

Tour des glaciers de la Vanoise : au départ de la Maurienne



Emblématique du Parc national de la Vanoise, cet itinéraire se compose à la carte, au fil des nuits en refuge. Entre verts vallons et décors lunaires, lacs émeraude et neiges éternelles, le Tour des glaciers de la Vanoise révèle une montagne grand format, tout en contrastes.

Ambiance haute montagne pour cette randonnée itinérante au flanc des grands glaciers de la Vanoise. Le plus souvent en balcon, le parcours enchaîne jusqu'à 5 cols et offre des panoramas inoubliables sur des sommets mythiques tels que la Dent Parrachée, la Grande Casse ou encore l'Aiguille de la Vanoise. N'oubliez pas vos jumelles ! De nombreux vallons et plateaux sont appréciés des marmottes, bouquetins et chamois. A moins que l'émerveillement ne vienne du ciel, sous les ailes déployées de l'aigle royal ou du gypaète barbu.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 6 jours

Longueur : 78.8 km

Dénivelé positif : 4951 m

Difficulté : Difficile

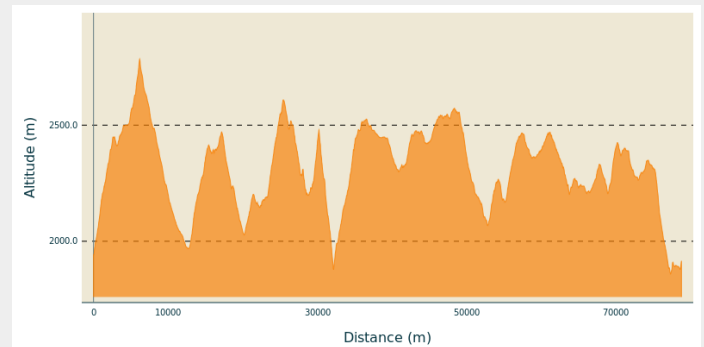
Type : Itinérance

Itinéraire

Départ : Refuge de l'Orgère, Plan d'Amont ou encore Termignon

Communes : 1. VILLARODIN-BOURGET
2. MODANE
3. PRALOGNAN-LA-VANOISE
4. VAL-CENIS
5. AUSSOIS

Profil altimétrique



Altitude min 1860 m Altitude max 2785 m

Le tour est décrit au départ du refuge de l'Orgère mais vous pouvez tout à fait **partir de Plan d'Amont à Aussois** ou encore de **Termignon (+1 jour)**.

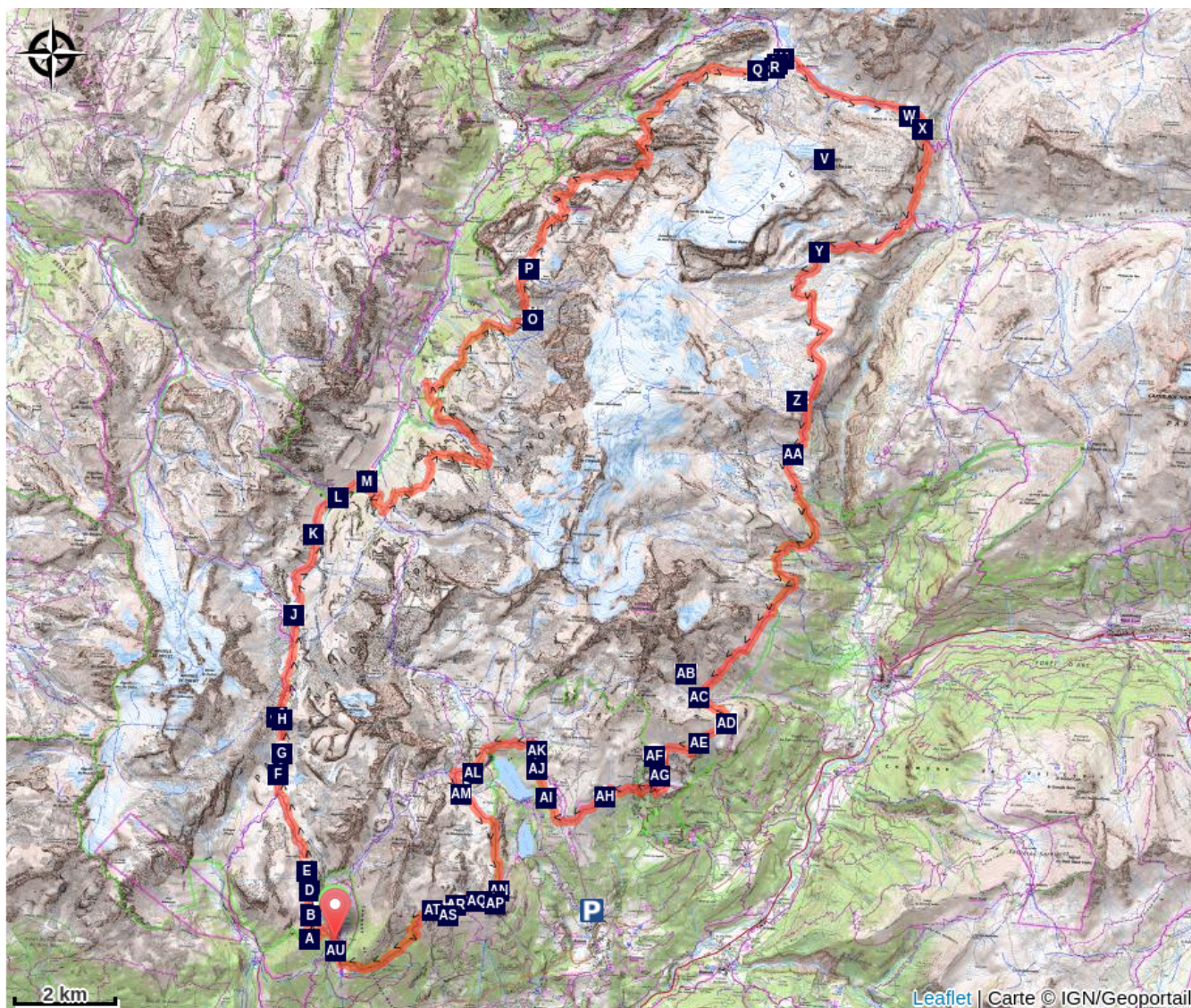
De nombreuses variantes sont possibles. Voici les préférées du Parc national de la Vanoise :















