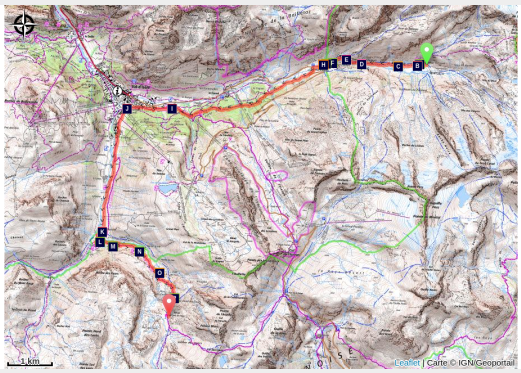
Trek Nature Grand Paradis Vanoise - parcours classique étape C

Vanoise - VAL D'ISERE



L'étape la plus facile du Trek Nature Grand Paradis Vanoise, sur la parcours classique, offrant une diversité de paysages entre cascades et forêt, village et paturage.

Itinéraire idéal pour une randonnée familiale, qui permet de visiter l'authentique village de Val d'Isère et ses environs. Les deux refuges sont gardés, accueillants au cœur du Parc national de la Vanoise.

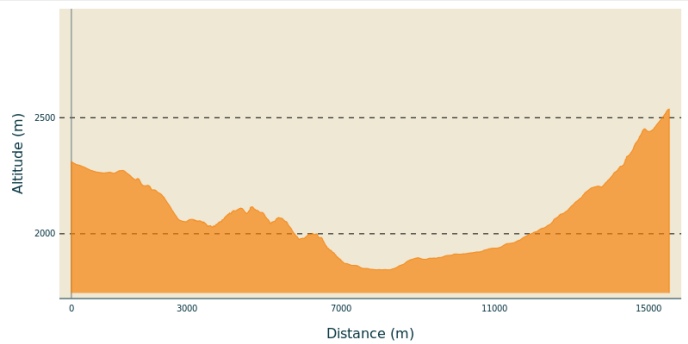
Infos pratiques

- Pratique : A pied
- Durée : 5 h
- Longueur : 15.5 km
- Dénivelé positif : 944 m
- Difficulté : Facile
- Type : Traversée

Itinéraire

Départ : Refuge du Prariond
Arrivée : Refuge du Fond des Fours
Communes : 1. VAL D'ISERE

Profil altimétrique



Altitude min 1845 m Altitude max 2537 m

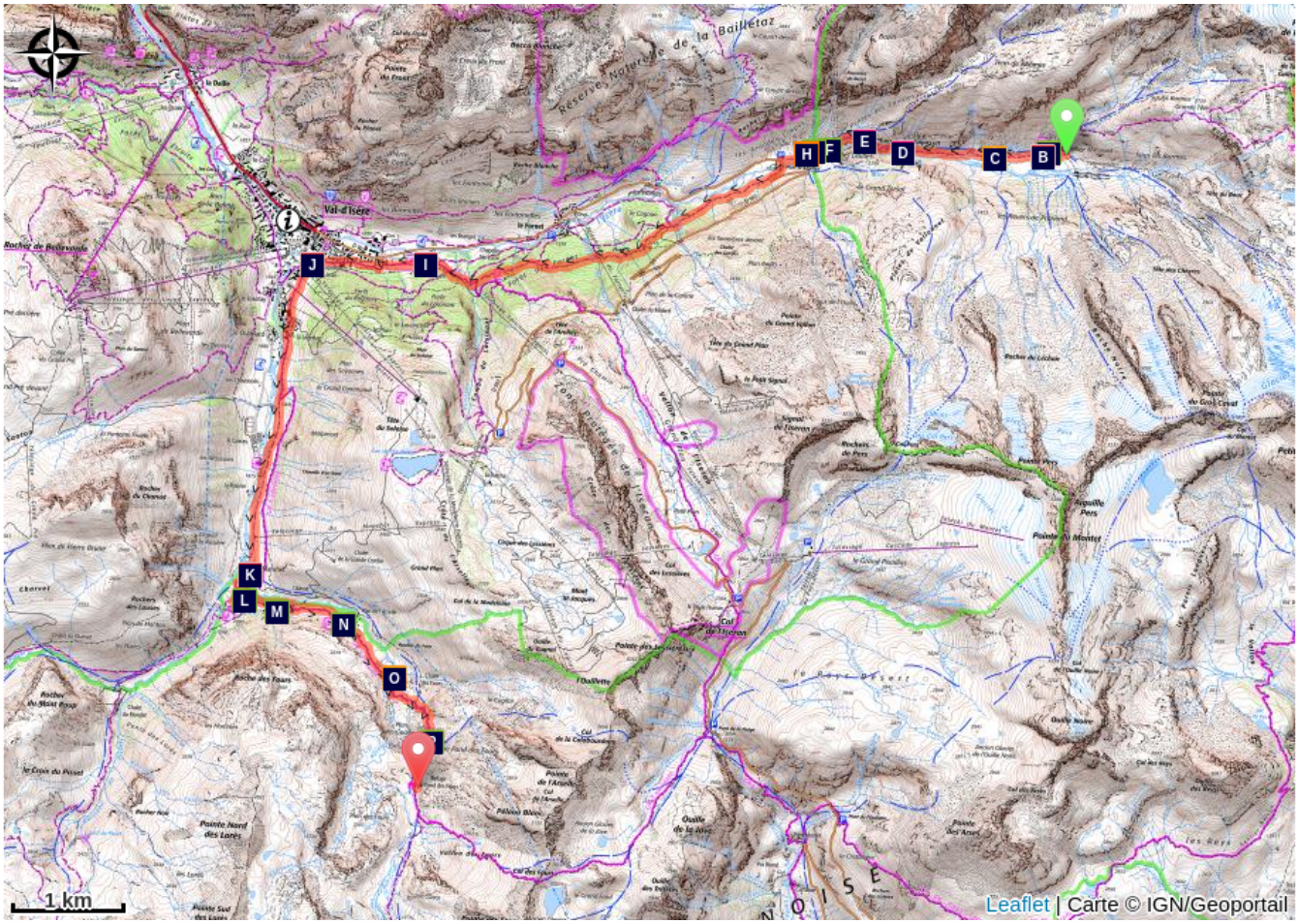
Entrer dans les gorges de Malpasset. À la sortie des gorges, un cheminement en lacets aboutit au parking du pont Saint-Charles.

