

Petit Mont-Blanc et lacs Merlet : randonnée itinérante au coeur de la Vanoise

Vanoise - PRALOGNAN-LA-VANOISE

Lac Merlet inférieur. (RENAUD Karine)



Un magnifique itinéraire en boucle à réaliser sur 2 jours, tout près de Pralognan-la-Vanoise en Savoie. Cette randonnée offre un panorama exceptionnel et vous immerge au sein d'une réserve naturelle au patrimoine floristique remarquable.

Les lacs Merlet offrent le miroir de leur surface à l'Aiguille du Fruit, tandis que le Petit Mont Blanc dresse fièrement son dôme de gypse.

"Les anciens appelaient le Petit Mont-Blanc "**la montagne de sel**". Son sel, en réalité du gypse, était alors exploité pour fabriquer du plâtre destiné à étanchéifier les murs en pierres sèches. Pour faire un clin d'œil à Chamonix, capitale de l'alpinisme, **Pralognan-la-Vanoise, capitale de la randonnée, a rebaptisé sa montagne de sel "Petit Mont-Blanc"**. C'est dans une ambiance lunaire que ce dernier offre d'ailleurs une **vue imprenable sur le toit de l'Europe** ainsi qu'un **panorama à 360° sur les glaciers de la Vanoise, le glacier de Gébroulaz ou encore la vallée des Avals.**"
Clarisse Pellet, garde-monitrice du Parc National de la Vanoise.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 2 jours

Longueur : 24.7 km

Dénivelé positif : 1682 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

Thèmes : Faune, Point de vue, Sommet

Itinéraire

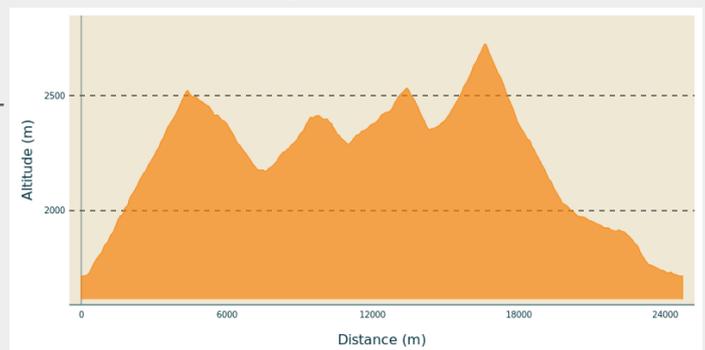
Départ : Parking, les Prioux, Pralognan-la-Vanoise

Arrivée : Parking, les Prioux, Pralognan-la-Vanoise

Balisage :  GR

Communes : 1. PRALOGNAN-LA-VANOISE
2. SAINT-BON-TARENTEISE
3. LES ALLUES

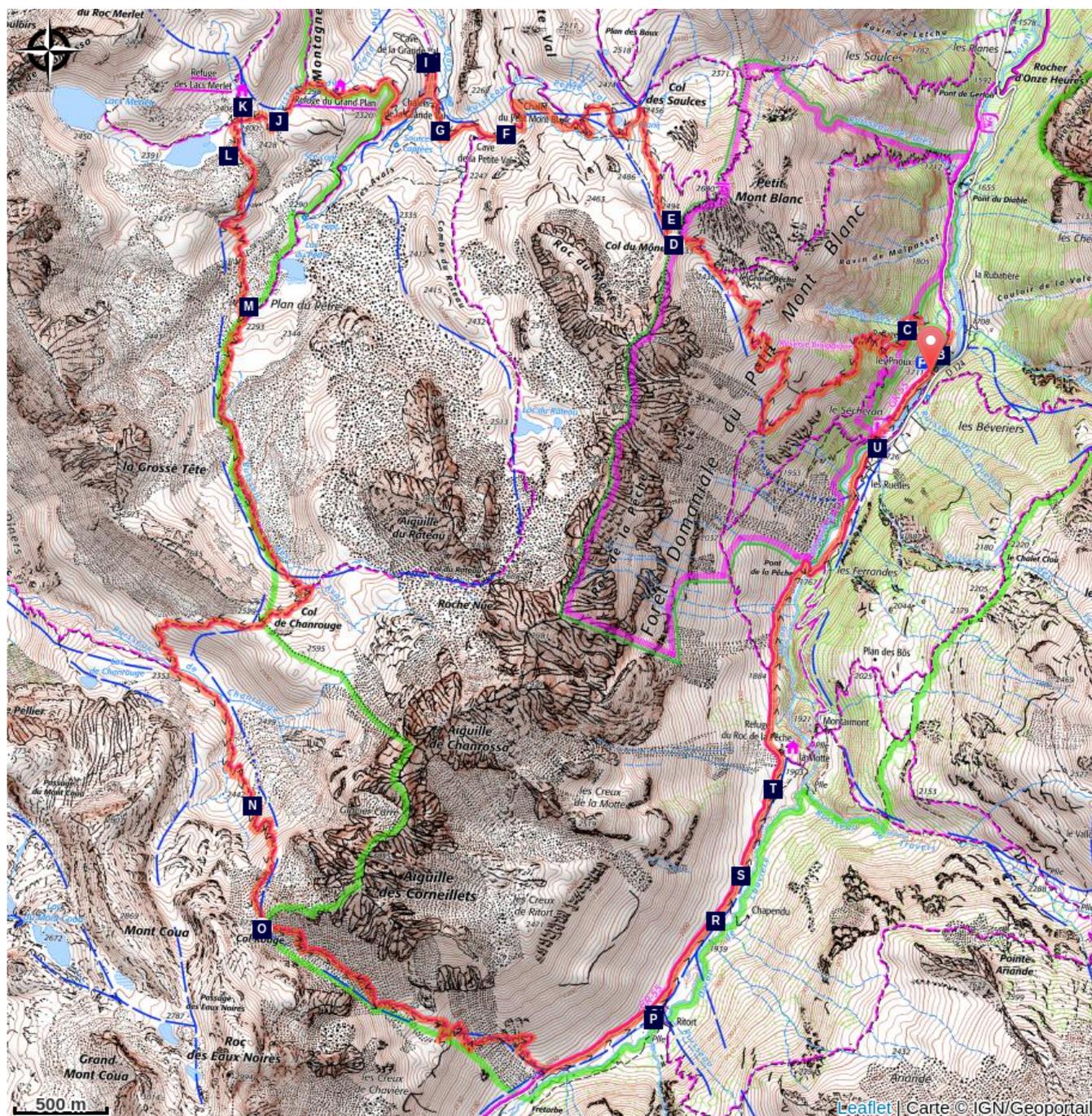
Profil altimétrique



Altitude min 1715 m Altitude max 2724 m

Depuis le parking des Prioux, traverser le hameau et faire 150 m. Prendre le sentier direction Petit Mont-Blanc. Aux 2 bifurcations suivantes, toujours prendre le sentier de droite. Au col du Mône, suivre Col des Saulces. À la bifurcation du col des Saulces, suivre Refuge du Grand Plan. À la bifurcation de sentier 300 m après ce refuge, prendre le sentier de gauche, suivre Lacs Merlets. Arrivé au carrefour, prendre le sentier de droite direction Refuge des lacs Merlets. Le lendemain, à partir du refuge, revenir sur vos pas au carrefour. Prendre le sentier, direction Col de Chanrouge. Passer le col, puis le ruisseau en contrebas. À l'intersection prendre direction Col rouge. Passer le col. Après 690 m de dénivelé négatif, suivre la piste carrossable jusqu'au parking du Pont de la Pêche. Suivre la route goudronnée sur environ 850 m, prendre la passerelle sur le Doron, à gauche de la route. Suivre le sentier le long du Doron, jusqu'au hameau des Prioux.

Sur votre chemin...



-  Fromagerie d'alpage des Prioux (A)
-  La Réserve biologique domaniale du Petit Mont-Blanc (C)
-  L'étymologie de Courchevel (E)
-  L'alpage des Avals (G)
-  Cave du Biol (I)
-  Les lacs Merlets : refuge de type « Chaloin" (K)
-  Le lac du Pêtre : zone humide (M)
-  Hameau des Prioux (B)
-  Le col du Mône (D)
-  Epuration sur lit de compost (F)
-  Variante A/R vers col des Saulces (H)
-  Dents de la Portetta, le Petit Mont-Blanc et l'aiguille du Fruit (J)
-  Les Lacs Merlets (L)
-  Chamois et bouquetins sous surveillance ! (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

Pensez à emmener de l'eau pour la journée (pas de sources)

Comment venir ?

Transports

Desserte ferroviaire jusque Moûtiers. Renseignements : www.voyages-sncf.com

Puis transport en autocar jusqu'à Pralognan-village. Renseignements : www.transavoie.com

En juillet-août, une navette circule entre Pralognan-centre et le hameau des Prioux. Renseignements : www.pralognan.com

Accès routier

RD915 jusqu'à Pralognan-la-Vanoise, puis chemin communal.

Parking conseillé

Parking, les Prioux, Pralognan-la-Vanoise

Accessibilité

non

 **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>

Sur votre chemin...



Fromagerie d'alpage des Prioux (A)

L'agriculture de montagne reste très présente à Pralognan, comme en témoigne la fabrication quotidienne de l'AOP «Beaufort Chalet d'Alpage», réputé comme l'un des meilleurs des Alpes ! Arrêtez-vous au hameau des Prioux pour assister à la fabrication traditionnelle de celui que l'on surnomme "le prince des gruyères". Le Beaufort est fabriqué à partir du lait des vaches de races Tarine et Abondance. L'appellation « Beaufort d'alpage » est attribuée uniquement aux fromages faits en été, avec le lait d'un troupeau unique.

Vente de la fabrication à la Fromagerie du Plan, dans le centre du village de Pralognan.

Crédit photo : PNV - BASSARGETTE Denis



Hameau des Prioux (B)

Lové à 1700m d'altitude dans le vallon de Chavière, le hameau des Prioux vit au rythme de la nature. L'hiver, les maisons sont coupées du monde. L'été, elles témoignent de la vie d'autrefois : le travail à l'alpage, la fabrication du Beaufort, le développement du tourisme et les métiers de la montagne... Profitez sur place de la fromagerie, des restaurants et des possibilités d'hébergements, pour prolonger la découverte ! Les personnes à mobilité réduite peuvent monter aux Prioux avec la navette adaptée. Ouverture du 15 mai au 30 septembre sauf en cas de neige.

Crédit photo : Gilles Lansard



La Réserve biologique domaniale du Petit Mont-Blanc (C)

La Réserve biologique domaniale du Petit Mont-Blanc a été créée en 1999 en raison de la forte valeur patrimoniale du site. Elle est gérée par l'Office National des Forêts qui doit maintenir à long terme la richesse de ce milieu. En effet, se trouvent ici des habitats remarquables avec une diversité floristique importante : 319 espèces végétales recensées, dont 11 protégées au niveau national. Une zone Natura 2000 « Massif de la Vanoise » se superpose à cette réserve. Elle se compose de pelouses riveraines artico-alpines hébergeant les spectaculaires chardons bleus ou les rhapsodiques scariques.

Crédit photo : PNV - GARNIER Alexandre



Le col du Môme (D)

Le col du Môme se situe sur une ligne de faille qui sépare deux formations géologiques différentes : le roc du Môme, formation de calcaires et dolomies du Jurassique dont la série stratigraphique est inversée, et le Petit Mont-Blanc, formé de gypse, une roche très blanche. Sur le roc du Môme, les roches sont de couleur plutôt grise, en couches, avec une couche rougeâtre de bauxite, roche riche en aluminium et en oxyde de fer. Le Petit Mont-Blanc présente quant à lui un paysage lunaire avec ses roches blanches et globulaires.

Crédit photo : PNV - STORCK Frantz



L'étymologie de Courchevel (E)

L'origine du nom de Courchevel est issue du terroir local et des pratiques agropastorales. Lors de la transhumance des troupeaux de vaches tarines en altitude, les bergers avaient interdiction de faire stationner les veaux sur les bandes de terre où poussait une herbe verte et drue. Cette herbe était appétissante mais capable de couper la langue des veaux, ou encore de « l'écorcher ». D'où la dénomination du lieu, « écartzevé » en patois saint-bonnais qui, au fil des siècles et avec la transmission orale, est devenue « cortzevé » puis « corchevé », « corchevel » et enfin « courchevel ». Au XIXe siècle, les cartes mentionnent le lieu-dit « Les chalets de Corchevel », aujourd'hui « Courchevel 1550 ». Le nom de Courchevel se fixe définitivement au début du XXe siècle.

Crédit photo : PNV - STORCK Frantz



Epuration sur lit de compost (F)

Les rejets de petit-lait provenant de la production fromagère d'alpages peuvent porter atteinte aux cours d'eau de montagne et aux réserves d'eaux souterraines. L'alpage des Avals a mis en œuvre un procédé innovant de traitement du lactosérum par cultures fixées sur lit de compost. Sous les bâches qui le protègent de la lumière, le lombric du compost digère le petit lait issu de la fabrication du fromage par « lombricompostage ».

Crédit photo : PNV - AUGÉ Vincent



L'alpage des Avals (G)

L'alpage des Avals est géré par un groupement pastoral dont le cheptel bovins totalise environ 150 têtes. Ces vaches pâturent autour des villages jusqu'en juin, puis montent en alpage. Leur présence sur la commune dure 8 mois. Saint-Bon-Courchevel se trouve dans la zone d'appellation d'origine protégée Beaufort. En saison d'alpage, le fromage, fabriqué sur place, peut bénéficier du label « Beaufort d'alpage ». Quasiment tous les exploitants pratiquent une double activité liée au tourisme. En période hivernale, ils deviennent moniteurs de ski, commerçants, employés du service des pistes ou des remontées mécaniques.

Crédit photo : PNV - AUGÉ Vincent



Variante A/R vers col des Saulces (H)

Une petite variante en aller-retour s'offre à vous pour monter jusqu'au col des Saulces à 2 456 m d'altitude. Ce col vous offre un très joli panorama sur la vallée de Pralognan-la-Vanoise. À gauche du col se trouve le Petit mont Blanc (2 677 m) et à droite le rocher de Plassa (2 867 m). La vue donne également sur l'aiguille du Fruit (3 051 m) et le vallon des Avals.

Crédit photo : Hervé Franchino



Cave du Biol (I)

Cette ancienne cave à fromages du 19ème siècle permettait de débiter l'affinage des meules de Beaufort durant la période d'estive. Elles étaient ensuite acheminées dans la vallée pour poursuivre leur maturation. La cave été rénovée dans les années 2000.

Crédit photo : D. Dereani



Dents de la Portetta, le Petit Mont-Blanc et l'aiguille du Fruit (J)

À l'ère secondaire (-251 millions d'années), Saint-Bon-Courchevel se trouvait sous une mer peu profonde, où se sont déposées des quantités phénoménales de sable et de crustacés. L'accumulation de ces sédiments est à l'origine de roches calcaires. Les dents de la Portetta en sont les plus représentatives. Puis sous un climat tropical, la mer s'est retirée par évaporation. Ce phénomène est à l'origine d'une roche particulière : le gypse. Il constitue le massif du petit Mont Blanc, les crêtes du mont Charvet et la dent du Villard. Plus tard, la mer a de nouveau recouvert la commune, ce qui est à l'origine de formation de roches calcaires. L'aiguille du Fruit s'est formée à cette période. Elle renferme des fossiles d'une étonnante variété, comme des dents de requin.

Crédit photo : PNV - GARNIER Alexandre



Les lacs Merlets : refuge de type « Chaloin" (K)

Le refuge des lacs Merlets est situé dans le cœur du Parc national de la Vanoise à 2417 m d'altitude. Il est de type Chaloin, en bois, rustique et chaleureux. Construit dans les années 1970, il peut accueillir 14 personnes pour la nuit.

Crédit photo : PNV - IMBERDIS Ludovic



Les Lacs Merlets (L)

Les lacs Merlets font partie de la catégorie des lacs « froids » : avec des conditions climatiques rudes, la température de l'eau ne dépasse pas 9°C en période estivale et la couverture de glace persiste un peu plus de 8 mois. Ces lacs sont appelés oligotrophes : du grec *oligo* qui signifie peu et *trophein*, nourriture. Cet adjectif qualifie un lac pauvre en nutriments, mais très oxygéné dans toute sa profondeur, et dont la clarté de l'eau est très bonne. La présence de poissons est presque toujours imputable à des interventions humaines. Les lacs froids sont le domaine des salmonidés dont les espèces se subdivisent en ombles du genre *Salvelinus* et truites *salmo*. Signalons également la présence d'un petit cyprinidé, le vairon (*phoxinus phoxinus*). La gestion piscicole passe nécessairement par l'organisation d'une pêche sportive de qualité.

Crédit photo : PNV - GARNIER Alexandre



✿ Le lac du Pêtre : zone humide (M)

Un marais alcalin est également présent au nord du lac du Pêtre. Il s'y développe des groupements végétaux pionniers des bords de ruisseaux alpins appelés Caricion bicoloris-atrofuscae. Linaigrette, laîche bicolore, tofieldie boréale, et grassette des Alpes se plaisent dans ces milieux humides tourbeux. Au bord du lac du Pêtre, des renoncules rampantes tapissent le sol.

Crédit photo : PNV - IMBERDIS Ludovic

✿ Chamois et bouquetins sous surveillance ! (N)

Soyez bons observateurs : chamois et bouquetins, dont certains bagués aux oreilles et avec collier VHF, peuvent croiser votre route. Ils passent l'été sur les communes de Pralognan, Méribel et Courchevel. Une partie des effectifs repartent dans la vallée de la Maurienne sur la commune de Modane, où des versants plus ensoleillés leur permettent de passer de meilleurs hivers. Modane est le site de capture-marquage.