

Marathon de la Lauzière

Vanoise - LES AVANCHERS-VALMOREL



Le Marathon de La Lauzière est le trail le plus long de l'offre "territoire de trail" des Vallées d'Aigueblanche.

Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 6 h 30

Longueur : 44.4 km

Dénivelé positif : 2987 m

Difficulté : Sportif

Type : Boucle

Thèmes : Flore, Point de vue, Sommet

Itinéraire

Départ : Terrain de beach volley, Station de Valmorel

Arrivée : Terrain de beach volley, Station de Valmorel

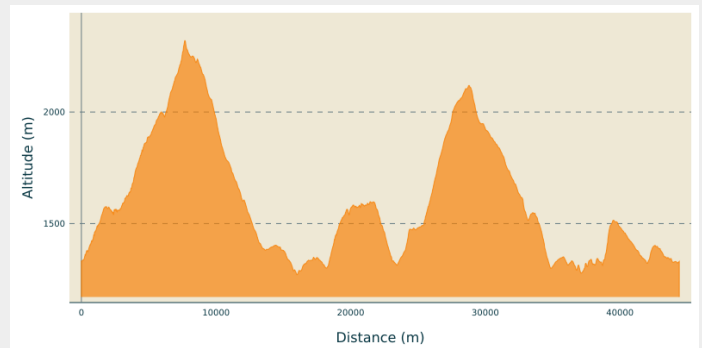
Balisage : ■ PR

Communes : 1. LES AVANCHERS-VALMOREL

2. SAINT-JEAN-DE-BELLEVILLE

3. LA LECHERE

Profil altimétrique



Le départ s'effectue au cœur de la station de Valmorel, au niveau du terrain de beach-volley. Ce parcours vous conduira, de la vallée du Morel à la vallée de l'Eau Rousse avant de revenir vers votre point de départ.

La première partie du tracé de 17kms (trail de Crève-Tête) conduit au point culminant du parcours, le sommet de Crève-Tête (2342m). C'est donc, dès le départ 7.6 kms et 1000m de dénivelé positif qui vous attendent. Profiter au sommet de la vue saisissante sur le massif de la Lauzière où vous allez courir dans quelques heures !

20 minutes de course somptueuse viendra récompenser l'effort en évoluant sur un sentier en crête, en apesanteur entre les vallées des Belleville et la vallée du Morel.

Descendre vers la station de Valmorel puis remonter la rue du bourg avant de se diriger vers la Grange aux fées, hôtel à la sortie de la station et direction la Lauzière.

Après cette longue descente vers la station, les difficultés reprennent avec au programme un sentier de 1.5kms et 250 de dénivelé positif pour accéder sur le secteur de Doucy. Profiter d'une relance d'un kilomètre avant de plonger sur votre droite à l'indication " le petit Mussillon" vers Celliers-dessus et la vallée de l'Eau Rousse (km 22).

Après 1.5km de sentier technique et souvent humide, traverser le torrent de l'Eau Rousse, franchir le village de Celliers-Dessus (1360m) et entamer la deuxième grosse difficulté de la journée.