Avant le passage du col de Chavière, sur votre droite n'hésitez pas à faire un tour du côté du **lac de la Partie**.

Si vous partez d'Aussois ou de Termignon, vous pouvez raccourcir le tour en passant par **le col d'Aussois** pour rejoindre soit directement le refuge de la Valette (longue étape), soit en faisant d'abord étape au refuge du Roc.

Des hauteurs d'Aussois, vous pouvez rejoindre le vallon de l'Orgère par le **col de la Masse**

Sur votre chemin...



-  L'Estiva (A)
-  Les brebis de race Thônes et Marthod (C)
-  Une calade réalisée en partenariat avec le lycée des métiers de la montagne (E)
-  Les entonnoirs de dissolution (G)
-  Le col de Chavière (I)
-  Le pipit spioncelle porte bien son nom (K)
-  Ritort (M)
-  Les brebis en estive (B)
-  Le traquet motteux (D)
-  Le lac de la Partie (F)
-  Les genépis (H)
-  Comme une tarte tatin (J)
-  L'arbé (L)
-  L'alpage de Ritort (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 [la page réglementation](#).

Recommandations

État des sentiers : Pour éviter au maximum les sentiers avec un enneigement tardif, il est préférable de programmer cette randonnée entre début juillet et septembre. Se méfier de la traversée des torrents qui peut se révéler délicate en période de fonte des neiges et privilégier leur traversée le matin.

Refuges et réservation : Pensez à réserver votre nuit en refuge ou votre emplacement de bivouac, via les sites web des refuges. Dans le cœur du Parc, la pratique du bivouac est autorisée en période estivale, et uniquement à proximité immédiate de certains refuges en période de gardiennage. [En savoir plus.](#)

Attention, pas de bivouac aux refuges du Col de la Vanoise et de Péclet-Polset.

Appel d'urgence européen 112

Matériel

Équipement : Prenez de quoi vous protéger du soleil, du froid et de la pluie, des chaussures adaptées, de l'eau, une trousse de secours et de quoi vous orienter (carte au 1/25000, boussole). Pensez à prendre votre boîte à pique-nique, certains gardiens vous proposeront de la remplir sur votre itinérance !

Comment venir ?

Transports

Accédez à Modane en train : gare TER et TGV.

Un réseau de bus vous amènera alors :

- Au refuge de l'Orgère pour une première nuit .
- À Aussois : accéder aux premiers refuges en 2h30 de marche ou prenez le télésiège du Grand Jeu pour accéder directement aux refuges situés sur les hauteurs de la station d'Aussois.

- À Termignon : prenez la navette gratuite qui vous amène jusqu'au parking de Bellecombe. De là, possibilité de dormir aux refuges du Lac Blanc, de l'Auberge de Bellecombe ou de Plan du Lac. La navette peut également vous emmener jusqu'au refuge d'Entre-deux-Eaux (tronçon payant).

