

Tour de l'Aiguille de la Vanoise par le Col de la Vanoise : itinéraire historique au pied de la Grande Casse

Vanoise - PRALOGNAN-LA-VANOISE

Refuge CAF du Col de la Vanoise (Karine RENAUD)



Ambiance haute-montagne pour cette randonnée historique qui emprunte la route ancestrale du Sel et des Fromages. Vous marcherez dans les pas des antiques muletiers qui, pendant 5 siècles, acheminaient le sel de Moûtiers par le Col de la Vanoise. Un véritable voyage dans le temps, face au panorama étourdissant de la Grande Casse et de ses glaciers.

Emprunté autrefois par des caravanes de marchands mais aussi les pionniers de l'alpinisme, **cet itinéraire historique des Alpes vous fait cheminer parmi de vastes alpages fleuris.** C'est ici qu'est produit l'un des fromages emblématiques de la Vanoise : le Bleu de Termignon. Aux découvertes patrimoniales et gustatives s'ajoute un paysage saisissant : **le Col de la Vanoise est adossé au plus haut sommet de la Savoie, la Grande Casse (3855 m).** Le tour de l'Aiguille de la Vanoise est ponctué de petits lacs d'altitude et offre un panorama saisissant sur les glaciers environnants. On y découvre une faune et flore exceptionnelles. Si la chance vous sourit, vous verrez peut-être planer au dessus des glaciers le fameux vautour « casseur d'os », le gypaète barbu.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 6 h

Longueur : 15.9 km

Dénivelé positif : 1240 m

Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Thèmes : Lac et glacier, Point de vue, Refuge

Itinéraire

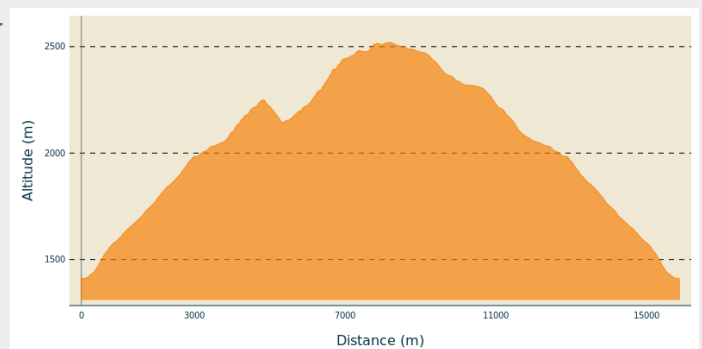
Départ : Maison de la Vanoise, Pralognan-la-Vanoise

Arrivée : Maison de la Vanoise, Pralognan-la-Vanoise

Balisage :  GR

Communes : 1. PRALOGNAN-LA-VANOISE

Profil altimétrique



Altitude min 1410 m Altitude max 2519 m

Depuis la Maison du Parc et du tourisme, remonter l'avenue de Chasseforêt et prendre la première rue à gauche. Continuer tout droit en direction du village des Bieux jusqu'aux Fontanettes. Arrivé aux Fontanettes, traverser le village, suivre le GR®55 au dessus de l'auberge des Fontanettes (direction nord-est) et rejoindre le refuge des Barmettes (alt. 2012 m).

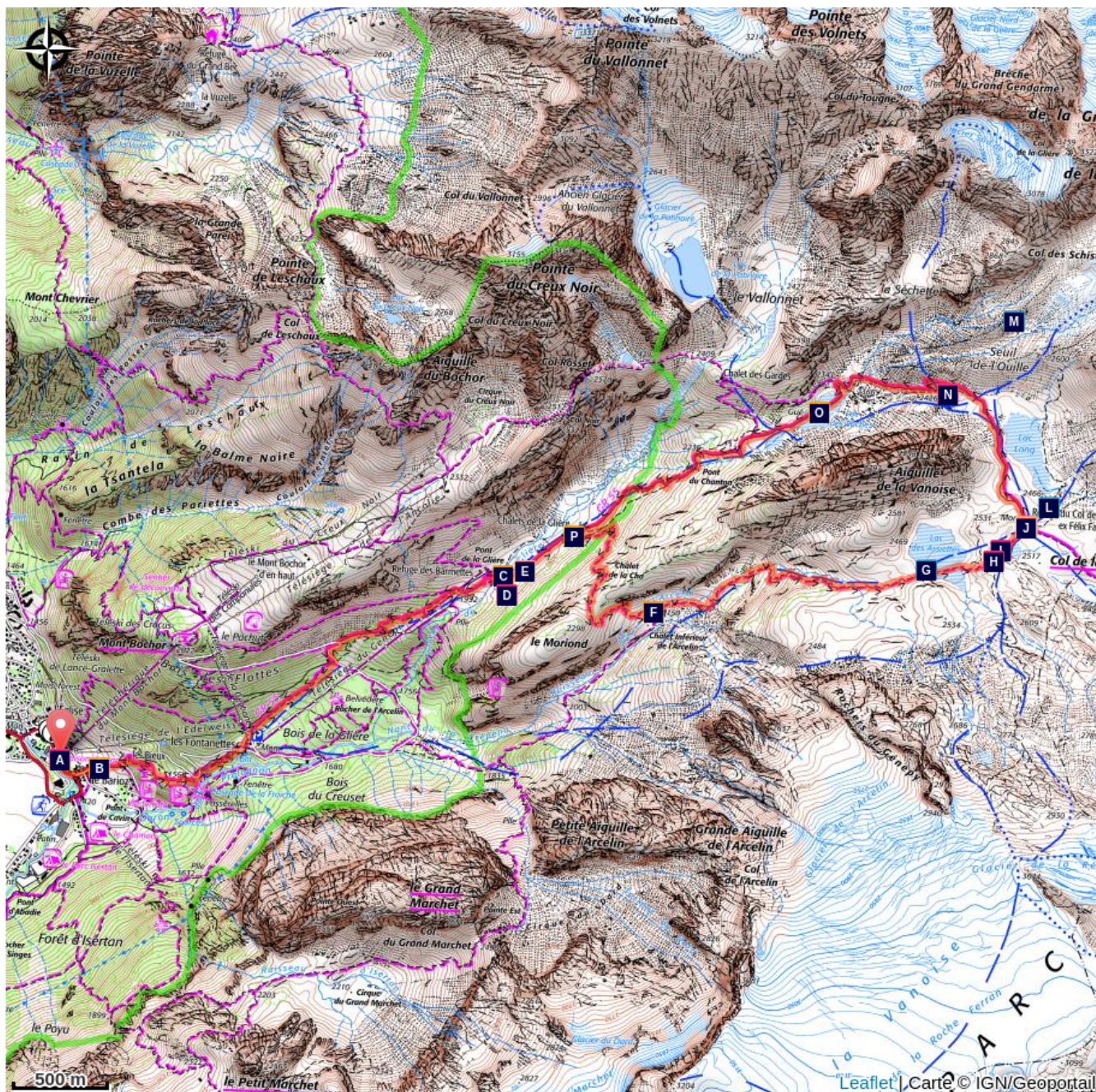
Variante : possibilité de prendre le téléphérique du mont Bochor et de rejoindre le refuge des Barmettes en suivant un sentier balcon.

Après le refuge des Barmettes, traverser le pont de la Glière et rester sur le chemin bordé de pierres. Un peu avant les « Chalets de la Glière », s'engager sur la droite (bifurcation à 2050 m d'altitude) en suivant la direction « L'Arcelin 1h00 ». Monter en direction du col du Moriond et redescendre en direction des ruines du chalet inférieur de l'Arcelin. À ce niveau, remonter vers le « Col de la Vanoise » indiqué à 1h00.

Au refuge du col de la Vanoise, prendre le sentier de droite en direction du refuge « d'Entre-Deux-Eaux 2h00 » et continuer jusqu'au lac Rond.

Pour le retour, rebrousser chemin jusqu'au col de la Vanoise. Prendre le sentier en direction du refuge des Barmettes (1h15) en suivant le GR®55 en direction du nord et en laissant le lac Long sur la droite. Traverser le lac des Vaches par le gué en pierre et descendre jusqu'au village de Pralognan par le GR®55 en passant par les hameaux des Fontanettes et des Bieux.

Sur votre chemin...



