Etape 1 : De Gittamelon au Loup du Loup

Enfilez vos meilleures chaussures et sortez vos bâtons de marche pour une boucle sportive qui flirte avec les hauteurs... Bastion rocheux entre la vallée des Encombres et Les Belleville, la Pointe de la Masse se découvre sur une boucle de deux jours de randonnée.

Le mythique sommet du domaine skiable des **Menuires**, **la Masse**, est ceinturé d'un **sentier en balcon** qui fait basculer les **randonneurs aguerris** d'une vallée à l'autre. L'une est un paradis du ski alpin l'hiver. L'autre, plus sauvage, est **le territoire des marmottes et de nombreux chamois.** Le long d'un **défilé de hauts sommets**, l'itinérance sur deux jours permet de découvrir des **hameaux savoyards authentiques** comme de nombreux lacs d'altitude, dont le **Lac du Lou.**

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 5 h 30

Longueur : 14.1 km

Dénivelé positif : 729 m

Difficulté : Difficile

Type : Traversée

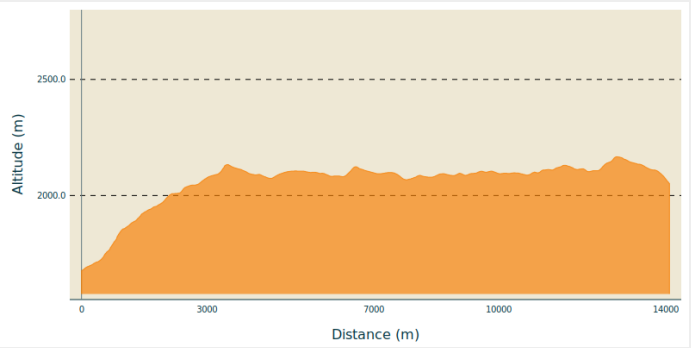
Thèmes : Flore, Lac et glacier, Point de vue

Accessibilité : Joëlette

Itinéraire

Départ : Refuge de Gittamelon
Arrivée : Refuge du Lac Loup
Balisage : GR
Communes : 1. LES BELLEVILLE

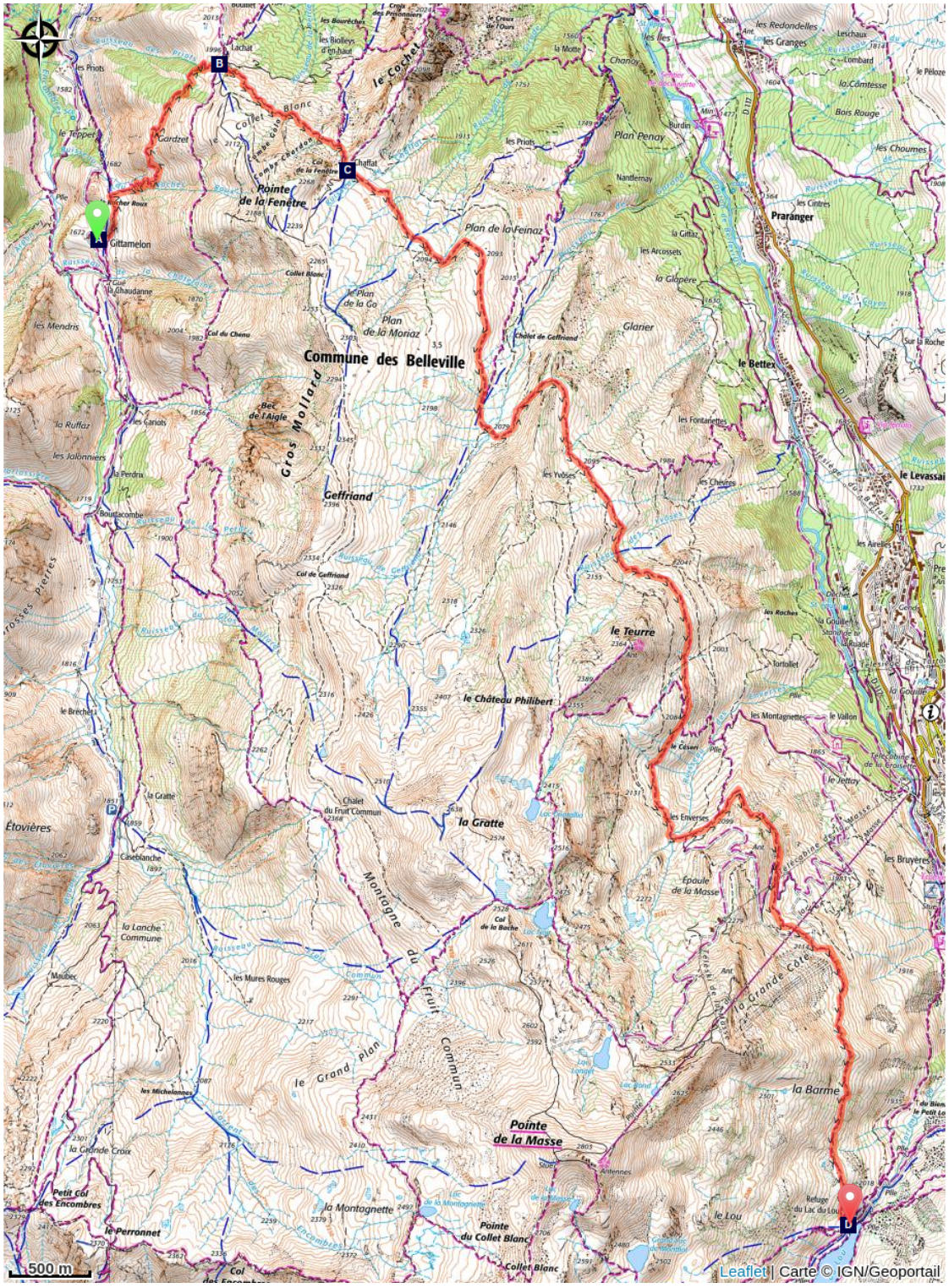
Profil altimétrique



Altitude min 1676 m Altitude max 2167 m

Du refuge de Gittamelon, laisser la chèvrerie à gauche pour monter dans la prairie par le sentier. Peu avant le Rocher Roux, bifurquer à droite et passer sous la ligne électrique. Le sentier monte en lacet jusqu'à Lachat (environ 1h). Traverser le chemin de terre et continuer en face par le sentier légèrement montant jusqu'au col de la Fenêtre (environ 45min). Prendre la direction du vallon de Geffriand (environ 45 min) et rejoindre Les Ménuires via le vallon des Yvôses, puis le refuge du lac du Lou (environ 3h) (repas et nuitées au 0770228679), d'où se fait la descente jusqu'au parking des Bruyères.

Sur votre route...



Dans le hameau de Gittamelon (A)

Hameau de Lachat (B)

Chaffat (C)

Le refuge du lac du Lou (D)

Toutes les informations pratiques

⚠ Recommandations

Pensez à réserver si vous voulez faire une halte au Refuge du Lou: 0770228679

Comment venir ?

Transports

Envie de randonner en Vanoise sans prendre la voiture ? C’est simple !

Les vallées de Tarentaise et de Maurienne sont facilement **accessibles en train**, grâce à plusieurs gares situées au cœur du territoire.

Sur place, **des lignes de bus régulières** vous emmènent jusqu’aux villages et stations, portes d’entrée idéales pour partir à la découverte des sentiers du Parc national de la Vanoise et des réserves naturelles nationales gérées par le Parc.

Choisir les transports en commun, c’est commencer l’aventure tout en préservant ce territoire d’exception. Retrouvez toutes les infos pratiques sur **vanoise-parcnational.fr**

Pour préparer votre trajet, utilisez le **calculateur d’itinéraires Oùra** ci-dessous.

Accès routier

Depuis Moutiers prendre la D117 en direction de la Vallée des Belleville. Dépasser Saint-Jean-de-Belleville et continuer jusqu'au chef-lieu de Saint-Martin-de-Belleville. A l'entrée du chef-lieu, prendre à droite la petite route menant au Châtelard. A l'entrée du hameau du Châtelard, prendre à gauche en direction de la « vallée des Encombres » et suivre cette route jusqu’au hameau de Gittamelon. Se garer à gauche à l'entrée du hameau, à 50m du refuge.

Parking conseillé

Parking à l'entrée du hameau de Gittamelon, à 50m du refuge de Gittamelon

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 route...



Dans le hameau de Gittamelon (A)

Bergers et leurs troupeaux, fromagers, gardiens de refuge... la vallée des Encombres est bien vivante ! Suivez les troupeaux au son de leurs clarines, ces cloches de tailles variables que l'on suspend au cou des animaux et qui permettent de les repérer plus facilement. Le refuge de Gittamelon accueille les randonneurs pour le petit café du midi, le repas ou la nuitée. Ce sont alors les aiguilles de la Moendaz (2697m) qui vous souhaiteront bonne nuit.

Crédit : admin



Hameau de Lachat (B)

C'est une vue époustouflante sur le Mont Blanc (4810 m), qui vous attend en arrivant au hameau de Lachat. Accessible uniquement en véhicule l'été, les maisons de ce hameau d'alpage ont toutes été rénovées. La Croix des Prisonniers, érigée en 1955 au sommet du Cochet, rend hommage aux prisonniers de la seconde guerre mondiale qui sont tous revenus sains et saufs au village.

Crédit : Ludovic IMBERDIS



Chaffat (C)

Cette bâtisse, située à 2087 m d’altitude, a été construite en 1888. Les façades ont été recouvertes d'un enduit très résistant, appelé « grilla », dont la belle teinte rosée est due à la présence d’oxyde de fer. Ce plâtre était obtenu par cuisson du gypse qui était recouvert de terre. Le gypse était extrait de petites carrières aux alentours des villages de Béranger, du Châtelard et de Villarenger. Il était ensuite cuit pendant 8 à 10 jours sans interruption, puis cassé à la masse pour être réduit en poudre. Ce bâtiment a toujours un usage pastoral.

Crédit : Ludovic IMBERDIS



Le refuge du lac du Lou (D)

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 : Chloé Tardivet, PNV