Horaires et tarification des bus sur :

www.haute-maurienne-vanoise.com/transports

Accès routier

Si vous êtes venus en voiture, garez vous :

- À Aussois : au parking de la carrière si vous partez de Plan d'Amont ou au parking du pied des pistes si vous prenez le télésiège du Grand Jeu.
- À Termignon : au parking du pied des pistes, si vous prenez la navette gratuite jusqu'au parking (payant) de Bellecombe, ou au Pont du Châtelard si vous souhaitez monter au refuge de l'Arpont le premier jour (3h de marche).

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.

Gypaète barbu

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Novembre, Décembre

Contact : Parc national de la Vanoise
Jérôme CAVAILHES - 06.89.17.78.02 jerome.cavailhes@vanoise-parcnational.fr

ATTENTION : nidification du Gypaète barbu !

En concertation avec les acteurs locaux, une zone de sensibilité majeure (ZSM) a été définie pour les Gypaètes barbues de Pralognan.

Toutes les activités dans cette zone sont à proscrire : survol motorisé ou non motorisé, ski, randonnée, chasse, escalade, etc ...

Cette espèce est particulièrement sensible au dérangement. Afin de favoriser les conditions de reproduction jusqu'à l'envol d'un gypaéton, il s'est avéré nécessaire de mettre en place cette zone sensible.

Gypaète barbu

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Novembre, Décembre

ATTENTION : nidification du Gypaète barbu !

En concertation avec les acteurs locaux, une zone de sensibilité majeure (ZSM) a été définie pour les Gypaètes barbues des gorges du Doron à Termignon.

Toutes les activités dans ces zones sont à proscrire : survol motorisé ou non motorisé, ski, randonnée, escalade, etc ...

Cette espèce est particulièrement sensible au dérangement. Afin de favoriser les conditions de reproduction jusqu'à l'envol d'un gypaéton, il s'est avéré nécessaire de mettre en place cette zone sensible.

Sur votre chemin...



✿ L'Estiva (A)

Situées juste au-dessus de la limite de la forêt, les ruines de « L'Estiva » témoignent de l'ancienne activité pastorale et offrent une vue imprenable sur toute la vallée de la Maurienne et le vallon de l'Orgère.

Crédit photo : PNV - PERRIER Jacques



🐏 Les brebis en estive (B)

Vous pourrez rencontrer au cours de votre balade des brebis en estive dans les alpages. Ce pastoralisme très ancien, pour preuve les ruines en pierre encore présentes à l'Estiva, se perpétue de nos jours. Issues de troupeaux d'éleveurs de la vallée, ces brebis montent progressivement, depuis le village de Villarodin-Bourget en suivant l'évolution de la pousse de l'herbe.

Crédit photo : PNV - BEURIER Mathieu



🐏 Les brebis de race Thônes et Marthod (C)

Après avoir fortement diminué, l'élevage local a amorcé sa reprise à la fin du XXe siècle notamment grâce à la race Thônes et Marthod. Très facile à reconnaître, avec une laine bouclée, des cornes développées chez les deux sexes et surtout le contour des yeux et les oreilles noirs, cette brebis est remarquablement adaptée aux alpages de Savoie méridionale. Car si ses origines sont anciennes, elle ne semble pas s'être diffusée plus tôt hors de son berceau d'origine pré-alpine. Sa rusticité, sa grande fécondité et sa bonne aptitude laitière expliquent sans doute ce regain d'intérêt.

Crédit photo : PNV - TISSOT Nathalie



Le traquet motteux (D)

Petit passereau caractéristique de la pelouse alpine, le traquet motteux est facile à reconnaître par son croupion blanc et sa queue avec un T noir inversé. Le reste du plumage du mâle gris, blanc et ocre, tandis que celui de la femelle est beige uniforme. Souvent perché sur un rocher, il alarme en lançant des « ouit ouit » ou des « tchac tchac ». C'est un oiseau migrateur qui ne fréquente la Vanoise que durant les mois d'été avant de traverser le Sahara pour passer l'hiver en Afrique équatoriale.

Crédit photo : PNV - POULET Laetitia



Une calade réalisée en partenariat avec le lycée des métiers de la montagne (E)

Cette voie pavée de galets, dont les travaux se sont achevés en 2013, est le fruit d'une précieuse collaboration entre les ouvriers du Parc et le lycée professionnel des métiers de la montagne de Saint-Michel-de-Maurienne. Durant 3 années, des lycéens, encadrés par les ouvriers, ont utilisé les techniques ancestrales pour remettre en état une portion de sentier que le terrain instable avait mis à mal.

Crédit photo : PNV - BEURIER Mathieu



Le lac de la Partie (F)

Petit lac d'altitude peu profond aux reflets verts, le lac de la Partie trouve sans doute son origine dans l'amas de blocs qui le domine au sud. Cet ancien éboulement a bloqué le ruisseau qui circule dans le fond du vallon et qui alimente encore le lac.

Crédit photo : PNV - FOLLIET Patrick



Les entonnoirs de dissolution (G)

Le gypse, ou sulfate de calcium hydraté, est une roche très soluble qui se dissout aisément sous l'action de la pluie ou de la fonte des neiges. La dissolution du gypse fait apparaître des entonnoirs où la neige va demeurer plus longtemps, ce qui accentue encore la dissolution et agrandit les entonnoirs. Plusieurs de ces cratères lunaires blanchâtres sont visibles aux abords du sentier après le lac de la Partie.

Crédit photo : PNV - PERRIER Jacques



✿ Les genépis (H)

Le terme genépi est un nom générique qui désigne des espèces végétales du genre « armoise » à laquelle appartient aussi la grande armoise (dont est issue l'absinthe). En Vanoise on trouve 3 espèces de genépi : le genépi noir, le genépi des glaciers et le genépi jaune. Plante inféodée aux moraines et aux éboulis, le genépi est surtout connu pour la liqueur qui est réalisée à partir de ses fleurs. Le genépi est assez commun aux alentours du col mais nous vous rappelons que la cueillette des végétaux est interdite dans le cœur du Parc national de la Vanoise.

Crédit photo : PNV - PERRIER Jacques



⚡ Le col de Chavière (I)

L'étymologie de son nom "Chavière", qui signifie « chauve », décrit assez bien l'ambiance minérale qui règne sur ce col. Zone de passage entre la Tarentaise et la Maurienne, le col offre une vue sur le glacier de Chavière et le dôme de Polset. Tout au nord, à l'horizon, on peut apercevoir le Mont-Blanc, alors qu'au sud se dresse le massif des Écrins.

Crédit photo : PNV - PERRIER Jacques

🌐 Comme une tarte tatin (J)

Le refuge de Péclet-Polset se trouve sur un verrou glaciaire (barre rocheuse installée au travers de la vallée glaciaire). Lors de la formation des Alpes et des fortes contraintes des plaques tectoniques, la succession des couches géologiques s'est complètement inversée : les strates géologiques les plus anciennes se sont retrouvées au-dessus des strates les plus récentes, à l'inverse d'une succession normale.



👉 Le pipit spioncelle porte bien son nom (K)

Le pipit spioncelle est un passereau typique des pelouses alpines. D'un plumage plutôt discret, avec un sourcil clair et deux bandes blanches sur les ailes, il se reconnaît surtout à son vol chanté. Il enchaîne ainsi des vols descendants chantés et ascendants muets. Le chant est une succession de « pit », rappelant son nom. Migrateur partiel, il passe l'hiver plus bas en altitude, près des étangs et zones humides. Il se nourrit de graines et d'invertébrés.

Crédit photo : PNV - HERRMANN Mylène



L'arbé (L)

Un « arbé » est une cabane à toit amovible, installée sur un soubassement en pierres. Les arbés sont regroupés l'été en camps itinérants. Ils permettent de suivre les vaches laitières. À chaque déplacement ou "tramée", les bergers emportaient les planches et toiles du toit, mais aussi les chaudrons et ustensiles. Plus tard, les tôles et les bâches ont remplacé les planches et les toiles. Ces abris, qui ont vu le jour au Moyen Âge, sont très présents dans la vallée de Chavière.

Crédit photo : PNV - GARNIER Alexandre



Ritort (M)

Le bâtiment principal de l'alpage de Ritort comporte deux parties accolées présentant deux toitures différentes. Ici, pas de lauzes. Traditionnellement ce sont les ancelles (tuiles de bois fendu) qui sont utilisées. Sont rajoutées quelques lauzes par-dessus pour éviter que le vent ne les arrachent. À Ritort, la partie aval du bâtiment servant de fromagerie possède un toit de tôle qui a été restauré en 1997, à l'identique de ce qui existait avant. L'habitation attenante possède quant à elle une toiture traditionnelle mixte ancelles-lauzes.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe



L'alpage de Ritort (N)

Cet alpage se situe dans la zone AOP Beaufort d'alpage. L'agriculteur fabrique, avec beaucoup de travail et de soin, 4 à 5 meules de Beaufort par jour, selon une recette ancestrale. Avec le petit-lait qui reste, il produit également le sérac, un fromage frais semblable au brocciu corse ou la ricotta italienne.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe