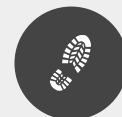




Du refuge de Péclet-Polset au refuge de La Valette

Vanoise - PRALOGNAN-LA-VANOISE

Refuge de la Valette - Commune de Pralognan-la-Vanoise (RENAUD Karine)



Qu'importe le dénivelé ! Entre ambiances douces d'alpages et vues spectaculaires embrassant les glaciers, cet itinéraire en 2 étapes saura vous faire aimer l'ambiance haute montagne.

Cette excursion ne manque pas d'attrait !

Au rythme du son des cloches et des sifflements des marmottes, les randonneurs découvrent des paysages somptueux ainsi qu'une nature préservée. Sans oublier les refuges accueillants où il fait bon se reposer ! **La randonnée chemine d'abord sous les crêtes de l'Argentine puis dans le cirque d'Ariande avec son décor de glace. L'arrivée au refuge de la Valette révèle toute la beauté des sommets environnants, parmi lesquels la Grande Casse, la Pointe de la Grande Glière ou encore l'Aiguille de la Vanoise.**

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 7 h 30

Longueur : 17.5 km

Dénivelé positif : 1235 m

Difficulté : Difficile

Type : Traversée

Thèmes : Pastoralisme, Point de vue, Refuge

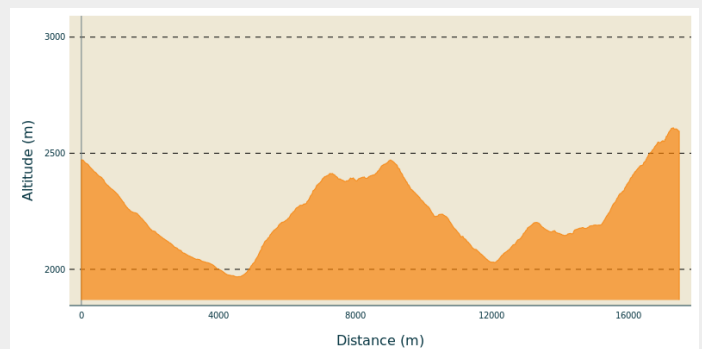
Itinéraire

Départ : Refuge de Péclet-Polset

Arrivée : Refuge de la Valette

Communes : 1. PRALOGNAN-LA-VANOISE

Profil altimétrique



Altitude min 1968 m Altitude max 2609 m

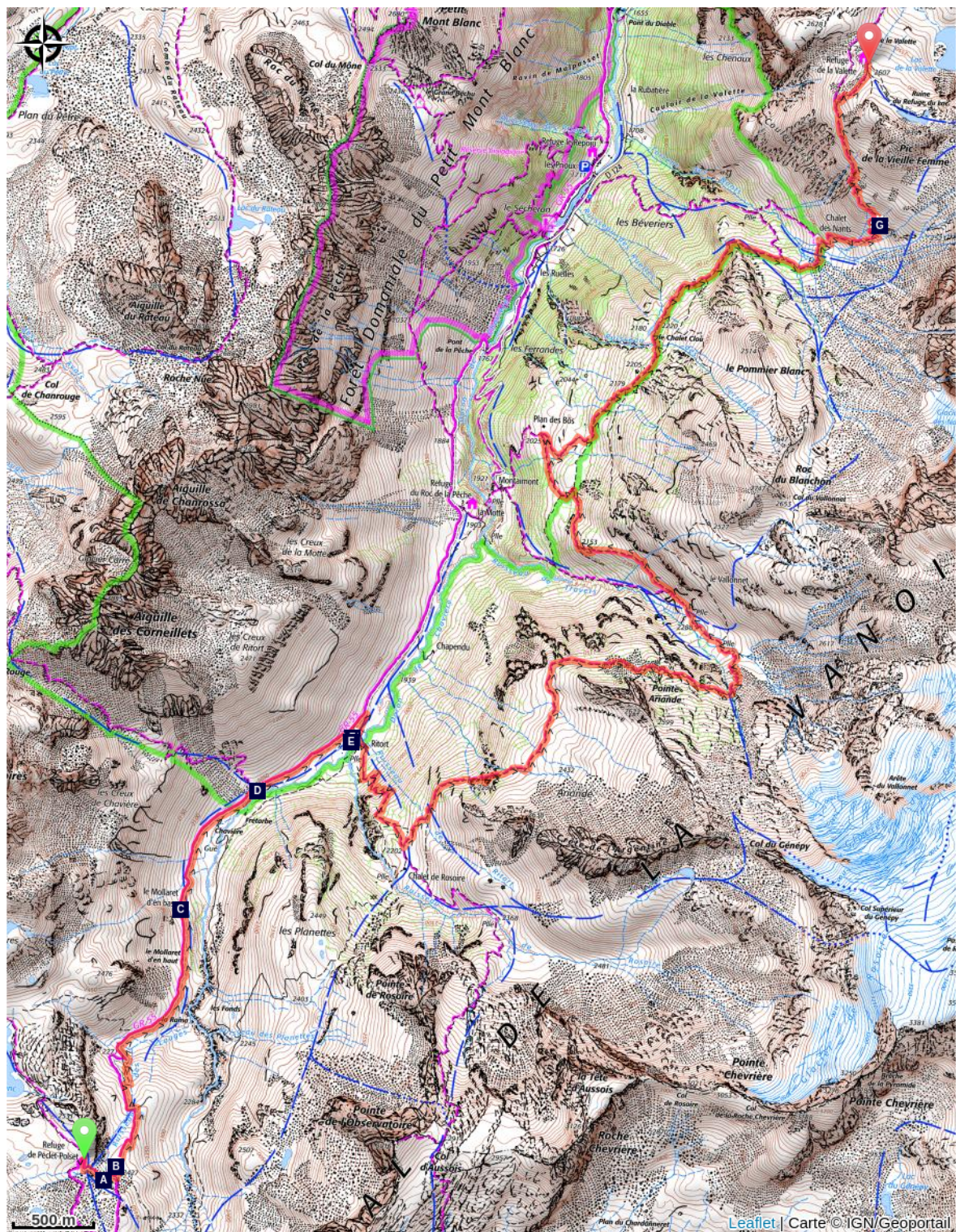
Le sentier descend progressivement en longeant le ruisseau des Lauzes puis le Doron de Valpremont jusqu'à l'intersection de Ritort. Prendre à droite en direction du chalet de Ritort, puis prendre le sentier qui démarre au-dessus des halles.

