Trek Nature Grand Paradis Vanoise - parcours classique étape B

Vanoise - VAL D'ISERE

Itinéraire classique du Trek Nature Grand Paradis Vanoise. Traversant deux parcs nationaux (Grand Paradis & Vanoise), ce parcours franco-italien est engagé sur certaines parties.

Itinéraire avec beaucoup de dénivelé, nécessitant un niveau élevé d'expertise en montagne.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 5 h 30

Longueur : 10.1 km

Dénivelé positif : 894 m

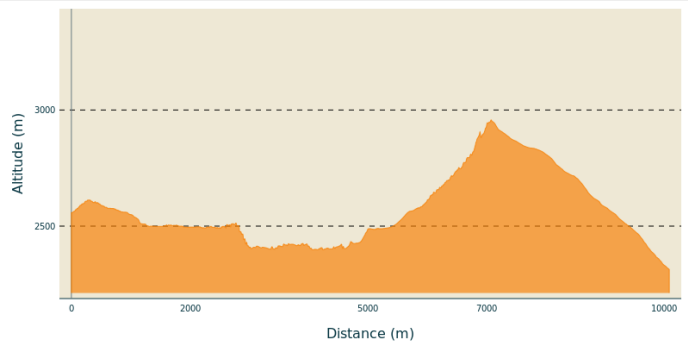
Difficulté : Sportif

Type : Traversée

Itinéraire

Départ : Refuge de Chivasso/Savoia, Col du Nivolet, Valsavarenche, Italie
Arrivée : Refuge du Prariond, Val d'Isère, France
Communes : 1. VAL D'ISERE

Profil altimétrique



Altitude min 2312 m Altitude max 2957 m

Du refuge Chivasso/Savoia au refuge Pian della Ballotta
Depuis le virage qui part du refuge Chivasso situé au-dessus du refuge Chivasso, un sentier nous mène vers le col Agnel. Traverser un affluent qui se jette dans le lac Agnel. Rejoindre un fortin de la seconde guerre mondiale d'où débute une descente assez escarpée qui serpente. Tout en suivant la courbe de niveau, cette variante rejoint le sentier principal en direction du col de la Lose. Après cette longue traversée qui contourne le lac, atteindre un éperon rocheux que l'on peut gravir de deux manières. Soit à l'aide de cordes fixes, soit en perdant quelques mètres d'altitude pour remonter un peu plus loin. Après quoi une brève traversée équipée de câbles rejoint le refuge de Pian Ballota.

Du refuge Pian della Ballotta au Col de la Lose
Sortir de la partie rocheuse qui entoure le refuge et prendre l'itinéraire qui surplombe la toiture. Il est aménagé de cordes fixes et de marches ferraillées scellées dans la roche. Poursuivre sur une pente herbeuse assez raide qui longe la cascade des eaux du plan de la Ballota. Pour accéder au plateau, terminer par une dernière section abrupte équipée de marches et de mains courantes. Cette partie complexe est surement la plus exposée et demande une attention accrue de la part du randonneur. Après le pont qui traverse le ruisseau et la plaine alluvionnaire, accéder à une partie d'éboulis qui remonte en direction du sud . Un bloc rocheux signale le virage à droite en direction du col de la Lose. Le sentier se termine au pied d'un parcours de mains courantes et d'échelles parfois dans le sens vertical ou horizontal. Ce passage dure au moins 1/2h.

Du Col de la Lose au refuge du Prariond
Descendre un raidillon et contourner le lac par la droite. Continuer la descente jusqu'à de grands cairns érigés où un sentier croise à droite vers le col de la Galise. Dans les derniers lacets, une belle gorge domine le refuge du Prariond situé 100 m en contrebas (2324 m).

Sur votre chemin…

Le col de la Lose, à la jonction entre Vanoise et Grand Paradis (A)

La restauration des sentiers (C)

Vue sur les glaciers des sources de l'Isère depuis la Roche des Loses (B)

Le refuge de Prariond. (D)

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**.

Comment venir ?

Transports

Pensez au covoiturage

Accès routier

Depuis Pont (Valsavarenche) en remontant la belle vallée de Nivolet. Par le Piemont et le Val d'Orco, il est possible de garer la voiture à quelques centaines de mètres du refuge.

Parking conseillé

Parking Refuge Chivasso, Col du Nivolet, Valsavarenche

Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d’une espèce ou d’un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d’informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

Bouquetin des Alpes - hivernage

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Décembre

Contact :

Parc national de la Vanoise - Elodie Antoine -
elodie.antoine@vanoise-parcnational.fr
04 79 06 03 15

Les réserves naturelles de la Grande Sassière, de la Bailletaz, ainsi que le vallon de Prariond sont des espaces privilégiés pour la préservation et le développement de la population hivernante de bouquetins.

Les milieux sont favorables pour les bouquetins : exposition sud, gradient altitudinal, altitude élevée (1800 à 3600 m) pentes abruptes entrecoupées d'éboulis et de pelouses, replats et crêtes).

Même très limitée, la fréquentation hivernale peut générer des perturbations lourdes de conséquences pour la faune sauvage à une époque où elle doit limiter strictement ses dépenses énergétiques.

Les activités hivernales telles que le ski de randonnée ou la raquette sont à éviter dans les zones concernées par l’hivernage du bouquetin.

Les éléments du plan de gestion: http://www.vanoise-parcnational.fr/fr/des-actions/gerer-et-proteger-les-patrimoines/les-reserves-naturelles-nationales/la-reserve-1

Sur votre chemin…

Le col de la Lose, à la jonction entre Vanoise et Grand Paradis (A)

Vous êtes à la frontière des deux parcs nationaux jumeaux, la Vanoise et le Grand Paradis. Face à vous, le sommet Gran Paradiso culmine à 4091 m. Les deux parcs se sont construits autour de la même vocation initiale : la sauvegarde du bouquetin des Alpes. Actuellement, on estime sa population à 2500 individus en Vanoise. L'ensemble des populations européennes proviennent de lâchers d'animaux issus des populations relictuelles des 2 parcs.

Crédit photo : Maëlle LEPOUTRE

Vue sur les glaciers des sources de l'Isère depuis la Roche des Loses (B)

Vous pouvez observer les différents glaciers encore présents autour du vallon avec de gauche à droite le glacier des sources de l'Isère (coupé en 2 par l'arête de la Grande Aiguille) et le glacier de Gros Caval. Deux autres sont cachés de votre point de vue, il s'agit du glacier Pers (coupés en 3 parties) et de celui du Col Pers. Sur la carte IGN Top 25 n°3633ET édition 2008, vous pourrez observer le retrait glaciaire entre 1975 et 2006. Il est illustré en jaune.

La restauration des sentiers (C)

Une dizaine d'ouvriers saisonniers sont à l’œuvre pour entretenir les quelque 550 km de sentier du cœur du Parc de la Vanoise. La zone que vous traversez fait régulièrement l'objet de travaux, pour gérer les ravinements, écoulements d'eau et piétinements hors sentier. Les cicatrisations par la végétation ont 20 ans ! Merci d'aider la végétation en restant sur les sentiers.

Crédit photo : PNV - BUCZEK Jessica

Le refuge de Prariond. (D)

Le refuge de Prariond est un bâtiment d'accueil avec des contraintes spécifiques aux sites isolés. L'adduction de l'eau potable, de plus de 800 m de longueur, se fait depuis le versant d'en face avec la nécessité de la faire passer à l'aide d'un ouvrage câble au-dessus de l'Isère ! L'électricité est produite grâce à des panneaux photovoltaïques et une pico-centrale hydroélectrique qui turbine une petite partie du torrent présent à l'ouest du refuge. Le ravitaillement en denrées nécessite 2 à 3 rotations d'hélicoptère par an auxquelles s'ajoute le bois pour le chauffage et le gaz pour la cuisine. « Sobriété » et « service public » sont les maîtres mots pour la gestion de ce refuge.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe