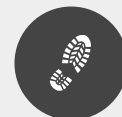


Des barrages d'Aussois au Vallon de l'Orgère par le Col de la Masse

Vanoise - AUSSOIS

Le Col de la Masse (Karine MOUSSIEGT)



Une randonnée tout-en-un : paysages idylliques, terrasses herbeuses, lacs d'altitude, bains de forêt et hauts sommets rocheux !

Sur cette étape du **Tour de la Pointe de l'Echelle**, vous parcourez des milieux aussi diversifiés qu'extraordinaires : le bleu profond du **Lac de Plan d'Amont**, la lumineuse **forêt de l'Orgère** aux arbres multi centenaires et le **paysage lunaire du Col de la Masse**. Là-haut, approchant les 3 000 m d'altitude, vous profiterez d'un **panorama mémorable sur les Ecrins, le Mont Thabor, la Dent Parrachée et le Rateau d'Aussois**.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 6 h

Longueur : 11.9 km

Dénivelé positif : 930 m

Difficulté : Difficile

Type : Traversée

Thèmes : Géologie, Lac et glacier, Point de vue, Refuge

Itinéraire

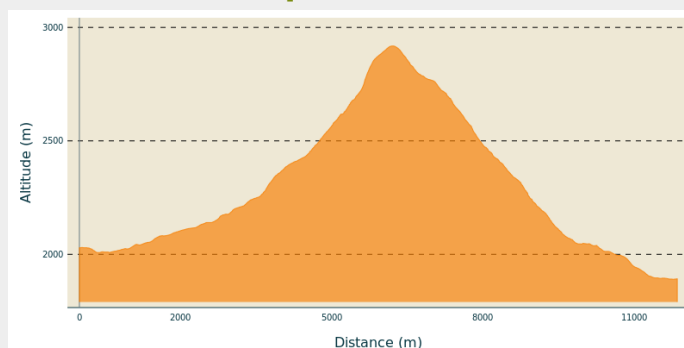
Départ : Barrages de Plan d'Amont - Plan d'Aval

Arrivée : Vallon de l'Orgère

Communes : 1. AUSSOIS

2. VILLARODIN-BOURGET

Profil altimétrique



Altitude min 1890 m Altitude max 2918 m

Passer au pied de l'imposant barrage de Plan d'Amont et suivre la piste carrossable le long pour atteindre la rive droite du lac.

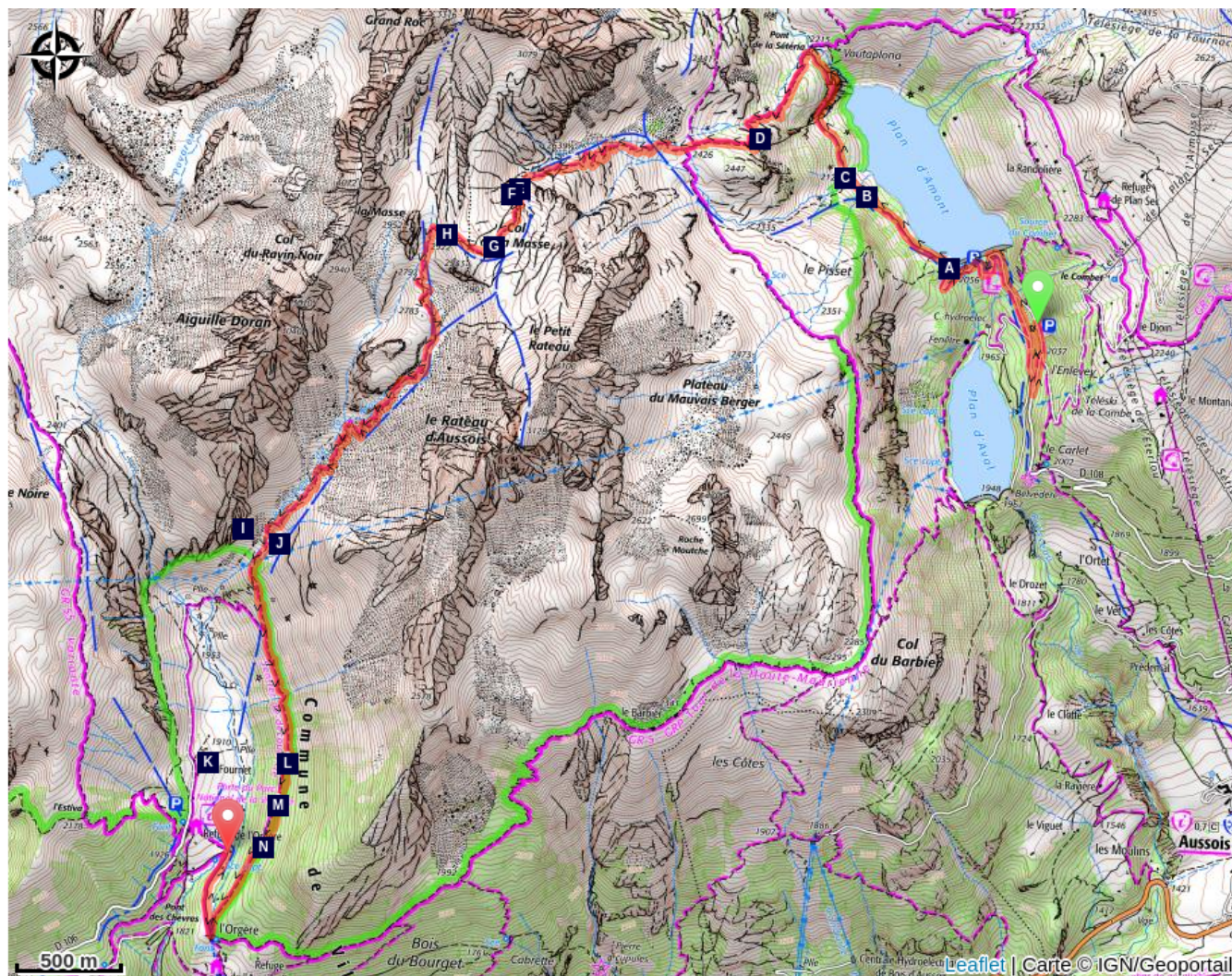
Au Pont de la Sétéria, nul besoin de traverser le torrent mais prendre le sentier montant sur la gauche, matérialisé par un poteau signalétique.

A un tiers de la montée, laisser sur la gauche le sentier qui part au Col du Barbier et poursuivre l'ascension vers le Col de la Masse. Il est conseillé de suivre le balisage rouge et blanc jusqu'au col (poteau).

Sur le bas de la descente, au carrefour coté 2067 m, laisser le sentier à droite descendant directement dans le fond du Vallon de l'Orgère (piste) et rester sur celui en balcon qui vous permet de traverser la forêt par le sentier Nature.

Aux chalets en sortie de forêt, rejoindre votre lieu d'hébergement.

Sur votre chemin...



-  Le rhododendron ferrugineux (A)
-  Le Parc national de la Vanoise (C)
-  L'Éritriche nain (E)
-  Le silène acaule (G)
-  Le bouquetin des Alpes (I)
-  Les chalets (K)
-  Les lichens (M)

-  La cembraie (B)
-  Le fond d'Aussois et les barrages (D)
-  Le lièvre variable (F)
-  Le col de la Masse (H)
-  L'arnica des montagnes (J)
-  La forêt de l'Orgère (L)
-  Le pic noir et la chouette de Tengmalm (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](#).

Sur votre chemin...



✿ Le rhododendron ferrugineux (A)

Surnommé « rose des Alpes », le rhododendron pare la montagne de ses plus belles couleurs dès le milieu du mois de juin et jusqu'à la fin du mois de juillet. Son secret ? Il prépare ses boutons floraux de l'année suivante dès la fin de l'été. Ces boutons, protégés du froid et du gel par la neige, peuvent supporter sans dommages les rigueurs de l'hiver et ainsi fleurir très tôt. Rhododendron signifie en grec *l'arbre rouge* et son qualificatif ferrugineux vient de la couleur rouille du dessous de ses feuilles. Le rhododendron ne se plaît que dans les versants où la neige perdure, lui offrant ainsi une protection contre le gel.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe



✿ La cembraie (B)

La cembraie est une forêt de Pins cembro, ou arolles. C'est un arbre caractéristique de la haute montagne puisqu'il se développe entre 1700 et 2400 mètres d'altitude. Il résiste aux longs hivers rudes et aux températures parfois extrêmes. Il se distingue des autres pins par ses aiguilles groupées par cinq et ses cônes ovoïdes et trapus. Son bois tendre et odorant a toujours été utilisé en ébénisterie et sculpture, notamment au 17^e et 18^e siècle pour la réalisation des retables baroques. Les montagnards consomment ses cônes ou ses graines, concurrençant ainsi le casse-noix moucheté. Associé aux rhododendrons, aux myrtilles et aux airelles, il constitue, dans l'étagement montagnard, la « zone de combat », c'est-à-dire la césure entre l'étage subalpin et l'étage alpin. C'est à ce niveau que la forêt disparaît progressivement.

Crédit photo : PNV - MOUSSIEGT Karine



🏠 Le Parc national de la Vanoise (C)

« Voici l'espace. Voici l'air pur. Voici le silence. Le royaume des aurores intactes et des bêtes naïves... » C'est avec ces mots que Samivel écrivait les commandements du Parc national de la Vanoise. Créé en 1963, cet espace protégé constitue le premier des parcs nationaux français. Vous entrez dans « le grand jardin des Français », qu'il vous appartient de respecter. La réglementation figure sur les différents panneaux mis à l'intention des randonneurs.

Crédit photo : PNV - BRÉGEON Sébastien



✿ Le fond d'Aussois et les barrages (D)

Les deux lacs de barrages occupent l'emplacement de deux anciens alpages. Un projet de troisième lac devait envoyer l'alpage de Fond d'Aussois. Ces trois plateaux successifs sont des comblements d'ombilic glaciaire. Trois lacs peu profonds devaient exister à la fonte des glaciers. Ils ont été comblés par des dépôts fluvio-lacustres pour ensuite devenir d'accueillants alpages. La photo montre les deux alpages de Plan d'Aval et Plan d'Amont traversés par le paisible torrent du Saint-Benoit.

Crédit photo : PNV - LACOSSE Pierre



✿ L'éritriche nain (E)

Parmi le cortège floristique de plantes naines recouvrant les crêtes ventées, l'*Eritrichium nanum* prédomine. Ses jolies fleurs bleues se trouvent très haut en altitude jusqu'à 3750 m, toujours groupées en coussinets, blotties dans les interstices rocheux des crêtes dénudées, souvent en compagnie de génépi et d'androsaces. Ce petit myosotis peut vivre des dizaines d'années. L'éritriche nain a été nommé ainsi par le botaniste Schrader en raison de son aspect velu et soyeux : en grec, *erion* signifie laine et *thrix*, cheveux.

Crédit photo : PNV - BALAIS Christian



✿ Le lièvre variable (F)

Surnommé blanchot ou blanchon, le lièvre variable (*Lepus timidus*) possède un pelage d'été brun rocaillé, et un pelage d'hiver tout blanc à l'exception de la pointe de ses oreilles. Ses pattes postérieures plus larges, font office de raquettes à neige, lui permettant ainsi de se déplacer facilement sur la neige. Maître du camouflage, il nous révèle sa présence en hiver par les traces en forme de Y qu'il laisse sur la neige. Si le tétras-lyre passe une grande partie de son hiver dans un igloo de neige, le lièvre variable, lui, reste actif toutes les nuits. Il cherche des graminées sur les zones déneigées ou mange l'écorce de certains feuillus.

Crédit photo : PNV - MOLLARD Maurice



✿ Le silène acaule (G)

Cette plante d'altitude, facile à reconnaître par sa couleur violette, a également la particularité de pousser en coussinet. Cette singularité propre à plusieurs espèces de haute montagne est très utile pour résister au froid et au vent. Ce coussinet dont les plus âgés peuvent atteindre plus de 50 ans, contribue la création d'un micro-écosystème qui sera ensuite exploité par d'autres espèces végétales, contribuant ainsi à la colonisation des végétaux.

Crédit photo : PNV - FOLLIET Patrick



🏔 Le col de la Masse (H)

Sommet du circuit, le col de la masse offre un panorama à 360° avec au sud les Écrins, la Meige et le Pelvoux, au nord la pointe de l'Échelle, au nord-est les glaciers de la Vanoise et la dent Parrachée, et tout au fond, à l'est, l'Albaron !

Crédit photo : PNV - BRÉGEON Sébastien



🐾 Le bouquetin des Alpes (I)

L'histoire du bouquetin est intimement liée à celle du Parc national puisque, après avoir failli complètement disparaître du massif, l'interdiction de chasser au cœur du Parc a permis de sauver les derniers individus. En 1980, une quinzaine de bouquetin ont été réintroduits après avoir été capturés en Maurienne. Depuis, le bouquetin a réussi à recoloniser de nombreux massifs des Alpes françaises. Il est aujourd'hui l'espèce emblématique du Parc de la Vanoise.

Durant l'été, les bouquetins montent en altitude pour rechercher de la fraîcheur. Les mâles passent la majeure partie de la journée à se reposer à l'ombre d'un rocher, et ne sont actifs que le soir ou le matin, période durant laquelle ils profitent de la fraîcheur pour s'alimenter. Les femelles, appelées étagnes, occupent falaises et vires rocheuses afin de mettre bas et d'élever leur petit à l'abri des regards indiscrets. Elles consacrent leur temps à l'élevage des jeunes sur des falaises souvent escarpées. Si vous êtes équipés de jumelles, vous pourrez sans doute apercevoir des femelles couchées sur les vires herbeuses, tandis que les cabris batifolent sans se soucier des à-pics qui les entourent.

A la mauvaise saison, le bouquetin descend vers les fonds de vallée. Il modifie son régime alimentaire et double son pelage. A la différence de la marmotte qui hiBerne, le bouquetin hiVerne, c'est-à-dire qu'il reste éveillé et s'adapte aux conditions défavorables. C'est pourquoi, l'été, le bouquetin doit absolument se constituer de grosses réserves (de graisses notamment) pour passer l'hiver sans encombre. Il ne faut donc pas le perturber, ni en pâture, ni en milieu de journée quand il rumine.

Crédit photo : PNV - BEURIER Mathieu



🌼 L'arnica des montagnes (J)

Véritable petit soleil, cette fleur jaune aux faux airs de marguerite est assez commune dans la lande et les pelouses subalpines. L'arnica montana est connue pour ses propriétés médicinales : utilisées en macérat huileux, les fleurs sont très efficaces dans la résorption des hématomes. Mais attention à ne pas l'avaler car cette jolie fleur se révèle un poison très dangereux, voire mortel. Menacée d'extinction, l'arnica ne doit surtout pas être cueillie !

Crédit photo : PNV - BALAIS Christian



Les chalets (K)

Quand la plupart des zones plates, plus propices à l'installation de chalets étaient occupées, il fallait construire dans la pente, dans des secteurs plus exposés aux avalanches. Certains chalets ont donc dû adopter une architecture spécifique leur permettant de résister aux avalanches : semi-enterrés, orientés dans le sens de la pente et protégés par un éperon de protection dénommé « tourne ».

Crédit photo : PNV - BRÉGEON Sébastien



La forêt de l'Orgère (L)

Composée d'un mélange de pins Cembro et de mélèzes d'Europe, la forêt de l'Orgère ne connaît aucune exploitation forestière depuis 1943. Elle possède de ce fait des caractéristiques écologiques qui la rapproche des forêts primaires : beaucoup d'arbres multiséculaires et des proportions importantes de bois mort.

Crédit photo : PNV - BUCZEK Jessica



Les lichens (M)

Un lichen est le fruit d'une symbiose entre une algue et un champignon : le champignon protège l'algue, il lui donne de l'eau et des sels minéraux et l'algue fabrique des sucres et d'autres produits, qu'elle partage avec le champignon. Excellent indicateur de la qualité de l'air, capable de supporter des conditions de vie extrêmes, on en trouve de très nombreuses espèces dans la forêt de l'Orgère, dont le lichen des loups qui se développe presque uniquement sur le mélèze. D'une couleur jaune soufre très vif, c'est le seul lichen toxique de France. La légende veut qu'il tire son nom du fait qu'il était utilisé comme poison contre le loup.

Crédit photo : PNV - TISSOT Nathalie



Le pic noir et la chouette de Tengmalm (N)

Quoique farouche, le plus grand des pics européens ne passe guère inaperçu en raison de ses cris : des « kru kru kru » en vol souvent suivis d'un « ptieuh » puissant lorsqu'il se pose. Noir, de la taille d'une corneille, il possède une calotte rouge sur tout le crâne chez le mâle et limitée à la nuque chez la femelle.

Recherchant la présence de vieux arbres pour y creuser son nid, son rôle est déterminant pour la chouette de Tengmalm. Cette chouette forestière boréale ne pouvant pas creuser elle-même ses loges dans le bois, elle doit donc utiliser les anciennes loges réalisées par le pic noir.

Crédit photo : PNV - MOLLARD Maurice