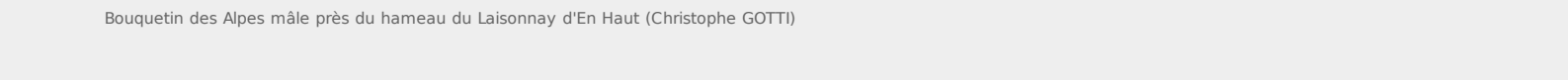
Col du Palet depuis le Laisonnay : randonnée à la journée, au pied de la face Nord de la Grande Casse.

Tarentaise - CHAMPAGNY-EN-VANOISE



Bouquetin des Alpes mâle près du hameau du Laisonnay d'En Haut (Christophe GOTTI)

Le dénivelé oblige le randonneur à plonger parfois le nez dans les chaussures. Mais c'est pour mieux apprécier le panorama exceptionnel qui s'ouvre au Col du Palet, face à la Grande Casse et ses glaciers.

Le guide de haute-montage et écrivain Roger Frison-Roche décrivait Laisonnay comme " un simple hameau estival, dorant ses pierres couvertes de lichens au pied d'une belle cascade." Le parcours débute parmi ces quelques bâtisses de pierres, au charme hors du temps. **Plus loin, au cœur du Parc national de la Vanoise, le refuge de la Glière offre une halte bienheureuse, là où s’échouent les glaciers et où s'ébat une faune sauvage nombreuse.** Surplombant un petit lac, le **Col du Palet** fait face au point culminant de la **Savoie** : **la Grande Casse,** à 3855 m d'altitude.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 8 h

Longueur : 22.1 km

Dénivelé positif : 1157 m

Difficulté : Difficile

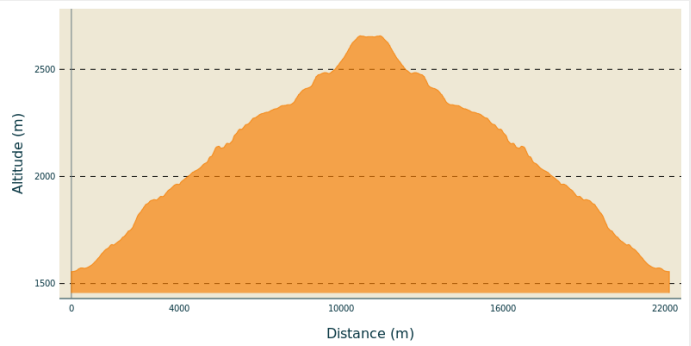
Type : Aller-retour

Thèmes : Géologie, Lac et glacier, Sommet

Itinéraire

Départ : Parking, Laisonnay d'en bas, Champagny-en-Vanoise
Arrivée : Parking, Laisonnay d'en bas, Champagny-en-Vanoise
Balisage : VTT
Communes : 1. CHAMPAGNY-EN-VANOISE 2. PEISEY-NANCROIX

