

# Sentier balcon de la Turra à la Loza : immersion au cœur de la Vanoise

Maurienne - VAL-CENIS



La croix de la Loza avec vue sur la Dent Parrachée (PERRIER Jacques)

***Un sentier bucolique et varié qui serpente à travers les bruyères colorées, puis progresse en balcon au pied de la majestueuse Dent Parrachée.***

" **Les promontoires que constituent la Turra d'Aussois et la Croix de la Loza ont toujours été pour moi des postes privilégiés pour observer les rapaces.** On peut y admirer les aigles et gypaètes barbus s'élevant sans trop d'efforts en utilisant les courants ascendants. " Karine Moussiegt, garde-monitrice du Parc National de la Vanoise.

## Infos pratiques

---

Pratique : A pied

---

Durée : 6 h

---

Longueur : 13.4 km

---

Dénivelé positif : 1008 m

---

Difficulté : Facile

---

Type : Boucle

---

Thèmes : Faune, Pastoralisme, Point de vue

# Itinéraire

**Départ** : Parking de l'église de Sardières

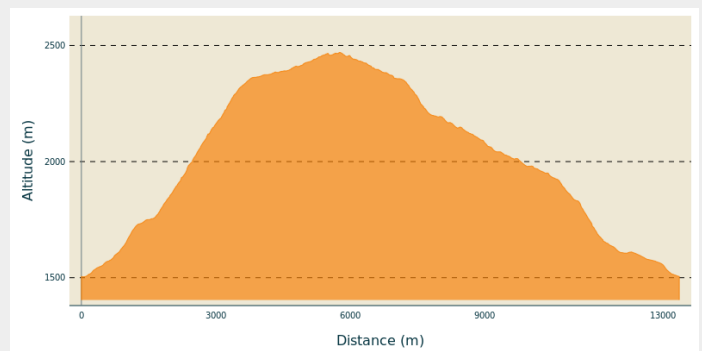
**Arrivée** : Parking de l'église de Sardières

