie d'une longue tradition dans cet art, transmise de génération en génération.



Les fromages et les viandes

Le roi incontesté des fromages fabriqués dans la région de Coni est le Castelmagno A.O.P., un fromage au lait de vache à pâte mi-dure, à l'aspect caractéristique à œillets et veines bleu-vert. Sa production est limitée aux communes de Monterosso Grana, Pradleves et à la zone de Castelmagno, et il se distingue précisément par sa saveur qui va crescendo, qui passe du délicat au savoureux, selon le degré d'affinage, même si c'est après une longue maturation qu'il donne le meilleur de lui-même. Consommé seul ou comme ingrédient principal de plats typiques du Piémont, le Castelmagno doit être dégusté avec une simple cuillère de miel de tilleul, même

si, pour être honnête, la meilleure façon de le savourer est avec du riz ou des gnocchi de pommes de terre. C'est du lait mixte authentique produit dans les alpages des vallées de la région de Coni que l'on obtient le Raschera A.O.P., un fromage à pâte molle au goût léger qui offre au palais le parfum de l'herbe des pâturages alpins et qui est également excellent sur la table également sous la forme de la typique fondue piémontaise. La viande bovine de race piémontaise est célèbre dans le monde entier et la région de Coni a une histoire d'élevage bovin très prisée et réputée. Parmi les nombreuses viandes savoureuses, le bœuf gras de Carrù et le chapon typique de Morozzo sont à goûter au moins une fois.

Bien boire

Bien que moins célèbre que les productions des Langhe voisines, Coni compte également une production vinicole respectable, bien que modeste. Les vins locaux comprennent le Quagliano des collines de Saluzzo, un vin rouge doux dont l'arôme agréable se marie bien avec la pâtisserie de Coni et le proverbial mariage fromage-poire. Autrefois, en raison de ses qualités diurétiques, le Quagliano était utilisé pour ce que l'on appelait la « cure de raisin » ; aujourd'hui, cependant, il est considéré comme un vin fin et, nous aimerions signaler, entre autres,

Le Quagliano des collines de Saluzzo, un vin rouge, produit par l'historique Azienda Agricola Fonerò de Busca.



celui produit par l'historique Azienda Agricola Fornero de Busca. Pour un apéritif inhabituel ou un digestif surprenant, le Rakikò est la liqueur typique de Mondovì qui, depuis 1895, mélange habilement les herbes locales.

La culture gastronomique de montagne

La culture de la bonne cuisine à l'ancienne est en train de devenir si populaire parmi les communautés de montagne de la province qu'elle a donné naissance au projet Montagnam, réalisé à Rittana, dans le Val Stura, par sept petits producteurs qui, avec le soutien de l'Union européenne et de la Région du Piémont, ont mis en réseau leurs activités dans le but de promouvoir le territoire et ses produits locaux. Parmi les petites entreprises qui se sont associées à ce projet stimulant, citons le bar-épicerie Andata e Ritorno de Debora, un lieu où l'on peut déguster les produits de la vallée et, si besoin est, louer un e-bike.

Debora de chez Andata e Ritorno, le bar-épicerie à San Mauro dans le Val Stura.





Services

PARC FLUVIAL GESSO ET STURA

Infopoint, Piazzale Walther Cavallera 13, Cuneo, Tel. 0171 444501 | www.parcofluvialegeossostura.it, parcofluviale@comune.cuneo.it

A.T.L.

Office du tourisme local de la région de CONI, Via Pascal, 7 (piazza ex Foro Boario) 12100 CUNEO - ITALY Tel. +39.0171.690217 - FAX +39.0171.631528
www.cuneoholiday.com | info@cuneoholiday.com, iatcuneo@cuneoholiday.com

CÔNITOURS

Le Consortium des opérateurs touristiques de Coni propose également la location de vélos
www.cuneoalps.it | info@cuneoalps.it

VALLE STURA EXPERIENCE

Consortium des entreprises du Val Stura di Demonte
www.vallesturaexperience.it/il-consorzio/
info@vallesturaexperience.it

EMOTION ALP

Consortium des opérateurs du tourisme | www.emotionalp.com

BECCHIS CICLI

Magasin de vente-location et de réparation de vélos à Boves tél : 0171.380.134 à Mondovi Tél : 0171.380.134 | www.becchiscicli.it

LA CICLOVIA

Magasin de vente et de réparation de vélos à Confreria (Cuneo) tél: 0171 611430 | info@laciclovia.bike | www.laciclovia.bike

BIKE HOUSE

Outdoor Point - ENTRACQUE location E-Bike et guide
Tél: +39 339.5269316
www.facebook.com/BikeHouseEntracque/

GRANDABUS

Location de bus avec possibilité de transport de vélos
www.buscompany.it/airone/ | noleggio@buscompany.it

ENJOY BISALTA

Association de producteurs et de commerçants du Val
Pesio. enjoybisalta.com/ | enjoy.bisalta@gmail.com

GRANDA BIKE TOUR

Services pour l'outdoor, www.grandabiketour.it

Comment arriver à Coni

EN TRAIN

Les principales gares ferroviaires se trouvent à Coni, Fossano, Savigliano, Mondovi, Borgo San Dalmazzo. Trenitalia Tél. Centre d'appel FS 892021 | www.trenitalia.it
Pour des informations détaillées, voir la section Transports locaux Mode de transport des vélos en train Trenitalia

EN VOITURE

A21 Turin-Piacenza: sortir à Asti Est et continuer sur l'A33 Asti-Coni et sortir à Sant'Albano Stura A6 Turin-Savone: continuer sur l'A33 Asti Coni et sortir à Sant'Albano Stura

EN AVION

Aéroport de Coni Levaldigi S.p.A.
Aéroport international de Torino Caselle

BUS ET TRANSPORTS URBAINS

Services extra-urbains, Ville et alentours d'Alba, Bra, Urbano Saluzzo, Mondovi (funiculaire et bus), Fossano et Savigliano
Siège opérationnel: Via Circonvallazione, 19 12037 - Saluzzo (CN) | Numéro vert: 800.111.773 | Tél: 0175 - 47.88.11
Email: consorzio@grandabus.it

Service ville et alentours de Coni | Siège opérationnel:
Discesa Bellavista, 11 12100 - Cuneo (CN) | Numéro vert :
800.338.171 | Tél: 0171 - 488544
Email: info@grandabus.it | Bureau Guichet unique Grandabus

Siège opérationnel :
Via Carlo Pascal, 7 (Ex Piazza Foro Boario) - 12100 Cuneo Tél:
0171-30.16.17 Email: biglietteria.cuneo@grandabus.it

Dirigé par
Organe de presse enregistré auprès du
Tribunal de Rome n° 92/2013 du 13 mai
2013.

BIKEITALIA

www.bikeitalia.it

Réalisé par



www.bikenomist.com

en collaboration avec:



E-book financé dans le cadre du Programme Interreg Alcotra
Italie-France 2014-2020 - Piter ALPIMED - Projet PATRIM



Publié en septembre 2021

