Le col d'Aussois : randonnée sportive à 2914 m d'altitude

Maurienne - AUSSOIS

Le plateau du Fond d'Aussois et son refuge - Commune d'Aussois (TARDIVET Chloé)

Entre Maurienne et Tarentaise, l'itinéraire vers le col d'Aussois constitue généralement la première étape du fameux tour des glaciers de la Vanoise.

Tout verdoyants de prairies grasses, **les alpages du Fond d'Aussois cèdent la place à un décor plus tourmenté et minéral, au fur et à mesure que le dénivelé augmente.** Quelques tapis de mousse, desquels émergent des fleurs roses, éclairent ce paysage rocheux. Il s'agit de la silène acaule, robuste vivace à la longévité exceptionnelle ! **A proximité du Col d'Aussois, la Pointe de l'Observatoire invite le randonneur à un ultime effort pour conquérir les 3 000 m d'altitude ! À l'horizon, le toit de l'Europe et les grands sommets de la Vanoise offrent un panorama d'exception.**

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 7 h

Longueur : 15.1 km

Dénivelé positif : 927 m

Difficulté : Difficile

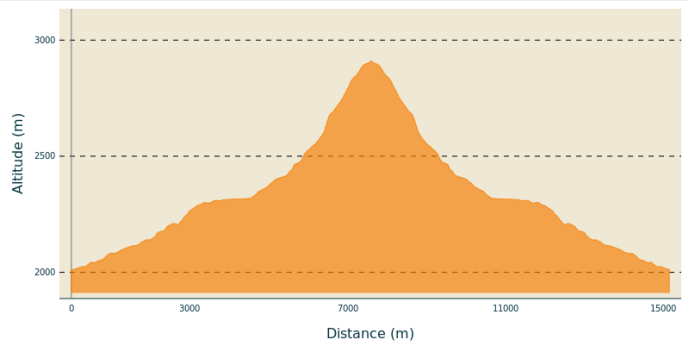
Type : Aller-retour

Thèmes : Flore, Pastoralisme, Point de vue

Itinéraire

Départ : Site des barrages, commune d'Aussois
Arrivée : Col d'Aussois (2914 m)
Balisage : PR
Communes : 1. AUSSOIS

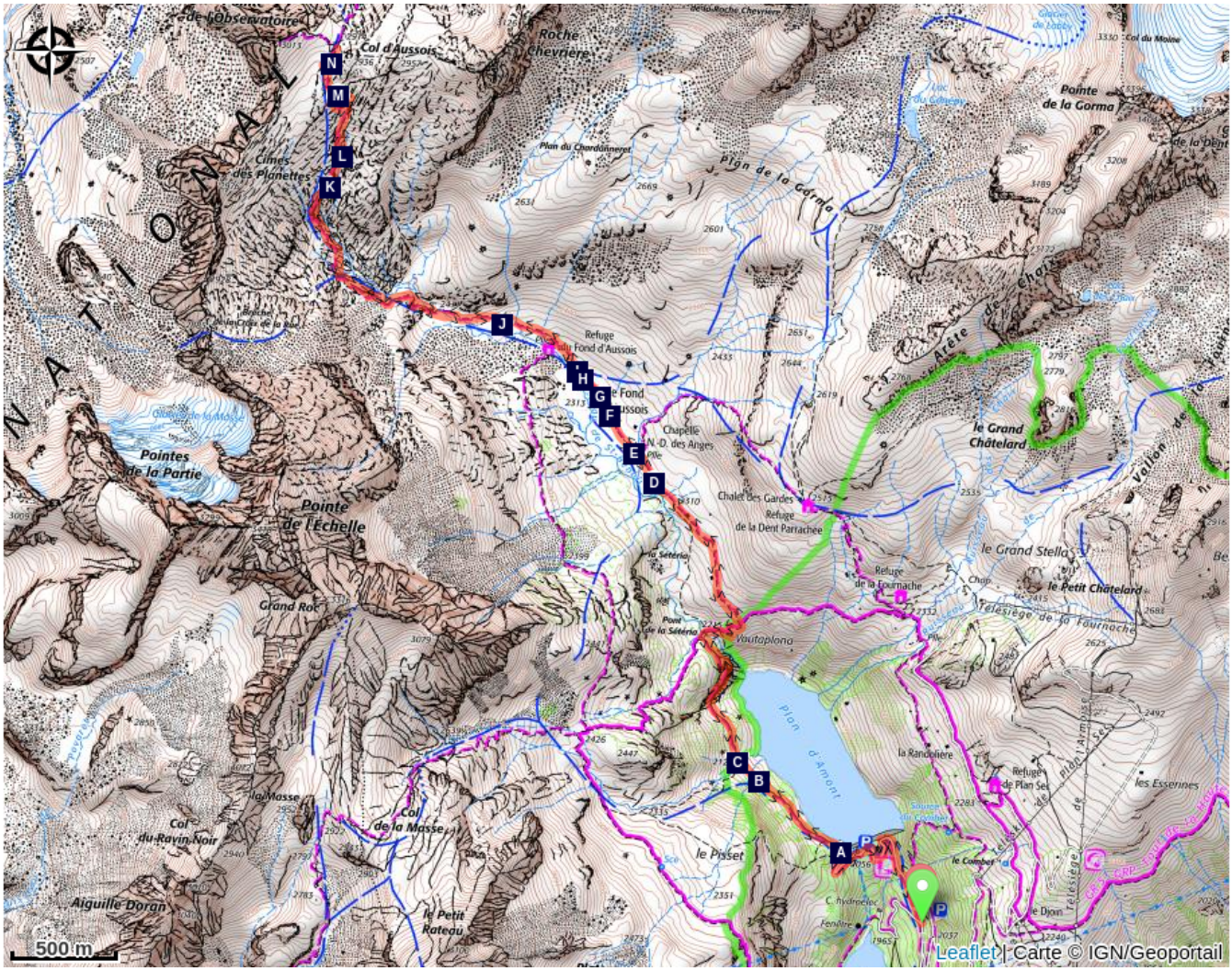
Profil altimétrique



Altitude min 2011 m Altitude max 2909 m

Descendre vers le barrage de Plan d'Amont pour passer sous la digue par la gauche. Emprunter la piste surplombant le plan d'eau et la suivre sur toute sa longueur jusqu'à un pont enjambant le torrent du Saint-Benoit : il s'agit du pont de la Sétéria, jonction avec le GR5. Traverser le pont de la Sétéria et poursuivre le sentier en se référant au panneau. Après quelques lacets, prendre sur la gauche un sentier se dirigeant vers le refuge du Fond d'Aussois. Accéder à un plateau, arriver à une première passerelle et la traverser. Passer à proximité d'une chapelle, de plusieurs chalets, franchir à nouveau deux passerelles pour parvenir aux abords du refuge du Fond d'Aussois. L'itinéraire du col d'Aussois est indiqué. Suivre le sentier jusqu'à un plateau où l'on traverse une passerelle. Après deux ressauts raides, de discrètes marques jaunes balisent l'itinéraire dans l'environnement rocheux. Sur le replat avant le col, ne pas rejoindre la grande croix blanche mais suivre l'itinéraire en direction du col marqué par un panneau. Pour le retour suivre l'itinéraire de montée. La haute montagne est un milieu fragile où il est conseillé de respecter le sentier et de suivre le balisage.

Sur votre chemin…



- Le rhododendron ferrugineux (A)
- La cembraie (B)
- Le Parc national de la Vanoise (C)
- Ombilic de Fond d'Aussois (D)
- La chapelle Notre Dame des Anges (E)
- Les génisses de race Tarine (F)
- La swertie vivace (G)
- Les têtards (H)
- Vue sur le refuge du Fond d'Aussois (I)
- La linaigrette de Scheuchzer (J)
- La saxifrage du val d'Aoste (K)
- Le lagopède alpin (L)
- Les sols polygonaux (M)
- Le Mont-Blanc (N)

Toutes les infos pratiques

En coeur de parc

Le Parc national de la Vanoise est un territoire naturel, ouvert à tous, mais soumis à une réglementation qu’il est utile de connaître pour préparer son séjour. Pour en savoir plus, rendez-vous sur **la page réglementation**.

Recommandations

Itinéraire de haute montagne. En début de saison certains névés peuvent être dangereux. Prévoir l'équipement et le chaussage adéquat. Restez sur les sentiers. Un seul point d'eau potable au refuge de la Vanoise.

Comment venir ?

Transports

Desserte ferroviaire jusqu'à Modane. Renseignements : www.voyages-sncf.com
Puis transport en autocar jusqu'au chef-lieu d'Aussois. Renseignements : www.transavoie.com
Pas de transport collectif entre Aussois et le site des barrages.
Proposition d'auto-stop organisé sur la vallée de Haute-Maurienne.
Renseignements : www.rezopouce.fr

Accès routier

À Modane, prendre la D 215 en direction d'Aussois. Une fois à Aussois, se rendre dans le haut du village et prendre la petite route qui s'élève vers les barrages. Laisser un belvédère sur la gauche, prendre une route raide à droite sur 100 m pour rejoindre le parking.

Parking conseillé

Parking prévu par la municipalité pour l'intégralité du site des barrages, départ de toutes les randonnées.

