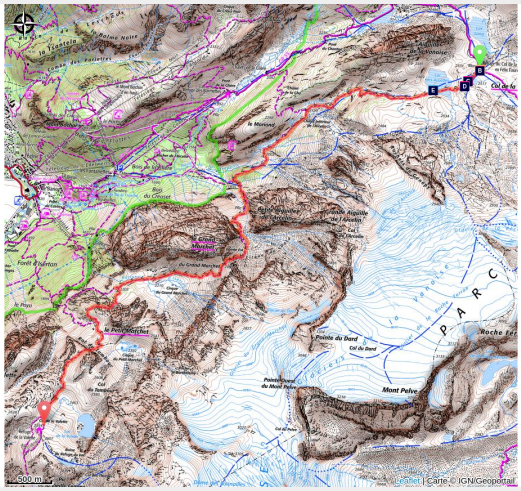
Grand Tour de Tarentaise : du col de la Vanoise au refuge de la Valette (GTT18)

Vanoise - PRALOGNAN-LA-VANOISE

Le refuge de la Valette (Karine RENAUD)



L'itinéraire enchaîne les prairies onctueuses et les amphithéâtres rocheux défendus par des cols escarpés. Dans ce paysage grandiose et tourmenté, le randonneur admire l'une des plus vastes calottes glaciaires des Alpes françaises.

Une randonnée tout en contrastes, entre alpages accueillants et parois verticales façonnées par l'érosion glaciaire. De **cols abrupts** en **vallons suspendus**, l'itinéraire parcourt une infinie variété d'ambiances. **Roches moutonnées, cirques sauvages et cascades dévalant à flanc de montagne** se déploient sous le profil impassible d**e la Grande Casse, du Grand Bec et du Mont Pourri**.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 6 h

Longueur : 10.5 km

Dénivelé positif : 1064 m

Difficulté : Difficile

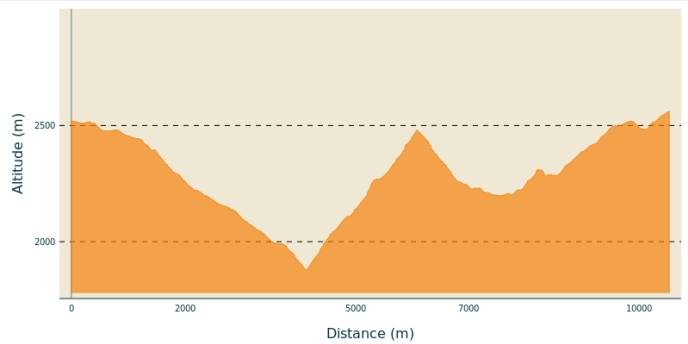
Type : Traversée

Thèmes : Flore, Lac et glacier

Itinéraire

Départ : Refuge du col de la Vanoise
Arrivée : Refuge de la Valette
Communes : 1. PRALOGNAN-LA-VANOISE