-  Téléphérique du Mont Bochor (A)
-  Le pont de la Glière (C)
-  La route du sel (E)
-  Le lac des Assiettes (G)
-  Vue sur le Col de la Vanoise, le refuge Felix Faure, la Grande Casse (I)
-  Le refuge du col de la Vanoise (K)
-  Le glacier de la Grande Casse (M)
-  Le hameau du Barioz (B)
-  Vue sur le refuge des Barmettes (D)
-  Le chalet inférieur de l'Arcelin (F)
-  Vue sur le lac des Assiettes (H)
-  Les refuges du col de la Vanoise (J)
-  Le col de la Vanoise : Grande Casse et glacier des grands couloirs (L)
-  Vue sur le glacier de la Grande Casse (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

Laisser votre chien à la maison ou à une personne de confiance.

Comment venir ?

Transports

Desserte ferroviaire jusqu'au Moûtiers. Renseignements : www.voyages-sncf.com
Puis transport en autocar jusqu'à Pralognan-village. Renseignements : www.transavoie.com

Accès routier

RD 915 jusqu'au centre du village

Parking conseillé

Mairie, Parking

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.

Gypaète barbu

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Novembre, Décembre

Contact : Parc national de la Vanoise

Jérôme CAVAILHES - 06.89.17.78.02 jerome.cavailhes@vanoise-parcnational.fr

ATTENTION : nidification du Gypaète barbu !

En concertation avec les acteurs locaux, une zone de sensibilité majeure (ZSM) a été définie pour les Gypaètes barbues de Pralognan.

Toutes les activités dans cette zone sont à proscrire : survol motorisé ou non motorisé, ski, randonnée, chasse, escalade, etc ...

Cette espèce est particulièrement sensible au dérangement. Afin de favoriser les conditions de reproduction jusqu'à l'envol d'un gypaéton, il s'est avéré nécessaire de mettre en place cette zone sensible.

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 de Pralognan-la-Vanoise

290 avenue de Chasseforêt, 73710
Pralognan-la-Vanoise

info@pralognan.com

Tel : 04 79 08 79 08

<https://www.pralognan.com>

Sur votre chemin...



✿ Téléphérique du Mont Bochor (A)

Pour conclure votre belle balade, le téléphérique du Mont Bochor vous transporte en 3 minutes jusqu'à 2010m d'altitude. Arrivé en haut, une table d'orientation est située à 2023m d'altitude sur le promontoire du Mont Bochor et vous offre un panorama à 360° sur les sommets et glaciers de Vanoise. En été, c'est aussi un point de départ de sentiers VTT et de randonnées.

Le téléphérique du Mont Bochor, c'est aussi toute une histoire...Autrefois, lorsqu'il était nécessaire de traverser les ravins en montagne, les anciens utilisaient des cordes sur lesquelles glissaient des nacelles, ces câbles aménagés permettaient tant le transport du bois que celui du bétail. Cet aménagement est l'ancêtre du téléphérique ! C'est ainsi qu'en 1951 débute la construction du premier téléphérique de service qui servira à acheminer les outils et les matériaux jusqu'au Mont Bochor. Ce sont des poteaux en bois qui soutiennent les câbles sur lesquels circulera le téléphérique. En 1952, c'est l'inauguration du téléphérique après une période éprouvante de travaux, la première utilisation a lieu symboliquement le 31 décembre. En février 1953, il est enfin mis en service : c'est, à l'époque, le téléphérique le plus rapide du monde !

Quelques chiffres:

Altitude du quai aval : 1416.50m

Altitude du quai amont : 2002.50m

Dénivelé : 586m

Longueur : 1086m

Parcours : 1048m

Durée : 207 secondes

Pente maxi : 92%

Pente moyenne : 66%

10 voyages par heure

32 passagers par cabine

170 000 passages en hiver

Ouverture en hiver et en été.

Plus d'information sur le guide Destination de légende : le téléphérique du Mont-Bochor : <https://fr.calameo.com/read/0010480179e1abe5e2695>

Crédit photo : aptv_redac



Le hameau du Barioz (B)

Le Barioz est l'un des 7 hameaux de Pralognan-la-Vanoise. L'étymologie du nom vient de *Barium* qui signifie « barrière de douane ». En effet, ici commençait la route du sel. Toutes les marchandises étaient alors soumises au droit de péage.

Le col de la Vanoise était redouté par mauvais temps. Avant de prendre le départ, les voyageurs imploraient la protection de Notre-Dame-Des-Sept-Douleurs à la chapelle du Barioz. La chapelle a été érigée par la famille Blanc au XVIII^e siècle. À l'intérieur, on retrouve, sur l'un des tableaux, Saint-Antoine, ermite, patron des muletiers, protecteur du petit bétail et des animaux domestiques.

Crédit photo : PNV - GARNIER Alexandre



Le pont de la Glière (C)

Pour accéder à l'alpage de la Glière, vous franchissez le torrent et une « barrière invisible ». En effet, un pont muni d'un « passage canadien » empêche le passage des troupeaux. Ce sont des barreaux cylindriques espacés et disposés horizontalement au sol. Les ongulés (vaches, moutons) ne peuvent franchir un tel ouvrage. Ils risqueraient de se coincer les sabots entre les barreaux.

La famille Favre exploitait autrefois l'alpage de la Glière et produisait de la « tomme » avant que l'appellation « Beaufort » n'apparaisse. Aujourd'hui, cet alpage est repris par un jeune agriculteur qui y fait pâturer des moutons et fabrique du fromage de brebis.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe



Vue sur le refuge des Barmettes (D)

Le refuge des Barmettes matérialise la limite supérieure des pistes de ski de Pralognan-la-Vanoise, comme en témoigne au centre de l'image le télésiège débrayable du Génépi, installé durant l'été 2007. Le refuge fonctionne l'hiver davantage comme un restaurant d'altitude que comme un refuge au sens habituel du terme. En pleine modernisation aussi, les murs de façade du refuge attendent un nouveau parement en pierres et un bardage en bois. L'herbe a repoussé sur les talus du télésiège. Les pistes reverdies, outre qu'elles sont plus jolies, sont aussi plus faciles à damer. Plus à droite, une petite cabane en bois claire abrite les pisteurs et un poste de secours.

Crédit photo : PNV - Beatrix Von Conta



La route du sel (E)

En aval des chalets de la Glière, vous vous engagez sur une ancienne route muletière bordée de murets en pierres sèches. Elle permettait le passage d'animaux bâtés et ferrés, portant de lourdes charges. Les murets interdisaient l'accès des prés aux bêtes de passage. Certaines pierres sont gravées et témoignent des passages répétés de l'homme du Néolithique à aujourd'hui. Cet itinéraire, nommé « route du sel », constituait également un enjeu stratégique pour les comtes, les ducs de Savoie et les rois de Piémont-Sardaigne pour le commerce du sel. Il fut aussi utilisé pour accéder aux alpages, transporter les fromages et se rendre en Maurienne. Enfin, les chasseurs alpins, chargés d'assurer la défense des frontières, trouvèrent avec la route du sel un terrain privilégié pour s'entraîner.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe

Le chalet inférieur de l'Arcelin (F)

Le chalet inférieur de l'Arcelin constitue un abri de berger (Arcelin est un dérivé de archellins, arcelle, arche et signifie habitation, abri de berger). Ce type de chalet était utilisé entre mi-juin et fin septembre par des familles qui quittaient le village de Pralognan et s'installaient en montagne. Sur place, les agriculteurs fabriquaient du fromage (la tomme).



Le lac des Assiettes (G)

Il y a 10500 ans, la langue du glacier des Grands Couloirs / Réchasse qui coulait en direction du vallon de l'Arcelin s'arrêtait au niveau du lac des Assiettes. Celle-ci a façonné un lac de barrage morainique au niveau d'un verrou calcaire. Lors du Petit Âge glaciaire, le lac des Assiettes était obstrué par un système de bouchon glaciaire souterrain indépendant. Celui-ci pouvait tenir une bonne partie de la saison chaude et peut-être toute l'année à la faveur des grandes périodes de crues glaciaires (1550-1650, 1700-1780, 1820 -1860) selon Bravard et Marnezy (1981).

Aujourd'hui, nous assistons à la mort de ce lac à cause de « l'atterrissement ». En effet, des alluvions érodées en amont (galets, graviers, argiles...) et transportées par les torrents ont comblé ce lac. Ces dernières sont rapidement colonisées par des espèces végétales pionnières (linaire des Alpes, silène acaule).

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe



☼ Vue sur le lac des Assiettes (H)

Situé sur l'ancienne route marchande et touristique de Pralognan à Termignon par le Col de la Vanoise, le lac des Assiettes, en contrebas du col et de l'aiguille de la Vanoise, s'est complètement asséché dans les années 1995. Le plan actuel en garde bien sûr la trace, mais avec la perte d'un pittoresque reflet de ciel, c'est aussi celle d'un biotope, d'un élément vital de diversité écologique.

Crédit photo : Collection V.O. Communication



☼ Vue sur le Col de la Vanoise, le refuge Felix Faure, la Grande Casse (I)

De passage commercial, le col de la Vanoise s'est mué en base d'alpinisme de la Grande Casse, plus haut sommet de Savoie, avec une suite de refuges depuis 1878, dont le célèbre Félix Faure, construit en 1903 par le C.A.F., complété en 1974 par deux préfabriqués classés au patrimoine du XXe siècle, maintenant remplacés. Mais l'évolution concerne surtout la fonte du glacier des Grands Couloirs, notamment des langues de 1935 qui a modifié l'itinéraire historique d'ascension de 1860, mais aussi de la langue de 1820-30 suggérée par les moraines latérales.

Crédit photo : Editions Dauphin



🏠 Les refuges du col de la Vanoise (J)

Au col de la Vanoise, 5 refuges ont été construits. Le premier a été construit entre 1876 et 1879. Ses ruines sont encore visibles au niveau du lac des Assiettes. Le second refuge en pierre date de 1902. Il porte le nom du Président de la république Félix Faure, également connu pour sa mort en charmante compagnie. Puis, dans les années 70, deux bâtiments préfabriqués ont été ajoutés. En 2000, le refuge change de nom et devient « le refuge du col de la Vanoise ». Enfin, un 5e refuge est inauguré en 2014 pour remplacer les 2 bâtiments préfabriqués. Il appartient au Club Alpin Français.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe



Le refuge du col de la Vanoise (K)

Le premier refuge date de 1879 et fonctionnait jusque durant l'hiver 1898-1899, où il perd son toit lors d'une tempête de neige. Le refuge Félix Faure, nommé en hommage au Président de la république et alpiniste émérite, est inauguré le 6 août 1902. Le bâtiment reçoit des dépendances supplémentaires en 1974. Enfin, il est complètement restructuré et complété d'un nouveau bâtiment par le Club Alpin Français en 2012-2013. Depuis 2000, il s'appelle refuge du col de la Vanoise.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe



Le col de la Vanoise : Grande Casse et glacier des grands couloirs (L)

La Grande Casse, point culminant de la Vanoise (alt. 3855 m) délimite la ligne de partage des eaux entre la Tarentaise et la Maurienne. Son sommet est en partie recouvert par le glacier des Grands Couloirs qui s'étire en face ouest vers Pralognan. Durant la dernière glaciation (le Würm) qui a débuté il y a 125 000 ans et qui s'est terminée il y a 11 500 ans, les langues glaciaires alpines s'arrêtaient à 30 km de Lyon. Ensuite, les glaciers ont connu des phases d'avancée et de recul en fonction du climat. Par exemple, au « Petit Âge glaciaire » entre 1600 et 1850 environ, les glaciers ont connu une forte avancée de leurs langues glaciaires. Aujourd'hui, nous notons un net recul du front des glaciers comme vous pouvez le constater en observant le glacier suspendu des Grands Couloirs. En dessous du front, nous apercevons clairement l'espace abandonné par le glacier (la « délaissée glaciaire » ou le « glarier »).

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe



Le glacier de la Grande Casse (M)

Ici encore, nous observons un important retrait du front du glacier de la Grande Casse. Au niveau du seuil de l'Ouille, vous pouvez admirer d'imposantes moraines latérales qui témoignent de la présence passée du glacier. Il s'agit d'amas de blocs rocheux de différentes tailles, charriés par la glace sur les côtés du glacier. Le glacier, quant à lui, n'occupe plus que la partie amont de la vallée et forme un cirque entre la pointe de la Petite Glière et l'aiguille de l'Épéna, au pied du col de la Grande Casse.



☼ Vue sur le glacier de la Grande Casse (N)

Glacier de la Grande Casse et aiguilles de la Glière

Crédit photo : Collection Christian Gros