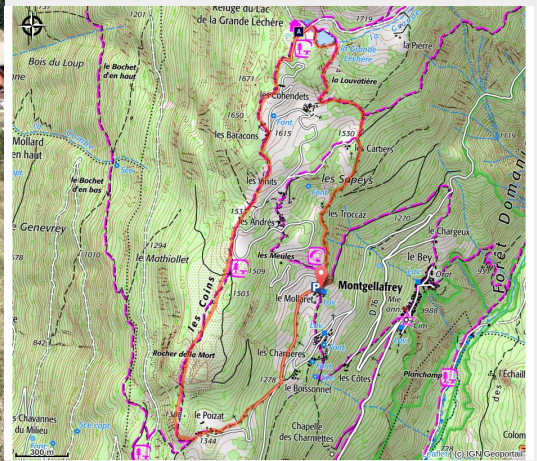


# La boucle des Sappey : le charme d'antan des hameaux de Montgelaffrey

Lauzière - MONTGELLAFREY



Ambiance champêtre au Sapey des Cohendets (Maurienne Tourisme - JGros)



***Sappey des Trocas, Sappey des Cartiers, Sappey des Cohendet... Partez à la découverte des nombreux hameaux d'estive qui font le charme de Montgellafrey.***

Parmi toutes les essences forestières, c'est vraisemblablement le sapin (du celtic *sappo*) qui a inspiré les noms des  **multiples Sappey, autour de Montgellafrey !** Au gré de ces hameaux pittoresques, le randonneur découvre d'antiques greniers en bois, lavoirs, chapelles et fours à pain toujours en activité. Les **maisons à jambes** constituent également une particularité architecturale typique de **Maurienne**. Elles témoignent d'un astucieux procédé de construction, capable de compenser l'instabilité des sols. **Aux curiosités patrimoniales s'ajoutent de magnifiques panoramas et coins secrets de nature, à l'image du Grand Lac de la Léchère ou encore du Rocher de la Mort.**

### **Infos pratiques**

---

Pratique : A pied

---

Durée : 4 h 30

---

Longueur : 6.5 km

---

Dénivelé positif : 416 m

---

Difficulté : Facile

---

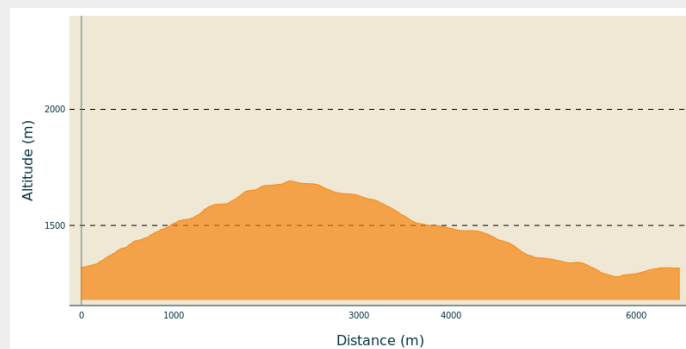
Type : Boucle

# Itinéraire

**Départ** : Le Mollaret

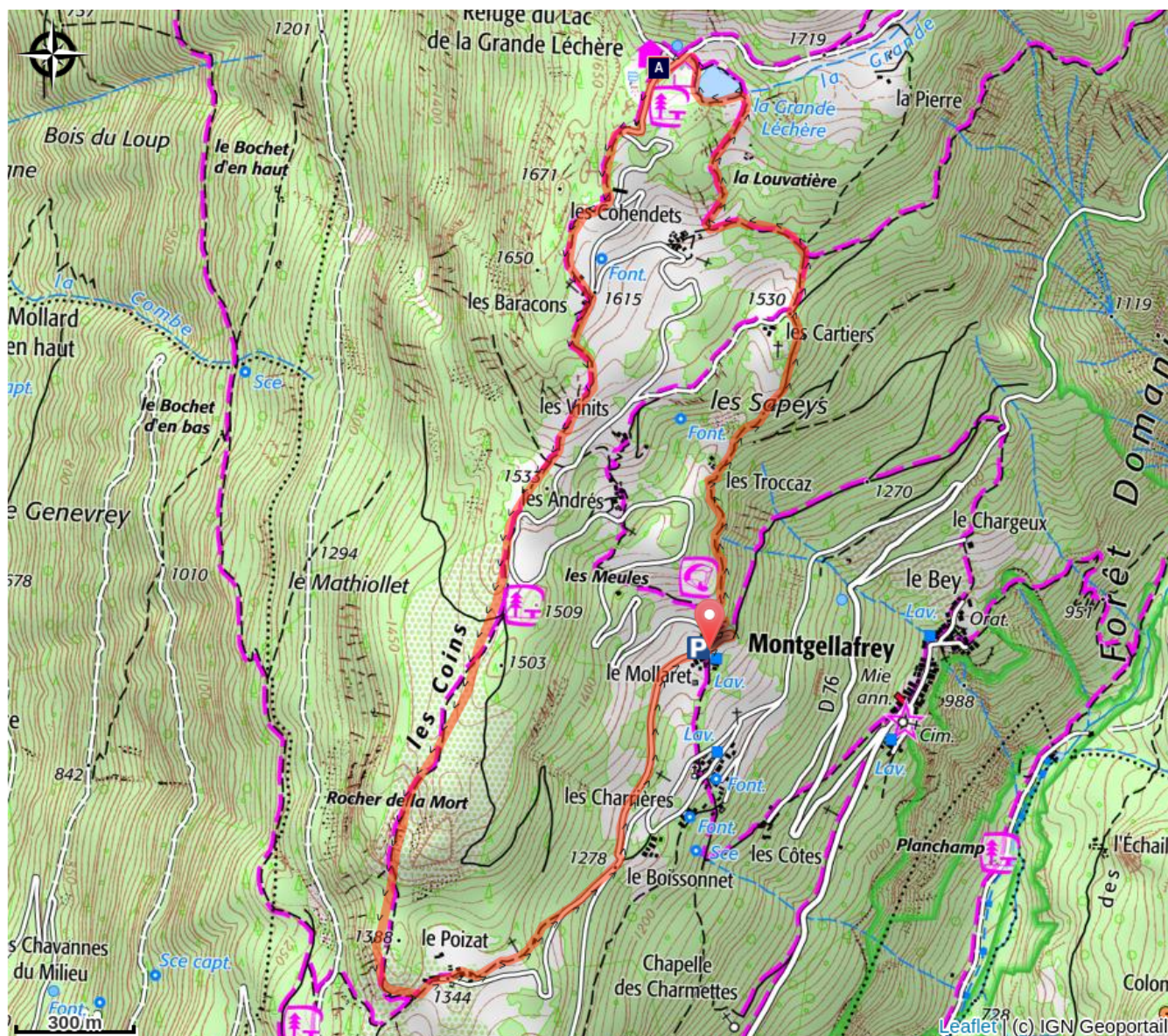
**Communes** : 1. MONTGELLAFREY

## Profil altimétrique



Altitude min 1279 m Altitude max 1691 m

# Sur votre chemin...



 La Grande Léchère (A)

# Toutes les infos pratiques

## Comment venir ?

### Accès routier

De la commune de la Chambre, prendre la direction de Notre-Dame-Du-Cruet puis monter jusqu'à Montgellafrey. Continuer la route jusqu'au lieu-dit le Mollaret.

### Parking conseillé

Le Mollaret

# Sur votre chemin...

---



## La Grande Léchère (A)

Au bord du Lac, ce refuge offre un panorama exceptionnel sur le massif de Belledonne, et l'Etendard. C'est un lieu idéal en famille, été comme hiver pour découvrir ce jolie coin de nature. De nombreuses activités sont possibles : randonnée, escalade, course d'orientation, etc...

06 611 697 31

09 74 77 68 72

refuge.lac.grande.lechere@gmail.com

<http://www.refuge-lac-grande-lechere.com>

Crédit photo : Alban Pernet