Traverser le pont sur la D902 en direction du col de l’Iseran. Passer la lande et le croisement de la piste dite “Mangard” qui descend au Fornet, continuer tout droit dans la forêt de Petit Bois puis traverser tour à tour le ruisseau des Sounières et le ruisseau de l’Iseran. A la cote 1969 m, suivre la traversée descendante du sentier nature jusqu’au pont du ruisseau des Leissieres.

Sur le GR5, traverser la ruelle du hameau du Laisinant et arpenter le chemin qui mène à Val d’Isère. Prendre à gauche au croisement de la chapelle Saint Jean, en direction du Manchet.

À la hauteur de l’ancien hameau du Manchet, suivre le GR55 qui traverse le pont et qui vire au sud-est du vallon. A 2200 m, le sentier s’incline sur la pelouse d’altitude dense et parfois rocailleuse jusqu’au refuge du fond des Fours (2537 m).

Sur votre chemin…



Les marmottes (A)
Le monument du souvenir (C)
Les gorges du Malpasset (E)

La violette pennée (G)

Chapelle Saint-Barthélémy du Laisinant (I)
Le hameau du Manchet (K)
Les marmottes (M)

L'ancien refuge, chalet d'alpage (B)
Les Alpes bougent ! (D)
La coulée de matériaux des Rouvines de Bazel (F)
La prise d'eau du Pont Saint-Charles (H)
Chapelle Saint-Jean-des-Prés, à Val d'Isère (J)
L'oiseau papillon (L)
La gentiane jaune (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 www.vanoise-parcnational.fr

Comment venir ?

Transports

https://www.valdisere.com/guide-du-village/plan-navettes/

Accès routier

En été : Parking du Pont-St-Charles, à 5 km de Val d'Isère sur la route du Col de l'Iseran (direction Est)
Au Printemps : Parking du Fornet, 2 km après le hameau du Fornet,

Parking conseillé

Parking du Pont-St-Charles, Val d'Isère

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

Lieux de renseignement

Office de Tourisme de Val d'Isère
Place Jacques Mouflier, 73150 Val-d'Isère

info@valdisere.com
Tel : 04 79 06 06 60
https://www.valdisere.com

Sur votre chemin...

Les marmottes (A)

Le plateau de Prariond accueille une belle population de marmottes des Alpes (Marmotta marmotta). Ce rongeur herbivore vit en colonie familiale, composé d'un couple, des marmottons de l'année et de la génération de l'année précédente. Le mâle dominant « invite poliment mais de façon virile » ses fils « à déguerpir » de son territoire durant leur deuxième été sous peine de le quitter « manu militari ». Ainsi, ces rejetons exclus se retrouvent dans les territoires périphériques, apprenant ainsi l'autonomie.

Crédit photo : PNV - BARRAUD Rémy

L'ancien refuge, chalet d'alpage (B)

Cette ruine est l'ancien refuge, qui servait aussi de chalet d'alpage aux bergers des troupeaux communaux. À cause de l'enneigement des lieux, l'accès hivernal se faisait par le toit via une cheminée encore visible équipée d'une échelle métallique fixe. L'enclos, avec un muret en pierres sèches (nom local : rama), atteste de son usage pastoral. Le chalet n'est plus utilisé par les bergers depuis les années 1950. Le nouveau refuge de Prariond construit en 1969 par le Parc national de la Vanoise a pris la relève.

Crédit photo : PNV - FOLLIET Patrick

Le monument du souvenir (C)

Ce mémorial rappelle la tragique fin des soldats anglais en novembre 1944. Capturés à Tobrouk (Lybie), puis emprisonnés et évadés en Italie, ils sont aidés par des partisans italiens pour passer en France. Dans le vallon de Prariond, une tempête de neige se déchaîne. Le refuge est introuvable car enfoui sous la neige. La majorité des hommes meurent de froid ou sont ensevelis sous les avalanches. Seuls 3 hommes sur 39 (dont un 9 jours après la tempête !) sortiront vivants de cette aventure, grâce notamment aux secours des avalins (habitants de Val d'Isère) et d'autres partisans italiens.

Crédit photo : PNV - CHASTAIN Alain

Les Alpes bougent ! (D)

Les gorges permettent aussi de voir les traces de la surrection des Alpes. Suite à la collision entre les plaques continentales eurasienne et africaine, les couches calcaires et schisteuses se sont pliées comme de la guimauve. On peut ainsi se rendre compte des énergies colossales mises en œuvre ! Ce phénomène est encore actuel. Pour preuve les récurrents tremblements de terre de la région de Turin, qui annoncent à terme le rapprochement physique des deux rives de la Méditerranée mais rassurez-vous, ce n'est pas encore pour tout de suite !

Crédit photo : PNV - ROULAND Patrick

Les gorges du Malpasset (E)

Lors des 2 derniers millions d'années, les glaciers ont érodé les vallées en leur donnant une forme typique en « U ». Localement, la vallée de l'Isère en est un bel exemple. Par contre, lorsque les roches sont plus dures, il se forme des verrous glaciaires, comme les gorges de Malpasset ou celles de la Daille. C'est alors l'érosion du ruisseau sous et en aval du glacier qui prend le relais. Les éboulis des falaises du verrou finissent d'accentuer cet aspect encaissé.

Crédit photo : PNV - NEUMÜLLER Christian

La coulée de matériaux des Rouvines de Bazel (F)

Le ruisseau que vous traversez, est celui des Rouvines de Bazel. En 2011, lors d'un orage, le ruisseau s'est transformé en lave torrentielle. Le talweg s'est encaissé de plusieurs mètres et une coulée de boue est descendue jusqu'à l'Isère (encore visible). Cet incident géologique a induit le déplacement du sentier par les ouvriers du Parc national. La montagne se modifie continuellement et souvent de façon cataclysmique ! Des étagnes (femelles de bouquetins) en ont profité par la suite, pour exploiter des salines naturelles sur la coulée !

Crédit photo : PNV - BALAIS Christian

La violette pennée (G)

Le qualificatif « pennée » qui s'applique à cette violette (Viola pinnata) se rapporte à la forme des feuilles profondément découpées en lobes, caractère qui ne s'observe que chez cette espèce en Vanoise. Elle pousse dans les pelouses écorchées, les rochers des forêts claires de préférence sur sols calcaires, gypseux et sur des versants bien exposés (sud, sud-est). En France, elle est recensée dans seulement quatre départements alpins de la Savoie aux Alpes-Maritimes. Les localités savoyardes se limitent à cinq communes de Tarentaise. Des données historiques restent à retrouver en Maurienne. C'est dans le vallon de Prariond que sont connues les populations les plus hautes vers 2610 m d'altitude ! Sa rareté justifie sa protection au niveau national.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe

La prise d'eau du Pont Saint-Charles (H)

Ce « bassin » est une des prises d'eau de Val d'Isère. Celle-ci assure majoritairement l'approvisionnement en eau des 30 000 visiteurs hebdomadaires qu'accueille la station chaque hiver. L'eau du captage est utilisée pour l'eau potable, les besoins sanitaires des résidents, les installations publiques de la commune, mais aussi pour la fabrication d'une partie de la neige artificielle des pistes du domaine. Comme l'ensemble des stations de ski, ces prélèvements hivernaux coïncident avec la période d'étiage du cours d'eau, moment où le débit est le plus faible.

