



Du refuge de la Glière au refuge du Col du Palet

Vanoise - CHAMPAGNY-EN-VANOISE

Lac des Échines - Victor SEVE



Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 2 h

Longueur : 6.9 km

Dénivelé positif : 654 m

Difficulté : Facile

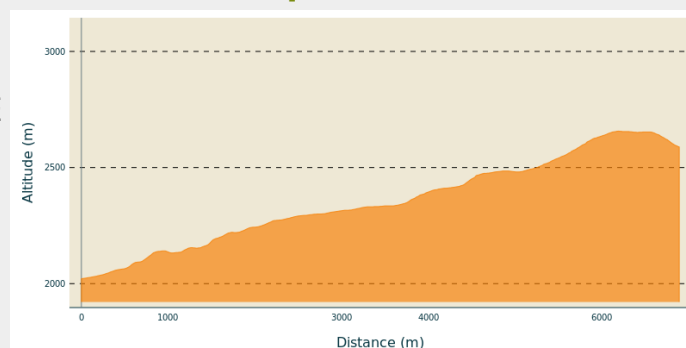
Itinéraire

Départ : Refuge de la Glière

Arrivée : Refuge du Col du Palet

Communes : 1. CHAMPAGNY-EN-VANOISE
2. PEISEY-NANCROIX

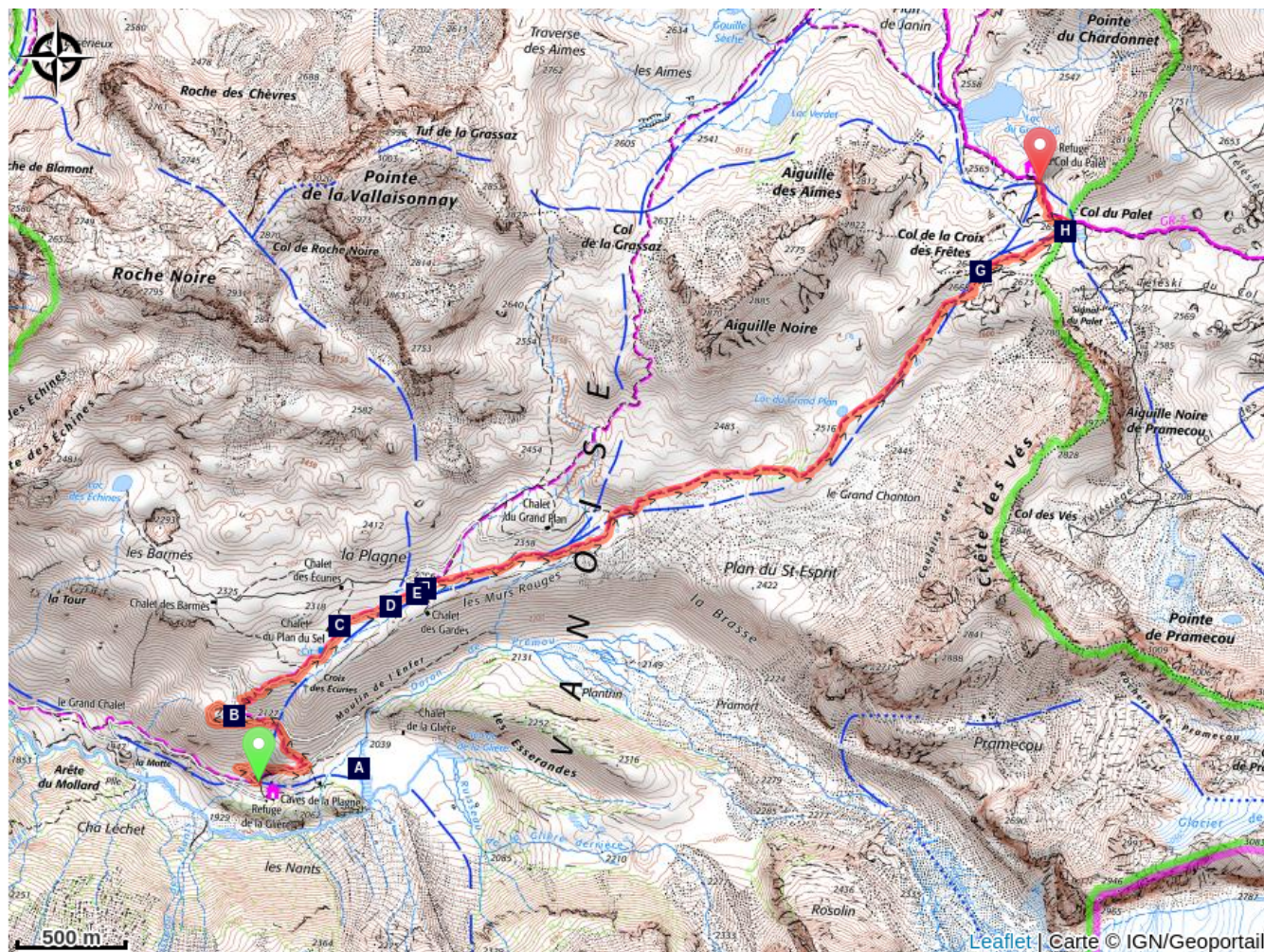
Profil altimétrique



Altitude min 2021 m Altitude max 2657 m

Du refuge de la Glière, rejoignez le chalet d'alpage du Plan du sel, passez à côté du Lac du Grand Plan, puis dirigez vous vers le col de la Croix des Frêtes. Du Col de la Croix des Frêtes, rejoignez le Col du palet puis le refuge éponyme.

Sur votre chemin...



- | | |
|--|---|
|  Le lac asséché de la Glière (A) |  La Grande Motte (3653m) (B) |
|  L'alpage de la Grande Plagne (C) |  Le beaufort (D) |
|  L'alpinisme en Vanoise (E) |  Les glaciers (F) |
|  Le col de la Croix des Frêtes (G) |  Le col du Palet (H) |

Toutes les infos pratiques

Sur votre chemin...



Le lac asséché de la Glière (A)

Malgré les apparences, le lac de la Glière n'est pas pris par les glaces. Il est en réalité asséché depuis le XIXe siècle. En 1818, des séracs en provenance du glacier de Roselin sont tombés dans les eaux du lac, bloquant son écoulement naturel. L'eau s'est alors accumulée jusqu'à former un lac de plusieurs mètres de profondeur. Le barrage s'est rompu le 15 juin 1818, et la masse d'eau s'est précipitée dans la vallée, emportant tous les ponts jusqu'à Moûtiers. Les sources thermales de Brides-les-Bains auraient été redécouvertes suite à cette catastrophe naturelle. Le lac s'est ensuite asséché. Il révèle un panorama incomparable sur l'Aiguille de l'Épéna, la plus grande muraille calcaire de France !

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe



La Grande Motte (3653m) (B)

Magnifique dôme glaciaire visible depuis le vallon de Champagny-le-Haut, la Grande Motte constitue le point culminant de la station de ski de Tignes-Val d'Isère. C'est aussi l'emblème de la station. Le téléphérique de la Grande Motte (3450 m) dessert le glacier du même nom, encore exploité pour le ski d'été. L'ascension en téléphérique permet de capter un panorama d'exception.

Crédit photo : PNV - BENOÎT Philippe



L'alpage de la Grande Plagne (C)

Les alpagistes mènent les vaches tous les étés sur l'alpage de la Grande Plagne. Au chalet du Plan du Sel (2250 m), le lait des vaches tarines et abondances (seules races autorisées dans le cadre de l'AOP Beaufort) est transformé en beaufort d'alpage, pendant 100 jours. Le point faible de cet alpage est la ressource en eau. Lors des périodes de sécheresse, l'alpagiste doit s'approvisionner à l'aval du refuge de la Glière, au prix de nombreux déplacements pour remonter une tonne à eau au chalet.

Crédit photo : PNV - GARNIER Alexandre



Le beaufort (D)

Ce fromage délicieux est fabriqué à partir du lait cru et entier des vaches de races Tarine et Abondance. Le lait est travaillé en une pâte pressée-cuite, que l'on moule dans un cercle à talon concave. Chaque meule pèse entre 30 et 60 kg, pour un diamètre de 40 à 60 cm et une épaisseur de 12 à 16 cm.

L'Appellation d'Origine Protégée induit d'indéniables contraintes, comme l'obligation d'utiliser le lait d'un seul troupeau, traité deux fois par jour. Mais elle permet aussi le maintien d'une agriculture de qualité en haute montagne, nécessaire pour entretenir les paysages de Vanoise... !

Crédit photo : PNV - NEUMULLER Christian



L'alpinisme en Vanoise (E)

À l'inverse de Pralognan-la-Vanoise, Champagny-en-Vanoise a été très tardivement visitée par les alpinistes. Les hauts sommets tels que la Grande Casse, l'Épéna ou la Grande Glière ont d'abord été gravis par le versant le plus facile, au départ de Pralognan. Ainsi, les faces nord n'ont été réalisées que plus tard : petite face nord de la Grande Casse par les frères Puiseux en 1887 ; couloir des Italiens en 1933 ; face nord de l'Épéna en 1966. Les faces nord des Grandes Jorasses, du Cervin et de l'Eiger ont même attendues le XXe siècle pour être gravies.

Crédit photo : PNV - GOTTI Christophe



Les glaciers (F)

En rive gauche (dans le sens de la descente) de la vallée de la Glière, on dénombre une dizaine de glaciers. Ceux-ci résistent à la fonte grâce à l'ombre des montagnes qui les dominent. On observe des glaciers de cirque (Becca Motta, Nord de la Glière), de versant (Volnets, Troquairou), de vallée (Epéna, Rosolin, Roche du Tougne), régénéré (Pramort) et de calotte (Grande Motte). Ils couvrent une surface de 10 km².

Crédit photo : PNV - GARNIER Alexandre



✿ Le col de la Croix des Frêtes (G)

Le col de la Croix des Frêtes, à 2647 m, sépare les communes de Peisey-Nancroix, à l'est, et celle de Champagny-en-Vanoise, à l'ouest. C'est le seul point de vue du tour de la pointe de la Vallaisonnay qui permet de voir les 2 plus hauts sommets du massif de la Vanoise. Le mont Pourri, au nord-est (3779 m), et la Grande Casse, au sud-ouest (3855 m). Les 2 sommets ont été conquis à la même époque, en 1860 pour la Grande Casse et 1861 pour le mont Pourri, par le guide Michel Croz et ses compagnons. La voie normale de la Grande Casse par le glacier des Grands Couloirs, qui domine Pralognan, est invisible. D'ici, on ne voit que l'austère face nord et son glacier suspendu.

Crédit photo : Alexandre Garnier, PNV



✿ Le col du Palet (H)

Le col du Palet à 2652 m d'altitude est le point culminant du tour de la pointe de la Vallaisonnay. C'est un des points de passage facile entre les communes de Peisey-Nancroix, au nord, et de Tignes, au sud. A 10 minutes de marche vers l'ouest, on arrive au col de la Croix des Frêtes, qui permet de descendre vers Champagny-en-Vanoise. Ces passages aisés expliquent que le vallon de Champagny-le-Haut a été colonisé par le haut, l'accès par le bas étant barré par les gorges de la Pontille qui séparent Champagny-le-Bas, le chef-lieu, de Champagny-le-Haut. Du col du Palet, on a une belle vue sur la sommets de la chaîne frontalière avec l'Italie. Vers l'est, on voit notamment, de gauche à droite, la Grande Sassièr (3747 m), la Tsanteleina (3601 m) et la grande Aiguille Rousse (3482 m). Au-delà de cette crête, se trouve le Parco nazionale Gran Paradiso, avec lequel le Parc national de la Vanoise est jumelé depuis 1972.

Crédit photo : Jessica Buczek, PNV