Lieux de renseignement

Point Info Tourisme Modane
Maison Cantonale, 9 Place Sommeiller,
73500 Modane

info@cchmv.fr
Tel : 04 79 05 26 67
https://www.cchautemaurienne.com

Point info Parc national de la Vanoise - Modane
Maison cantonale - Place sommeiller,
73500 Modane
Tel : 04 79 62 30 54
https://www.vanoise-parcnational.fr

Sur votre chemin…

Le rhododendron ferrugineux (A)

Surnommé « rose des Alpes », le rhododendron pare la montagne de ses plus belles couleurs dès le milieu du mois de juin et jusqu'à la fin du mois de juillet. Son secret ? Il prépare ses boutons floraux de l'année suivante dès la fin de l'été. Ces boutons, protégés du froid et du gel par la neige, peuvent supporter sans dommages les rigueurs de l'hiver et ainsi fleurir très tôt. Rhododendron signifie en grec *l'arbre rouge* et son qualificatif ferrugineux vient de la couleur rouille du dessous de ses feuilles. Le rhododendron ne se plaît que dans les versants où la neige perdure, lui offrant ainsi une protection contre le gel.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe

La cembraie (B)

La cembraie est une forêt de Pins cembro, ou arolles. C'est un arbre caractéristique de la haute montagne puisqu'il se développe entre 1700 et 2400 mètres d'altitude. Il résiste aux longs hivers rudes et aux températures parfois extrêmes. Il se distingue des autres pins par ses aiguilles groupées par cinq et ses cônes ovoïdes et trapus. Son bois tendre et odorant a toujours été utilisé en ébénisterie et sculpture, notamment au 17e et 18 siècle pour la réalisation des retables baroques. Les montagnards consomment ses cônes ou ses graines, concurrençant ainsi le casse-noix moucheté. Associé aux rhododendrons, aux myrtilles et aux airelles, il constitue, dans l'étagement montagnard, la « zone de combat », c'est-à-dire la césure entre l'étage subalpin et l'étage alpin. C'est à ce niveau que la forêt disparaît progressivement.

Crédit photo : PNV - MOUSSIEGT Karine

Le Parc national de la Vanoise (C)

« Voici l'espace. Voici l'air pur. Voici le silence. Le royaume des aurores intactes et des bêtes naïves... » C'est avec ces mots que Samivel écrivait les commandements du Parc national de la Vanoise. Créé en 1963, cet espace protégé constitue le premier des parcs nationaux français. Vous entrez dans « le grand jardin des Français », qu'il vous appartient de respecter. La réglementation figure sur les différents panneaux mis à l'intention des randonneurs.

Crédit photo : PNV - BRÉGEON Sébastien

Ombilic de Fond d'Aussois (D)

Un ombilic glaciaire est le nom donné à la partie surcreusée d'une vallée glaciaire. Après le retrait du glacier, cette dépression est généralement occupée par un lac de taille variable qui se comble peu à peu par des alluvions fluvio-lacustres jusqu'à former un plateau. Ici, certaines zones gardent un caractère de marais avec des plantes caractéristiques comme la swertie des marais. Ces pâturages riches et plats ont toujours été appréciés pour l'élevage comme en témoigne la présence d'anciens chalets d'alpage.

Crédit photo : PNV - BRÉGEON Sébastien

La chapelle Notre Dame des Anges (E)

Lors de l'estive, il était compliqué de descendre au village pour l'office religieux. Cette chapelle fut donc construite en 1886 par Louis Couvert. La couverture en lauze et l'architecture du bâtiment nous montrent l'emploi des matériaux locaux et l'utilisation parcimonieuse du bois, le transport de celui-ci étant contraignant. Afin de conjurer les aléas montagnards comme les chutes de pierre ou les avalanches, les édifices religieux tels les oratoires ou les croix sont très présents en montagne.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe

Les génisses de race Tarine (F)

La vache Tarine se reconnaît à sa robe brun fauve, à ses yeux entourés de noir. Elle tient son nom de la vallée de la Tarentaise, que vous observerez au delà du col d'Aussois. Elle est plutôt trapue pour un poids de 500 à 600 kg. Elle est la race privilégiée des éleveurs de montagne de Savoie pour sa résistance ainsi que pour la qualité de son lait qui entre dans la fabrication du beaufort. À Fond d'Aussois, les animaux que vous pouvez voir sont des génisses, c'est-à-dire des jeunes vaches n'ayant pas vêlé donc ne produisant pas de lait.

