

l'estive

Androsace des Alpes.

ESTIVEZ EN VANOISE !

Vanoise ! Du grand au tout petit, tout y est motif de découverte et de ressourcement. C'est un bien juste retour de la protection d'un Parc national que d'offrir au plaisir des yeux, du nez, de l'oreille, du goût et du toucher ces merveilles de la nature et les témoignages de l'activité des hommes.

La nature se montre généreuse pour qui sait l'approcher avec discrétion, dans le respect de ses rythmes et de ses fragilités. Osez les bruits de la nature ou le silence, la paresse ou l'effort, la solitude ou le bonheur de marcher ensemble, goûtez la fraîcheur des cascades ou la chaleur des adrets, le frisson des belvédères ou l'intimité d'un abri de rocher !

La Vanoise, c'est l'occasion de la rencontre avec les agriculteurs ou les bergers qui en ont façonné les paysages, avec les gardiens de refuges, les guides de hautes courses, les gardes-moniteurs qui pourront vous renseigner. Parfois on y croise des chercheurs épris de marmottes, de glaciers, des naturalistes attentifs aux moindres bruissements d'insectes, aux évolutions de la nature car le parc national constitue un territoire de référence privilégié pour la connaissance, l'étude et la recherche.

À l'heure de l'Internet, offrez-vous un voyage dans le temps avec les gesticulations communicantes du télégraphe Chappe restauré par l'Association d'histoire et d'archéologie de Sollières-Sardières.

Cette année, le Parc et ses partenaires vous accueillent dans de nouveaux espaces, centres d'information ou refuges. Celui de l'Arpont joue l'alliance de la tradition et de la modernité, offre la nature à grand spectacle ; celui du col de la Vanoise, rénové par la Fédération française des clubs alpins et de montagne, propose un confort renouvelé face à la mythique Grande Casse, haut lieu du massif, et sur l'historique Route du sel. Cet itinéraire anime la muséographie de la maison de la Vanoise à Pralognan-la-Vanoise où le Parc et l'office du tourisme sont associés. Autre maison de la Vanoise à Termignon et même partenariat, avec là aussi une muséographie nouvelle sur les richesses du Parc, entre nature et culture.

Décidément il y a mille occasions d'estiver avec le Parc national, goûtez-y sans modération !

Emmanuel MICHAU,
Directeur du Parc national de la Vanoise

« L'espoir de l'avenir,
il est dans la nature
et dans les hommes
qui restent fidèles
à la nature. »

FÉLIX-ANTOINE SAVARD (1896-1982)
ÉCRIVAIN QUÉBÉCOIS.



1. Un patrimoine à découvrir

Maisons et refuges rénovés : année 2014 riche en nouveautés pour mieux accueillir les visiteurs.

2. Randonner en Vanoise, le guide

Retrouvez la carte du Parc, la liste des hébergements et toutes les infos pratiques.

3. Été 2014 en Vanoise : les animations

Découvrez toutes les animations proposées par le Parc et les accompagnateurs en montagne, ambassadeurs du Parc national.

À la découverte du patrimoine

Jeux de marmottes.

La fonte des neiges perturbe la vie des marmottes

L'aventure du projet « Marmotte Alpine » a débuté en 1990. Depuis, des chercheurs de l'Université Claude Bernard Lyon 1 procèdent à un méticuleux et précieux suivi scientifique de la marmotte alpine.

L'accueil des chercheurs est une des missions du Parc national de la Vanoise. Les marmottes, mammifères fouisseurs de l'ordre des rongeurs, qui vivent dans la Réserve naturelle de la Grande Sassièr, en savent quelque chose. Depuis 1990, des biologistes de l'évolution de l'Université Claude Bernard Lyon 1 suivent en effet les vingt-six groupes familiaux de marmottes qu'ils ont identifiés au sein de cette magnifique réserve qui s'étage entre 1800 et 3750 mètres d'altitude. « Nous essayons de faciliter le travail des chercheurs sur un objet d'étude dont la conservation nous intéresse, sans être nous-mêmes en première ligne » raconte Michaël Delorme, chargé de mission faune du Parc.

Les recherches récentes de ce projet « Marmotte Alpine » nous apprennent, entre autres, que l'influence du climat sur la démographie des marmottes n'est pas un mythe. La fonte des neiges - deux centimètres par an entre 1991 et 2011 - a pour conséquence de leur fournir une isolation de moins en moins bonne lorsqu'ils sont en période d'hibernation. Il en résulte une reproduction plus faible : près d'un jeune en moins par portée (qui en comporte de 1 à 7 habituellement) sur la même période. En revanche, le déneigement plus précoce va favoriser une meilleure disponibilité des ressources alimentaires et une meilleure condition physique pour la mère, ce qui devrait être positif pour la reproduction. Cela étant, sachant que le nombre de jeunes de l'année précédente a un rôle important pour le maintien de la température du groupe lors de l'hibernation, il est encore difficile de savoir quel sera l'avenir des marmottes.

En savoir + : <http://projetmarmottealpine.org>

Aeschne des joncs : la libellule des tourbières de montagne

Grosse libellule au front marqué d'un T noir, l'aeschne des joncs s'observe en Vanoise entre 830 et 2570 mètres d'altitude.

Connue sous le nom scientifique d'*aeshna juncea*, l'aeschne des joncs est une espèce d'odonate de la famille des Aeshnidae. Mais encore... En fait, il s'agit tout simplement de la libellule la plus fréquente en altitude dans l'arc alpin. Également présente en Eurasie et en Amérique du Nord, elle s'observe en Vanoise en moyenne à près de 2000 mètres d'altitude. Longue de 65 à 80 mm, son front est marqué d'un T noir caractéristique de l'espèce. Pour se reproduire et s'alimenter, elle se plaît à évoluer à proximité des zones humides, dans les tourbières situées près des lacs et les marais d'altitude. Là où se trouvent des... joncs, plantes semi-aquatiques aux tiges bien droites.

En Vanoise, une quarantaine d'espèces de libellules a été répertoriée. Il s'agit donc de l'espèce la plus visible par les visiteurs. Michaël Delorme, chargé de mission faune du Parc, précise : « Importante pour la biodiversité, l'aeschne des joncs n'est pas particulièrement menacée aujourd'hui, mais il faut cependant veiller à la protection des zones humides qui, parfois, apparaissent comme des terrains « perdus » pour l'activité humaine. Or elles jouent un vrai rôle de filtre pour l'eau. À l'image d'une éponge, elles conservent l'eau lors de la fonte des neiges et la restituent durant l'été. Ce qui est capital pour les écosystèmes aquatiques mais aussi pour l'agriculture. »



Vanoise et Grand Paradis : la science en partage

Créés respectivement en 1963 et en 1922, le parc national de la Vanoise (PNV) et le parc national du Grand Paradis (PNGP) forment un des plus grands espaces protégés transfrontaliers d'Europe. De part et d'autre de la frontière, les phénomènes climatiques, biologiques, écologiques et une partie des activités humaines qui façonnent les habitats naturels s'exercent de manière similaire. Les liens linguistiques, religieux, économiques sont par ailleurs depuis très longtemps extrêmement forts, que ce soit entre la Tarentaise et le Val d'Aoste, ou entre la Maurienne et le val de Susse et les vallées de Lanzo. Du fait de cette communauté de nature et de culture, l'étude de n'importe quel sujet requiert d'élargir le regard au-delà de la frontière. Il faut par exemple considérer les deux versants pour affiner la compréhension du comportement migratoire et de la dynamique de population du bouquetin - espèce emblématique pour les deux parcs. C'est aussi grâce à des recherches communes que l'on pourra préciser la déclinaison locale des changements climatiques et de leurs effets sur le fonctionnement et l'évolution des espèces, des écosystèmes et des activités humaines.

Nous avons donc besoin d'un collectif scientifique transfrontalier. Les institutions françaises et italiennes en charge de la gestion des deux parcs et de l'activité scientifique, doivent resserrer leurs liens, en élaborant des programmes de recherche communs et en organisant des rencontres et des échanges. C'est dans cet esprit que le responsable de l'équipe scientifique du PNGP a été intégré au conseil scientifique du PNV et que ce dernier organisera sa future séance de terrain chez et avec les collègues italiens, en juin prochain. Une partie des recherches récentes et en cours seront présentées. Le bouquetin sera bien sûr à l'honneur mais ce sera aussi l'occasion d'identifier d'autres pistes de collaboration.

Isabelle Arpin,
Présidente du Conseil scientifique du Parc national de la Vanoise.



Phase d'émergence de l'aeschne des joncs.

La Grande Casse : un symbole de 3 855 m

Qu'ils soient randonneurs ou skieurs, touristes ou habitants de la Vanoise, tous ceux qui approchent ce point culminant s'en souviennent.

Plus haut sommet du massif de la Vanoise et de la Savoie avec ses 3 855 mètres, la Grande Casse est, de toute évidence, l'un des grands symboles du Parc. Ce point culminant, constitué de schistes calcaires, est un vaisseau forteresse qui trône majestueusement entre les vallées de la Leisse (Maurienne) et de la Glière (Tarentaise). Ce sommet d'allure massive possède trois versants très différents : au nord (Champagny-en-Vanoise), l'ombre a conservé les glaciers ; au sud (Termignon), les éboulis dominent largement, avec, en particulier, les spectaculaires « grandes casses » ou éboulis situés au pied de la face sud-ouest de l'antécime pointe Mathews. Du nom de l'alpiniste et botaniste britannique William Mathews (1828-1901) qui, le 8 août 1860, avec son guide Michel Croz d'Argentière et Etienne Favre, chasseur de chamois de Pralognan, a, le premier, atteint le sommet de la Grande Casse par le glacier des Grands Couloirs sur le versant ouest (Pralognan-la-Vanoise). À l'époque, les crampons n'existant pas, pour franchir les 300 mètres de la pente supérieure inclinée à 45 degrés, le trio avait taillé 800 marches à la hache...