Crédit photo : PNV - STORCK Frantz

Chapelle Saint-Barthélémy du Laisinant (I)

La chapelle a été bâtie avant 1633. On y découvre un tableau restauré de la Vierge et l’Enfant, placé sur le mur de l’épître dans le chœur de l’église. On y reconnaît Saint-Barthélemy avec son couteau arqué, en second plan, à droite de la Vierge allaitante. Saint Barthélemy, patron des bouchers, des tanneurs et des relieurs, mais également vénéré par les éleveurs, est fêté le 24 août. Dans l’iconographie, Barthélemy porte la dépouille de sa propre peau parce qu’il fut écorché vif. D’après Arnold Van Gennep, « Saint Barthélemy est dans tous les diocèses de Savoie un saint ancien. »

Crédit photo : Val d'Isère Tourisme

Chapelle Saint-Jean-des-Prés, à Val d'Isère (J)

La croix de mission en mélèze, érigée en 1847 vous fera repérer la Chapelle Saint-Jean. Jadis, sa face arrière offrait un éperon maçonné (ouvrage de protection contre l'avalanche qui pouvait descendre de Solaise par la Combe Martin). Une avalanche touchant l'éperon se divisait, était ralentie et perdait de sa force destructrice. Cette chapelle construite à quelques 300 m au sud de l'église avait pour mission de protéger le village et ses habitants de l'avalanche. En 1790, quatre messes, payées 12 sols chacune, étaient célébrées par an. Elles étaient financées par un avalin émigré, marchand à Parme : Amédée Thovex. C'est à la Saint-Innocent (21 juillet) encore, deuxième patron de l'église de Val, que se déroulait une procession qui partait de l'église avec la châsse reliquaire. Ce long cortège prenait la route du Laisinant, tournait vers le Rogoney pour revenir vers la chapelle Saint-Jean où se déroulait une bénédiction puis rentrait au village : c'était un jour de fête ! Qui était Saint-Jean ? Figure emblématique du nouveau testament, présent dans de nombreuses scènes, Saint-Jean, disciple bien aimé du Christ, est toujours représenté dans l'iconographie de l'Église d'Occident sous des traits juvéniles.

Crédit photo : Val d'Isère Tourisme

Le hameau du Manchet (K)

Ce petit groupe de maisons à l'abandon est le seul hameau d'alpage de Val d'Isère. Vous remarquerez que ces bâtiments sont construits en pierre locale. Le bois, matériaux rare à cette altitude, n'est utilisé que pour les charpentes et les menuiseries. Son utilisation était uniquement estivale. Actuellement, il fait partie de l'alpage de la famille Tutel, qui ne s'en sert pas dans son exploitation agricole. La commune de Val d'Isère a lancé un projet de rénovation de ces bâtiments afin de les faire vivre à nouveau.

Crédit photo : PNV - HERRMANN Mylène

L'oiseau papillon (L)

Dans les petites falaises, prenez bien le temps de regarder… avec un peu de chance et de patience surtout, vous verrez grimper un petit oiseau gris de la taille d'une sitelle. Lorsqu'il déploie ses ailes, le rouge apparaît. Il n'y a plus de doute, c'est le tichodrome échelette (Tichodroma muraria), surnommé aussi « l'oiseau papillon ». Son bec long et courbé lui permet de fouiller la moindre petite fissure, à la recherche des insectes dont il se nourrit.

Les marmottes (M)

Les marmottes (Marmota marmota) sont des mammifères sociaux qui vivent en petites cellules familiales : un mâle, une femelle et plusieurs jeunes de 2 à 3 générations. La journée d'une marmotte se compose de 3 activités principales : se nourrir, faire la sieste et jouer (pour les jeunes). Ces activités sont régulièrement interrompues par des alertes dues à l'apparition d'un aigle ou d'un renard, ses principaux ennemis.

Crédit photo : PNV - HERRMANN Mylène

La gentiane jaune (N)

Cette grande plante majestueuse aux fleurs jaunes est la gentiane jaune (Gentiana lutea). Elle est très connue pour les nombreuses utilisations des ses racines. Une racine peut atteindre 1 m. Elle est riche en sucres et fermente donc facilement. Portez une attention toute particulière à cette belle plante qui ne fleurit qu'au bout de 10 ans !

Crédit photo : PNV - BALAIS Christian