



Le tour de la Vallaisonnay



Le tour de la Vallaisonnay

Randonnée de 4 jours (Marcheur moyen)

Point de départ : refuge-porte de Rosuel

• Accès : d'Albertville, se rendre à Moûtiers puis suivre la direction « Vallée de la Haute Tarentaise ». Entre Aime et Bourg-St-Maurice, prendre à droite en direction de Peisey-Nancroix. Traverser Peisey-Nancroix puis les Lanches et poursuivre jusqu'au refuge-porte de Rosuel (parking).

• Difficulté : pour marcheur moyen. La période recommandée s'étale de fin juin à fin septembre. Toutefois, bien se renseigner sur l'état d'enneigement des sentiers auprès des gardiens de refuge avant de partir.

Possibilité d'hébergement au refuge-porte de Rosuel le soir de l'arrivée.

Étape 1 : du refuge-porte de Rosuel au refuge du col du Palet – 5h00

Dénivelée cumulée : positive : 1011 m

Par le GR®5. Il est possible de gravir, à partir du refuge du col du Palet, la Pointe du Chardonnet (2870 m) en 0h40.

Points d'intérêt : cascades, méandres, flore. Traversée d'une aulnaie verte (lis martagon, aconit, ancolie...) puis d'une forêt de mélèzes. Vue plongeante sur la vallée de Peisey-Nancroix, le Beaufortain.

Étape 2 : du refuge du col du Palet au refuge du Laisonnay / refuge-porte du Bois – 4h30

Dénivelée cumulée : négative : 941 m

Points d'intérêt : plus grande aulnaie de France entre les sommets du Grand Bec et de l'Epena, vie pastorale à la Plagne (production de beaufort d'alpage), panorama, vallée de Champagny-le-Haut (site classé).

Étape 3 : du refuge du Laisonnay / refuge-porte du Bois au refuge d'Entre-le-Lac – 5h00

Dénivelées cumulées : positive : 1050 m ; négative : 464 m

Par le refuge de Plaisance et le col de Plan Séry.

Points d'intérêt : bouquetins dans le cirque du Degoteil et les rochers de la Pointe des Chardes, ancien lac glaciaire au Plan Séry, le Grand Tuf de Plan Séry (pyramide de cagneule), marmottes.

Étape 4 : du refuge d'Entre-le-Lac au refuge-porte de Rosuel – 5h00

Dénivelées cumulées : positive : 476 m ; négative : 1082 m

Du refuge d'Entre-le-Lac, remonter vers le col du Palet et à l'intersection du Plan de la Grassaz, prendre à gauche en direction du refuge du Mont Pourri.

Du refuge, descendre au refuge-porte de Rosuel par le chalet de Loyes puis le lieu-dit Beaupraz.

Points d'intérêt : le lac de la Plagne (truites fario et christivomer réintroduites par les pêcheurs), bouquetins et chamois (examiner aux jumelles les barres rocheuses au pied du Mont Pourri et des Platières), forêt de mélèzes en descendant du refuge du Mont Pourri.

Variante

Ce circuit peut être réalisé en d'autres étapes, en changeant le point de départ. À titre d'exemples :

- Tignes > refuge de la Glière > refuge d'Entre-le-Lac > refuge du Mont Pourri > refuge du col du Palet > Tignes
- Refuge-porte du Bois (Champagny-le-Haut) > refuge du col du Palet > refuge-porte de Rosuel > refuge-porte du Bois (par le col de Chiaupe)

Avant de partir

- Se munir des cartes IGN au 1/25000, d'une boussole (et si possible d'un altimètre) indispensables pour accompagner cette fiche
- Lire la fiche « Conseils aux randonneurs » pour savoir comment préparer ses randonnées
- Lire la fiche « Respecter la nature » pour connaître et comprendre la réglementation du cœur du Parc
- Se procurer le journal annuel "l'Estive" pour obtenir la liste des différents hébergements en vue des réservations, connaître l'actualité du Parc, ses animations et trouver de nombreux renseignements utiles

Documentation

- « La Carte » du Parc national de la Vanoise (1/60 000)
- Le topo-guide des sentiers GR®5-55 (réf. 530) édité par la FFRP
- Si vous souhaitez vous documenter et/ou effectuer des achats en ligne, consultez le site de la boutique du Parc : <http://boutique.vanoise-parcnational.fr>

Pour tout renseignement

Points-info Vanoise

En juillet et août, une hôtesse du Parc national vous accueille dans la plupart des offices de tourisme des vallées de Maurienne et Tarentaise.

Siège de l'établissement public

Parc national de la Vanoise
135 rue du docteur Julliard
73000 CHAMBÉRY
Tél. +33 (0)4 79 62 30 54

www.vanoise-parcnational.fr
accueil@vanoise-parcnational.fr

Le tour de la Vallaisonnay ouvre à la haute montagne. L'hypothèse d'un accident dépendrait de la conduite du randonneur et en aucun cas l'établissement public du Parc national de la Vanoise ne peut être tenu pour responsable.