En juin 2010, le 150^e anniversaire de cette première a dignement été fêté : trois guides de Pralognan ont effectué l'ascension du glacier des Grands Couloirs en costume et équipement d'époque, donc sans crampons. D'autres guides se sont mis au service de nombreux invités parmi lesquels se trouvait Mark Mathews, descendant de William Mathews, pour les conduire au sommet. Christophe Gotti, agent du Parc faisait, lui aussi, partie de l'expédition : « De là-haut, on a une vue fantastique sur le Mont Blanc, le Mont Viso... À titre personnel, je l'ai gravie une quarantaine de fois parce que c'est toujours différent en fonction de l'enneigement, de la météo. » Prisée par les très bons skieurs en raison des nombreux itinéraires qu'elle offre, la Grande Casse est également très « courue » par les randonneurs qui, l'été, aiment à en faire le tour en cinq jours de refuge en refuge.

Communication rétablie avec le télégraphe Chappe

À la fin du XVIII^e siècle, le télégraphe Chappe a révolutionné les communications. Puis il a rapidement cessé de fonctionner avant de renaître en ce début de XXI^e siècle grâce à l'Association d'histoire et d'archéologie de Sollières-Sardières et à l'aide notamment du Parc national de la Vanoise.

Télégraphe à signaux optiques, le télégraphe Chappe – du nom de son inventeur Claude Chappe (1763-1805) – est né en 1793. Entre autres pour répondre aux besoins du pouvoir central français, alors menacé par une coalition européenne, de correspondre rapidement à grande distance et en secret avec ses armées. En 1805, Napoléon, devenu empereur et roi d'Italie, ordonne d'établir une ligne de Milan à Paris via Turin et Lyon.

Pour franchir le Mont-Cenis, cinq télégraphes Chappe sont ainsi implantés à plus de 2 000 mètres d'altitude, séparés d'une dizaine de kilomètres les uns des autres. Cette nouvelle ligne fonctionne à partir de 1807 et permet à un message de parvenir de Paris à Milan en moins de 24 heures et non plus en cinq jours à cheval. Mais, en 1814, avec la chute de l'Empire, puis le retour de la Savoie au royaume de Sardaigne cette même ligne cesse de fonctionner. Le matériel des télégraphes est alors vendu et les bâtiments abandonnés disparaissent au fil du temps.

Deux siècles plus tard, en 2002, les recherches effectuées par des membres de l'Association d'histoire et d'archéologie de Sollières-Sardières, présidée par Alain Peynichou, permettent de reconstruire à l'identique le « baracon » de Sardières, notamment avec l'aide du Parc national de la Vanoise. L'objectif consiste à mettre en valeur ce patrimoine de la Vanoise dans lequel deux agents, nommés « stationnaires », étaient chargés de faire fonctionner le télégraphe en alternance, sans relâche, du lever au coucher au soleil. « Depuis ce bâtiment aujourd'hui entièrement restauré et inauguré en juin 2013, un panorama exceptionnel s'offre aux randonneurs qui, outre une magnifique promenade, peuvent ainsi faire du tourisme culturel et découvrir un beau témoin de l'histoire des télécommunications à travers les vallées alpines » explique Marie-Pierre Bazan, chargée de mission aménagement, patrimoine culturel et paysages du Parc national de la Vanoise.



Restauration du télégraphe Chappe situé au Mollard Fleury. Commune de Sollières-Sardières.

Les Graminoïdes : trois familles de plantes très discrètes

13% des plantes à fleurs de Vanoise sont des graminoides. Des herbes qui se fondent dans le vert des pelouses et des prairies.

Bien sûr, il y a les vedettes, celles qui occupent la première page des magazines, celles qui brillent de mille éclats : la gentiane printanière bleu azur, le lis orangé éclatant comme un soleil... Et puis il y a les discrètes, celles qui se fondent dans la foule des anonymes, qui se diluent dans le flot vert des pelouses et des prairies : les herbes, que les botanistes regroupent sous l'appellation « graminoides ». Derrière ce terme générique se rassemblent trois familles de plantes aux toutes petites fleurs verdâtres à brunâtres : les graminées (ou poacées), les cypéracées et les joncacées. Les graminées, tant par le nombre d'espèces que par la biomasse, sont les plantes dominantes dans les prairies naturelles comme dans les prairies semées. Ces plantes se caractérisent notamment par des tiges creuses avec des nœuds. Elles sont parfaitement adaptées pour résister au piétinement et au broutage avec des bourgeons à la base des plantes. Les cypéracées, elles, sont particulièrement abondantes dans les prairies humides. Mais il existe des cypéracées particulières et spécifiques dans la plupart des milieux. Elles ont des tiges pleines, sans nœuds, généralement de section triangulaire. Quant aux joncacées, elles ont aussi des petites fleurs très discrètes avec soit des feuilles planes et presque toujours poilues chez les luzules, soit des feuilles cylindriques et glabres chez les joncs. Ces herbes totalisent à elles seules plus de 13 % des plantes à fleurs de Vanoise.

Thierry Delahaye,
Chargé de mission flore du Parc national de la Vanoise.

Un parc et des hommes



Chalets du Plan devant les glaciers de la face Nord du Mont Pourri, avec de g. à dr. Glacier de la Martin, Glacier de la Savinaz, Glacier Sud de la Gurraz puis Nord de la Gurraz et les sommets du Dôme de la Sache puis du mont Pourri. Vue vers Sud Ouest.

Avec deux maisons de la Vanoise renovées, deux refuges restructurés dans le cœur du Parc, parmi les plus importants en capacité d'accueil, et un nouveau sentier d'interprétation en forêt de l'Orgère, l'année 2014 est riche en nouveautés offertes au public. Autant de réalisations qui s'inscrivent pleinement dans la stratégie touristique élaborée en 2013 par le Parc et les différents acteurs du territoire.

Visite guidée du nouveau refuge de l'Arpont

Valérie Lefevre, gardienne du refuge de l'Arpont depuis 1996, nous fait visiter la nouvelle version de ce bâtiment créé en 1967. Réhabilité, il a réouvert ses portes le 6 juin 2014.

Désormais, sur le chemin, quand on approche le refuge de l'Arpont, on découvre une extension qui épouse, dans une forme de mimétisme, la silhouette des anciens chalets bien intégrés dans la moraine. Arrivés au pied du bâtiment, on éprouve alors le désir de monter sur le nouveau toit terrasse réalisé en arrondi avec des pierres et du bois, fidèlement aux constructions anciennes. «D'ici, on est comme à la proue d'un bateau : on a une vue splendide à 360° sur la Dent Parrachée, la vallée de la Maurienne, etc. D'ici, je peux très facilement montrer aux randonneurs le chemin qu'ils souhaitent prendre» raconte Valérie Lefevre, gardienne du refuge de l'Arpont depuis 1996. À l'intérieur, se trouvent la salle à manger, la cuisine, le logement des gardiens ainsi que le refuge d'hiver, une salle de séchage, des sanitaires... Le tout a été conçu par l'architecte Emmanuel Ritz. Les matériaux ont été acheminés par hélicoptère en optimisant au mieux les rotations en nombre et en période. «Tous ces travaux étaient inévitables» affirme Valérie Lefevre avant de poursuivre «Avec une chambre de 68 lits et une autre de 34 lits, ce refuge répondait aux attentes des années 1970, quand on partait avec les boîtes de raviolis dans le sac à dos. Aujourd'hui, les gens ont besoin de plus de confort». L'essai a été transformé puisque les anciens chalets ont été réaménagés en dortoirs de six à dix places. Mieux, moyennant deux euros supplémentaires, il existe même une chambre indépendante à deux ou quatre lits. Pas de doute, les temps changent...

La forêt de l'Orgère cache bien son jeu

Avec ses mélèzes pluriséculaires et ses pins Cembro, la forêt de l'Orgère que parcourt le sentier du même nom ravit les randonneurs.

Située sur la commune de Villarodin-Bourget, en majeure partie dans le cœur du Parc national, la forêt de l'Orgère est atypique. Rares sont en effet les forêts qui se déploient entre 2 000 et 2 400 m d'altitude. Ses mélèzes qui ont, pour certains, plus de 700 ans font bon ménage avec des pins Cembro. Un arbre au mode de dissémination original. Pourquoi ? Parce que ce sont les cassenoix mouchetés qui, dans une forme d'étourderie, lui permettent de naître. Ces passereaux au corps brun foncé, parsemé de taches blanches en forme de gouttes, prélèvent les graines du pin Cembro avant qu'elles ne tombent, les enterrent pour avoir des réserves durant l'hiver, mais finissent toujours par en oublier... Une histoire insolite bien expliquée sur le sentier de découverte de l'Orgère à l'aide de panneaux illustrés. Ce sentier offre aux promeneurs de parcourir une partie de la forêt de l'Orgère. «À chaque fois, les gens sont très touchés par son aspect esthétique avec ces arbres majestueux et tortueux» raconte Vincent Augé, chargé de mission milieux naturels du Parc national de la Vanoise.

L'ESTIVE N°28 SAISON 2014/2015

Directeur de la publication: Emmanuel Michau

Responsable de la publication: Élisabeth Berlioz

Conception, réalisation: esprit public

Avec la participation de l'équipe du Parc national de la Vanoise

ISSN: 0990-6509

Nouvelle ère pour le refuge du col de la Vanoise

Créé en 1902, agrandi en 1976, le refuge du col de la Vanoise vient d'entrer dans le XXI^e siècle avec la construction d'une ossature bois flambant neuve de 98 places.

Refuge de la Fédération française des clubs alpins et de montagne, le refuge du col de la Vanoise vient d'entrer dans une nouvelle ère. Après sa construction initiale de 1902 en pierre, après son agrandissement en 1976, avec des préfabriqués, ce bâtiment situé au pied de la Grande Casse a revu de fond en comble son offre auprès des usagers. Confiée au cabinet Architecture Energie par la commune de Pralognan, la nouvelle version du refuge n'a plus rien à voir avec ce qui précédait. Les 148 couchages répartis dans 11 dortoirs, ont été remplacés par une ossature bois neuve qui offre désormais 98 places réparties dans des dortoirs de 8 à 15 couchages avec des lits séparés. Le nouveau refuge comprend davantage d'espaces de rangement, une isolation thermique et phonique, des panneaux solaires, une salle de séchage, 4 douches, des WC secs, des cabines fermées avec lavabos... À la place d'une salle à manger exigüe de 50 couverts, une nouvelle comprenant 100 places permet désormais à tous de ne pas attendre un second service. Aux yeux de Gérard Girod, gardien du refuge, l'ensemble est une réussite : «C'est un bon compromis entre la demande des gens qui consistait à gagner en confort et l'esprit montagne qui est conservé. Sans compter que désormais nous allons respirer avec cette ossature bois surélevée. Avant, comme nous étions à même le sol, c'était un peu la guerre des tranchées. Le refuge étant sur un col, nous sommes très exposés au vent qui ramène la neige. Il nous fallait donc constamment déneiger. Dans notre igloo, on jouait sans arrêt aux marmottes...». Les préfabriqués seront démontés.



Deux nouvelles Maisons de la Vanoise

Depuis décembre 2013, les communes de Pralognan-la-Vanoise et Termignon sont chacune dotées d'une nouvelle Maison de la Vanoise. Pour mieux accueillir les nombreux visiteurs.

Le Parc national a engagé à Pralognan-la-Vanoise, important pôle d'accueil touristique en Vanoise, une restructuration-extension de sa «Maison de la Vanoise». Afin de mieux informer et sensibiliser les visiteurs, le Parc a ainsi inauguré fin 2013 un bâtiment à la visibilité renforcée, comprenant un point accueil-information partagé avec l'office du tourisme, un espace d'expositions temporaires, une exposition permanente sur la Route du sel, une salle d'animation, le tout accessible à tous les publics. Cette politique d'accueil vise à permettre aux visiteurs d'accéder à la richesse patrimoniale et à l'histoire du territoire Vanoise. Favoriser l'animation locale, améliorer les conditions de travail des personnels et les performances thermiques du bâtiment étaient également les enjeux de ces travaux d'un montant de 2 millions d'euros.

La commune de Termignon, autre pôle important d'accueil, en Maurienne, en a fait de même pour renouveler l'attractivité et améliorer la fonctionnalité de sa Maison de la Vanoise. Ceci, en collaboration avec le Parc qui a participé à la réflexion sur le programme architectural et le fonctionnement de la maison et qui s'est investi dans la conception de l'exposition permanente «Entrez en Vanoise !». Résultat : le 15 février 2014, cette nouvelle maison était ouverte au public. Lequel a également pu constater que les espaces sont adaptés aux publics en situation de handicap.

Réglementation du cœur du Parc national

Le Parc national de la Vanoise, créé pour vous et pour les générations futures, est un espace où vous pouvez marcher, courir, flâner, observer, écouter, sentir, toucher... Fragile, il ne peut toutefois être sauvegardé sans votre concours.

Il vous est demandé de contribuer à la protection du parc national en respectant les règles ci-dessous :
 Sie werden darum gebeten:
 Vi si prega di:
 You are not allowed:

- ne pas cueillir ou prélever fleurs, fruits, minéraux, fossiles et insectes.
- keine Blumen und Früchte zu pflücken und keine Mineralien zu sammeln.
- non raccogliere fiori, frutta e minerali.
- to pick up or take samples of any flowers, fruits or minerals.

- ne pas troubler la tranquillité des lieux.
- Ruhestörungen zu vermeiden.
- non disturbare la tranquillità del luogo.
- to be noisy.

- ne pas amener de chien, même tenu en laisse ou porté sur soi.
- keinen Hund, sogar angeleitet oder geträgt, mitnehmen.
- Non portare un cane, stesso tenuto in guinzaglio o portato su di sé.
- I cani non sono ammessi né al guinzaglio né tenuti in braccio.
- dogs are not allowed anywhere in the park even on a leash or carried.

- pas de camping ni bivouac. Bivouac autorisé uniquement autour de certains refuges en juillet et août (payer, voir auprès du gardien).
- nicht zu zelten ausser in der Nähe der Hütten.
- di non praticare campeggio o bivouac, eccetto attorno ad alcuni rifugi.
- to camp, or bivouack, except near certain refuges.

- redescendre tous vos débris, même lors de votre passage dans un refuge.
- alle Abfälle wieder mitzunehmen (gleiches gilt auch für Ihren Aufenthalt in einer Unterkunft).
- riportare tutti i rifiuti, anche se si tratta di un passaggio in un rifugio.
- to spoil the place and/or debris bring back all your litter even when you stay at mountain huts.

- ne pas allumer de feu.
- kein Feuer anzuzünden.
- non accendere il fuoco.
- to make fires.

- le survol par des aéronefs motorisés est interdit à moins de 1000 mètres du sol. Il en est de même pour les aéronefs non motorisés (parapentes, planeurs...), à l'exception de secteurs spécifiquement désignés.
- der Überflug von motorisierten Flugzeugen ist innerhalb von 1000 Meter über dem Boden verboten. Es ist ebenso für die nicht motorisierten Flugzeuge (Gleitschirme, Segelflugzeuge...) mit Ausnahme spezifisch bezeichneten Sektoren.
- il sorvolo di aeromobili motorizzati è vietato a meno di 1000 metri dal suolo. E' lo stesso vale per velivoli senza motore (parapendio, aianti...) eccetto delle nelle aree appositamente designate.
- air traffic by all aircraft is strictly forbidden below 1000 m (3281 ft). Likewise, overflights by non motorized aircraft (gliders, par gliders, hang gliders...) is strictly forbidden except in specifically designated areas.

- ne pas pratiquer le vélo tout terrain ni autre cycle non motorisé. Quelques pistes néanmoins sont autorisées par arrêté du directeur de l'établissement public Parc national.
- nicht Fahrrad zu fahren. Einige Wegen sind trotzdem durch Erlass des Nationalparkleiters erlaubt.
- non praticare la mountain bike. Pertanto, la mountain bike è autorizzata su alcune piste precise.
- no mountain biking. However, certain trails in the Park have been designated for biking.

- ne pas circuler avec des véhicules motorisés en dehors des voies autorisées.
- der Verkehr motorisierter Fahrzeuge ist ausser Genehmigung nicht erlaubt.
- circuire con veicoli a motore solo ed esclusivamente dove autorizzato.
- no motor vehicles in the park except authorization.

- ne pas détenir d'arme et ne pas chasser.
- waffenbesitz ist verboten.
- divieto di detenzione armi.
- no weapons allowed.

Ces pictogrammes symbolisent un extrait du décret du 21.04.2009 pris pour la réglementation du Parc national de la Vanoise. Le texte complet et les arrêtés du Directeur sont disponibles dans les points-info Vanoise et sur www.parcnational-vanoise.fr. Du respect de ces règles dépendent la protection de ce site et votre plaisir à découvrir.

Diese Regelung ist in den Texten, die den Parc national de la Vanoise leiten, vorgesehen. Der Schutz dieses Gebietes, sowie Ihre Freude daran, hängen von der Beachtung dieser Regeln ab.

Questo regolamento è previsto nei testi che disciplinano il Parco nazionale della Vanoise. Dal rispetto di queste regole dipende la protezione del luogo e il vostro piacere a scoprirlo.

This regulation was planned by the texts which govern creating the national park of Vanoise. The protection of this site as well as your pleasure when discovering it depends on the respect of its rules.

Les limites du cœur du Parc sont matérialisées par un balisage bleu-blanc-rouge peint sur les rochers.

En cas d'infraction à la réglementation :

Le non-respect de la réglementation dans le cœur du Parc est passible d'une amende selon l'importance et la nature de l'infraction constatée. Le montant des amendes varie de 35€ à 1500€ et peut aller plus loin en cas d'infraction grave.

Les réserves naturelles sont également réglementées. Renseignez-vous : www.parcnational-vanoise.fr

Soyez attentifs aux patous

Afin de protéger leurs troupeaux de moutons, les éleveurs et bergers utilisent des chiens de protection, dont la race la plus connue est le patou des Pyrénées.

Elevés parmi les moutons, les chiens les défendent contre les intrusions des prédateurs sauvages et domestiques. Dressés pour la dissuasion et non pour l'attaque, ils aboient face à toute menace potentielle.

Lors de randonnées, si vous croisez des troupeaux gardés par les chiens, certaines attitudes sont à respecter afin d'éviter une réaction de défiance du chien à votre rencontre.

- Contournez largement l'aire de pâturage ou de repos du troupeau dans la mesure du possible
- Si ce contournement est difficile, restez sur le chemin et avancez le plus calmement possible

- Attention aux comportements qui vous semblent anodins (tenter de nourrir, caresser, prendre en photo un patou, un mouton, un agneau...) : les chiens peuvent les interpréter comme une agression

- Adoptez un comportement calme et passif.

- Si vous êtes impressionné, faites lentement demi-tour

- N'ayez pas d'attitudes agressives notamment avec votre bâton de marche (repiez-le et rangez-le)

- Ne courez pas et ne criez pas

- Si vous êtes à vélo, il est préférable d'en descendre

Merci de respecter la quiétude du troupeau et le travail du berger.



Troupeau de chèvres et jeune patou dans un prairie envahie de pissenlits en fleurs.

Savoie Mon+Blanc
TOURISME

Parc national de la Vanoise

Randonner en Vanoise Le guide

Découvrir le territoire autrement

Randonnées, sorties sur le terrain adaptées, soirées-rencontres, projections de films ou de diaporamas, animations en refuges, animations musicales... Afin de découvrir le patrimoine naturel, paysager et culturel du Parc, dans les meilleures conditions de nombreuses animations vous sont proposées. Découvrez le calendrier complet dans notre cahier Animations.



- Aire optimale d'adhésion
Gandzonen • Zona periferica
Peripheral zone
- Cœur du parc national • Park
Parco • Park
- Réserve naturelle • Naturreservats
Riserva naturale • Natural reserve
- Limite d'Etat • Staatsgrenze
Confine di Stato • State boundary
- Voie express • Schnellstrasse
Superstrada • Expressway
- Autoroute • Autobahn
Autostrada • Highway
- Route nationale • Stasse
Strada • Road
- Route départementale • Stasse
Strada • Road
- Tunnel • Tunnel • Tunnel • Tunnel
- Points-info Vanoise
Vanoise Informationsstelle
Punto informazioni Vanoise
Vanoise Information Center
- Refuge-porte du Parc
Eingang zum Park
Rifugio-porta del Parco
Park Gateway
- Refuge du Parc national
de l'établissement public Parc national.
- Refuge privé ou communal
- Refuge FFCAM
- Hébergement de vallée
- Gîte Panda
- Station de sports d'hiver
- Gare SNCF
- Gare SNCF et gare routière
- Sentiers principaux
- GR 5 • GR 5 • GR 5 • GR 5
- GR 55 • GR 55 • GR 55 • GR 55
- Via Alpina • Via Alpina
- Via Alpina • Via Alpina
- Via Alpina • Via Alpina
- "Tourisme et handicap" 4 handicaps



Chiens

Dans le cœur du Parc, les chiens sont interdits à l'exception des chiens de berger pour la garde des troupeaux et des chiens assistant des personnes handicapées. Pourquoi ? Parce que même petit, gentil et bien dressé, le moindre chien présente des risques au sein d'un espace naturel : paniques parmi les troupeaux, transmission de germes nuisibles pour d'autres mammifères, destruction des couvées d'oiseaux nichant au sol.



Bivouac autorisé près du refuge de l'Arpont.

Bienvenue dans le Parc national de la Vanoise !

Pour vous accompagner dans votre découverte des richesses du Parc national de la Vanoise, vous trouverez ci-contre une carte détaillée. Elle vous permet à la fois de visualiser le réseau des hébergements pouvant vous accueillir lors de vos randonnées, mais aussi de noter des suggestions d'itinéraires sur les 500 km de sentiers offerts par le Parc. Ces propositions sont à enrichir en vous reportant à la carte 1/60 000^e du Parc national de la Vanoise (Latitude Cartagène), aux cartes IGN 1/25 000^e ou en cliquant sur www.parcnational-vanoise.fr. Vous découvrirez également à l'intérieur de ce cahier la liste détaillée des hébergements, les services proposés ainsi que les tarifs, capacités d'accueil et contacts.

Les hôtes des points-info Vanoise

Toutes les informations utiles sur les activités du Parc sont disponibles auprès des hôtes des points-info Vanoise. Présentes en Maurienne et en Tarentaise (voir la carte ci-contre et le cahier Animations), elles prendront vos inscriptions aux randonnées accompagnées par les agents du Parc et aux animations des refuges-portes de Le Bois et de Rosuel.



Préparation du classeur de référence à l'usage des hôtes des points-info Vanoise.

Etre éco-touriste en refuge

- Je n'emporte pas d'emballages inutiles, j'apporte une boîte en plastique pour mettre mes pique-niques si je compte les acheter aux refuges, je ne brûle pas mes déchets, je les descends dans la vallée et je les mets dans les conteneurs de tri, je propose au gardien ma participation pour descendre des déchets du refuge.
- Je m'informe sur les producteurs de Vanoise et je consomme des produits locaux, je privilégie une agriculture de qualité environnementale.
- Je limite mes consommations d'énergie au strict nécessaire, j'économise l'eau et je limite mes rejets, j'utilise les produits de lavage avec modération, je privilégie les produits éco-labelisés.
- Je n'oublie pas de prévenir le gardien en cas d'annulation de ma nuitée, pour des raisons de sécurité et afin d'optimiser l'utilisation de la place dans le refuge et la gestion des aliments.



Refuge de Vallonbrun. Commune de Lanslevillard.

Bivouac

Tout bivouac est interdit dans le cœur du Parc, sauf autour de certains refuges (voir tableau des refuges au verso) pendant la période de gardiennage estival du refuge considéré. Pourquoi ? Parce qu'une tente écrase la végétation, nuit à la qualité du paysage et parce qu'en l'absence de sanitaires, le camping peut être source de pollutions.

Les refuges dans le Parc

Ce tableau mentionne les dates d'ouverture estivale

01	Refuge de l'Aiguille Doran D8 - Villarodin-Bourget	06 80 72 46 63	Fabienne Portaz fabienne.portaz@orange.fr www.refuge-aiguilledoran.com
02	Hôtel Les Airelles ⁽³⁾ D6 - Pralognan-la-Vanoise	04 79 08 70 32	Catherine Boyer www.hotel-lesairelles.fr
03	Refuge d'Ambin F9 - Bramans	04 79 20 35 00 06 98 85 95 34	Pierre Grange www.refugedambin.ffcam.fr
04	Hôtel L'Ancolie ⁽³⁾ D4 - Champagny-en-Vanoise	04 79 55 05 00	www.hotel-ancolie.com
05	Refuge de l'Archeboc G2 - Sainte-Foy-Tarentaise	04 79 06 87 19 04 79 41 07 27	Véronique Emprin
06	Refuge de l'Arpont E6 - Termignon	04 79 20 51 51 04 79 56 62 43	Valérie Lefevre www.arpont-refuges-vanoise.com
07	Refuge d'Avérole H8 - Bessans	04 79 05 96 70 04 79 05 37 86	Alexandra Buisson http://refuge.d'averole.ffcam.fr
08	Refuge des Barmettes D5 - Pralognan-la-Vanoise	04 79 08 75 64 04 79 09 77 04	Béatrice Favre www.lesbarmettes-refuge.com
09	Refuge porte du Bois D4 - Champagny-en-Vanoise	04 79 55 05 79 06 64 28 05 79	Bruno Pellissier info@gitedubois.com www.gitedubois.com
10	Refuge du Carro I5 - Bonneval-sur-Arc	04 79 05 95 79 06 89 25 08 68	Cyril Reynaud & Cédric Sainetoy http://refuge.ducarro.ffcam.fr
11	Chalet Collin G4 - Tignes	04 79 06 26 99 06 60 23 33 28	Elisabeth Chabert contact@chaletcollin.com http://chaletcollin.com
12	Refuge de Bonneval - Chalet refuge du Club Alpin - H5 - Bonneval-sur-Arc	04 79 05 83 78	www.clubalpinlyon.com
13	Chalet du Lys E7 - Termignon	04 79 20 18 25	Frédéric Delleille Chalet du lys@orange.fr www.chaletdulys.com
14	Chalet la Vigogne ⁽¹⁾ D3 - Peisey-Nancroix	04 79 07 92 47	Lionel Fernandez www.centre-vacances-peisey-vigogne.com
15	Chalet des Claciers ⁽²⁾ E8 - Bramans	04 79 07 92 47 04 79 05 25 93	www.hotel-lesglaciers.com
16	Che Catrine D8 - Villarodin-Bourget	04 79 20 49 32 06 01 28 54 47	Christian Finas resa@gites-de-france-savoie.com www.che-catherine.com
17	Refuge du Col de la Vanoise E5 - Pralognan-la-Vanoise	09 88 66 99 71	Gérard Girod www.coldejavanoise.refuges-vanoise.com
18	Refuge du Col du Palet F4 - Peisey-Nancroix	04 79 07 91 47 06 23 15 14 46	Marion et Nicolas Vernon www.vanoise-refugedupalet.com
19	Refuge du Cuchet F7 - Lanslebourg-Mont-Cenis	04 79 62 30 54	Parc national de la Vanoise www.parcnational-vanoise.fr
20	Refuge de la Dent Parrachée D7 - Aussois	04 79 20 32 87	Franck Buisson www.dentparrachee.refuges-vanoise.com
21	Refuge d'entre 2 eaux F6 - Termignon	04 79 05 27 13 04 79 20 50 24	Marie-Thérèse Burdin refugentredeuxaux@wanadoo.fr
22	Refuge d'Entre le lac E4 - Peisey-Nancroix	04 79 04 20 44	Jean-François Lansard lansard.jff@orange.fr refuge-entre-le-lac-vanoise.over-blog.com
23	Hôtel Epicea Lodge ⁽¹⁾ D6 - Pralognan-la-Vanoise	04 79 08 73 11	www.epicealodge.com
24	Refuge les Evettes I5 - Bonneval-sur-Arc	04 79 05 96 64	Véronique Vacher http://refuge.desevettes.ffcam.fr
25	Refuge de la Femma G6 - Termignon	04 79 05 45 40 06 81 85 28 69	Claire Jacquemot www.refugelafemma.com
26	Refuge du Fond d'Aussols D7 - Aussois	04 79 20 39 83	Thierry Margueron www.fondaussois.refuges-vanoise.com
27	Refuge du Fond des Fours G5 - Val d'Isère	06 08 46 89 89 04 79 06 16 90	Jean Thomas Ara refuge-fonddesfours@orange.fr
28	Fort Marie-Christine ⁽¹⁾ D6 - Aussois	04 79 20 36 44	Eric Guentot info@fortmariechristine.com www.fort-mariechristine.com
29	Refuge de la Fournache D7 - Aussois	06 09 38 72 38	Virginie Fressard www.fournache.refuges-vanoise.com
30	Refuge de Citramelon A6 - Saint-Martin-de-Belleville	04 79 08 91 46	Marc Jay marcjay.refugecitramelon@orange.fr www.lesmenues.com/commercers/fugcitramelon.htm
31	Refuge de la Clère E5 - Champagny-en-Vanoise	04 79 09 85 53 06 63 73 60 96	Patricia Ruffier-Lanches patetdav@orange.fr
32	Gîte d'étape Les Clères ⁽²⁾ E3 - Peisey-Nancroix	04 79 07 92 33 04 79 07 92 65	Maryse Richemont www.gites-de-france-savoie.com/ gite-etape-peisey-nancroix-73G197500.html
33	Hôtel Le Grand Bec ⁽³⁾ D5 - Pralognan-la-Vanoise	04 79 08 71 10	Marie-Cécile Briquet www.hotelgrandbec.fr
34	Refuge de Grand Bec D5 - Planay	06 09 37 61 65 06 66 69 11 73	Dimitri Bouthenet grandbec.bouthenet@gmail.com http://refugegrandbec.ffcam.fr
35	Refuge Le Grand Plan C6 - Courchevel		Fermé été 2014
36	Refuge Le Lac Blanc E6 - Termignon	06 25 72 79 12 06 18 27 70 28	Samia Boubahri www.refugelacblanc73.sitew.fr
37	Refuge du Lac du Lou B7 - Saint-Martin-de-Belleville	06 12 20 61 44 04 79 24 20 81	Alberto Scano albertoscano@live.fr
38	Refuge des Lacs Merlets C6 - Courchevel	04 79 08 48 69	www.mairie-courchevel.com
39	Refuge du Laisonnay E4 - Champagny-en-Vanoise	06 08 54 34 61	gites@laisonnay.com www.laisonnay.com
40	Refuge de la Leisse F5 - Termignon	04 79 05 45 33 06 51 91 83 71	Cécile Terryn www.refugedelaisee.e-monsite.com
41	Maison Caramel ⁽¹⁾ D2 - Landry	06 77 01 86 25	info@maisoncaramel.com www.maisoncaramel.fr
42	Maison Coutin D3 - Peisey-Nancroix	04 79 07 93 05 06 14 11 54 65	maison.coutin@orange.fr www.maison-coutin.fr
43	Refuge de la Martin F3 - Villaroger	06 03 29 89 32	David Marie http://www.parcnational-vanoise.fr
44	Hôtel Le Monal ⁽³⁾ F2 - Sainte-Foy-Tarentaise	04 79 06 90 07	Yves Marmottan www.le-monal.com
45	Refuge du Monal F3 - Sainte-Foy-Tarentaise	06 07 38 24 69	Gérard Arnaud http://lemonal.com
46	Refuge le Montana D8 - Aussois	04 79 20 37 43 06 11 75 51 50	Jérôme Branjonneau info@chalet-montana.com www.chalet-montana.com
47	Refuge du Mont Jovet C4 - Bozel	04 79 08 11 20 06 10 03 04 31	Gilles Chapuis
48	Refuge du Mont Pourri E3 - Peisey-Nancroix	04 79 07 90 43 06 14 48 77 26	Laurent Julien www.refuge-mont-pourri.fr
49	Refuge-porte de l'Orgère D8 - Villarodin-Bourget	04 79 05 11 65 04 79 05 11 29	Danielle Buisson http://refuge.orgere.free.fr
50	Gîte de l'Ours Blanc C4 - Bozel	04 79 22 08 23 06 60 11 75 68	Marie Lyanaaz de Celis mariede@wanadoo.fr www.ours-blanc.info
51	Gîte d'étape de la Para ⁽²⁾ E7 - Termignon	04 79 20 51 45 06 73 39 00 13	Murielle Bantin
52	Parc Isertan - Camping ⁽¹⁾ D5 - Pralognan-la-Vanoise	04 79 08 75 24	Régis Favre www.alpes-lodges.com
53	Refuge de Péclet-Polset C7 - Pralognan-la-Vanoise	04 79 08 72 13 06 63 68 46 92	Gérard Villod http://refugepedletpolset.ffcam.fr
54	Gîte d'étape du Petit Bonheur ⁽²⁾ G6 - Bessans	04 79 05 06 71	Jean-Pierre Boniface http://petitbonheur.bessans.free.fr
55	Refuge du Petit Mont-Cenis F8 - Bramans	04 79 05 88 67	Igor et Clovis Charon www.petitmontcenis.com
56	Refuge de Plaisance E4 - Champagny-en-Vanoise	06 03 54 50 55 04 79 22 43 02	Nicolas Deriaz & Claire Lanari www.refugeplaisance.fr
57	Refuge de Plan des Gouilles D5 - Pralognan-la-Vanoise	06 08 99 19 02	Julien Eyraud julieneyraud@orange.fr http://refugeplandesgouilles.ffcam.fr
58	Refuge-porte de Plan du lac F6 - Termignon	04 79 20 50 85 04 79 05 81 33	Jean-Claude et Julie Tracq http://plandulac.refuge.free.fr
59	Refuge de Plan Sec D7 - Aussois	04 79 20 31 31	Claire Bermond www.plansec.refuges-vanoise.com
60	Refuge de Prariond H4 - Val d'Isère	04 79 06 06 02 04 79 07 21 31	Laurent Bois-Mariage www.prariond.fr
61	Hôtel Relais des 2 Cols ⁽³⁾ F7 - Lanslebourg-Mont-Cenis (Val Cenis)	04 79 05 92 83	www.relais-des-2-cols.fr
62	Hôtel Relais des Villards ⁽³⁾ E2 - Séez	04 79 41 00 66	Suzanne Jacquemot www.relais-des-villards.com
63	Refuge du Repoju D6 - Pralognan-la-Vanoise	06 83 58 21 73	Nicolas Favre www.refuge-repoju.com
64	Refuge Le Roc de la Pêche D6 - Pralognan-la-Vanoise	04 79 08 79 75	Philippe Granier www.rocdelepeche.com
65	Refuge porte de Rosuel E3 - Peisey-Nancroix	06 13 23 72 03 04 79 07 94 03	Béatrice Giachino http://www.refugerosuel.fr
66	Refuge de Ruitor F1 - Sainte-Foy-Tarentaise	04 79 06 92 12	Simone Mercier info@ruitor.com www.ruitor.com
67	Refuge du Saut C6 - Méribel	06 60 43 29 89 06 78 86 91 88	Sylvie Hérard Valérie Hertault
68	Refuge de Suffet F8 - Bramans	04 79 05 30 17 04 79 05 04 46	Louis Damevin refuge-gite-du-suffet.over-blog.net
69	Gîte d'étape du Toër ⁽²⁾ G8 - Lanslebourg-Mont-Cenis	04 79 05 95 67	Pierre Jorcin info@giteletoet.com http://giteletoet.com
70	Refuge de la Traye B5 - Méribel	06 11 95 08 90	Pascal Falcoz http://refuge.latraie.free.fr
71	Refuge de Turia F3 - Villaroger	06 50 34 05 73	Cédric Sauvigné refuge.turia@yahoo.fr www.parcnational-vanoise.fr
72	Refuge de la Valette D6 - Pralognan-la-Vanoise	04 79 22 96 38	Sylvie Richen www.valette.refuges-vanoise.com
73	Refuge de Vallonbrun G7 - Lanslevillard	04 79 05 93 93 06 71 28 72 20	Frédéric Etiévant http://refuge-vallonbrun.com



Refuge de la Dent Parrachée après travaux d'agrandissement. La partie rajoutée apparaît en couleur claire. Aussois.

Différents hébergements vous accueillent

- Les refuges**
(gardés ou non, situés en altitude dans un site isolé - Décret n° 2007-407).
- Refuge du Parc national
 - Refuge privé ou communal
 - Refuge FFCAM
- Les hébergements de vallée**
Hébergements adaptés aux randonneurs labellisés :
- "Rando" Accueil*
 - Gîtes d'étape de "Gîtes de France" (tarifs à la nuitée pour des individuels)
 - Logis de France *Randonnée pédestre**.

- Les gîtes PANDA** situés dans un environnement naturel de qualité, proposant des documents sur les patrimoines naturels et culturels du territoire, et gérés de façon à préserver l'environnement.

Tourisme et handicap

- ### Les services proposés
- bivouac possible
 - accessible en véhicule
 - salle hors sac
 - ouvert hors gardiennage
 - capacité en période gardée



Randonneurs sur le sentier GR5. Vue sur la Pointe de la Réchasse, la roche de la Queua, le col de la Vanoise, la pointe Mathews, la Grande Casse, la Grande Motte et les pointes de Pierre Brune (de g. à dr.). Commune de Termignon.

Réservation

En raison de l'importante fréquentation, la réservation en refuge est indispensable. La réservation est gérée directement par chaque gardien de refuge. En cas d'empêchement, n'oubliez pas de prévenir le gardien pour une gestion optimale du refuge et pour des raisons de sécurité. Vous pouvez également réserver en ligne dans certains refuges du tour des glaciers de Vanoise sur : www.refuges-vanoise.com

L'établissement public Parc national de la Vanoise a apporté le plus grand soin à la réalisation de ce tableau sur les hébergements de Vanoise. Les informations présentées sont celles effectives au moment du bouclage de l'Estive et peuvent avoir évolué au moment où vous en prenez connaissance. Pour plus de précisions, se renseigner auprès du gardien ou du gestionnaire de l'hébergement.

Été 2014 en Vanoise : Les animations



Infos pratiques

Adresses utiles

PARC NATIONAL DE LA VANOISE (Siège)

135, rue Docteur Julliard, B.P. 705
73007 Chambéry Cedex
04 79 62 30 54 - Fax : 04 79 96 37 18
www.parcnational-vanoise.fr
info@parcnational-vanoise.fr

PARCO NAZIONALE GRAN PARADISO

via della Rocca 47 - I. 10123 Torino (TO)
+39 (0) 118 606 211 - www.pnpg.it

CHAMBERY TOURISME & CONGRÈS

5 bis, place du Palais de Justice - 73000 Chambéry
04 79 33 42 47 - www.chambery-tourisme.com

MAISON DES PARCS ET DE LA MONTAGNE

256, rue de la République - 73000 Chambéry
04 79 60 04 46 - www.chambery.fr/maisonsdesparcs

SYNDICAT NATIONAL DES GUIDES DE MONTAGNE

Alpespace Le Neptune
50 voie Albert Einstein - 73800 Francin
04 79 68 51 05 - www.sngm.com

SYNDICAT NATIONAL DES ACCOMPAGNEURS EN MONTAGNE

Maison des Parcs et de la Montagne
256, rue de la République - 73000 Chambéry
04 79 70 20 42 - www.lesaem.org

GUIDE GÎTES D'ÉTAPE ET REFUGES

sur internet: www.gites-refuges.com

GÎTES DE FRANCE SAVOIE (gîtes, chambres d'hôtes, gîtes de groupe, gîtes d'enfants, campings)

24, boulevard de la Colonne
73024 Chambéry cedex
04 79 33 22 56 - www.gites-de-france-savoie.com

MAISON DE LA MONTAGNE

3, rue Raoul Blanchard - 38000 Grenoble
04 76 44 67 03 - www.grenoble-montagne.com

COMPAGNIE DES GUIDES

ET ACCOMPAGNEURS DE LA VANOISE

25, rue Célestin Freppaz - 73700 Séz
06 40 06 05 32 - www.compagnieguides-vanoise.com

SAVOIE MONT-BLANC TOURISME

24, boulevard de la Colonne - 73025 Chambéry cedex
04 79 85 12 45
20, avenue du Parmelan - BP 348 - 74012 Annecy Cedex
04 50 51 32 31 - www.savoie-mont-blanc.com

FÉDÉRATION FRANÇAISE DES CLUBS ALPINS ET DE MONTAGNE (FFCAM)

24, avenue de Laumière - 75019 Paris
01 53 72 87 00 - www.clubalpin.com

MÉTÉO

Savoie - 08 99 71 02 73 (1,35 € TTC l'appel + 0,34 €/min)
Tous départements - 32 50 (1,35 € TTC l'appel + 0,34 €/min)
Neige et avalanches - 08 92 68 10 20 (0,34 €/min)
www.meteo.fr

SECOURS

- Appel d'urgence européen

112

RENSEIGNEMENTS MONTAGNE (autres que secours)

- Tarentaise 04 79 08 29 30
- Maurienne 04 79 05 11 88
- Détachement / CRS Albertville 04 79 37 89 89

MAURIENNE

Offices de tourisme, syndicats d'initiative et points-info Vanoise du Parc national de la Vanoise

- Aussois 73500
Maison d'Aussois OT 04 79 20 30 80
Point-info Vanoise d'Aussois 04 79 20 31 50
- Bessans 73480 - OT 04 79 05 96 52
Point-info Vanoise de Bessans 04 79 05 45 00
- Bonneval-sur-Arc 73480
OT 04 79 05 95 95
Point-info Vanoise de Bonneval (vieux village) 04 79 56 89 05
- Bramans 73500 - OT 04 79 05 03 45
- La Norma 73500 - OT 04 79 20 31 46
- Lanslevillard 73480 - OT 04 79 05 99 15

- Point-Info Vanoise de Lanslevillard 04 79 05 99 17
 - Lanslebourg-Mont-Cenis 73480 04 79 05 23 66
Point-Info Vanoise de Lanslebourg 04 79 20 66 05
 - Modane 73500
Maison cantonale - PI Tourisme 04 79 05 26 67
Point-Info Vanoise de Modane 04 79 05 57 94
 - Sollières 73500 - OT 04 79 20 52 45
 - Termignon-la-Vanoise 73500
OT Maison de la Vanoise 04 79 20 51 67
Point-Info Vanoise de Termignon 04 79 20 54 54
 - Val Fréjus 73500 - OT 04 79 05 33 83
- Autres
- Maison franco-italienne du Mont-Cenis Lanslebourg-Mont-Cenis 73480 04 79 05 86 36
 - La Redoute Marie-Thérèse Avrieux 73500 06 75 67 44 28
www.redoutemarietherese.fr 06 78 22 48 38

TARENTEISE

Offices de tourisme, syndicats d'initiative et points-info Vanoise du Parc national de la Vanoise

- Bourg-Saint-Maurice 73700
OT 04 79 07 12 57
Point-Info Vanoise de Bourg-St-Maurice 04 79 07 74 94
Arc 1600 04 79 07 70 70
Arc 1800 04 79 07 61 11
Arc 1950 04 79 08 81 58
- Les Chapieux 04 79 37 94 07
- Bozel 73350 - OT 04 79 55 03 77
- Champagny-en-Vanoise 73350
OT 04 79 55 06 55
Point-Info Vanoise de Champagny 04 79 55 06 55
- Courchevel 73120
OT 04 79 08 00 29
OT Moriond 04 79 08 03 29
Courchevel village 04 79 08 04 10
Courchevel Le Pratz 04 79 08 41 60
- La Rosière-Montvalezan 73700 - OT 04 79 06 80 51
- Les Menuires 73440 - OT 04 79 00 73 00
- Méribel 73550
OT 04 79 08 60 01
Point-Info Vanoise de la Maison de la réserve naturelle de Plan de Tuéda 04 79 01 04 75
- Montchavin les Coches 73210 - OT 04 79 07 82 82
- Peisey-Vallandry 73210
OT Peisey Village 04 79 07 88 67
OT Vallandry 04 79 07 94 28
Point-Info Vanoise du refuge-porte de Rosuel 04 79 06 48 87
- Pralognan-la-Vanoise 73710
OT 04 79 08 79 08
Point-Info Vanoise de Pralognan 04 79 08 71 49
- Sainte-Foy-Tarentaise 73640 - OT 04 79 06 95 19
- Saint-Martin-de-Belleville 73440 - OT 04 79 00 20 00
- Séz 73700 - OT 04 79 41 00 15
- Tignes 73320
Tignes accueil - OT 04 79 40 04 40
Point-info Vanoise de Tignes 04 79 40 26 67
- Val d'Isère 73150
OT 04 79 06 06 60
Point-Info Vanoise de Val d'Isère 04 79 06 06 60
- Val Thorens 73440 - OT 04 79 00 08 08

Autres

- Espace Glacialis Champagny-le-Haut 73350
www.espace-glacialis.fr 04 79 01 40 28
- Galerie Hydraulica Le Planay 73350 - www.planay.com 04 79 22 19 68
- Hospice du Col du Petit-Saint-Bernard (Maison de l'intercommunalité de Haute-Tarentaise)
www.tourisme.hautetarentaise.fr 06 09 92 05 90
Séz 73700 - Accueil - infos du 1406 au 2109

Retrouvez dans ce cahier les dates, lieux et détails des animations proposées par le Parc et les accompagnateurs en montagne, ambassadeurs du Parc. Renseignez-vous auprès des hôtesses du Parc dans les points-info Vanoise, dans les offices de tourisme de Maurienne et de Tarentaise.

Les hôtesses des points-info Vanoise

vous donneront toutes les informations utiles sur les activités proposées par le Parc et prendront vos inscriptions aux randonnées accompagnées par les agents du Parc. Elles sont présentes **en Maurienne** : dans les offices de tourisme à Bessans, Bonneval-sur-Arc, Lanslebourg-Mont-Cenis, Lanslevillard, Modane, Termignon et au bureau de Poste d'Aussois. **En Tarentaise** : dans les offices de tourisme à Bourg-Saint-Maurice, Champagny-en-Vanoise, Tignes, Val d'Isère, à la Maison de la Réserve naturelle du Plan de Tuéda, au refuge-porte de Rosuel (Peisey-Nancroix) et à la Maison du Parc et du Tourisme de Pralognan-la-Vanoise.

À voir, à lire...

S'offrir les plus belles images de la Vanoise

Le Parc national propose une sélection des plus belles images de sa photothèque. Ces tirages sont réalisés par un laboratoire professionnel. Faune, flore, paysages... toutes les richesses de la Vanoise à travers le regard des gardes-moniteurs du Parc qui, toute l'année et par tous les temps, parcourent cet espace qu'ils connaissent intimement et en captent des instants rares et privilégiés. En vente sur Internet sur la boutique en ligne du Parc (4 formats de 30 x 45 cm à 60 x 90 cm, à partir de 24 €, frais de port compris).



Porter la médaille des gardes-moniteurs du Parc

Dessinée par Samivel, la médaille d'origine des gardes-moniteurs du Parc national de la Vanoise est aujourd'hui fidèlement reproduite sous la forme d'un porte-clés. Prix : 6,50 €.

Tout savoir sur la marmotte

Dans la collection Les carnets de la Huppe (Éd. Libris), découvrez la marmotte, animal fétiche de la Vanoise. 32 pages de photographies, dessins, textes accessibles à tous et de jeux à réaliser en famille. Pour mieux connaître la vie de la marmotte et l'observer. Pour petits et grands. Prix : 6 €.



Tête-à-queue chez les mammifères



Avec Tête-à-queue, ce sont 4 jeux en 1 pour découvrir de façon ludique les mammifères. L'hermine, la marmotte, le bouquetin, le louveteau ou encore le renardeau, le campagnol et le marcassin sont de la partie... 21 cartes rigides, illustrées avec malice, accompagnées d'un livret pédagogique comprennent 4 règles et un petit texte sur la vie de chaque animal. À partir de 3 ans. Prix : 10 €.

Exposition « La route du sel » à la Maison de la Vanoise de Pralognan-la-Vanoise

Agrandie et restructurée, la maison de la Vanoise à Pralognan vous accueille avec une nouvelle exposition permanente dédiée à la route du sel. Du nom de l'itinéraire qui mène de Pralognan à Termignon en passant par le col de la Vanoise, au cœur du Parc. On y découvre l'histoire de cette route du XVI^e siècle à nos jours, à travers une grande carte verticale ponctuée de stations commentées. Objets, vidéos, maquette ludique pour les enfants... chacun y trouvera son intérêt. En parallèle, la maison de la Vanoise de Pralognan présente, du 16 juin au 12 septembre 2014, une exposition temporaire sur les insectes. Entrée libre.



« Entrez en Vanoise » à la Maison de la Vanoise de Termignon

Au sein d'un bâtiment entièrement rénové, cette année, la maison de la Vanoise à Termignon propose à tous, petits et grands, une nouvelle exposition permanente intitulée « Entrez en Vanoise ». Il s'agit de découvrir ou redécouvrir les rythmes et transformations au fil des saisons, mais aussi d'imaginer le circuit de l'eau des paysages de Vanoise, du glacier jusqu'au lac d'altitude. Cette exposition vous guide dans une Vanoise intérieure, au cœur d'une montagne tout aussi accueillante que secrète. Entrée libre.



Cet été 2014 en Vanoise Le Parc vous propose

«Plume», gypaète barbu juvénile. Il s'agit du septième jeune à l'envol né du couple de Val d'Isère.

Vallée de la Maurienne

Randonnées
avec un garde-moniteur
pour découvrir le Parc

DATE	HEURE	DURÉE	THÈME
AUSOIS - Maison d'Aussois			
187	8h00	journée	Flore de Vanoise
307	8h00		Flore de Vanoise
218	8h00		Roc des Corneilles, Trou de la Lune
BESSANS - OT Bessans			
187	8h00	½ journée	Découverte du Parc national
58			Les rapaces
198			Découverte du parc national
BONNEVAL-SUR-ARC - OT Bonneval			
167	7h30	½ journée	Découverte du Parc, col des Fours
297			
208			
278			
BRAMANS - Mairie de Bramans			
97	7h00	½ journée	Oiseaux de Vanoise
157	BRAMANS - Parking du refuge du Petit Mont-Cenis		
167	8h30	½ journée	Flore du Mont-Cenis
237			
LANSLEBOURG - OT Lanslebourg			
227	8h00	journée	Rapaces et pierres gravées
LANSLEBOURG - RDV Maison de la Vanoise Termignon			
307	8h00	½ journée	Flore
LANSLEVILLARD - OT Lanslevillard			
97	8h00	½ journée	Les rapaces
128			Rapaces et pierres gravées
SAINT-ANDRÉ - Casino Modane			
117	13h15	½ journée	Rendez-vous des petites bêtes et papillons
88	SOLLIÈRES ENVERS - Intermarché de Sollières		
257	13h15	½ journée	Rando phobie
228			
TERMIGNON - Maison de la Vanoise			
107	8h00	½ journée	Découverte du Parc national
237		journée	
68		½ journée	
138	VILLARODIN-BOURGET ORGÈRE - Parking Orgère		
237	7h00	½ journée	Les secrets de l'Orgère
68			
VILLARODIN-BOURGET ORGÈRE - Parking de Casino Modane			
297	7h30	journée	Tour de Tête Noire
208			
VILLARODIN-BOURGET ORGÈRE - Refuge-porte de l'Orgère			
167	20h00	Nocturne 2h	La tête dans les étoiles
138			

Animations
en refuges-portes et autres sites


PÉRIODE	DATES	HEURE	THÈME
AUSOIS / FORT MARIE-CHRISTINE			
Après-midi	Les dimanches 6, 13, 20 et 27 juillet	15h30	Randonnée de bienvenue avec un accompagnateur en montagne labellisé Parc national de la Vanoise
	3, 10, 17 et 24 août		
Soirée	Les mardis 8 et 22 juillet	21h00	Soirée rencontre/diaporama avec un accompagnateur en montagne labellisé Parc national de la Vanoise
	5 et 19 août		
TERMIGNON / REFUGE-PORTE DE PLAN DU LAC			
Soirée	2, 9, 16, 23, 26 et 30 juillet	20h30	Soirée rencontre diaporama
	6, 9, 13, 16, 20 et 27 août		
VILLARODIN-BOURGET / REFUGE-PORTE DE L'ORGÈRE			
Soirée	10, 15, 17, 22, 24, 29 et 31 juillet 5, 7, 12, 14 et 19 août	20h30	Historique du Parc national, ses missions, son actualité, son évolution

Soirées
Rencontre
avec un garde-
moniteur

DATE	HEURE
AUSOIS - «Arche d'oe»	
217	20h30
287	
48	
188	
BESSANS - Salle Albaron	
177	20h30
317	
148	
268	
BONNEVAL-SUR-ARC - Grande Maison	
97	20h30
237	
68	
208	
LANSLEBOURG - Petite salle derrière l'OT	
77	20h30
188	
LANSLEVILLARD - Salle culturelle	
217	20h30
218	
MODANE - VALFRÉJUS Maison du Thabor	
107	20h30
247	
78	
208	
TERMIGNON - Salle polyvalente	
157	20h30
287	
48	
118	
258	

Animations en refuges-portes et autres sites

Les quatre refuges-portes du Parc sont accessibles par la route en période estivale, à l'exception du refuge-porte de Plan du Lac à Termignon (30 min. de marche ou navette): refuge-porte du Bois à Champagny-en-Vanoise, refuge-porte de Rosuel à Peisey-Nancroix, refuge-porte de l'Orgère à Villarodin-Bourget. Des accompagnateurs en montagne y assurent des animations gratuites, le matin, l'après-midi ou en soirée: découverte des sentiers-nature, projection de films ou diaporama suivie de débats, exploitation de malles pédagogiques ou contes. Ces animations sont aussi proposées sur d'autres sites qui ne sont pas des refuges-portes. Pour les refuges-portes du Bois et Rosuel les inscriptions sont obligatoires auprès des hôtesses des points-info Vanoise.

 Animations dans le refuge

 Contes

 Animations sur le terrain



© PNV - Christophe Gotti



ANIMATIONS HANDICAP

Sorties adaptées à la déficience motrice dans la Vallée de la Grande Sassièrre :

- **mardi 15 juillet**, ou report au vendredi 18 juillet si météo défavorable
- **mardi 29 juillet**, ou report au vendredi 1^{er} août
- **mardi 5 août**, ou report au vendredi 8 août
- **mardi 12 août**, ou report au jeudi 14 août

Sorties adaptées à la déficience visuelle dans la Vallée de la Grande Sassièrre :

- **mercredi 16 juillet**, ou report au vendredi 18 juillet si météo défavorable
- **jeudi 24 juillet**, ou report au vendredi 25 juillet
- **mardi 5 août**, ou report au vendredi 8 août

© PNV - Jessica Buczek

Narcisse des poètes

Vallée de la Tarentaise

Vanoise propose

© PNW - Mylène Herrmann

Animations en refuges-portes et autres sites

PÉRIODE	DATES	HEURE	THÈME
CHAMPAGNY-EN-VANOISE / REFUGE-PORTE LE BOIS			
Après-midi	15, 22, 29 juillet 5, 12, 19 août	14h30	574 Découverte du sentier nature
Soirée	14, 21, 28 juillet 4, 11, 18 août	20h30	🏠 Projection d'un film suivi d'un débat
CHAMPAGNY-EN-VANOISE / REFUGE DE PLAISANCE			
Soirée	Mercredi 16 juillet	17h00	574 Étude du bouquetin
PEISEY-NANCROIX / REFUGE-PORTE DE ROSUEL			
Matin	Lundis 21 juillet et 04 août	9h00	574 Les saisons du paysage
Après-midi	Lundis 14, 21 et 28 juillet Lundis 04, 11 et 18 août	14h00	574 Première découverte en montagne
Fin d'après-midi	Mardis 15, 22 et 29 juillet Mardis 05, 12 et 19 août	16h00	574 Vivre avec la nature
Soirée	Jeudi 31 juillet	21h00	574 Soirée-rencontre avec un garde-moniteur
	Jeudi 21 août	17h00 à minuit	574 La nuit de la chauve-souris
	Vendredi 29 août	17h00 à minuit	574 La nuit de la chauve-souris
Journée et soirée	Samedi 27 septembre	10h00 à minuit	574 Le brame du cerf
PRALOGNAN-LA-VANOISE / REFUGE DE LA VALETTE			
Soirée	16 et 22 juillet 5 août	17h00	574 Faune et Parc national de la Vanoise

Soirées Rencontre avec un garde-moniteur

DATE	HEURE
ARC 1800 - Salle des Congrès Taillefer	
58	21h00
CHAMPAGNY-EN-VANOISE Salle des fêtes	
137	20h30
277	
108	
178	
248	
LA ROSIÈRE - Salle Jean Arpin	
198	21h00
MÉRIBEL-LES-ALLUES - Auditorium	
217	18h00
118	
MONTCHAVIN LES COCHES Espace Show Les Coches	
247	20h30
PEISEY-NANCROIX - Salle Polyvalente	
177	20h00
78	
PRALOGNAN-LA-VANOISE Salle polyvalente	
167	20h30
307	
138	
SAINT-BON-COURCHEVEL - Auditorium	
227	18h00
208	
SAINT-MARTIN-DE-BELLEVILLE Salle communale de Saint-Martin	
247	18h00
78	
SÉEZ - Foyer Rural	
307	20h30
11/10	De 18h00 à minuit « Brame du cerf »
TIGNES - Cinéma	
227	21h00
297	
128	
VAL D'ISÈRE - Centre des Congrès	
157	20h30
48	
188	

la Réserve naturelle

juillet

août

t

le vallon de l'Orgère :

18 juillet

juillet

t

Randonnées avec un garde-moniteur pour découvrir le Parc

DATE	HEURE	DURÉE	THÈME
BOZEL - Office de tourisme			
17/7	8h30	½ journée	Insectes et flore
7/8	14h00	½ journée	Lac et marais
CHAMPAGNY-EN-VANOISE - Refuge de Plaisance			
17/7	7h30 (nuit au refuge conseillée)	journée	Étude du bouquetin
CHAMPAGNY-EN-VANOISE - Office de Tourisme			
6/8	8h00	journée	Lac des Échines
PLANAY - devant la galerie Hydraulica			
5/8	14h00	½ journée	Eau sauvage ou domestiquée
TIGNES - Maison de Tignes			
16/7	14h00	jusqu'à 21h00	Vallon de la Sache, faune, flore et Parc national
TIGNES - Réserve de la Grande Sassièrè - Chalet du Santel			
31/7	15h00	2 heures	Point-Rencontre
13/8			
VAL D'ISÈRE - Office de Tourisme			
9/7	10h00	jusqu'à 15h00	Sortie flore
17/7			
23/7			
30/7	14h00	jusqu'à 21h00	Prariond, faune, flore et Parc national
7/8			

POINT RENCONTRE avec un garde-moniteur du Parc ou un garde-animateur de Réserve naturelle

Ces animations sont l'occasion de rencontrer de manière aléatoire et dans « son milieu de vie » un garde-moniteur dans l'exercice de ses fonctions. Lors de vos randonnées, vous pourrez facilement identifier l'animation grâce au fanion.



Les randonnées « Découvrir le Parc »



Au 1^{er} pl., un groupe de randonneurs sur le sentier GR5. Au 2^e pl. le Torrent de la Leisse et Entre-Deux-Eaux. À l'arr.-pl., le Col de la Vanoise, la Pointe Mathews et la Grande Casse (de g. à dr.). Commune de Termignon.

© PNW - Jessica Buczek

Pendant une demi-journée ou une journée, vous pouvez accompagner un garde-moniteur. Il ne s'agit pas de faire une randonnée sportive mais de découvrir un lieu du Parc national. Le garde-moniteur vous commentera les éléments du patrimoine observés et vous parlera des enjeux du territoire, des missions et de l'organisation du Parc ainsi que des aspects relatifs à son métier.

L'inscription auprès des hôtesses des points-info du Parc national est obligatoire. Prévoyez une voiture pour vous rendre jusqu'au point de départ des randonnées, ainsi que des jumelles.

TARIFS DES RANDONNÉES

Durée	Public	Tarif normal par personne	Tarif réduit*
Journée	Adulte	15,00 €	11,50 €
	Adolescent (13-18 ans) et étudiant	6,00 €	5,00 €
	Enfant (jusqu'à 12 ans)	4,00 €	3,50 €
Demi-journée	Adulte	8,00 €	6,50 €
	Adolescent (13-18 ans) et étudiant	4,00 €	3,00 €
	Enfant (jusqu'à 12 ans)	Gratuit	Gratuit

* Accordé aux détenteurs du « Pass Exploration », carte multi-activité en vente dans les offices de tourisme de Bramans, Sollières-Sardières, Termignon, Val Cenis Lanslebourg, Val Cenis Lanslevillard et Bessans au tarif de 29 € ou chez les hébergeurs partenaires au tarif de 14 €. Cette réduction est applicable à toutes les sorties proposées en Vanoise pendant la durée de validité du pass, quel que soit son lieu de délivrance.



Les soirées « Rencontre »

Ces soirées sont l'occasion de rencontrer un garde-moniteur et de partager avec lui quelques anecdotes de sa vie peu ordinaire. Après la projection d'un film ou d'un diaporama, la soirée se prolonge par une discussion ouverte avec le public.

L'entrée est libre.





Randonneurs devant les tables de lecture de Plan du Lac. Vue sur la Roche de la Queua, la Pointe de la Grande Glière, la Pointe de la Petite Glière, la Pointe Mathews et la Grande Casse (de g. à dr.). Commune de Termignon.

© PNV - Jessica Jbuczek

Les randonnées et activités proposées par les accompagnateurs en montagne « ambassadeurs du Parc »



Certains accompagnateurs en montagne sont reconnus « ambassadeurs du Parc ». Ils ont de solides connaissances du milieu montagnard et prônent une approche respectueuse de l'environnement et des activités humaines.

Depuis 2004, le Parc national de la Vanoise a établi un partenariat avec des accompagnatrices et accompagnateurs en montagne, avec pour objectifs :

- **soutenir une activité** professionnelle qui s'inscrit dans le développement durable et multiplier pour le public les relais de communication.
- **garantir au public** qui découvre le Parc **une information de qualité** ainsi qu'un comportement exemplaire et respectueux de l'environnement et de l'activité des hommes.

Cette exigence conduit le Parc à proposer chaque année aux accompagnateurs des journées de formation sur le patrimoine naturel et culturel du Parc. En 2014, 23 accompagnateurs en montagne ont établi un partenariat avec le Parc national de la Vanoise et proposent ainsi des prestations labellisées. Ces professionnels passionnés ont à cœur de vous faire découvrir toutes les richesses (faune, flore, patrimoine...) du Parc au cours de randonnées à thème.

Pour plus de renseignements sur les sorties et les tarifs, contactez l'accompagnateur concerné. **Bonne découverte avec nos ambassadeurs !**

Vallée de la Maurienne

COMMUNE	DATES	THÈME SORTIE	PUBLIC	ACCOMPAGNATEUR
Aussois	Les mardis 1 ^{er} , 8 et 15 juillet et 12, 19 et 26 août	Visite de la barrière fortifiée de l'Esseillon	Tout public	FRESSARD Jean-Marie - 06 86 55 81 26
Aussois	Du samedi 2 au vendredi 8 août	Tour de Vanoise	Bons marcheurs	FRESSARD Jean-Marie - 06 86 55 81 26
Aussois	Le mardi 24 juin. Les jeudis 3, 10, 17, 24 et 31 juillet	Découverte conviviale des plantes culinaires et médicinales. Recettes, vertus et dégustation de produits locaux et maison	Tout public	GUY Bénédicte - 06 81 46 57 48
Modane et Lanslebourg	À la demande	365 jours en Maurienne	Tout public	BARDAGI Thierry - 06 85 06 51 43
Termignon	Les mercredis 9 et 30 juillet, 27 août et 3 septembre	Marche pieds nus et éveil nocturne à la nature	Tout public	BARDAGI Thierry - 06 85 06 51 43
Villarodin-Bourget	Tous les lundis de juillet et août	Marche pieds nus au fil de l'eau	Tout public	BARDAGI Thierry - 06 85 06 51 43
Villarodin-Bourget	Sorties à la demande	Une forêt d'altitude dans un vallon suspendu	Tout public	DELHOMME Philippe - 06 87 36 15 93

Vallée de la Tarentaise

COMMUNE	DATES	THÈME SORTIE	PUBLIC	ACCOMPAGNATEUR
Les Allues	Les mardis 8 et 22 juillet et 05 et 19 août	Lacs de montagne	Tout public	LAISSUS Denis - 06 87 41 27 43
Les Allues	Les mardis 1 ^{er} , 15 et 29 juillet et 12 et 26 août	Écologie et économie d'une vallée	Tout public	LAISSUS Denis - 06 87 41 27 43
Les Allues	Tous les dimanches du 1 ^{er} juin au 26 octobre	Équilibre entre montagne d'antan et d'aujourd'hui	Randonneur	VENÇON Freddy - 06 23 87 83 40
Les Allues	Tous les lundis du 1 ^{er} septembre au 27 octobre	Balade panoramique en circuit, alpages et patrimoine, flore et villages	Familles, scolaires, tout public	VENÇON Freddy - 06 23 87 83 40
Bourg-Saint-Maurice	Les vendredi 4 et jeudi 10 juillet	Le chemin balcon du refuge de Turia	Familles avec enfants de + de 10 ans	BOURGEAIS Méline - 06 77 08 65 64
Bourg-Saint-Maurice (départ)	À la demande, de juillet à fin septembre	Sur les pas des alpagistes	Bons marcheurs	LAMIC Jean-Pierre - 06 81 54 68 55
Bourg-Saint-Maurice (départ)	À la demande, de juillet à fin septembre	Découverte éco-responsable des vallons du Clou et de la Sassièrè	Bons marcheurs	LAMIC Jean-Pierre - 06 81 54 68 55
Champagny-en-Vanoise (départ)	À la demande, de fin juin à fin septembre	Traversée de la Vanoise sauvage et sans portage	Bons marcheurs	LAMIC Jean-Pierre - 06 81 54 68 55
Champagny-en-Vanoise (départ Courchevel)	Tous les jeudis du 15 juin au 15 septembre	Les marmottes de la Glière	Adultes et enfants de + de 8 ans	COUILLARD Yann - 06 83 17 78 65
Peisey-Nancroix	Les lundis 7, 14 et 21 juillet	Les oiseaux du vallon de Rosuel	Familles et individuels	BENARD Christian - 06 63 21 77 90
Peisey-Nancroix	Les lundis 7, 14, 21 et 28 juillet et 4, 11, 18 et 25 août	Les p'tits montagnards, un jeu de piste pour apprendre en s'amusant	Les enfants	DOREAU Nadège - 06 10 65 53 74
Peisey-Nancroix (départ)	Du lundi 18 au dimanche 24 août	Randonnée itinérante : le tour de la Grande Casse	Adultes	NULLANS Marie-Paule - 06 20 27 47 84
Peisey-Nancroix et autres	Les mercredis 16, 23 et 30 juillet et 6, 13 et 20 août - plus à la demande pendant la saison estivale	Plantes utilisées par l'homme	Tout public y compris scolaires	ODIN-GUICHON Pascale - 06 84 40 37 17
Pralognan-la-Vanoise	Tous les mercredis du 16 juillet au 20 août	Les chèvres de Monsieur Sylvain - Rencontre en alpage !	Familles	EXCOFFIER Raphaël - 07 62 59 02 17 GIMENEZ Françoise - 06 86 43 79 58
Pralognan-la-Vanoise	Tous les mercredis du 2 juillet au 20 août	Gourmands secrets de la fabrication du Beaufort d'alpage	Familles	EXCOFFIER Raphaël - 07 62 59 02 17 GIMENEZ Françoise - 06 86 43 79 58
Pralognan-la-Vanoise	Les lundis 21 et 28 juillet et 11 et 18 août	Plantes et parfums sauvages	Adultes et enfants de + de 8 ans	EXCOFFIER Raphaël - 07 62 59 02 17
Sainte-Foy-Tarentaise	À la demande, en été ou en hiver	Le Fenil - Le Monal avec fondue ou casse-croûte traditionnel en chalet d'alpage	Marcheurs moyens	LAMIC Jean-Pierre - 06 81 54 68 55
Sainte-Foy-Tarentaise (départ)	Du dimanche 6 au vendredi 11 juillet	À saute-frontière entre France et Italie, le tour du Ruitor	Adultes	NULLANS Marie-Paule - 06 20 27 47 84
Tignes (départ)	Les jeudis 10 et 31 juillet	Les glaciers et le réchauffement climatique	Familles avec enfants de plus de 8 ans. Individuels. Marcheurs moyens	BALMAT Julie - 06 75 87 57 73
Tignes (départ Bourg-Saint-Maurice)	Les lundi 23 et mardi 24 juin	D'azalées naines en linaigrettes : les plantes d'altitude à la loupe !	Tout public dès 7 ans	DION Marie-Odile - 06 82 88 79 81