Lac du Génépy : randonnée au pied du Glacier de Labby

Vanoise - AUSSOIS

Lac du Genepy (Jacques Perrier)

Une randonnée facile, qui vous transporte d'une forêt de pins cembro jusqu'au lac du Génépy aux eaux laiteuses. Du cirque glaciaire qui s'ouvre à vous se détachent des sommets mythiques, dont la Dent Parrachée et le Rateau d'Aussois.

"Le calendrier indique bien la date du 14 juillet... **Pourtant, une épaisse couche de glace recouvre le lac du Génépy ce matin.** Tout en nuances colorées, le décor minéral qui m'entoure contraste avec les tourbillons de neige fraîche. **C'est ce qui fait la singularité de cette marche : le randonneur en manches courtes évolue d'abord en forêt avant de se croire subitement projeté parmi les étendues rocheuses de l'Islande !** Dans ce paysage glaciaire, les plantes déploient des trésors d'adaptation pour se cramponner aux amas de rocailles. Ici, les oiseaux ne chantent plus : seuls résonnent les appels sonores des chocards et le caquetage du lagopède."
Mathieu Beurier – Garde-moniteur du Parc national de la Vanoise.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 6 h 30

Longueur : 14.3 km

Dénivelé positif : 915 m

Difficulté : Sportif

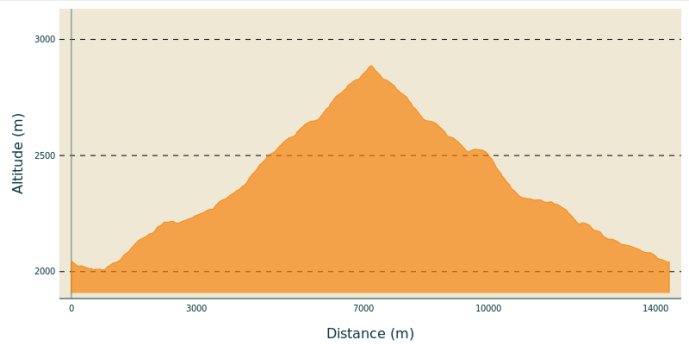
Type : Boucle

Thèmes : Flore, Géologie, Lac et glacier

Itinéraire

Départ : Site des barrages, commune d'Aussois.
Arrivée : Site des barrages, commune d'Aussois.
Communes : 1. AUSSOIS

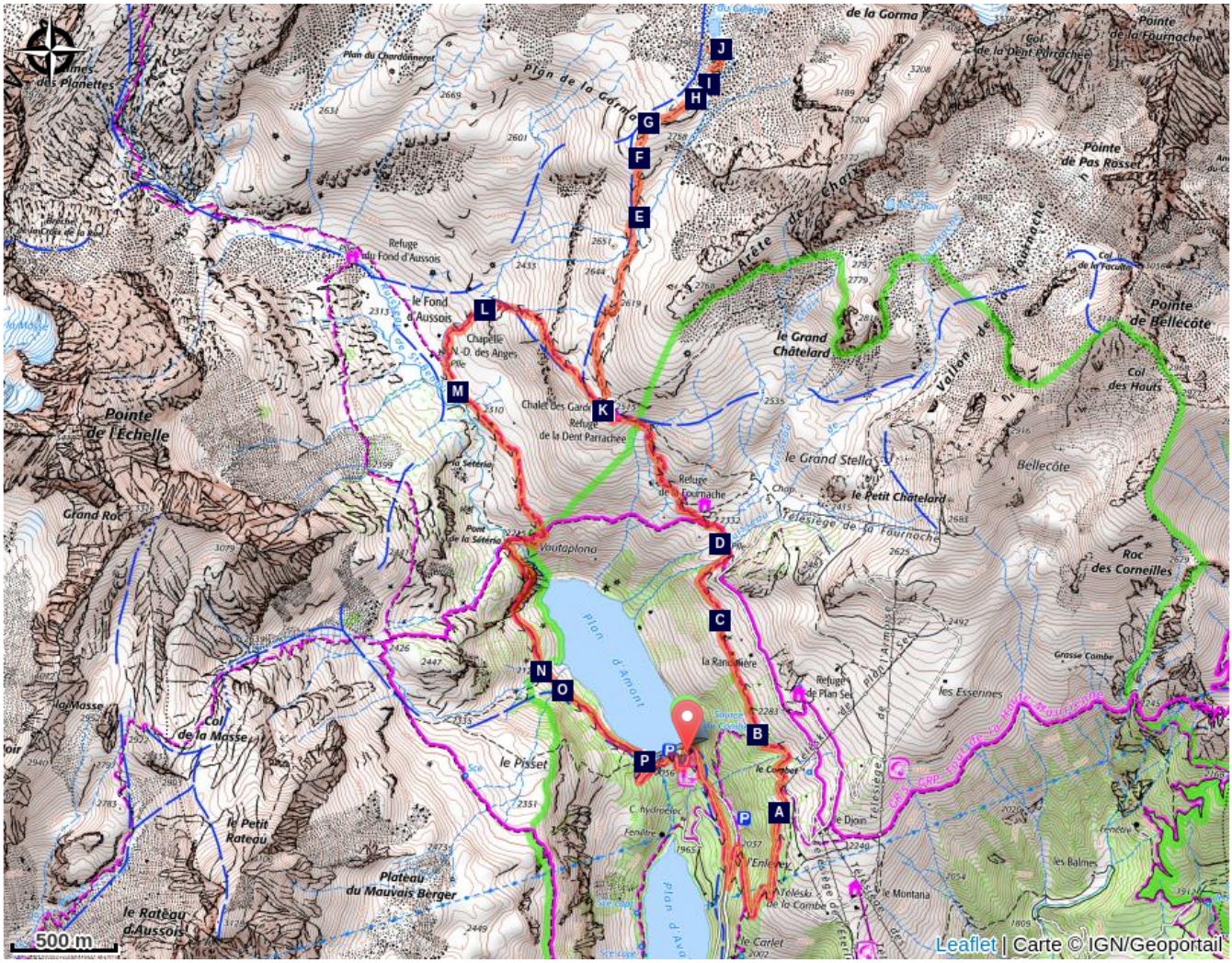
Profil altimétrique



Altitude min 2008 m Altitude max 2887 m

Du parking, suivre l'itinéraire du refuge de la dent Parrachée. Derrière ce dernier, le sentier est indiqué par les panneaux jaunes du Parc national. Suivre la direction « Lac du Génépy ». Après 30 min environ, franchir la passerelle et poursuivre le sentier jusqu'au lac. Pour le retour, suivre le même chemin. Juste avant le refuge de la dent Parrachée, prendre à droite en direction du Fond d'Aussois. Attention, après 300 m, un court passage exposé demande vigilance. Suivre le sentier jusqu'à une passerelle qu'on laisse à droite et continuer vers le sud jusqu'à l'intersection du GR5. Prendre alors à droite et descendre vers le pont qu'il faut traverser. Suivre la direction d'Aussois enfin, jusqu'au barrage de Plan d'Amont d'où l'on rejoint le parking.

Sur votre chemin...



- Le lys martagon (A)
- La déprise agricole (B)
- Les lacs de barrage d'Aussois (C)
- Le monticole de roche (D)
- Le silène acaule (E)
- La renouée vivipare (F)
- Le dallage nival (G)
- Les comblements de zone humide (H)
- Le saule herbacé (I)
- Le lac du Génépy et sa moraine (J)
- La cabane de Labby (K)
- Le fond d'Aussois (L)
- Ombilic de Fond d'Aussois (M)
- Le Parc national de la Vanoise (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 à préparer en amont. Prévoir équipements et chaussures adéquats, ainsi qu'une carte IGN. La météo en montagne est très changeante : n'hésitez pas à faire demi-tour si le temps se gâte.

Comment venir ?