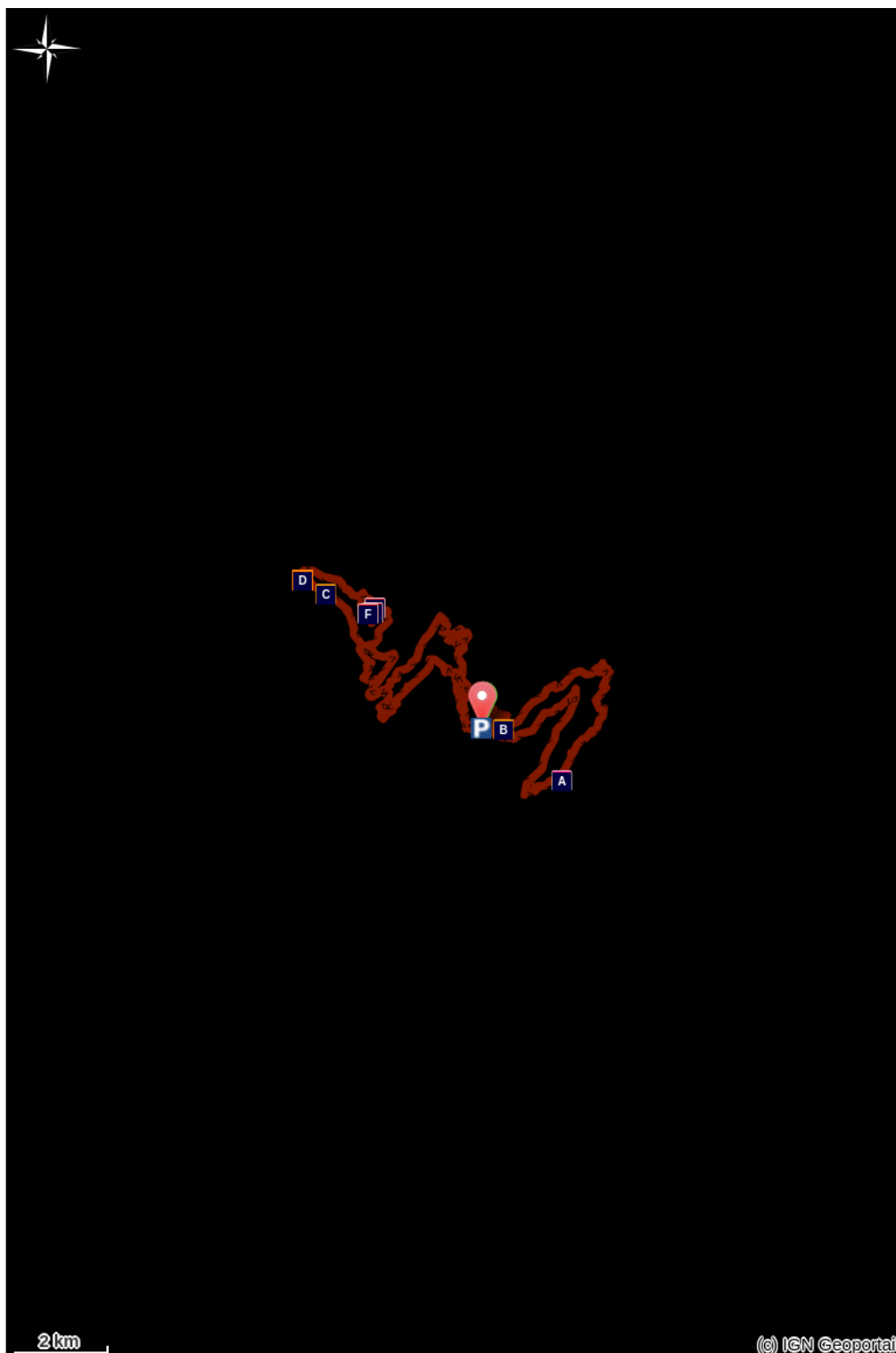
Entrer dans le massif minéral de la Lauzière par une ascension de 5kms et 750m de dénivelé positif en empruntant un sentier en direction du lac Branley. A l'altitude 2110 et le km 35 du parcours, basculer alors vers le refuge du logis des Fées (1838m) en passant par le lac de l'Arpettaz.





Ensuite direction Celliers-Dessus (km 39.5). Passer en rive droite de l'Eau Rousse et profiter d'un peu de fraîcheur en empruntant un joli sentier en sous-bois qui dépose à l'indication "Les Charmettes".




Quelques centaines de mètres à accomplir et c'est une vue imprenable sur le cirque de Valmorel et la descente vers Quarantes Planes (1340m), hameau situé au « Centre de la Savoie ». Le retour vers Valmorel se profile.

Il reste 3.8 km à accomplir avant l'arrivée, une dernière bosse de 700 mètres à "avalier" et 70m de dénivelé positif pour fondre vers Valmorel.

Sur votre chemin...



-  Sommet de Crève-Tête (A)
-  Le Patou (C)
-  Paravalanches (E)
-  Sentier découverte des paravalanches (G)

-  La ferme Valmo'bourricot (B)
-  Lac Branlay (D)
-  Le refuge Logis des Fées (F)

Toutes les infos pratiques

Comment venir ?

Accès routier

Depuis Albertville, RN90 (sortie 37), RD97 (traversée de La Léchère), puis RD97A (traversée de Bellecombe) puis RD95 jusqu'à Valmorel.

Depuis Moûtiers, RN90 (sortie 38), RD92 (traversée d'Aigueblanche), puis RD94 jusqu'au rond point puis RD95 jusqu'à Valmorel.

Parking conseillé

Station de Valmorel

Sur votre chemin...

