

# Lac de la Sassièrè : la haute montagne en famille

Vanoise - TIGNES



Lac de la Sassièrè dominé par la Pointe de la Bailletaz (PNV - Hermann Mylene)

*Cet itinéraire, court et sans difficulté, traverse le vallon de la Grande-Sassièrè en longeant la rivière du même nom. Le lac de la Sassièrè, petit barrage d'altitude, vous réserve un paysage de carte postale face à la Pointe de la Bailletaz.*

**Au cœur de la Réserve naturelle de la Grande Sassièrè**, les apprentis botanistes pourront partir en quête de fleurs rares et précieuses telles que l'armoise boréale. Pensez aussi à prendre vos jumelles : **l'itinéraire qui vous conduit au lac de la Sassièrè est largement fréquenté par les chamois, bouquetins des Alpes et marmottes siffleuses** ! Les eaux bleues et paisibles du lac se prêtent à une pause ressourçante.

## Infos pratiques

---

Pratique : A pied

---

Durée : 3 h

---

Longueur : 7.5 km

---

Dénivelé positif : 189 m

---

Difficulté : Très facile

---

Type : Aller-retour

---

Thèmes : Faune, Flore, Lac et glacier

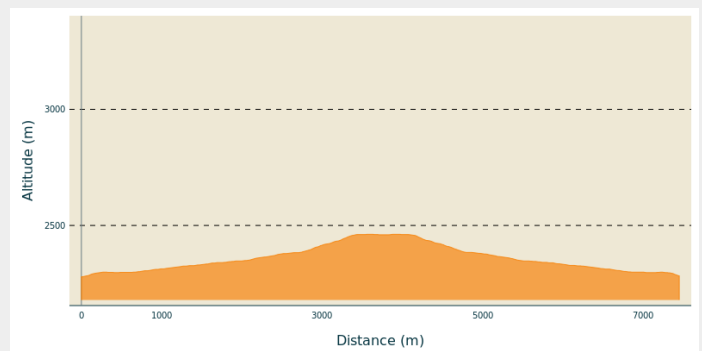
---

Accessibilité : Fauteuil roulant, Joëlette, Poussette

# Itinéraire

**Départ** : Parking du Saut, Tignes  
**Arrivée** : Parking du Saut, Tignes  
**Communes** : 1. TIGNES

## Profil altimétrique











Altitude min 2279 m Altitude max 2462 m

Depuis le parking du Saut, remonter les différentes plateformes du parking. Passer la barrière en travers de la piste carrossable, et la suivre jusqu'au barrage de la Sassièrè. Deux passerelles sont installées de fin juin à mi-septembre, pour permettre le passage des piétons, poussettes et fauteuils roulants accompagnés.

# Sur votre chemin...



-  La Réserve naturelle de la Grande Sassière (A)
-  Une richesse végétale unique (C)
-  Les ailes de la réserve naturelle (E)
-  « Que d'eau, que d'eau ! » (G)

-  Un verrou glaciaire, qui a la clef ? (B)
-  Alpage du Plan de la Sassière (D)
-  « mort - haine », dites-vous ? (F)
-  Les sommets environnants (H)

# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

Vous pouvez emmener votre chien, mais uniquement tenu en laisse. Prendre de l'eau pour la journée. Vous finirez à 2500 m d'altitude : même en été, prendre un coupe-vent, pull-over et pantalon, surtout pour les enfants.

## **Comment venir ?**

### Transports

Desserte ferroviaire jusque Bourg-Saint-Maurice. Renseignements : [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com)

Puis transports en autocars jusqu'au chef-lieu de Tignes ou Val d'Isère. Renseignements : [www.transavoie.com](http://www.transavoie.com)

### Accès routier

En venant de Bourg-Saint-Maurice, sur la RD 902, à partir du barrage du Chevril, suivre la direction « Val d'Isère ». À la sortie du 1er tunnel, suivre « le Franchet » à gauche. Traverser le hameau du Villaret du Nial. Après environ 1,25 km, à la bifurcation menant au hameau du Franchet, prendre la route qui continue à monter. Suivre cette route jusqu'à son terminus, un parking à 2 plateformes.

### Parking conseillé

Parking du Saut, Tignes

## **Accessibilité**

Deux places de parking réservées aux personnes à mobilité réduite se trouvent sur la plate-forme du haut. Les ruisseaux de la Louie Sabota et de la Sassièrè sont équipés de passerelles avec rampes d'accès (largeur 1 m). Des animations sont réalisées spécifiquement pour le public en situation de handicap physique, ainsi que du prêt de véhicule adapté : <http://www.vanoise-parcnational.fr/fr/accessibilite-et-handicaps/actions-du-parc.html?start=1>

---

 Fauteuil roulant  Joëlette  Poussette

# Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d'une espèce ou d'un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d'informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

## Bouquetin des Alpes - hivernage

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Décembre

Contact : Parc national de la Vanoise - Elodie Antoine -  
elodie.antoine@vanoise-parcnational.fr  
04 79 06 03 15

Les réserves naturelles de la Grande Sassièrè, de la Bailletaz, ainsi que le vallon de Prariond sont des espaces privilégiés pour la préservation et le développement de la population hivernante de bouquetins.

Les milieux sont favorables pour les bouquetins : exposition sud, gradient altitudinal, altitude élevée (1800 à 3600 m) pentes abruptes entrecoupées d'éboulis et de pelouses, replats et crêtes).

Même très limitée, la fréquentation hivernale peut générer des perturbations lourdes de conséquences pour la faune sauvage à une époque où elle doit limiter strictement ses dépenses énergétiques.

Les activités hivernales telles que le ski de randonnée ou la raquette sont à éviter dans les zones concernées par l'hivernage du bouquetin.

Les éléments du plan de gestion: <http://www.vanoise-parcnational.fr/fr/des-actions/gerer-et-proteger-les-patrimoines/les-reserves-naturelles-nationales/la-reserve-0>

## Lieux de renseignement

### Point info Parc national de la Vanoise - Val d'Isère

Immeuble le Thovex, Office de tourisme,  
73150 Val-d'Isère  
Tel : 04 79 06 06 60  
<https://www.vanoise-parcnational.fr>

# Sur votre chemin...

---



## La Réserve naturelle de la Grande Sassièrè (A)

La Réserve naturelle nationale de la Grande Sassièrè est située en Haute-Tarentaise sur la commune de Tignes. Créée en 1973, elle s'étend sur 22,33 km<sup>2</sup> et s'étage de 1798 m dans les gorges de la Daille à 3747 m d'altitude au sommet de l'aiguille de la Grande Sassièrè. Sa gestion a été confiée au Parc national de la Vanoise par l'État.

Dans l'état actuel de nos connaissances, c'est la flore vasculaire qui rassemble le plus d'éléments remarquables : pas moins de trente-deux espèces protégées sont répertoriées ; dix-neuf sont inscrites sur la liste rouge de la flore menacée de France. Citons l'Astragale de Lienz et le Crépis des Alpes rhétiques dont toutes les populations françaises actuellement connues sont localisées en Vanoise et fleurissent entre autres dans la Réserve naturelle de la Grande Sassièrè.

Des modestes insectes aux grands vertébrés, la faune de la réserve recèle de nombreuses espèces spécialisées des milieux d'altitude : Lièvre variable, Lagopède alpin, Monticole de roche, etc. Ce territoire est une zone qualitativement et quantitativement importante pour l'hivernage, la mise-bas et l'élevage des jeunes chez le bouquetin ; ces populations sont suivies toute l'année par les gardes-animateurs et les agents du Parc. La réserve est aussi un site privilégié pour l'alimentation de l'Aigle royal et du Gypaète barbu.

Crédit photo : Stéphane MELE

---

## Un verrou glaciaire, qui a la clef ? (B)

Dépassez la barrière de 50 m et retournez-vous. Sous vos yeux ébahis, un verrou glaciaire de quartzite (pierres vert-blanc polies) barre le vallon. En deux millions d'années de travail, le glacier du vallon a érodé les roches environnantes. La quartzite étant bien plus résistante et compacte que les schistes (couleur noir), le glacier les a polis, évitant ainsi que le vallon ne continue à s'effondrer. On nomme ce type de vallon, un « vallon suspendu ».



## ✿ Une richesse végétale unique (C)

En plus des hardes de chamois et de bouquetins des Alpes, la réserve naturelle abrite 32 espèces vasculaires protégées. Pour certaines, comme la seslenie ovale, l'armoise boréale ou l'astragale de Lienz, la réserve protège une part significative des populations françaises. En regard des espèces protégées et inscrites sur les listes rouges d'espèces menacées, la Réserve naturelle de la Grande Sassièrre est la plus riche des réserves de France métropolitaine. Ici, plus qu'ailleurs, on ne touche qu'avec les yeux, même le plus simple des sainfoins !

Crédit photo : PNV - BALAIS Christian



## 🐄 Alpage du Plan de la Sassièrre (D)

Le vallon appartient à 3 propriétaires : la commune de Tignes, EDF et la famille Milloz. Depuis 1987, cette famille exploite ces terres et une partie des terrains communaux. La production laitière issue de 55 vaches de race tarine et abondance est acheminée tous les jours à la coopérative de Bourg-Saint-Maurice pour la fabrication du beaufort. La famille Milloz vous accueille chez elle : merci de rester sur les chemins et de respecter les clôtures.

Crédit photo : PNV - BOUCHE Michel



## 🦅 Les ailes de la réserve naturelle (E)

En plus des petits oiseaux présents dans les pelouses alpines (traquet motteux, pipit farlouse et alouette des champs), la réserve accueille des rapaces dont l'aigle royal (2,20 m d'envergure, plumage marron et queue à bord arrondi) et le gypaète barbu (2,80 m d'envergure, corps beige à roux, ailes noir, tête claire, queue noir en losange). Le premier vient chasser marmotte, lièvre variable, renard et cabris de chamois ou bouquetins. Le second est strictement un charognard qui plus est mangeur d'os !

Crédit photo : PNV - BOUCHE Michel

---

## ☀ « mort – haine », dites-vous ? (F)

Au niveau du chalet du Santel, portez votre regard sur la ruisseau. Vous pourrez observer un butte végétalisée, en croissant de lune, percée par le cours d'eau et colonisée par de nombreuses marmottes. Cette butte est une ancienne moraine que le glacier, qui occupait jadis le vallon (environ – 15000 ans) a laissé lors de son recul. Le ruisseau dans un premier temps a dû créer un lac qui a fait céder cette digue naturelle.

---



## ☀ « Que d'eau, que d'eau ! » (G)

Le lac du barrage de la Sassièr a été achevé en 1953 ?, en lieu et place d'un lac naturel. C'est un barrage « poids », la masse des matériaux s'oppose à la poussée de l'eau. La roche utilisée pour la digue est de la quartzite, comme au verrou du Saut, mais elle provient de moraines glaciaires situées sous la pointe de la Baillettaz, en face de vous. La piste d'acheminement par camion sert aujourd'hui de... sentier, pour gagner le col de la Baillettaz.

Crédit photo : PNV - CHARRON Julien

---



## ☀ Les sommets environnants (H)

De ce point de vue, vous avez une panorama sur les sommets bordant la réserve naturelle. Au nord, la Grande Sassièr (alt. 3747 m) en schistes lustrés, du vieux français « sassé » : rocher ; à l'est : la Tsanteleina, (alt. 3602 m) avec son glacier du Santel ; au sud-est, la pointe de la Baillettaz (alt. 2989 m), désignant en piémontais une cabane de charbonnier, mais pourquoi ce sommet, mystère ; au sud-ouest : l'aiguille du Dôme (alt. 3017 m) en quartzite ; enfin à l'ouest : la pointe de Picheru (alt. 2953 m).

Crédit photo : PNV - BENOIT Philippe