Transports

Desserte ferroviaire jusqu'à Modane. Renseignements : www.voyages-sncf.com
Puis transport en autocar jusqu'au chef-lieu d'Aussois. Renseignements : savoie.transdev.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. A 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 de la carrière.

Parking conseillé

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

Accessibilité

Seul le parking terminal est aménagé.

Lieux de renseignement

Office de Tourisme d'Aussois
43 route des Barrages, 73500 Aussois

info@hautemaurienne.com
Tel : 04 79 05 99 06
https://www.aussois.com

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 lys martagon (A)

En juin à juillet, au sortir de la forêt, en prenant pied sur l'alpage, vous pourrez trouver une grande plante aux fleurs pourpre. Le lys martagon, espèce rare, colonise les clairières de la zone de combat. Il affectionne des prairies ni trop sèches ni trop humides dites mésophiles. Cette plante autrefois cueillie était menacée. Elle est aujourd'hui hors de danger mais demandera, comme d'autres espèces, beaucoup de respect de votre part.

Crédit photo : PNV - AUGÉ Vincent

La déprise agricole (B)

De part et d'autre du sentier vers la Randolière, vous remarquerez une multitude de petits pins cembro, s'installant au milieu des pâturages. Si tout le versant était autrefois pâturé et fauché, la disparition progressive des petites exploitations agricoles et le changement des pratiques ont favorisé la recolonisation du milieu par cette espèce forestière. À terme, si l'agriculture venait à disparaître, cette zone redeviendrait une forêt.

Crédit photo : PNV - DARINOT Fabrice

Les lacs de barrage d'Aussois (C)

Derrière vous en contrebas vous pourrez observer les lacs des barrages d'Aussois. Le Plan d'Amont se fera remarquer par sa couleur turquoise, il n'est alimenté que par la fonte des neiges et de clairs ruisseaux. À l'aval, ce sont les glaciers de la Vanoise qui alimentent le lac grâce à 19 km de galeries souterraines venant du Doron de Termignon. L'eau y est chargée en « farines » glaciaires, fines particules minérales arrachées à la montagne. C'est elle qui donne cette couleur grise et laiteuse au Plan d'Aval.

Crédit photo : PNV - LACOSSE Pierre

Le monticole de roche (D)

Cet oiseau aux couleurs vives ne s'est pas échappé d'une jardinerie. Même si le monticole de roche passe l'hiver en Afrique subsaharienne, il fréquente régulièrement les versants rocheux, secs et ensoleillés de nos montagnes pour venir se reproduire. S'il peut se nourrir de petits lézards et de graines ou fruits, il profitera surtout de l'abondance d'insectes variés. À la fin de l'été il regagnera ses zones d'hivernage. Le monticole de roche est un oiseau en régression en France depuis plusieurs année avec environ 1500 couples nicheurs seulement pour la France. Ce serait donc un événement que de l'observer, ouvrez l'œil.

Crédit photo : PNV

Le silène acaule (E)

Ce coussin ponctué de fleurs roses éclatantes n'est pas une mousse. Le silène acaule est un des champions de l'adaptation au pire. La forme en coussinet lui permet de réduire les écarts de températures diurnes et nocturnes qui peuvent être important à ces altitudes. L'humidité sera également prisonnière de ce chevelu de tiges et de petites feuilles. Le silène acaule (Silène acaulis) trouvera dans ses anciennes feuilles décomposées des matières nutritives qui lui permettront de pousser et fleurir. Une racine en pivot au cœur du coussinet lui permettra de s'accrocher aux terrains les plus abrupts.

Crédit photo : PNV - FOLLIET Patrick

La renouée vivipare (F)

Au milieu des sables et des rochers, une tige chargée de petites fleurs blanches apparaît : la renouée vivipare. La plante germe et se développe dans le fruit alors que celui-ci est toujours accroché à la plante-mère ! Ce phénomène correspond à la viviparité végétale. En examinant la renouée, vous observerez de petits bulbes verts accrochés à la tige. Ils vont bientôt germer ! Les graines de la renouée constituent un mets de choix pour le lagopède alpin.

Crédit photo : PNV - STORCK Frantz

Le dallage nival (G)

Recherchez autour de vous les endroits plats et humides, sans végétation. Vous remarquez sans doute ces dalles de rocher qui semblent triées et patiemment rangées les unes contres les autres. L'homme n'est pas responsable de cette agencement géométrique. Ici, les alternances de gel et de dégel, le poids de la neige favorisent le transport des pierres et leur alignement : on parle de dallage nival. Dans d'autres cas, ces phénomènes pourront créer des sols polygonaux ou des cercles de pierre.

Crédit photo : PNV - LACOSSE Pierre

Les comblements de zone humide (H)

En descendant du lac, vous remarquerez des étendues enherbées et plates. L'ancien glacier avait creusé des dépressions dans le socle rocheux. Lorsque les glaces se sont retirées, ces zones sont devenues lacs. À la manière du lac du Génépy, les alluvions ont comblés ces dépressions, les végétaux hygrophiles ont ensuite colonisé ces milieux humides. Certaines de ces zones se sont ensuite asséchées pour devenir des petits plateaux herbeux au milieu de la 'rochaille'.

Crédit photo : PNV - PERRIER Jacques

Le saule herbacé (I)

Peut être avez vous piétiné inconsciemment ses petites feuilles ovales, vertes et luisantes ? Tel Gargantua, vous marchiez sur une forêt ! Le saule herbacé (Salix herbacea) est le plus petit arbre du monde. Comme d'autres saules, ses fleurs se réuniront en chaton, couvrant ainsi, en juillet et août, les rocs d'une fine couche cotonneuse. La petite taille du saule herbacé s'explique par les conditions climatiques difficiles qui règnent en altitude. En adoptant une forme naine ou rampante, le végétal résiste mieux au vent violent, profite de la chaleur du sol et se protège du gel grâce au couvert neigeux.

Crédit photo : PNV - BALAIS Christian

Le lac du Génépy et sa moraine (J)

Si vous pensiez découvrir une étendue d'eau claire en arrivant au lac, vous allez être surpris. Le lac du Génépy est un lac glaciaire. Le glacier de Labby, à la fin du petit âge glaciaire (1550-1850) a laissé une moraine en rive droite du lac. Une moraine est une accumulation de cailloux transportés sur le front du glacier et laissés en place lors de son retrait. Le glacier surcreuse la roche devant la moraine. Les eaux de fonte du glacier prennent place dans ce bassin : le lac du Génépy est né. Les particules minérales très fines que vous pourrez toucher sur les rives du lac comblent peu à peu le lac et lui donnent sa couleur laiteuse.

Crédit photo : PNV - MOLLARD Maurice

La cabane de Labby (K)

Le Parc national de la Vanoise est arpenté en toutes saisons par les gardes-moniteurs. Ces derniers collectent des données indispensables sur la flore et la faune, surveillent le territoire, accueillent et renseignent les randonneurs. Pour mener à bien leurs missions, les agents du Parc peuvent compter sur un réseau de cabanes de surveillance disséminées dans le cœur du parc. Vous avez en face de vous l'une d'entre elles : la cabane de Labby

Crédit photo : PNV - MOLLARD Maurice

Le fond d'Aussois (L)

Lorsque vous entamez la raide descente vers le Fond d'Aussois, regardez ici cet exemple d'ombilic glaciaire à grande échelle. Imaginez un instant le glacier descendant du col d'Aussois : son écoulement est ralenti par le rétrécissement de la vallée, augmentant encore son pouvoir d'érosion. Une dépression se crée à l'amont. Lors de la fonte des glaces, un lac se crée puis se comble en accumulant des alluvions fluvio-lacustres. Une fois totalement comblé, l'emplacement du lac est occupé par une plaine très plane où s'écoule paisiblement aujourd'hui le torrent du Saint Benoit.

Crédit photo : PNV - LACOSSE Pierre

Ombilic de Fond d'Aussois (M)

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

Le Parc national de la Vanoise (N)

« 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