



Du refuge du Col du Palet au refuge de Rosuel

Vanoise - PEISEY-NANCROIX

Le Mont-Blanc de Peisey et le lac de la Plagne - Florian MAURER



Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 3 h 30

Longueur : 9.8 km

Dénivelé positif : 19 m

Difficulté : Facile

Itinéraire

Départ : Refuge du Col du Palet

Arrivée : Refuge de Rosuel

Communes : 1. PEISEY-NANCROIX

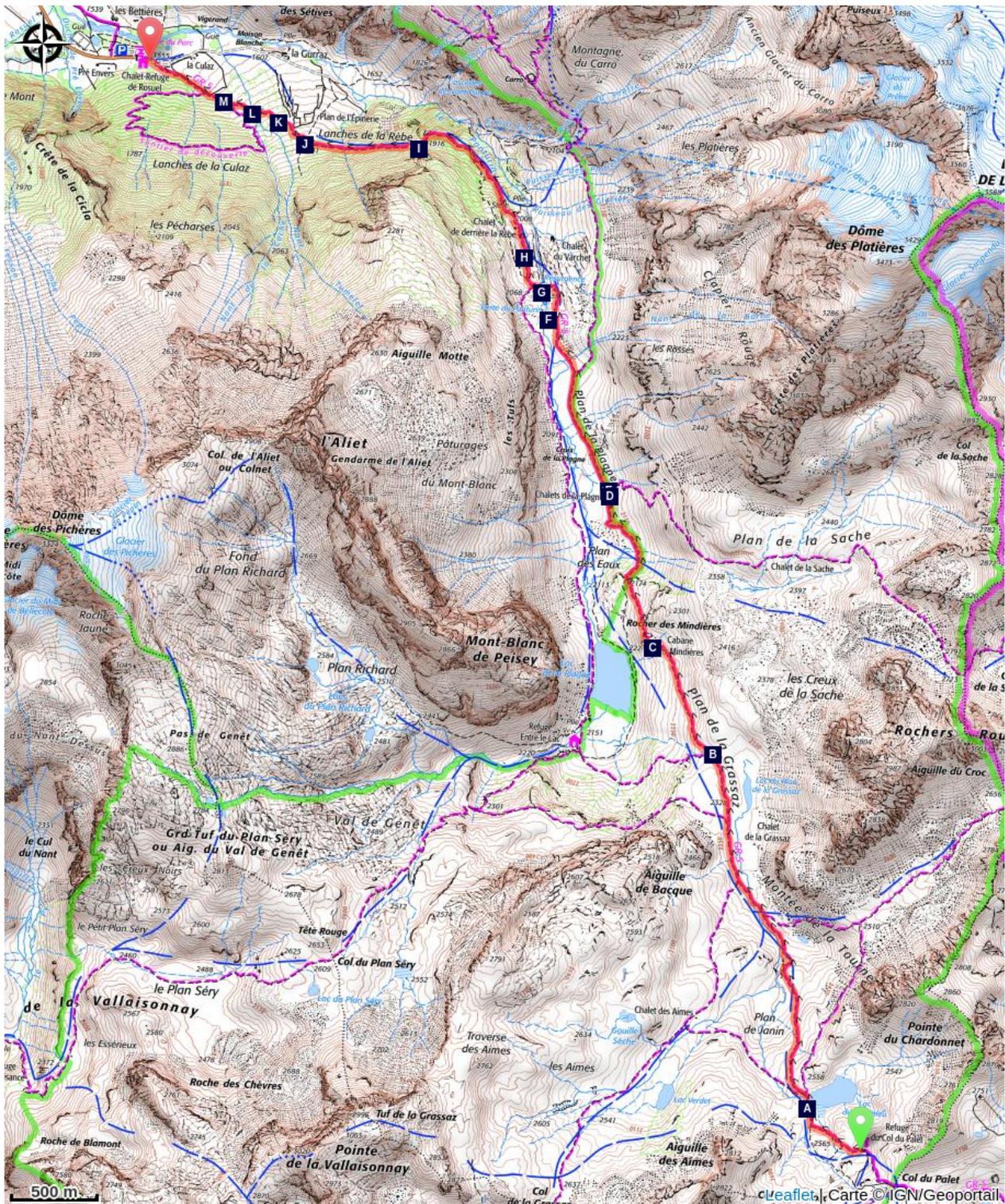
Profil altimétrique



Altitude min 1557 m Altitude max 2575 m

Dernier jour de votre itinérance autour de la Pointe de la Vallaisonnay. Partez du refuge du Col du Palet direction le Lac du Grattaleu, traverser le Plan de la Grassaz jusqu'au chalet des Mindières, et continuer le GR5 jusqu'au refuge de Rosuel.

Sur votre chemin...



-  Le lac de Grattaleu (A)
-  La cabane PNV des Mindières (C)
-  Le traquet Tarier ou Tarier des prés (E)
-  Le Ponturin (G)
-  Dans la famille des fougères, je demande le Cystopteris des montagnes (I)
-  Plan de la Grassaz (B)
-  Les chalets de la Plagne (D)
-  la cabane des gardes du Berthoud (F)
-  Le gypaète barbu (H)
-  Les ongulés (J)

 L'aigle royal à Peisey-Nancroix (K)
 Le Mont-Pourri (M)

 Le dôme de Bellecôte et l'Aliet (L)

Toutes les infos pratiques

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

ATTENTION : nidification du Gypaète barbu !

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

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.

Sur votre chemin...



Le lac de Grattaleu (A)

Le lac du Grattaleu, à proximité du refuge du Palet, est le plus haut lac de la commune de Peisey-Nancroix, dans lequel les pêcheurs ont introduit des poissons. En plein hiver, les eaux du lac sont en partie gelées. Les poissons survivent dans l'eau du fond du lac qui reste à une température de 4 degrés et qui est plongée dans l'obscurité pendant près de 6 mois.

Crédit photo : Vincent Augé, PNV



Plan de la Grassaz (B)

En été, un troupeau de 300 génisses, élevées pour la production de viande, pâture la haute vallée du Ponturin. Il n'y a pas de vaches laitières car l'absence de piste pastorale ne permet pas le déplacement d'une machine à traire ni le transport du lait pour la fabrication du fromage. Le berger suit le troupeau et utilise les 4 chalets mis à sa disposition pour son logement (chalets du Varchet, de la Plagne, de la Sache et de la Grassaz).

Crédit photo : Vincent Augé, PNV



La cabane PNV des Mindières (C)

Détruit par une avalanche en février 1999, le chalet des gardes du Berthoud a été remplacé par la cabane des Mindières, en 2002. Installé à proximité du rocher des Mindières à 2224 m d'altitude, il domine le Lac de la Plagne au nord-est.

Crédit photo : Stéphane Melé, PNV



Les chalets de la Plagne (D)

Le hameau de la Plagne comprend une bergerie, 2 étables, 2 ruines de halle, plusieurs murets et enclos en pierres sèches, 1 cave voûtée et une ancienne ruine au sud, témoin d'un alpage exploité de longue date. La cave comporte plusieurs pierres gravées, dont une datant de 1772. Les principaux bâtiments sont implantés dans la pente ce qui les protège des avalanches. Ils présentent encore au moins en partie un mortier traditionnel en « pierres à vue ».

Crédit photo : PNV - BALAIS Christian



Le traquet Tarier ou Tarier des prés (E)

Le Tarier des prés est un passereau insectivore qui prend ses quartiers d'été en Vanoise de mai à septembre. Il hiverne en Afrique et c'est un migrateur transsaharien dont l'aire de prédilection est la zone tropicale (Congo, Sénégal, Zambie...). Chez le mâle, qui chante joliment de manière sonore et variée, souvent perché sur un piquet, un rocher ou une tige sèche de rhubarbe des moines, c'est le large plastron roux orangé et le sourcil blanc sur fond noir qui attirent l'oeil et le distingue du Tarier pâtre

Crédit photo : Alexandre Garnier, PNV



la cabane des gardes du Berthoud (F)

Le sentier que l'on suit en descendant du refuge du Mont Pourri rejoint le GR5 sur le plan de la Plagne. Il faut suivre ce sentier quelques centaines de mètres pour rejoindre celui qui monte au refuge d'Entre-le-Lac. Après avoir traversé un éboulis, on peut remarquer une bosse à gauche, avec un mélèze, sur laquelle se tenait la cabane des gardes du Berthoud. Celle-ci a été rasée par une avalanche de neige poudreuse venant du dôme des Platières, au cours du mois de février 1999. Depuis, le Parc national de la Vanoise a fait construire une cabane sur le rocher des Mindières qui domine le lac de la Plagne

Crédit photo : Christophe Gotti, PNV



Le Ponturin (G)

Le Ponturin prend sa source au lac de la Plagne avant de se jeter dans l'Isère, à Landry. En fin d'été, le torrent s'enfouit sous les blocs rocheux avant de resurgir plus bas : c'est ce qui a valu à ce lieu le nom de « Pertes du Ponturin ». Mais au printemps, avec la fonte de la neige, une partie du débit reste visible en surface, et coule sous la passerelle.

Crédit photo : PNV - BALAIS Christian



🐾 Le gypaète barbu (H)

Affublé à tort de pouvoirs démoniaques, le gypaète a été totalement exterminé des Alpes au début du XXe siècle. Après un siècle d'absence, le gypaète barbu est à nouveau une figure familière de notre paysage. Ceci grâce à un lourd et long programme de réintroduction d'oiseaux élevés en zoos et volières puis relâchés dans des sites favorables sur tout l'arc alpin. La particularité de ce grand vautour: il se nourrit essentiellement d'os issus de carcasses. Pour accéder à la moelle, il emporte les os dans ses serres et les lâche sur des cailloux afin de les briser. C'est aussi pour cela qu'on l'appelle le casseur d'os. En plus de sa très grande envergure (presque 3 m), le gypaète adulte en impose par son poitrail couleur de feu. Sa queue est longue et en forme de losange.

Crédit photo : PNV - PLOYER Jean-Yves



🌸 Dans la famille des fougères, je demande le Cystopteris des montagnes (I)

Le Cystopteris des montagnes fait partie de ces fougères rares et difficiles à observer. Elle se distingue par sa feuille très découpée qui s'inscrit parfaitement dans un triangle équilatéral. Elle est présente en France uniquement dans les Pyrénées et les Alpes. Elle bénéficie d'un statut de protection nationale. Cette station a failli disparaître naturellement suite à un glissement de terrain en 2009.

Crédit photo : Vincent AUGE



🐾 Les ongulés (J)

Le vallon de Rosuel a la particularité d'accueillir aussi bien les ongulés de plaine : cerfs, chevreuil et occasionnellement sangliers sur les zones basses et ceux plus spécifiques à la montagne sur les parties hautes : chamois et bouquetins. Cependant, ces derniers n'occupent pas les mêmes quartiers selon les saisons et ils quittent notamment le fond de vallon à la belle saison préférant des zones de plus haute altitude, plus fraîches.

Crédit photo : PNV - JORDANA Régis



L'aigle royal à Peisey-Nancroix (K)

L'aigle royal (*Aquila chrysaetos*) demeure une espèce rare et protégée, même si ses effectifs progressent dans les Alpes depuis quelques années. À Peisey-Nancroix, il figure sur les armoiries de la commune. La randonnée traverse le territoire d'un de ces couples. Suivi depuis 1973, il a déjà occupé 11 aires (terme utilisé pour désigner les nids des rapaces) différentes et mené 35 jeunes à l'envol. Il se nourrit principalement de marmottes en été et se contente de charognes en hiver.

Crédit photo : PNV - PLOYER Jean-Yves



Le dôme de Bellecôte et l'Aliet (L)

Au départ, sur votre droite, vous suivez le dôme de Bellecôte (alt. 3417 m). En hiver, plusieurs couloirs qui vous font face se pratiquent en ski hors-piste depuis le domaine de la Plagne. À son extrémité est, vous apercevez le sommet de l'Aliet (alt. 3109 m). Son nom viendrait de « alye », aiguille en patois savoyard. De ce point de vue, il se présente sous la forme d'une pyramide de roc. Son ascension nécessite des techniques d'escalade. Elle est cotée difficile.

Crédit photo : PNV - JORDANA Régis



Le Mont-Pourri (M)

En montant, sur votre gauche, vous observez le Mont-Pourri qui culmine à 3779 m, ce qui en fait le 2e plus haut sommet de Vanoise après la Grande Casse. Il fut gravi pour la première fois en 1861, par Michel Croz. Aujourd'hui, l'itinéraire passe classiquement par le glacier du Geay que vous apercevez sous le sommet. Au pied de sa moraine, l'ancien refuge où dormaient les alpinistes jusque dans les années 1970 a été reconverti en espace muséographique.

Crédit photo : PNV - BALAIS Christian