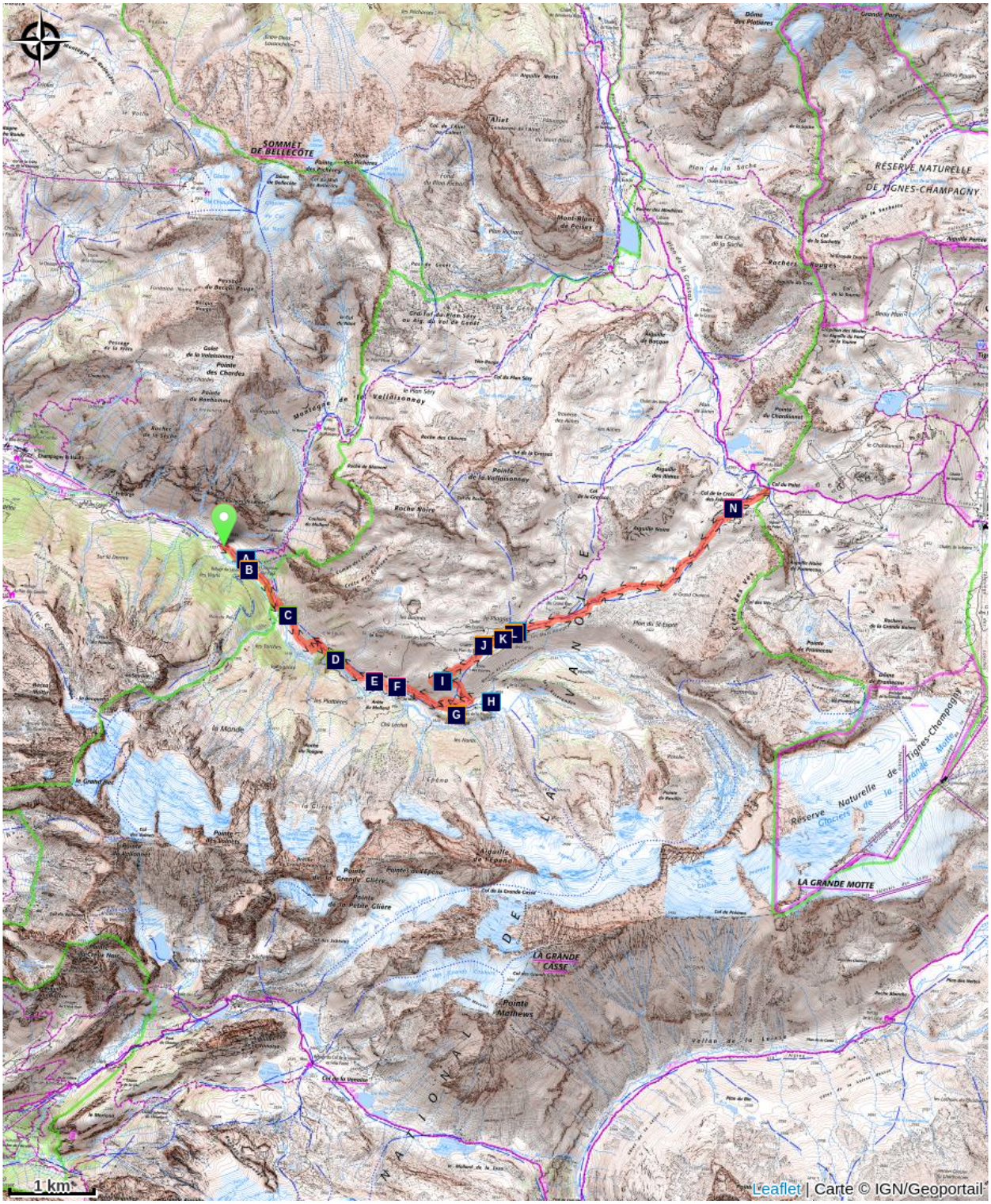
Profil altimétrique



Altitude min 1556 m Altitude max 2657 m

À partir du parking du Laisonnay d'en bas, suivre la piste carrossable, en direction du Laisonnay d'en haut, puis le sentier en direction du refuge de la Glière. Le sentier va couper la piste pastorale de nombreuses fois, jusqu'au niveau de l'alpage de la Plagne (600 m après le chalet du Sel). Suivre les poteaux indicateurs. Une fois au col du Palet, revenir sur vos pas jusqu'au point de départ.

Sur votre chemin...



Sentier des glaciers (A)
Hameau du Laisonnay (B)
La marmotte (C)
L'aulne vert (D)
le Dos de l'éléphant (1850 m) (E)
la forme des montagnes et la roche (F)
Le refuge communal de la Glière (1996m) (G)
Le lac asséché de la Glière (H)
La Grande Motte (3653m) (I)
L'alpage de la Grande Plagne (J)
Le beaufort (K)
L'alpinisme en Vanoise (L)
Les glaciers (M)
Le col de la Croix des Frêtes (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

Le VTT est autorisé uniquement sur la piste carrossable jusqu'au niveau du chalet du Grand Plan.

Comment venir ?

Transports

Desserte ferroviaire jusque Moûtiers. Renseignements : www.voyages-sncf.com
Puis transport en autocar uniquement jusqu'à Champagny le Bas.
Renseignements : www.transavoie.com.
Un transport par taxi reste possible jusqu'au Laisonnay d'en bas.
Pensez également co-voiturage avec www.mobisavoie.fr

Accès routier

Depuis Moûtiers, suivre la RD 915 jusqu'à Bozel, puis la RD 91b direction Champagny, jusqu'au parking du Laisonnay d'en bas

Parking conseillé

Parking, Laisonnay d'en bas, Champagny-en-Vanoise

Lieux de renseignement

Maison du Parc national de la Vanoise - Pralognan
Maison de la Vanoise, Avenue Chasseforêt, 73710 Pralognan-la-Vanoise

info.pralognan@vanoise-parcnational.fr
Tel : 04 79 08 71 49
https://www.vanoise-parcnational.fr

Office de tourisme - Champagny en Vanoise
Le Centre, 73350 Champagny-en-Vanoise

info@champagny.com
Tel : 04 79 55 06 55
http://www.champagny.com/

Sur votre chemin...

Sentier des glaciers (A)

Découvrez cette magnifique vallée vers le col du Palet, d’où vous pourrez observer quelques-uns des plus hauts glaciers du massif grâce à huit bornes numérotées et implantées le long du sentier par le Parc national de la Vanoise. Itinéraire d'environ 4h, créé et balisé par le Parc national de la Vanoise, fait référence au livret d’accompagnement qui vous donne les informations nécessaires à la découverte des glaciers de montagne. Sur l'itinéraire : refuge de la Glière (restauration, nuitées), l'alpage du Plan du Sel avec fabrication du Beaufort et surtout beaucoup de marmottes ! Possibilité de vous procurer ce livret au Point accueil et Information du Laisonnay.

Crédit photo : Gouedard

Hameau du Laisonnay (B)

Le Laisonnay est le hameau le plus éloigné et le plus ancien de Haute Tarentaise. C’est ici que se sont installés les premiers habitants qui franchissaient le col du Palet pour s’installer dans le vallon. Le hameau du Laisonnay d'En Haut est constitué d'une dizaine de bâtisses en pierre. Les toitures traditionnelles sont en lauzes (pierre) et en tavaillons (bois). On peut aussi observer des matériaux plus récents (tôle ondulée et bac acier). Les maisons sont groupées pour utiliser les rares emplacements non exposés aux risques naturels (avalanches, chutes de blocs, débordements du Doron). Cela aussi pour ne pas empiéter sur les prairies destinées au bétail. À noter, la chapelle Notre Dame des Neiges à l'aval du hameau, et le vieux four à l'amont.

Crédit photo : OTGP

La marmotte (C)

Animal de la famille de l'écureuil, la marmotte (Marmota marmota) occupe les alpages en petits groupes familiaux. Rongeur fouisseur, la marmotte aime les terrains meubles et ensoleillés avec une vue dégagée. Vigie des alpages, elle vous apercevra bien souvent avant que vous ne la voyez et signalera votre présence par un cri strident, à moins qu'elle ne veuille avertir ses congénères de l’arrivée d'un aigle ou d'un renard. Surtout ne la nourrissez pas ! Les aliments, inadaptés à ses besoins, nuisent à sa santé et à sa survie. En effet, la marmotte se nourrit exclusivement de plantes. Elle creuse des réseaux de galeries et de chambres dans lesquelles elle hiberne d'octobre à avril. Durant cette période, son cœur et sa respiration ralentissent, sa température baisse de 36°C à 8°C et elle vit sur ses réserves de graisse. Les marmottons naissent en juin à l'abri du terrier familial et ce n'est que début juillet que vous pourrez les observer. La journée d'une marmotte se compose de 3 activités principales : se nourrir, faire la sieste et jouer (pour les jeunes). Désespoir des agriculteurs du fait de ses capacités à creuser terriers et galeries, le Parc national a longtemps capturé des individus dans les prairies de fauche pour les réintroduire dans des territoires dénués d'agriculture.

Crédit photo : PNV - HERRMANN Mylène

L'aulne vert (D)

Localement appelé arcosse, l'aulne vert pousse sur l'ubac (versant exposé au nord) de la vallée, car il préfère les milieux humides, frais et ombragés. Ses branches souples et arquées sont inclinées vers l'aval, alors que les racines sont ancrées vers l'amont. Dans les couloirs d'avalanche, il peut donc se plier sous le poids de la neige et se redresser sans dommages.
Dense et quasiment impénétrable, la forêt d'arcosses constitue un abri pour de nombreux oiseaux et mammifères. L’aulnaie est accompagnée d’une formation végétale luxuriante, la mégaphorbiaie. Quelques trésors s’y cachent, notamment le magnifique lis martagon et l’ancolie des alpes (espèce protégée au niveau national). Plus tard dans la saison, les framboisiers et les groseilliers vous tenteront avec leurs baies.
Le bois d'aulne vert était autrefois utilisé pour la cuisson du beaufort.

Crédit photo : Vincent AUGE

le Dos de l'éléphant (1850 m) (E)

Affleurement de micaschiste poli et strié par le passage des glaciers quaternaires, la dernière grande glaciation remontant à plus de 10000 ans. Les glaciers descendaient à l'époque jusqu'à Lyon, et plus de 1000 m d'épaisseur de glace remplissaient les grandes vallées (Grenoble). Les anglais appellent ces « roches moutonnées » des « dos de baleine ». Les habitants de Champagny-en-Vanoise appellent cette roche « le Dos de l'éléphant ».

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe

la forme des montagnes et la roche (F)

La forme des montagnes dépend de la nature, et en particulier de la dureté de la roche. Le Grand Bec et la pointe des Volnets sont composés de micaschiste. L'aiguille de la Grande Glière - surnommée le Cervin de la Vanoise – est constituée de quartzite, très dure. L'Épéna - plus haute falaise calcaire de France, d'un dénivelé vertical de 800 m - présente une arête sommitale très effilée mais très délitée. La Grande Casse, constituée de calcaires schisteux noirs, nous montre un versant nord très raviné.

Crédit photo : PNV - BALAIS Christian

Le refuge communal de la Glière (1996m) (G)

Autrefois chalet d'alpage, avec 2 caves à proximité, le refuge de la Glière a été agrandi en 2014, pour offrir un meilleur confort à plus de randonneurs et alpinistes. Il est aussi accessible aux handicapés venant parfois en joëlette. Il est gardé de mi-juin à mi-septembre. Le refuge d'hiver est aussi ouvert le reste de l'année et le visiteur est tenu de verser sa redevance de passage dans le tronc prévu à cet effet. En contrepartie, il pourra trouver, outre l'abri, des couvertures, du gaz et de la vaisselle, et un poêle avec du bois de chauffage. Respectez ce refuge et n'oubliez pas de payer votre redevance qui permet son entretien.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe

Le lac asséché de la Glière (H)

Malgré les apparences, le lac de la Glière n’est pas pris par les glaces. Il est en réalité asséché depuis le XIXe siècle. En 1818, des séracs en provenance du glacier de Roselin sont tombés dans les eaux du lac, bloquant son écoulement naturel. L'eau s'est alors accumulée jusqu'à former un lac de plusieurs mètres de profondeur. Le barrage s'est rompu le 15 juin 1818, et la masse d'eau s'est précipitée dans la vallée, emportant tous les ponts jusqu'à Moûtiers. Les sources thermales de Brides-les-Bains auraient été redécouvertes suite à cette catastrophe naturelle. Le lac s’est ensuite asséché. Il révèle un panorama incomparable sur l'Aiguille de l'Épéna, la plus grande muraille calcaire de France !

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe

La Grande Motte (3653m) (I)

Magnifique dôme glaciaire visible depuis le vallon de Champagny-le-Haut, la Grande Motte constitue le point culminant de la station de ski de Tignes-Val d'Isère. C'est aussi l'emblème de la station. Le téléphérique de la Grande Motte (3450 m) dessert le glacier du même nom, encore exploité pour le ski d'été. L’ascension en téléphérique permet de capter un panorama d’exception.

Crédit photo : PNV - BENOÎT Philippe

L'alpage de la Grande Plagne (J)

Les alpagistes mènent les vaches tous les étés sur l'alpage de la Grande Plagne. Au chalet du Plan du Sel (2250 m), le lait des vaches tarines et abondances (seules races autorisées dans le cadre de l'AOP Beaufort) est transformé en beaufort d'alpage, pendant 100 jours. Le point faible de cet alpage est la ressource en eau. Lors des périodes de sécheresse, l'alpagiste doit s'approvisionner à l'aval du refuge de la Glière, au prix de nombreux déplacements pour remonter une tonne à eau au chalet.

Crédit photo : PNV - GARNIER Alexandre

Le beaufort (K)

Ce fromage délicieux est fabriqué à partir du lait cru et entier des vaches de races Tarine et Abondance. Le lait est travaillé en une pâte pressée-cuite, que l'on moule dans un cercle à talon concave. Chaque meule pèse entre 30 et 60 kg, pour un diamètre de 40 à 60 cm et une épaisseur de 12 à 16 cm. L'Appellation d'Origine Protégée induit d'indéniables contraintes, comme l'obligation d'utiliser le lait d'un seul troupeau, trait deux fois par jour. Mais elle permet aussi le maintien d'une agriculture de qualité en haute montagne, nécessaire pour entretenir les paysages de Vanoise... !

Crédit photo : PNV - NEUMULLER Christian

L'alpinisme en Vanoise (L)

À l'inverse de Pralognan-la-Vanoise, Champagny-en-Vanoise a été très tardivement visitée par les alpinistes. Les hauts sommets tels que la Grande Casse, l'Épéna ou la Grande Glière ont d'abord été gravis par le versant le plus facile, au départ de Pralognan. Ainsi, les faces nord n'ont été réalisées que plus tard : petite face nord de la Grande Casse par les frères Puiseux en 1887 ; couloir des Italiens en 1933 ; face nord de l'Epéna en 1966. Les faces nord des Grandes Jorasses, du Cervin et de l'Eiger ont même attendues le XXe siècle pour être gravies.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe

Les glaciers (M)

En rive gauche (dans le sens de la descente) de la vallée de la Glière, on dénombre une dizaine de glaciers. Ceux-ci résistent à la fonte grâce à l'ombre des montagnes qui les dominent. On observe des glaciers de cirque (Becca Motta, Nord de la Glière), de versant (Volnets, Troquairou), de vallée (Epéna, Rosolin, Roche du Tougne), régénéré (Pramort) et de calotte (Grande Motte). Ils couvrent une surface de 10 km2.

Crédit photo : PNV - GARNIER Alexandre

Le col de la Croix des Frêtes (N)

Le col de la Croix des Frêtes, à 264 7m, sépare les communes de Peisey-Nancroix, à l'est, et celle de Champagny-en-Vanoise, à l'ouest. C'est le seul point de vue du tour de la pointe de la Vallaisonnay qui permet de voir les 2 plus hauts sommets du massif de la Vanoise. Le mont Pourri, au nord-est (3779 m), et la Grande Casse, au sud-ouest (3855 m). Les 2 sommets ont été conquis à la même époque, en 1860 pour la Grande Casse et 1861 pour le mont Pourri, par le guide Michel Croz et ses compagnons. La voie normale de la Grande Casse par le glacier des Grands Couloirs, qui domine Pralognan, est invisible. D'ici, on ne voit que l'austère face nord et son glacier suspendu.

Crédit photo : Alexandre Garnier, PNV