

R1

ITINÉRAIRE PIÉTONS À PRALOGNAN-LA-VANOISE

SENTIER BALCON

BOCHOR - BARMETTES



Un sentier balcon bordé d'une flore exceptionnelle, entre le Mont Bochor et les prairies du vallon de la Glière.

DIFFICULTÉ

TEMPS ESTIMÉ

Difficile
2h30
Montée : 1h ; Descente : 1h30

DÉNIVELÉ

150m de montée
590m de descente

ORIENTATION

PÉRIODE

CONSEILLÉE

Sud-Est
de juin à octobre

DÉPART

Le téléphérique du Mont Bochor (accès payant)

ACCÈS ROUTIER

SERVICES SUR LE

PARCOURS

Parking du Bouquetin
Restaurant au Bochor
Refuge-restaurant aux Barmettes
Restaurant aux Fontanettes

ACCÈS

Le téléphérique fonctionne de mi-juin à mi-septembre

NUMÉROS

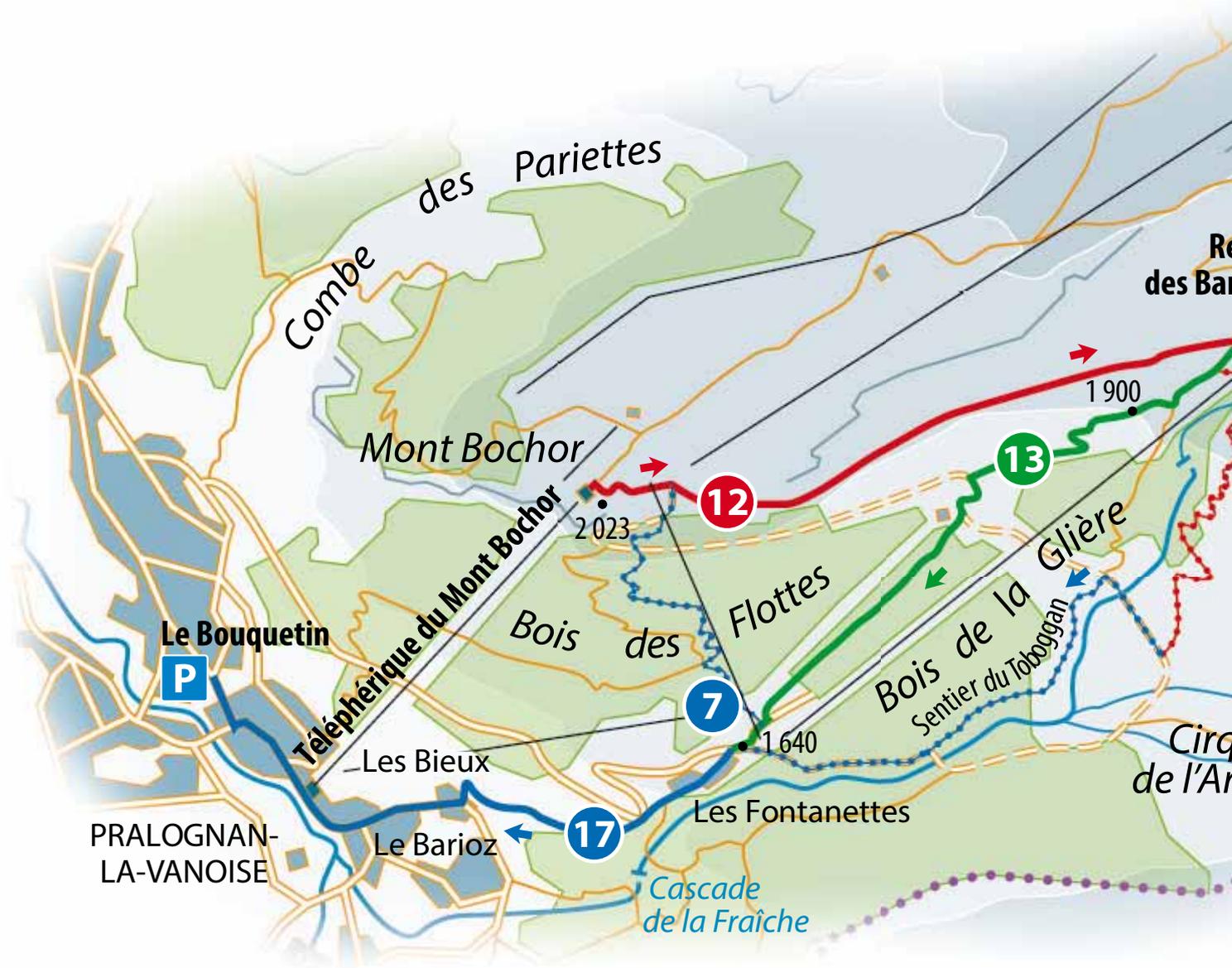
DES SENTIERS

12 (puis 13 et 17)



PRALOGNAN
LA VANOISE

SENTIER BALCON BOCHOR - BARMETTES



VARIANTE de descente :

Sous le refuge des Barmettes, traverser le Doron de la Glière en amont de la forêt et de l'Arcelin. Niveau rouge.