**Balisage** :  GR

**Communes** : 1. VAL-CENIS

2. AUSSOIS

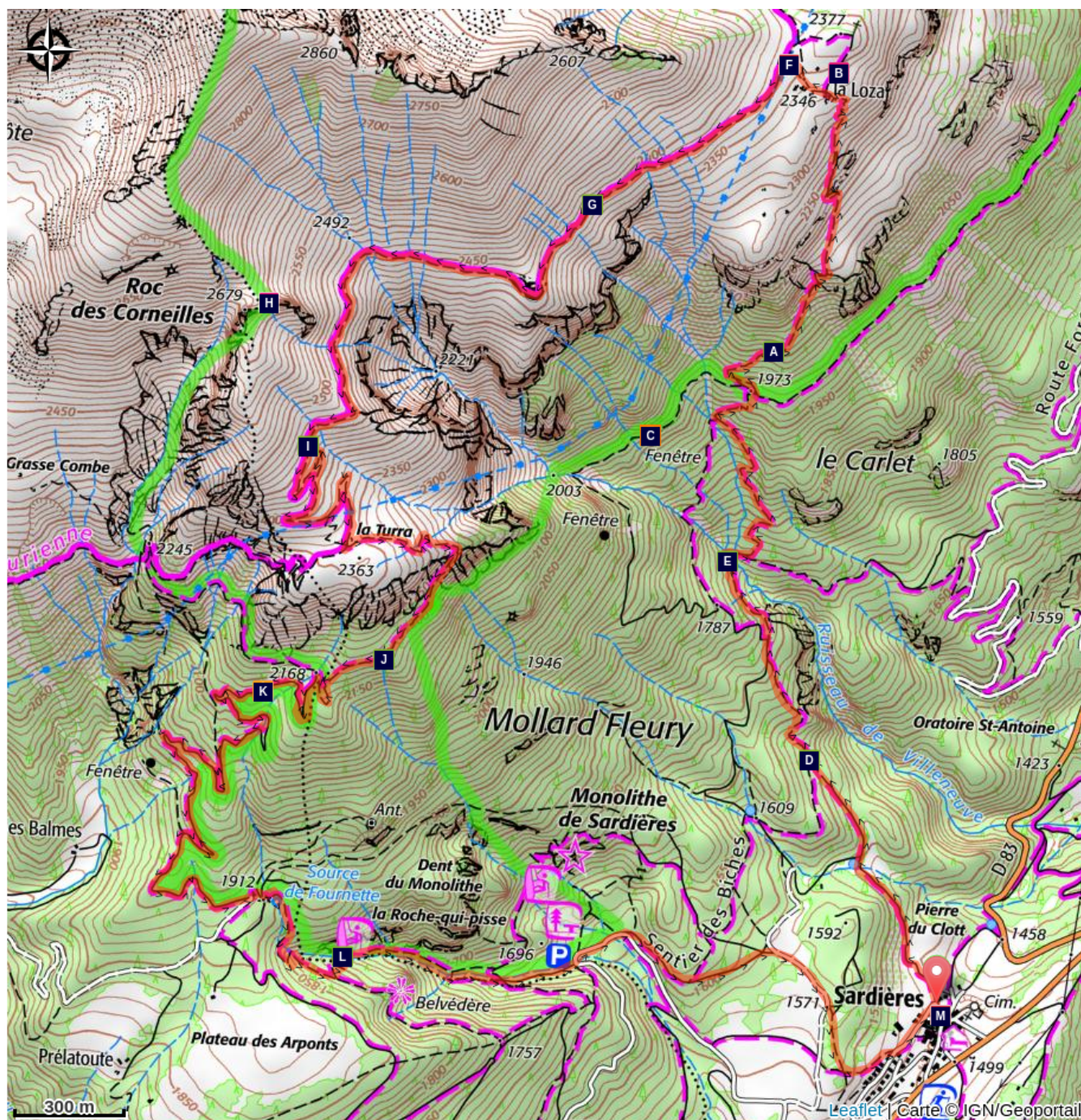
## Profil altimétrique















Altitude min 1504 m Altitude max 2470 m

Partir du parking de l'église de Sardières. Prendre le sentier au Nord-Est du village en direction du vallon et du torrent de Villeneuve. Laisser plusieurs sentiers partant sur la gauche et monter progressivement en forêt pour rejoindre et traverser le vallon de Villeneuve en direction de la Loza. Franchir la limite du cœur du Parc National vers 1980 m d'altitude et finir l'ascension en traversant les alpages vers la Croix de la Loza. Rejoindre alors le GR 5 et prendre la direction de la Turra d'Aussois en restant sur ce sentier balcon. Sous la Turra, quitter le GR 5 en prenant l'une des deux variantes possibles pour redescendre sur Aussois et la source de Fournette. Depuis cette dernière, prendre la direction du Monolithe puis du village de Sardières.

# Sur votre chemin...



-  La bruyère des neiges (A)
-  Galerie EDF (C)
-  Végétation couloir d'avalanche (E)
-  L'aigle royal (G)
-  Le chamois (I)
-  Piste militaire (K)
-  Hameau de Sardières (M)
-  Croix de la Loza (B)
-  Forêt d'adret (D)
-  Alpage de la Loza (F)
-  Roc des Corneilles (H)
-  La campanule alpestre (J)
-  Le sapin (L)

# 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

L'itinéraire est long et croise plusieurs autres sentiers. Il est donc nécessaire de se munir de cartes et de bien préparer son cheminement avant de partir.

## Comment venir ?

### Transports

Desserte ferroviaire jusqu'à Modane. Renseignements : [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com)  
Puis transport en autocar jusqu'à Sardières. Renseignements : [www.transavoie.com](http://www.transavoie.com)  
Proposition d'auto-stop organisé sur la vallée de Haute-Maurienne.  
Renseignements : [www.rezopouce.fr](http://www.rezopouce.fr)

### Accès routier

Depuis Modane, prendre la route d'Aussois puis poursuivre vers Sollières-Sardières. Le parking est situé à côté de l'église au hameau de Sardières.

### Parking conseillé

Parking de l'église à Sardières

## **Lieux de renseignement**

### **Bureau d'Information Touristique Val Cenis Sollières**

Musée d'Archéologie, 73500 Sollières-  
Sardières

[info@hautemaurienne.com](mailto:info@hautemaurienne.com)

Tel : 04 79 05 99 06

<https://www.valcenis.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...

---



## ✿ La bruyère des neiges (A)

La bruyère des neiges (*Erica carnea*) tient son nom de sa floraison rose précoce en mai. Elle fait partie de la famille des Ericacées, comme la myrtille ou l'airelle. C'est une plante protégée en Région Rhône-Alpes, très rare à l'échelle nationale mais commune en Maurienne. Elle peut atteindre des altitudes records. En début d'été, pour peu qu'il ait fraîchement neigé, vous pourrez cheminer dans une véritable toile impressionniste.

Crédit photo : PNV - BENOÎT Philippe

---



## ✿ Croix de la Loza (B)

La Croix de La Loza culmine à 2377 m d'altitude au sommet d'un dôme herbeux parfaitement arrondi. De là, un large panorama s'offre au randonneur sur la Haute Vallée de la Maurienne. Mais là où le spectacle est le plus grandiose, c'est lorsque le regard se tourne vers le nord-ouest. Le randonneur peut alors scruter dans ses moindres détails la face sud de la Dent Parrachée (3697 m), toute proche. Harmonie de formes rocheuses et de couleurs : on se sent tout petit !

Crédit photo : PNV - PERRIER Jacques

---



## ✿ Galerie EDF (C)

Vers 2000 m d'altitude, dans le vallon de Villeneuve, une construction rectiligne indique la présence d'une galerie souterraine de 16,8 km de longueur : depuis 1941, cette conduite achemine les eaux du Doron de Termignon, depuis Entre-Deux-Eaux jusqu'au barrage de Plan d'Aval, sur la commune voisine d'Aussois.

Crédit photo : PNV - VON CONTA Beatrix

---



## ✿ Forêt d'adret (D)

L'adret est le versant d'une vallée de montagne qui reçoit le plus d'ensoleillement. L'adret est plus ensoleillé et moins froid en hiver. Mais il peut y faire très chaud et sec en plein été ! Les forêts sèches occupent une place importante au sein du Parc national, surtout dans la vallée de la Maurienne, où se situent les versants sud de la Vanoise. Les essences qui les composent sont le pin sylvestre, l'épicéa, le pin à crochets.

Crédit photo : PNV - LACOSSE Pierre



## ✿ Végétation couloir d'avalanche (E)

Dans le vallon de Villeneuve, on se trouve dans un environnement sauvage dominé par de grandes barres rocheuses en amont et une impression de forme d'entonnoir vers l'aval. La végétation constituée de pins à crochets rachitiques témoigne des pressions exercées par les avalanches.

Crédit photo : PNV - JOURDAN Jérémie



## 🏠 Alpage de la Loza (F)

C'est un troupeau de moutons du village de Sollières qui a ses quartiers d'été sur l'alpage de la Loza. Depuis le retour du loup et pour favoriser le gardiennage, un chalet en bois a été construit et abrite le berger qui assure ainsi une présence quotidienne. Dominé par la Dent Parrachée, l'alpage de la Loza bénéficie d'un contrat entre l'éleveur, la chambre d'agriculture et le Parc pour mener des mesures agro-environnementales conciliant pastoralisme et protection d'espèces.

Crédit photo : PNV - JOURDAN Jérémie



## ✿ L'aigle royal (G)

Si vous voulez observer un aigle royal (*Aquila chrysaetos*), il faut écouter les marmottes. Ces rongeurs constituent 80 % de son alimentation pendant l'été. Quant l'aigle apparaît dans le ciel, l'alerte est donnée par un seul cri strident et puissant. Les marmottes disparaissent alors dans leurs terriers : il ne vous reste plus qu'à scruter le ciel ! L'aigle royal compte parmi les espèces rares et protégées d'Europe. Sa grande taille (2,25 m d'envergure), sa coloration sombre et ses ailes rectangulaires permettent de l'identifier aisément. Aux heures chaudes de la journée, il tournoie régulièrement dans les airs, profitant des courants ascendants pour s'élever. En vol, les pointes de ses ailes sont bien relevées, sa queue est en forme d'éventail. Grâce à son excellente vue, l'aigle royal scrute les environs à la recherche d'une marmotte, d'un lièvre ou autre rongeur. Pour chasser, il va effectuer des accélérations proches du relief et attraper sa proie par surprise au détour d'un obstacle naturel. Le nid du rapace (appelé « aire ») se situe souvent de l'autre côté de la vallée, dans une barre rocheuse, à une altitude inférieure au terrain de chasse pour que les proies soient faciles à ramener par gravité.

Crédit photo : PNV - PLOYER Jean-Yves



## Roc des Corneilles (H)

À mi-chemin entre Loza et Turra, on découvre le roc des Corneilles, rocher en cargneule caractéristique bien pointu situé 200 m au-dessus du GR 5. Son originalité vient de ce qu'il est traversé d'une grosse brèche en forme de croissant d'où son surnom de « trou de la lune ». De là, on a une belle vue sur le Rateau d'Aussois. Si on se sent prêt, il est possible d'y accéder en quittant le GR et en suivant la croupe herbeuse au nord du point côté 2456 m sur la carte IGN. Les fameuses Corneilles pourraient très bien être en réalité des groupes de chocards à bec jaune, oiseau typique des reliefs d'altitude au comportement grégaire et au vol acrobatique.

Crédit photo : PNV - LACOSSE Pierre



## Le chamois (I)

De 22 à 40 kg, les chamois sont les plus petits caprinés sauvages des Alpes. Leurs cornes d'un noir ébène en forme de crochet et leur masque blanc rayé de noir permettent de les reconnaître aisément. Les chèvres et éterlous (jeunes mâles d'un an) aiment à constituer de grandes hardes. Avec un peu de chance, vous pourrez voir les petits jouer sur un névé sous l'œil attentif de leurs mères qui les rassemble en « nurserie » pour mieux en assurer la garde. En dehors de la période du rut, en novembre, les mâles solitaires restent à l'écart des hardes de femelles, de jeunes et de cabris.

Nerveux et farouche, le chamois est remarquablement adapté au terrain montagnard, capable de gagner 1000 m de dénivelé en moins de quinze minutes. Il occupe des milieux variés : pentes boisées, pelouses alpines, pierriers et névés sur lesquels il se rafraîchit souvent aux heures chaudes de l'été. Ouvrez grand les yeux, sortez les jumelles, et surtout écoutez la montagne ; ce sont parfois quelques pierres qui roulent qui permettent de repérer la présence de ces animaux.

Crédit photo : PNV - BOUCHE Michel



## La campanule alpestre (J)

Sur le sentier en redescendant de la Turra, versant Aussois, ouvrez bien les yeux et cherchez la Campanula alpestris ! Cette grosse cloche bleu mauve à tête penchée, velue, hissée au sommet d'une tige inversement minuscule, fleurit en juillet-août. C'est une campanule qui aime les éboulis de schistes et de calcaires. Elle est rare et protégée en France.

Crédit photo : PNV - DENISE Cyril





## Piste militaire (K)

Depuis la Turra d'Aussois, la redescente vers la forêt et la Source de Fournette va emprunter un sentier qui prend une pente plus douce et plus large. Il s'agit d'une piste militaire. Cette route construite dans les années 1890 devait servir de point stratégique d'observation pour réagir à d'éventuelles attaques italiennes.

Crédit photo : PNV - LACOSSE Pierre



## Le sapin (L)

Le sapin pectiné (*Abies alba*) se rencontre peu dans les forêts des versant sud, appelé adret, de la Haute-Maurienne. Le sapin trouve pourtant des conditions favorables à sa croissance dans le petit vallon frais et humide que vous traversez. Le reste de la forêt autour du Monolithe est presque uniquement composé de pins et d'épicéas. On reconnaît le sapin à ses aiguilles qui semble pousser à plat le long du rameau. Si vous les retournez vous pourrez voir deux traces blanches. L'écorce est grise argentée et lisse. Les cônes du sapin poussent vers le haut contrairement à ceux de son cousin, l'épicéa.

Crédit photo : PNV - DELORME Michaël



## Hameau de Sardières (M)

Sardières est l'un des quatre hameaux de la commune de Sollières-Sardières. Il est situé sur un joli plateau à 1500 m d'altitude avec une vue dégagée et panoramique sur la vallée de la Maurienne. La partie ancienne du village est typique avec ruelles et maisons traditionnelles. L'église fait partie du patrimoine religieux baroque (ouverte du 1er juillet au 4 septembre en visite libre : les lundi, jeudi et samedi de 16 h à 18 h – gratuit).

Crédit photo : PNV - TISSOT Nathalie