Profil altimétrique



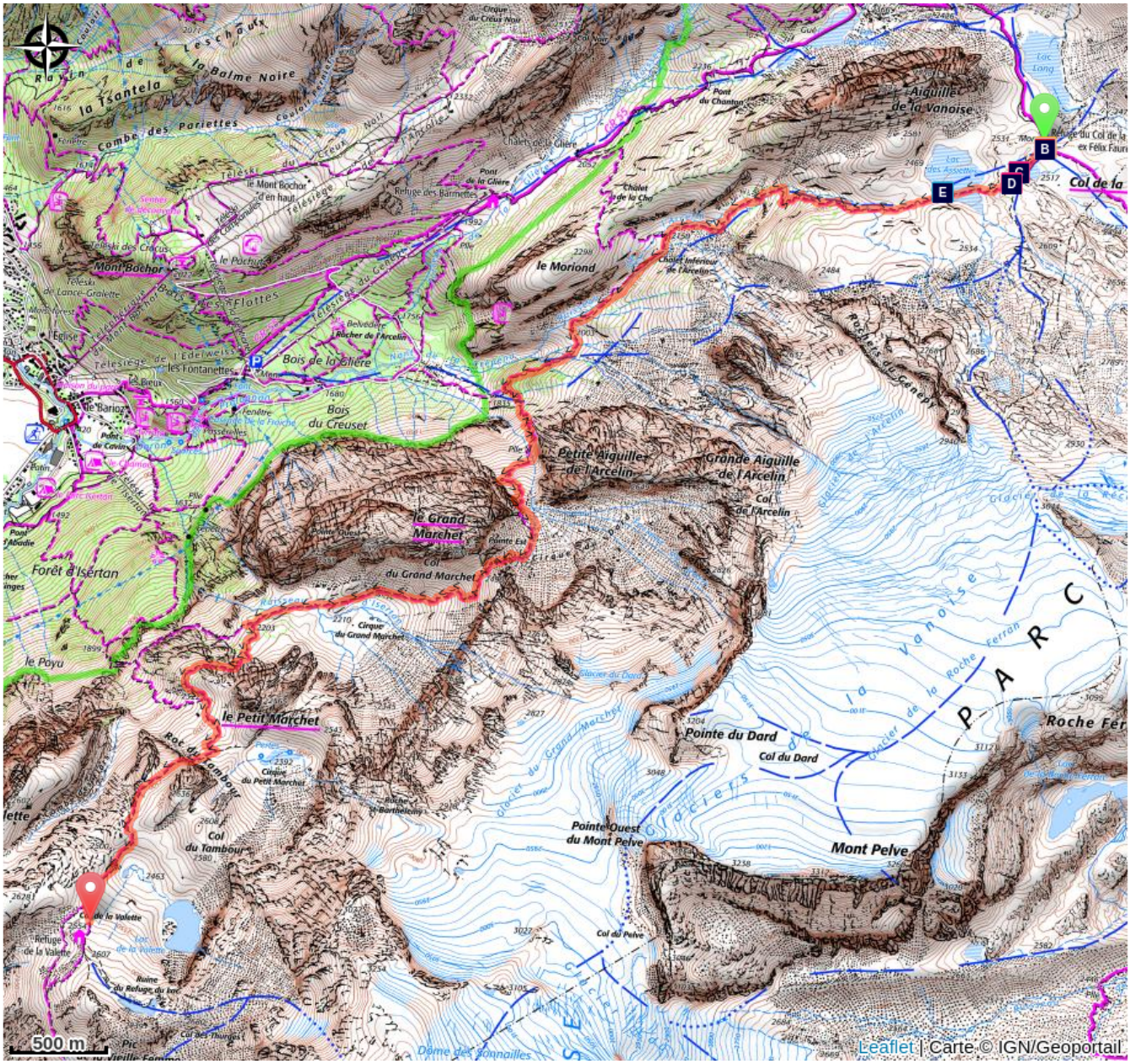
Altitude min 1879 m Altitude max 2561 m

Quitter le col de la Vanoise par l'Ouest pour rejoindre un peu plus bas le lac des Assiettes, cuvette glaciaire qui se comble d'alluvions au fil des années. Le sentier longe ce lac asséché et se poursuit dans le vallon de l'Arcelin. L'itinéraire traverse de nombreux lapiaz (surfaces calcaires érodées par l'eau) qui peuvent être glissants par temps de pluie. À droite se dressent l'aiguille de la Vanoise et le Moriond, et sur la gauche, les contreforts des dômes de la Vanoise.

Aux premiers arbustes (point coté 1881), bifurquer à gauche et remonter progressivement entre le Grand Marchet (2651m) et le Petit Arcelin (2648m) pour déboucher dans le cirque du Dard. Poursuivre sur la droite par la forte pente jusqu'au col du Grand Marchet (2490m).

Du col, descendre au fond du cirque du Grand Marchet pour atteindre un vaste plateau. À la cote 2209, bifurquer à gauche. Le sentier contourne les rochers du Petit Marchet puis remonte en direction du roc du Tambour. Une traversée de pelouses fleuries permet de rejoindre le refuge de la Valette en 40 minutes.

Sur votre chemin…



Le refuge du col de la Vanoise (A)

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

Le lac des Assiettes (E)

Les refuges du col de la Vanoise (B)

Vue sur le lac des Assiettes (D)

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 www.vanoise-parcnational.fr

Recommandations

Se méfier de la traversée des torrents qui, en cas de fort débit, peut se révéler délicate. Les pentes sous le col du Grand Marchet sont raides. En début de saison, un piolet peut s'avérer nécessaire.

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 barbus 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.

Carte précise: www.vanoise-parcnational.fr/fr/download/file/fid/9782

Sur votre chemin…

Le refuge du col de la Vanoise (A)

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

Les refuges du col de la Vanoise (B)

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

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

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

Vue sur le lac des Assiettes (D)

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

Le lac des Assiettes (E)

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