Du cirque rejoindre les Fontanettes par le sentier du Toboggan, puis Pralognan par le h

DIFFICULTÉ difficile
DURÉE 2h30



Depuis le parking du Bouquetin, remontez la rue principale pour rejoindre le téléphérique (si vous souhaitez monter à pied, empruntez le sentier n°7 au départ des Fontanettes).

Depuis le Mont Bochor, vous cheminez sur un bon sentier, un peu aérien, en balcon au dessus du bois de la Glière. Il vous mène au refuge des Barmettes d'où une incursion à l'alpage des Glières s'impose. Elle vous permet de découvrir les murets, récemment restaurés, qui délimitent l'ancienne route communale d'accès au col de la Vanoise. C'est un itinéraire chargé d'histoire.

L'ensemble du parcours est bordé d'une flore très riche et parfois rare comme la dracocéphale d'Autriche et la violette pennée. En pleine floraison, le secteur regorge de papillons et il est possible d'y observer plusieurs espèces d'oiseaux : merle de roche, crabe à bec rouge, tichodrome échelette, faucon crécerelle, buse variable...

Pour descendre, rejoignez le GR 55 (sentier n° 13) en contre-bas du refuge. Il descend sur le côté droit de la piste des Fontanettes jusqu'à Pralognan en passant par les hameaux des Fontanettes et des Bieux.

descendez par le sentier rive gauche de la cascade des Glières en direction du cirque
hameau des Bieux.

PLUS D'INFOS

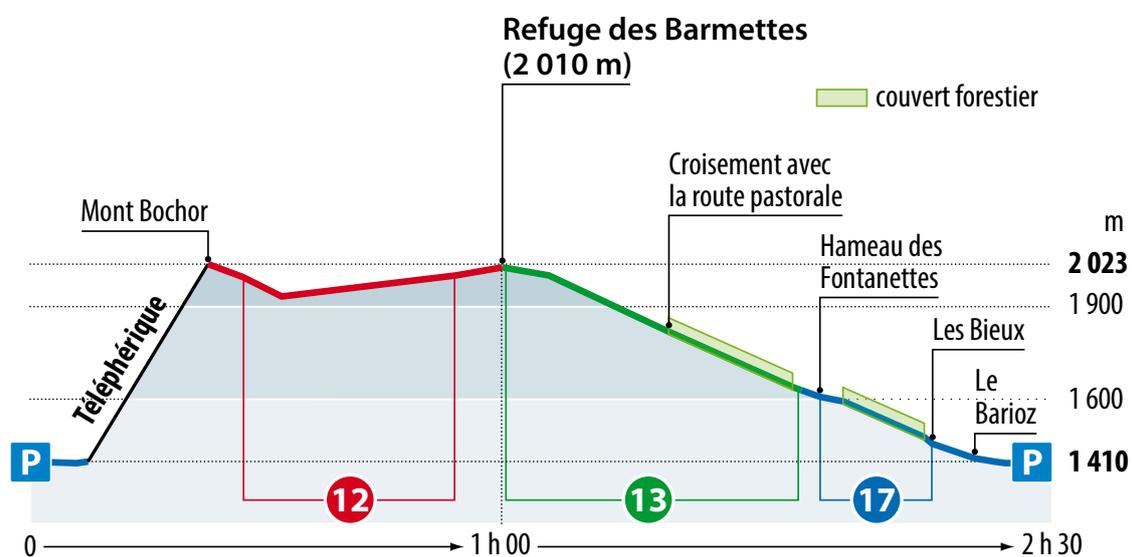
Téléphérique du Mont Bochor

Accès payant.

Ouvert tous les jours mais fermé le temps du repas. Se renseigner sur les horaires.

Doron

Signifie torrent en savoyard.



Office de Tourisme Pralognan-la-Vanoise
Tel. 04 79 08 79 08 - www.pralognan.com
Crédit carte et texte : CSCARTO et Cyrile Suss



**PRALOGNAN
LA VANOISE**