Crédit photo : PNV - FILLIOL Michel

La swertie vivace (G)

Cette plante de la famille des gentianes (*Swertia perennis*) affectionne les milieux inondés et froids, où l'eau circule lentement. Elle est inféodée aux étages subalpin et alpin. Elle fleurit dans le milieu de l'été et embellit les marais de sa corolle violette. La swertie est une plante protégée au niveau national. Sa cueillette, comme celle des autres plantes, est interdite en cœur du Parc national de la Vanoise.

Crédit photo : PNV - HERRMANN Mylène

Les têtards (H)

Les zones humides du plateau sont le lieu privilégié de reproduction de la grenouille rousse. Les contraintes de froid et de gel à cette altitude ralentissent le développement des œufs et de têtards. Il faudra deux étés à un œuf pour devenir grenouille alors qu'une saison suffit en plaine. Les œufs et les têtards fourniront une nourriture substantielle aux truites fario vivant également dans le ruisseau du Saint-Benoit. Vous pourrez observer les pontes de grenouille en juin en grands amas gélatineux. La grenouille rousse est le seul batracien à pouvoir à se reproduire au Fond d'Aussois.

Crédit photo : PNV - BOURGEOIS Marie-Geneviève

Vue sur le refuge du Fond d'Aussois (I)

Ouvert en 2004, le nouveau refuge du Fond d’Aussois affiche une architecture contemporaine de bois et d’acier, au toit semi-cylindrique, pour s’intégrer dans le paysage et affronter les intempéries. Il dialogue avec l’ancien chalet, tout proche, du Club Alpin Français, un bâtiment d’alpage autrefois remanié pour abriter le sommeil et les repas des montagnards.

Crédit photo : PNV - Pierre LACOSSE

La linaigrette de Scheuchzer (J)

La linaigrette de Scheuchzer (*Eriophorum scheuchzeri*) est une plante herbacée vivace de la famille des Cyperaceae. Elle pousse dans les zones humides de montagne. Elle forme à la floraison un tapis cotonneux ondulant dans le vent. Trois espèces de linaigrette sont présentes à Aussois. Certains assurent que ses plumets blancs ont servi autrefois à garnir des coussins et des matelas.

Crédit photo : PNV - JORDANA Régis

La saxifrage du val d'Aoste (K)

La saxifrage du val d'Aoste (*Saxifraga retusa* ssp *augustana*) est une plante poussant de préférence sur les zones rocheuses et dénudées. Sa forme en coussinet, forme privilégiée des plantes d'altitude, lui permet une économie d'eau et une bonne résistance aux conditions extrêmes de la haute altitude. La saxifrage du val d'Aoste rejoint ainsi la cohorte du silène acaule, des androsaces et des autres saxifrages, plantes de l'extrême que vous rencontrerez en approchant du col.

Crédit photo : PNV - LACOSSE Pierre

Le lagopède alpin (L)

Le lagopède alpin, également appelé perdrix des neiges, est un oiseau artico-alpin. En effet, son aire de présence a suivi la fonte des glaciers préhistoriques vers le nord de l'Europe et en altitude. Dans les Alpes, on ne le trouve qu'au-dessus de 2300 m d'altitude. L’espèce est inféodée aux milieux des moraines, éboulis et pelouses rases d'altitude. Elle fait partie des galliformes de montagne comme le tétras-lyre, la gélinotte des bois ou la perdrix bartavelle chère à Marcel Pagnol. Le lagopède est très endurant au froid et à l'altitude. Il ne vole que très rarement et peut être observé se déplaçant à petits pas précipités au sol. L'évolution a recouvert ses doigts de plumes pour éviter les pertes de chaleur et lui permettre de progresser sur la neige. En été son plumage se transforme en un camaïeu de bruns, le rendant ainsi très discret dans les rochers qu'il affectionne.

Les agents du Parc national effectuent des comptages de mâles chanteurs début juin, et un suivi de la reproduction de l'espèce au mois d'août à l'aide de chiens d'arrêt exceptionnellement autorisés.

Crédit photo : PNV - BEURIER Mathieu

Les sols polygonaux (M)

Les sols polygonaux sont des formations typiques des régions glaciaires que l’on rencontre en haute montagne. Ils ne se forment que sur les terrains plats. Le dégel et le regel organisent le sol en formes géométriques par le transport lent des cailloux et par le tri des particules en fonction de leur taille.

Crédit photo : PNV - PERRIER Jacques

Le Mont-Blanc (N)

Après l'effort, vous découvrirez au nord du col toute la vallée de Chavière : on y aperçoit les flots tumultueux de l'Isère, coulant dans la vallée de la Tarentaise. Une barrière immaculée de glace et de parois rocheuses ferment l'horizon. C'est le versant sud du Mont-Blanc, le toit des Alpes (4 809 m).

Crédit photo : PNV - MOUSSIEGT Karine