Sommet de Crève-Tête (A)

Le sommet de Crève-Tête (2342m) est idéalement placé entre la vallée de Belleville et celle des Avanchers-Valmorel pour bénéficier d'un panorama pittoresque à 360° : Les Aravis, le Beaufortain, le Mont Blanc, La Vanoise, Les Encombres, La Lauzière...et tout au fond la Meije et les Ecrins !

Au sommet une croix qui, en 2016, a remplacé la précédente en place depuis 1935. 1935 : l'Abbé Alphonse CHARLES qui a été curé aux Avanchers de 1931 à 1939 décide d'implanter une croix au sommet de Crève-Tête, signe de foi et de protection. Le grand danger de cette époque : les avalanches qui descendaient très près des villages. Côté Avanchers, sur de grandes pentes déboisées rien ne retenait la neige en cas de grosses chutes.

Juin 2016 installation d'une croix en fer galvanisé bénie par l'abbé Marcel PERRIER (Évêque savoyard). Croix et matériaux héliportés sur place.



La ferme Valmo'bourricot (B)

De nombreux animaux vous attendent dans cette mini ferme : poules, oies, cochons, chèvres, lapins... Apprenez-en plus sur leur mode de vie dans l'environnement montagnard. Vous pouvez même randonner avec un âne ou vous procurer du savon au lait d'ânesse. Petite pause idéale en famille.

Ouverture en été.

Tarif : 5 €. Gratuit pour les moins de 3 ans. Entrée incluse dans le Pass'Aventure

Enfants obligatoirement accompagnés par un adulte.

06.81.17.11.51 / 06.77.61.49.65

<https://www.valmorel-ane.fr/la-mini-ferme-de-valmo-bourricot/>

Crédit photo : Scalp-OTWA 7



Le Patou (C)

Un bon chien de protection, surveillant son troupeau, prévient le berger de chaque intrusion dans un périmètre proche des moutons. Un tel chien aboyant et dévalant la pente peut vous impressionner. Si tel est le cas, gardez un comportement calme, ne criez pas, ne jetez pas de pierre, ne menacez pas avec votre bâton. Le chien prendrait cela comme une agression. Arrêtez-vous ou continuez à contourner le troupeau. Le chien vous flairera, reconnaîtra un humain puis après parfois vous avoir accompagné un moment pour s'assurer de vos intentions, repartira vers son troupeau.

Crédit photo : Béranger Philippe



Lac Branlay (D)

Ce joli lac au printemps serpente pendant la saison estivale.

Au pied de la falaise qui surplombe le lac vous pouvez observer des veines de quartz appelées "fentes alpines" qui nous rappellent les origines cristallines du Massif de la Lauzière.

Crédit photo : Béranger Philippe



Paravalanches (E)

Les avalanches font parties de la vie de bien des villages de montagne. Celliers se distingue sans doute par son nombre remarquable de couloirs et par sa détermination à faire face à la menace. Un équipement spécifique complet de la forêt a été imaginé pour traiter le risque d'avalanche à sa source. Les Hauts de l'Arpettaz ont vu se développer une population bien étrange, faite de paravalanches et d'instruments de mesures...

18 barrières à vent (47 ml) sont installées au sommet du site de l'Arpettaz à titre expérimental. Elles permettent de déposer la neige transportée par le vent avant les zones de départ des avalanches. Des perches permettent de mesurer l'effet de la barrière sur les dépôts de neige.

Ce site exceptionnel en Savoie géré par les services de Restauration des Terrains en Montagne a fait l'objet d'une publication "Celliers, un combat singulier contre les avalanches" que vous pouvez consulter au près du Syndicat d'initiative de Celliers. Le Gardien du Logis des Fées sera également bien vous renseigner.

Crédit photo : RTM Chauvin



Le refuge Logis des Fées (F)

Basé à 1839m d'altitude, ce refuge ouvert toute l'année est un point de restauration. Ne manquez pas le très beau panorama qui s'offre à vous une fois arrivé devant le refuge !
Couchage et restauration sur réservation : 04 79 22 13 64.

Crédit photo : CCVA



Sentier découverte des paravalanches (G)

En hiver, le site de Celliers est cerné par les couloirs d'avalanches. D'importants moyens, que vous pouvez découvrir, ont été mis en oeuvre pour faire face à ces phénomènes naturels. Destiné à tous les public, ce sentier pédagogique de 3.5km vous aide à comprendre comment les hommes ont d'abord vécu "avec" les avalanches avant de mener d'importants travaux à partir des années 50 pour réussir à maintenir la vie dans les 5 hameaux.

Crédit photo : ONF_RTM