Le sentier serpente dans l'aulnaie verte. Au chalet de Rosoire, à l'intersection, prendre le sentier qui part à gauche. Suivre le sentier balcon sous la pointe d'Ariande. Une fois dans le cirque du Génépy, descendre dans les lacets du sentier sur la moraine du glacier. Le torrent se traverse grâce à plusieurs passerelles retirées l'hiver et réinstallées à la mi-juin selon l'enneigement.

Après avoir traversé le ruisseau de Travers, à l'intersection, prendre le sentier qui part sur la droite. Descendre jusqu'au chalet du Plan des Bôts, poursuivre sur le sentier jusqu'au chalet des Nants.

Prendre le sentier qui monte et contourne le Pic de la Vieille Femme pour arriver au refuge.

Sur votre chemin...



-  Le « moineau » des montagnes (A)
-  Le pipit spioncelle porte bien son nom (C)
-  Ritort (E)
-  La calotte glaciaire (G)

-  Comme une tarte tatin (B)
-  L'arbé (D)
-  L'alpage de Ritort (F)

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](#).

Sur votre chemin...



Le « moineau » des montagnes (A)

La niverolle alpine vit en altitude toute l'année, dans les prairies et pelouses alpines. Cette cousine du moineau domestique est reconnaissable entre tous, car elle est le plus gros des petits oiseaux présents en hiver à ces altitudes. Dès la fin août, les niverolles alpines se regroupent en bandes. Peu farouches, elles côtoient l'homme sur les restaurants d'altitude en hiver, mais aussi les chalets et refuges pour y nicher.

Crédit photo : PNV - IMBERDIS Ludovic



Comme une tarte tatin (B)

Le refuge de Péclet-Polset se trouve sur un verrou glaciaire (barre rocheuse installée au travers de la vallée glaciaire). Lors de la formation des Alpes et des fortes contraintes des plaques tectoniques, la succession des couches géologiques s'est complètement inversée : les strates géologiques les plus anciennes se sont retrouvées au-dessus des strates les plus récentes, à l'inverse d'une succession normale.



Le pipit spioncelle porte bien son nom (C)

Le pipit spioncelle est un passereau typique des pelouses alpines. D'un plumage plutôt discret, avec un sourcil clair et deux bandes blanches sur les ailes, il se reconnaît surtout à son vol chanté. Il enchaîne ainsi des vols descendants chantés et ascendants muets. Le chant est une succession de « pit », rappelant son nom. Migrateur partiel, il passe l'hiver plus bas en altitude, près des étangs et zones humides. Il se nourrit de graines et d'invertébrés.

Crédit photo : PNV - HERRMANN Mylène



L'arbé (D)

Un « arbé » est une cabane à toit amovible, installée sur un soubassement en pierres. Les arbés sont regroupés l'été en camps itinérants. Ils permettent de suivre les vaches laitières. À chaque déplacement ou "tramée", les bergers emportaient les planches et toiles du toit, mais aussi les chaudrons et ustensiles. Plus tard, les tôles et les bâches ont remplacé les planches et les toiles. Ces abris, qui ont vu le jour au Moyen Âge, sont très présents dans la vallée de Chavière.

Crédit photo : PNV - GARNIER Alexandre



Ritort (E)

Le bâtiment principal de l'alpage de Ritort comporte deux parties accolées présentant deux toitures différentes. Ici, pas de lauzes. Traditionnellement ce sont les ancelles (tuiles de bois fendu) qui sont utilisées. Sont rajoutées quelques lauzes par-dessus pour éviter que le vent ne les arrachent. À Ritort, la partie aval du bâtiment servant de fromagerie possède un toit de tôle qui a été restauré en 1997, à l'identique de ce qui existait avant. L'habitation attenante possède quant à elle une toiture traditionnelle mixte ancelles-lauzes.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe



L'alpage de Ritort (F)

Cet alpage se situe dans la zone AOP Beaufort d'alpage. L'agriculteur fabrique, avec beaucoup de travail et de soin, 4 à 5 meules de Beaufort par jour, selon une recette ancestrale. Avec le petit-lait qui reste, il produit également le sérac, un fromage frais semblable au brocciu corse ou la ricotta italienne.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe



La calotte glaciaire (G)

Une calotte glaciaire est un glacier d'eau douce à la fois très grand et étendue sur une zone large. En levant la tête, vous pouvez admirer la calotte glaciaire des glaciers de la Vanoise. Longue d'environ 13 km, il s'agit de la plus grande calotte glaciaire d'Europe continentale. Elle se présente sous la forme d'une succession de plusieurs dômes et culmine au dôme de l'Arpont à 3599 m. Cette immense étendue de glace fut surnommée « désert blanc » ou « petit arctique » par l'écrivain Roger Frison-Roche. De nombreux torrents s'écoulent à partir de cette calotte. Ils sont désignés par le terme « Nants » et sont visibles dans le cirque du même nom.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe