

Etape tour de la Masse : Bruyères - Gittamelon



Parc national de la Vanoise - LES BELLEVILLE

Le Petit Lac de Montfiot (RUTTEN Céline)

L'une des étapes d'une boucle de 2 jours autour de la pointe de la Masse (sens horaire).

empreinte un itinéraire balisé GTT (Grand Tour de Tarentaise).

"C'est un long cheminement qui donne le temps de laisser libre cours à sa pensée, de savourer les différents paysages traversés, de regarder avec un œil peut-être un peu différent cette nature montagnarde : fleurs multicolores, oiseaux nous survolant ou bien au loin un groupe de mouflons, qui sait?" *Céline Rutten, garde-monitrice PNV*

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 8 h

Longueur : 16.2 km

Difficulté : Sportif

Type : Traversée

Thèmes : Flore, Lac et glacier, Point de vue

Accessibilité : Joëlette

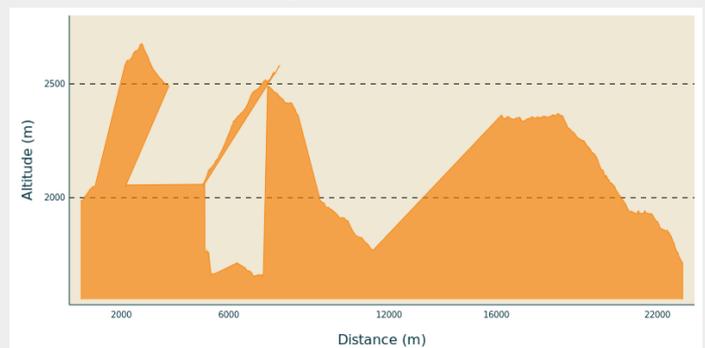
Itinéraire

Départ : parking du Plan de l'eau des Bruyères aux Ménuires

Arrivée : Refuge de Gittamelon

Communes : 1. LES BELLEVILLE

Profil altimétrique



Altitude min 0 m Altitude max 0 m

Du Parking des Bruyères, s'engager sur le sentier qui s'élève en balcon au dessus du Plan de l'eau et le suivre jusqu'au refuge du lac du Lou (environ 1h). Juste après le refuge prendre le sentier en direction du Grand lac de Montfiot (environ 2h), puis le Petit lac de Montfiot. Rejoindre le Collet Blanc (environ 1h), situé à 2670m d'altitude, point culminant du parcours, qui permet de basculer dans la vallée des Encombres. Descendre au lac de la Montagnette (environ 15min), puis poursuivre par le sentier balcon à travers le Grand Plan, jusqu'au Chalet du Fruit Commun (environ 1h). Le sentier descend plus franchement et traverse le ruisseau du Gros Mollard. Rejoindre la route des Encombres aux Carriots (environ 2h30) puis le refuge de Gittamelon (repas et nuitées au 0663787528).

Sur votre chemin...



-  Le hameau des Bruyères (A)
-  Modules d'interprétation (C)
-  Le refuge du lac du Lou (E)
-  Les lacs de Montfiot (G)
-  Le chalet du Fruit commun (I)

-  Plan de l'eau des Bruyères (B)
-  Le Bienheureux Paul (D)
-  Lac du Lou (F)
-  Le lac de la montagnette (H)

Toutes les infos pratiques

Recommandations

Pensez à réserver votre nuitée:

Refuge de Gittamelon: 0663787528

Comment venir ?

Transports

Desserte ferroviaire jusqu'à Moûtiers. Renseignements : www.oui.sncf. Puis transport en autocar jusqu'aux Ménuires. Renseignements : www.transavoie.com. Navettes gratuites sur la vallée des Belleville. Renseignement : Transdev Savoie. Départ de randonnée distant d'environ 1km du centre du village des Ménuires.

Accès routier

Depuis Moutier prendre la D117 en direction de la vallée des Belleville. Passer Saint-Jean-de-Belleville, puis Saint-Martin-de-Belleville. Au niveau du rond point des Ménuires poursuivre en direction de Val Thorens. Le parking du plan d'eau des Bruyères se situe environ 2km plus loin, à droite.

Parking conseillé

parking du Plan de l'eau des Bruyères aux Ménuires

Accessibilité

 Joëlette

Lieux de renseignement

Office de Tourisme de Val Thorens

818 Grande Rue, Maison de Val Thorens,
73440 Val Thorens

valtho@valthorens.com

Tel : 04 79 00 08 08

<https://www.valthorens.com>

Office de Tourisme des Menuires - La Croisette

1269, Avenue de la Croisette, 73440 Les
Menuires

contact@lesmenuires.com

Tel : 04 79 00 73 00

<https://lesmenuires.com>

Office de Tourisme des Menuires - Les Bruyères

Les Bruyères, 73440 Les Menuires

contact@lesmenuires.com

Tel : 04 79 00 73 00

<https://lesmenuires.com>

Sur votre chemin...

Le hameau des Bruyères (A)

Depuis de nombreuses générations, les chalets comme ceux constituant le hameau des Bruyères servaient de montagnettes d'été où était fabriqué et stocké le fromage par les habitants de la vallée du Doron des Belleville. Aujourd'hui, ces bâtiments sont devenus restaurants, bars, résidences secondaires...ou toilettes publiques ! Les rouges-queues noirs s'y sont également installés : leur chant rappelant le bruit d'un papier aluminium que l'on froisse est caractéristique, mais ce sont surtout leur mimiques, perchés sur le fait des toits, qui ne les laissent pas passer inaperçus.



Plan de l'eau des Bruyères (B)

La Bruyère et les milieux humides de Plan de l'Eau sont des espaces naturels très riches qui abritent de nombreuses espèces : tritons alpestres, grenouilles rousses, truites fario. 15 espèces protégées au niveau national et 5 milieux naturels reconnus par l'Union Européenne y ont présents.

Depuis 2003 cet espace naturel bénéficie d'une protection départementale par arrêté de protection de biotope. Pour découvrir cet écosystème remarquable, un sentier d'interprétation très facile autour du plan d'eau propose des supports pédagogiques.

Curiosité : en prenant de la hauteur en direction du lac du Lou, vous apercevrez la croix du Bienheureux Paul ; un pèlerin espagnol qui tenta de traverser les Alpes et dont la sépulture se trouve à l'église de Saint-Martin-de-Belleville.

Crédit photo : Vincent_LOTTENBERG



Modules d'interprétation (C)

L'eau est le fil conducteur de ce sentier d'interprétation. Vous découvrirez ses usages dans la vallée, les plantes et animaux qu'elle abrite et l'importance de sa préservation. Des glaciers aux zones humides en passant par le torrent du Lou, l'élément liquide est omniprésent et façonne les paysages depuis des millénaires.

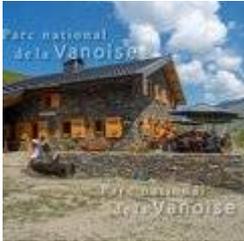
Crédit photo : RUTTEN



Le Bienheureux Paul (D)

En janvier 1721, se présenta dans la vallée un pèlerin vêtu comme un moine. Il venait d'Aragon en Espagne, et se rendait à Rome. Aux Bellevillois qui le dissuadèrent de poursuivre son chemin dans la neige, il répondit qu'il avait fait vœu de ne jamais revenir sur ses pas. Au printemps, on le retrouva mort à proximité du lac du Lou. La neige avait fondu autour de son corps pour laisser place à un parterre de fleurs. Le saint homme fut enterré là et l'on vint prier sur sa tombe. En 1730, à la suite d'une guérison miraculeuse, l'archevêque de Moûtiers ordonna que le corps du pèlerin fût transféré sous une dalle de l'église de St Martin où il repose encore. Où s'arrête l'histoire et où commence la légende ? A vous de décider. Mais en passant ici fin avril, on ne peut s'empêcher de songer au Bienheureux Paul, lorsque l'on découvre un tapis de crocus...

Crédit photo : Christophe Gotti, PNV



Le refuge du lac du Lou (E)

Ancien bâtiment d'alpage datant d'environ 1845, le refuge du Lac du Lou accueille ses premiers randonneurs à partir des années 80. Entièrement rénové en 2017 par la commune pour vous offrir plus de confort, ce chalet chaleureux, situé juste au bord du plus grand lac de la vallée (7 ha), vous accueille l'été et l'hiver. N'hésitez pas à venir y passer la nuit, afin de profiter du soir et du petit matin en montagne.

Crédit photo : Chloé Tardivet, PNV



Lac du Lou (F)

Un vallon préservé, un lac translucide et une vue magnifique font du lac du Lou un site incontournable des Belleville.

Le lac tient son nom du patois lou qui signifie lac. Formé lors du retrait du glacier, le lac du Lou atteint la profondeur de 17,50 m près du torrent du Revers. Sa température de surface varie au cours de l'été de 5 à 12 degrés environ. On y trouve 2 espèces piscicoles introduites par la société de pêche : l'omble chevalier et la truite fario. Le premier vit plutôt en profondeur et se reproduit naturellement dans les lacs alpins. La seconde nécessite des alevinages fréquents car, si elle se développe normalement, elle ne trouve pas ici les conditions nécessaires à sa reproduction. Moins habituels, le chabot et le vairon, vraisemblablement apportés par des pêcheurs, se sont établis dans le lac. Une gestion réfléchie est nécessaire afin que chaque espèce trouve sa nourriture dans ce milieu relativement pauvre et fragile.

Crédit photo : Christophe GOTTI

Les lacs de Montfiot (G)

La vallée des Belleville est un territoire de pêche exceptionnel avec de nombreux lacs naturels de montagne. Le Grand lac de Montfiot, situé à 2483 m d'altitude, présente une surface de 1,56 hectare. Le Petit lac de Montfiot, à 2605m d'altitude, est trois fois plus petit avec 0,46 hectare. La truite fario s'y développe normalement mais ne trouvant pas ici les conditions nécessaires à sa reproduction, elle nécessite des alevinages fréquents. La végétation en bordure du lac, linaigrettes et carex, permet à de nombreuses libellules de se reproduire, comme l'aeschne des joncs.

Le lac de la montagnette (H)

Le lac de la Montagnette a une superficie de 1,16 ha. Havre de paix et de tranquillité, ce lieu est propice à une pause pique-nique et, fréquemment aleviné, il se prête parfaitement à la pêche de la truite fario et arc-en-ciel. Ce secteur est le territoire d'été d'une harde de mouflons descendants de quelques individus introduits par la société de chasse dans les années 1970.

 **Le chalet du Fruit commun (I)**

Situé à 2365 m d'altitude, ce chalet non gardé, propriété de la commune des Belleville est laissé à la disposition des randonneurs. D'ici, vous aurez un point de vue remarquable sur le Grand Perron des Encombres culminant à 2824 m et dominant la vallée des Encombres. Ce sommet fait le lien entre les vallées de Maurienne et de Tarentaise, il abrite une harde de bouquetins des Alpes et les vautours fauves y sont souvent présents.