

Sentier pédestre : le Sapin Président - depuis le Grand Arvet



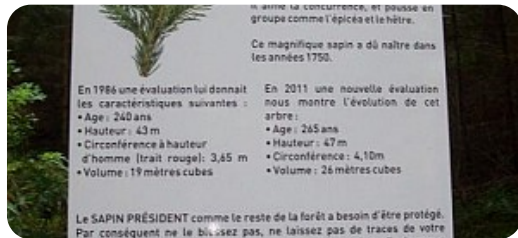
© Michel Maupas



© Véronique Lorenzi



© Véronique Lorenzi



© Véronique Lorenzi

Point de départ

📍 SALLANCHES
📍 Lat : 45.96026 Lng : 6.64877

Informations techniques



Marche

Très facile ⌚ 30min

↗ Deniv. pos.	↘ Deniv. neg.	↑ Alt. max.	↓ Alt. min.	↔ Distance
112 m	112 m	1062 m	1007 m	1,6 km



Proposé par :
Sallanches TOURISME

<https://www.sallanchesmontblanc.com/>

Ce document a été généré automatiquement grâce à Cirkwi, la solution de référence pour structurer, enrichir et diffuser vos données touristiques.

Description

Petite balade en forêt pour les familles avec des tout-petits pour débusquer ce fameux Sapin Président.

Partez en randonnée en toute sécurité !

Le temps de marche est approximatif et ne tient pas compte des temps de pause.

Le descriptif topo/pas à pas vous guide globalement mais ne se substitue pas à une carte de randonnées au 1/25000 ou autres topoguides disponibles dans notre office de tourisme !

A Sallanches, notre Bureau des Guides & Accompagnateurs propose également un large choix de sorties accompagnées par des professionnels de la montagne vous apportant une expertise complète sur l'environnement et la nature alpine, renseignez vous à l'office de tourisme pour vous inscrire.

Quelle que soit votre randonnée, consultez la météo avant de partir. Pensez à prendre dans votre sac à dos des barres de céréales, de l'eau en quantité suffisante, des lunettes de soleil, de la crème solaire, une casquette ou chapeau, une petite trousse à pharmacie, ainsi que des vêtements adaptés à votre sortie en fonction de la saison et de la météo annoncée.

Animaux

Oui.

Informations complémentaires

Période d'ouverture

Fermé temporairement.

Mis à jour par

Office de Tourisme de Sallanches - 17/09/2026
<http://www.sallanchesmontblanc.com>

Environnements

A la campagne
En forêt
Vue montagne
En montagne

Contact

Téléphone : 04 50 58 04 25
Email : tourisme@sallanches.com
Site web : <http://www.sallanchesmontblanc.com>
Facebook : <https://www.facebook.com/SallanchesMontBlanc>

Nature du terrain

Terre
Gravillons
Non adapté aux poussettes

Compléments de localisation

Ce parking de montagne par ce chemin carrossable permet un accès rapproché, pour les "moins marcheurs". (attention pour certains véhicules seulement).

Références Topo guides et cartographiques

Références cartographiques :

Carte Les belvédères du Mont-Blanc en vente 7€ à l'office de tourisme

Compléments d'accueil

Partez en randonnée en toute sécurité !

Le temps de marche est approximatif et ne tient pas compte des temps de pause.

Le descriptif topo/pas à pas vous guide globalement mais ne se substitue pas à une carte de randonnées au 1/25000 ou autres topoguides disponibles dans notre office de tourisme !

A Sallanches, notre Bureau des Guides & Accompagnateurs propose également un large choix de sorties accompagnées par des professionnels de la montagne vous apportant une expertise complète sur l'environnement et la nature alpine, renseignez vous à l'office de tourisme pour vous inscrire.

Quelle que soit votre randonnée, consultez la météo avant de partir. Pensez à prendre dans votre sac à dos des barres de céréales, de l'eau en quantité suffisante, des lunettes de soleil, de la crème solaire, une casquette ou chapeau, une petite trousse à pharmacie, ainsi que des vêtements adaptés à votre sortie en fonction de la saison et de la météo annoncée.

Topo/pas à pas

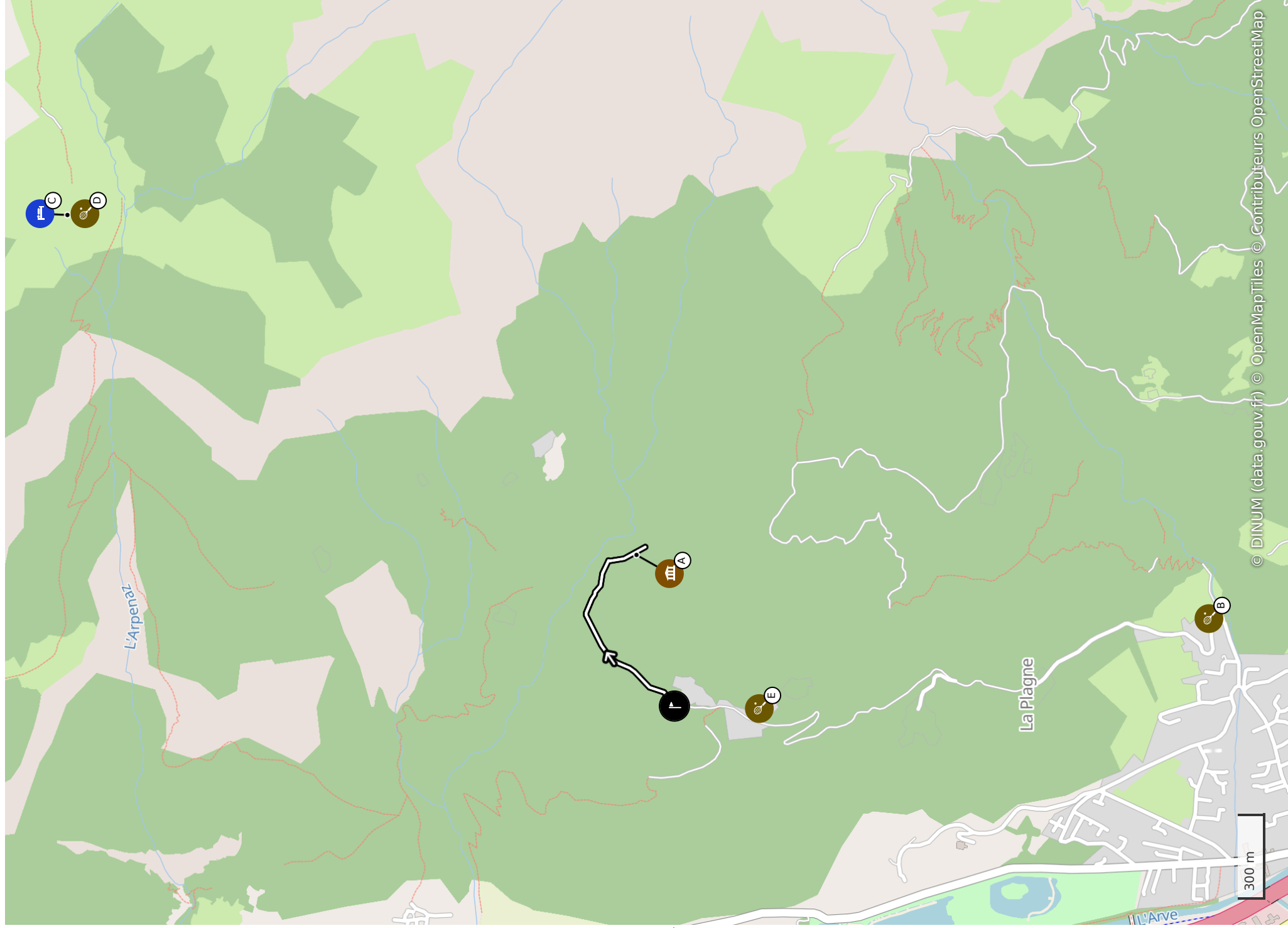
Départ : parking du Grand Arvet après avec gravi le chemin carrossable en voiture depuis le haut du village de St Martin.

1. Au dessus du parking, marchez un peu sur le replat et sur la droite vous verrez une pancarte annonçant le petit sentier qui vous conduira au "Sapin Président".

2. grimpez pendant environs 10 minutes sur ce sentier pour atteindre ce majestueux "Roi des Forêts", superbe résineux âgé de 265 ans, remarquable par ses mensurations : 47 m de hauteur et 4.10 m de circonférence (chiffres 2011)

Très beau terrain de jeux pour les enfants à 1000 m d'altitude.

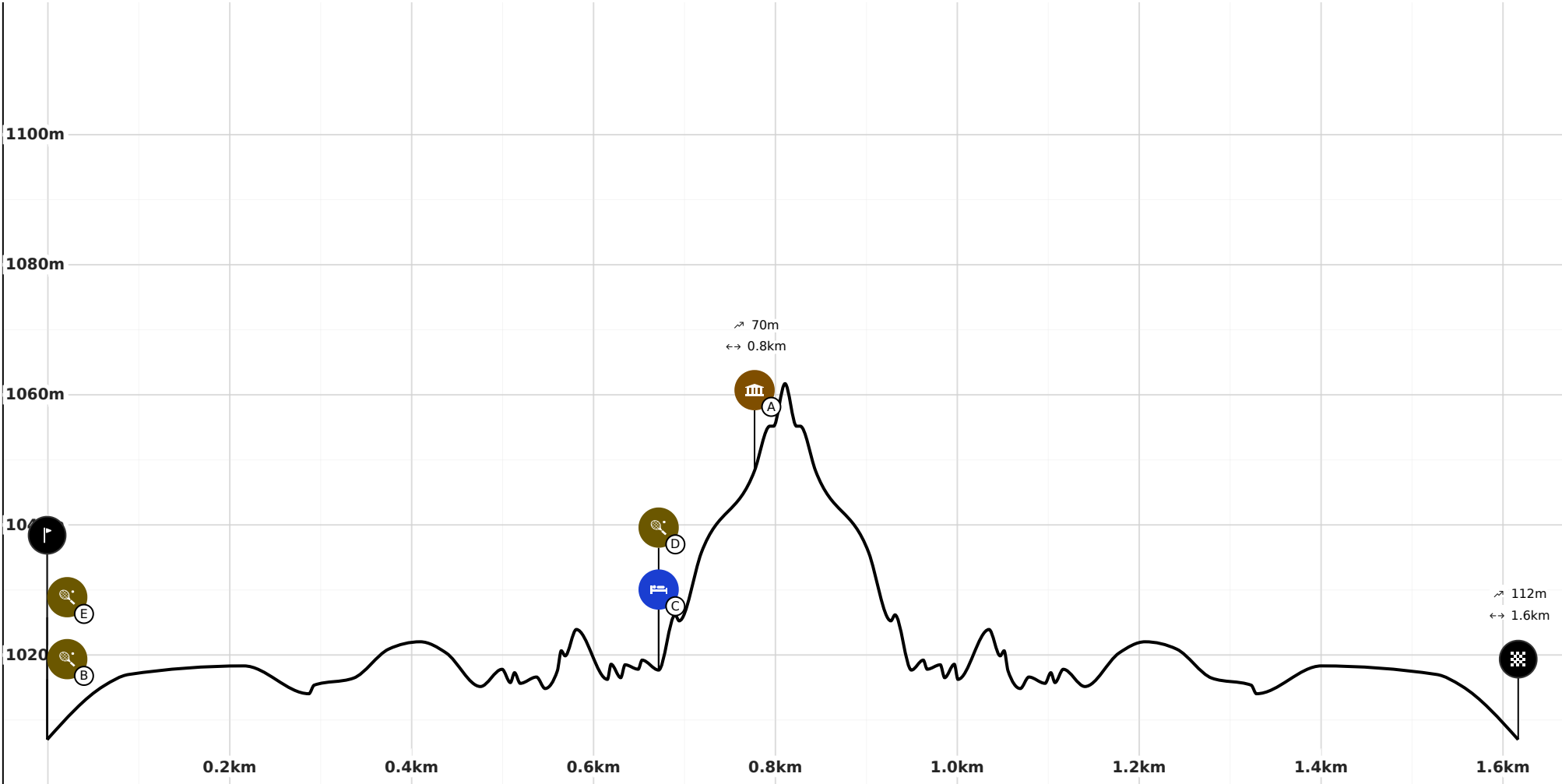
3. Retour par le même itinéraire



Légende (Carte et profil altimétrique)

 Point de départ  Point d'arrivée  Itinéraire

Profil altimétrique



Sentier pédestre : le Sapin Président - depuis le Grand Arvet - Mis à jour le 22/09/2026 par Sallanches TOURISME et généré par www.cirkwi.com. Ce circuit vous est fourni à titre indicatif. Cirkwi ne certifie pas la fiabilité des informations contenues dans les textes, cartes, photos ou itinéraires.

Infos parcours et Points d'intérêt



Le Sapin Président

Point d'intérêt naturel

Par Sallanches TOURISME



Superbe résineux de 275 ans (2021), remarquable par ses mensurations : 47 m de hauteur et 4.10 m de circonférence (2011). Il s'épanouit au milieu de la forêt sur les côteaux de St Martin, à 1000 m d'altitude environ. Très beau lieu avec des enfants. C'est un sapin "pectiné" car ses aiguilles sont disposées autour des rameaux comme les "dents" d'un peigne. On le dénomme également "Sapin Blanc" du fait de la couleur blanchâtre de l'écorce des jeunes plants. Cette espèce n'est actuellement pas très abondante dans notre région, mais à tendance à s'y développer. Sa présence est de plus en plus fréquente en moyenne altitude (étage montagnard entre 700 et 1500 m). Il préfère les zones humides et bien arrosées, d'exposition Nord. Il aime la concurrence, et pousse en groupe comme l'épicéa et le hêtre. Ce magnifique sapin a dû naître dans les années 1750.

Tarif(s)

Accès libre.

Mis à jour par

Office de Tourisme de Sallanches - 17/09/2026

<http://www.sallanchesmontblanc.com>

Contact

Téléphone : 04 50 58 04 25

Email : tourisme@sallanches.com

Site web : <http://www.sallanchesmontblanc.com>

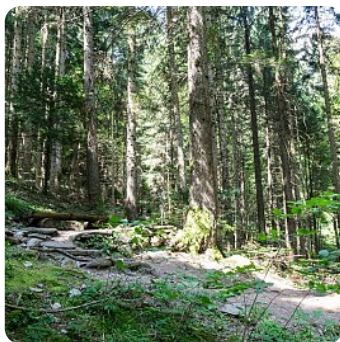
Conseils et suggestions

Pour plus de détails techniques concernant l'accès, une fiche de randonnée "sentier pédestre : le Sapin Président" vous est proposée en pièce jointe.

Compléments de localisation

sur le coteau de St Martin

- ⊙ Grand Arvet côteaux de St Martin direction Vérant, 74700, SALLANCHES
- 📍 Lat : 45.961442 Lng : 6.655548
- ↗ Alt : 1000 m



© Michel Maupas



© OT Sallanches



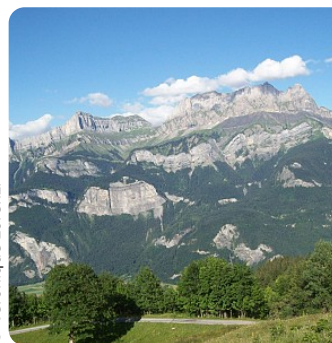
© OT Sallanches

sentier pédestre : Vérant depuis Besseray



Activités sportives

Par Sallanches TOURISME



© Véronique Lorenzi

Version longue de cette randonnée incontournable qui monte par une piste forestière bien entretenue et ombragée. À l'arrivée, la combe de Vérant se dévoile, dominée par les falaises vertigineuses de la Croix de Fer et son bel alpage.

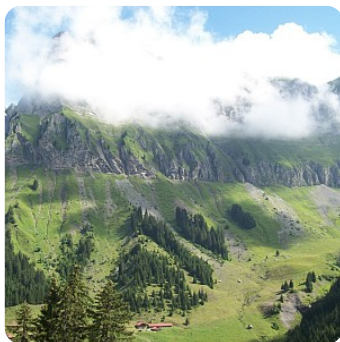
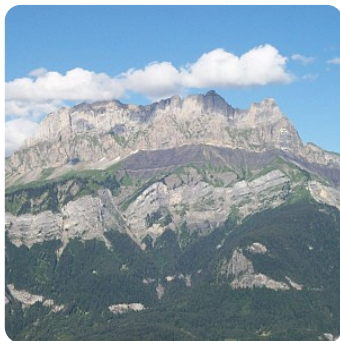
Au départ du parking de Besseray, à Saint-Martin, cette randonnée s'élève progressivement en direction de l'alpage de Vérant. Elle débute par la route semi-goudronnée de Crève-Cœur, qui traverse les hameaux des Plagnes, du Petit-Arvet puis du Grand-Arvet.

La montée se poursuit ensuite sur une piste forestière qui serpente tranquillement à travers la montagne. Les arbres offrent une ombre appréciable tout au long de l'itinéraire et quelques curiosités ponctuent le chemin, comme le Sapin Président, un arbre remarquable qui mérite le petit détour, notamment avec les enfants.

Après avoir franchi le torrent de Crève-Cœur, la pente se fait brièvement plus soutenue avant de retrouver un rythme plus régulier. La piste continue de s'élever au cœur de la forêt, jusqu'à une dernière clairière où le ruisseau de l'Arpenaz annonce l'arrivée prochaine à l'alpage.

À l'approche de Vérant, la montagne devient aussi un lieu de vie et de travail. Vaches et moutons y passent la belle saison sous la garde des alpagistes. Les vaches redescendent chaque jour pour la traite à proximité du refuge, où sont fabriqués sur place le beurre, la tomme, le sérac, le fromage d'Abondance et, selon les années, la raclette. Ces produits sont également proposés à la vente sur place : l'occasion de repartir avec un petit goût de montagne !

Quelques pas encore et le refuge de Vérant apparaît, installé dans un cadre montagnard préservé. C'est ici que la forêt laisse définitivement place aux paysages d'alpage



et à la spectaculaire combe de Véran, dominée par les falaises de la Croix de Fer. Gardé durant la saison estivale, le refuge constitue une agréable halte pour les randonneurs souhaitant profiter plus longtemps de ce bel environnement montagnard, ou passer une nuit en altitude. Pour prolonger la randonnée, plusieurs itinéraires partent également de l'alpage de Véran, notamment vers la Tête de Lassy ou, pour les randonneurs expérimentés, vers la cheminée de Monthieu et la Tête du Colonney.

Animaux

Oui.

Tarif(s)

Accès libre.

Mis à jour par

Office de Tourisme de Sallanches - 21/09/2026

<http://www.sallanchesmontblanc.com>

Contact

Téléphone : 04 50 58 04 25

Email : tourisme@sallanches.com

Site web : <http://www.sallanchesmontblanc.com>

Facebook : <https://www.facebook.com/SallanchesMontBlanc>

Topo/pas à pas

Départ : parking de Besseray à St Martin Avec Mayères et Doran cette randonnée fait partie des incontournables de la vallée de Sallanches.

1. Suivez la route de Crève Coeur, semi-goudronnée qui monte jusqu'au parking du Grand-Arvet (environ 1h30 de montée)
2. vous passerez tout d'abord par les chalets des Plagnes, puis du Petit-Arvet avant d'arriver aux Chalets du Grand Arvet où un parking supérieur est possible pour certains véhicules
3. continuez cette piste forestière, en passant à côté du sentier qui vous emmène au fameux Sapin Président sur votre droite, qui vaut le petit détour pour les enfants ;-)
4. traversez plus loin le pont qui enjambe le torrent de Crève Coeur, ensuite le chemin monte un peu plus raide sur quelques mètres
5. ce chemin forestier continue en serpentant dans la montagne jusqu'à la clairière finale où vous traverserez le ruisseau de l'Arpenaz qui forme la fameuse cascade du même nom
6. ensuite vous apercevrez à quelques mètres le refuge de Véran et son alpage.

Sentier pédestre : le Sapin Président - depuis le Grand Arvet - Mis à jour le 22/09/2026 par Sallanches TOURISME et généré par www.cirkwi.com. Ce circuit vous est fourni à titre indicatif. Cirkwi ne certifie pas la fiabilité des informations contenues dans les textes, cartes, photos ou itinéraires.

Compléments d'accueil

Partez en randonnée en toute sécurité !

Le temps de marche est approximatif et ne tient pas compte des temps de pause.

Le descriptif « topo/pas à pas » vous guide globalement mais ne se substitue pas à une carte de randonnées au 1/25000 ou autres topoguides disponibles dans notre office de tourisme !

Pour vous aider à préparer votre sortie, l'Office de Tourisme met également à votre disposition une Charte du randonneur et des bonnes pratiques, riche en conseils et informations utiles pour randonner en toute sécurité et dans le respect de la montagne et de son environnement. N'hésitez pas à la demander à l'accueil !

Notre Bureau des Guides & Accompagnateurs de Sallanches propose également un large choix de sorties accompagnées par des professionnels de la montagne vous apportant une expertise complète sur le milieu montagnard. Renseignez-vous à l'office de tourisme.

Enfin, quelle que soit votre randonnée, consultez la météo avant de partir et adaptez votre itinéraire aux conditions du jour. Pensez à emporter dans votre sac à dos :

- de l'eau en quantité suffisante ;
- quelques encas ou barres de céréales ;
- des lunettes de soleil et de la crème solaire ;
- une casquette ou un chapeau ;
- une petite trousse à pharmacie ;
- des vêtements adaptés à la saison, à votre randonnée et aux conditions météorologiques annoncées.

En montagne, les conditions peuvent évoluer rapidement : restez prudents, équipez-vous et profitez pleinement de votre randonnée !

⊙ départ : parking du Besseray route de crève coeur, 74700, SALLANCHES

⊕ Lat : 45.943055 Lng : 6.652627

↗ Alt : 624 m



Refuge de Véran



Refuge Par Sallanches TOURISME



Refuge non gardé. Réservations et clefs auprès de M. Michel Coudray au 06 88 63 15 28. L'été le refuge est surveillé par des bénévoles. Seuls couchages et utilisation de la cuisine sont possibles. Pas de ravitaillement.

Animaux

Non.



Mis à jour par

Office de Tourisme de Sallanches - 12/08/2026
<http://www.sallanchesmontblanc.com>

Tarif(s)

Gratuit pour les moins de 8 ans.
 Voir tous les tarifs et réductions sur : <http://refugedeveren.ffcam.fr/tarifs.html>.

Distinctions

Club Alpin Français

Classement et capacité

Refuge
 Capacité : 27 personnes

Période d'ouverture

Du 01/01 au 31/12.
 Refuge non gardé. Récupérer la clé en téléphonant au 06 67 25 28 53 hors juillet / août.

Conseils et suggestions

Refuge sur le tracé du GRP suivant : Tour du pays du Mont Blanc
 Randonnée à la journée : Tête du Colonnay - Col de Mont hieu - La Croix de Fer
 Randonnée sur plusieurs jours : Liaison vers chalets de Sallanches, vers le refuge de Platé

Contact

Téléphone :
 06 67 25 28 53
 04 50 93 76 39
 Email : refugedeveren@ffcam.fr
 Site web : <http://refugedeveren.ffcam.fr>

Compléments de localisation

Temps de marche depuis parking le plus proche : Le grand Arvet - Temps de marche depuis le parking 1h30.
 Accès : Sallanches, St Martin route de Crève Coeur, route ou chemin pour aller aux chalets du Grand Arvet, ensuite continuer la route en direction du chalet de Meyrieu et du refuge de Véran.
 - Carte IGN : 3530 ET

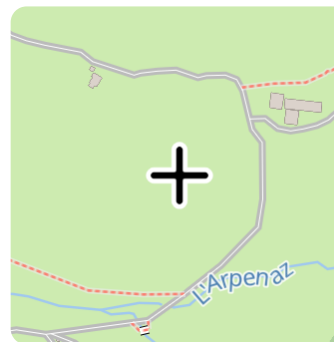
⊙ Combe de Véran, 74700, SALLANCHES
 ⚓ Lat : 45.979125 Lng : 6.670737
 ↗ Alt : 1602 m

Sentier pédestre : le Sapin Président - depuis le Grand Arvet - Mis à jour le 22/09/2026 par Sallanches TOURISME et généré par www.cirkwi.com. Ce circuit vous est fourni à titre indicatif. Cirkwi ne certifie pas la fiabilité des informations contenues dans les textes, cartes, photos ou itinéraires.



sentier pédestre : la Tête de Lassy (1653 m) depuis Véran

D Activités sportives Par Sallanches TOURISME



© Bureau des Guides et Accompagnateurs

Depuis l'alpage de Véran, une courte montée mène à la Tête de Lassy (1653 m). À l'arrivée, le panorama se dévoile sur la vallée de Sallanches et les Aravis : un petit sommet, une grande récompense !

Depuis l'alpage de Véran, le sentier passe devant le refuge avant de s'élever tranquillement en direction de la Tête de Lassy. Il serpente en lisière puis au cœur de la forêt, dans une montée régulière et agréable.

Après une trentaine de minutes, le sentier atteint ce petit sommet perché à 1653 m d'altitude. À l'arrivée, la vue se dégage et offre un magnifique panorama sur la vallée de Sallanches et la chaîne des Aravis. Une belle manière de prendre de la hauteur sans entreprendre une longue ascension !

Le retour s'effectue par le même itinéraire.

Pour les marcheurs à la recherche d'une variante plus sportive, un passage plus aérien par le Lançoir permet également de rejoindre l'alpage de Véran depuis le secteur de la cascade d'Arpenaz.

Le temps de marche est approximatif et ne compte pas les temps de pause.

Partez en randonnée en sécurité !

Ce descriptif vous permet de vous orienter globalement mais ne se substitue pas à une carte de randonnées au 1/25000 ou autres topoguides que vous pourrez retrouver dans votre office de tourisme ! A Sallanches, notre Bureau des Guides & Accompagnateurs propose également un large choix de sorties accompagnées par des professionnels de la montagne vous apportant une expertise complète sur l'environnement et la nature alpine, pensez-y !

Quelle que soit votre randonnée, consultez la météo avant de partir.

Pensez à prendre dans votre sac à dos des barres de céréales, de l'eau en quantité suffisante, des lunettes de soleil, de la crème solaire, une petite trousse à pharmacie, ainsi que des vêtements adaptés à votre sortie en fonction de la saison et de la météo annoncée.

Animaux

Oui.

Tarif(s)

Accès libre.

Mis à jour par

Office de Tourisme de Sallanches - 17/09/2026
<http://www.sallanchesmontblanc.com>

Contact

Téléphone : 04 50 58 04 25

Email : tourisme@sallanches.com

Site web : <http://www.sallanchesmontblanc.com>

Facebook : <https://www.facebook.com/SallanchesMontBlanc>

Topo/pas à pas

Départ : alpages de Véran

1. suivre le sentier qui passe devant le refuge de Véran puis continuez en suivant le balisage pour la Tête de Lassay
2. le sentier serpente le long de la forêt,
3. il faut environ une 30aine de minute pour arriver en haut de ce petit sommet à 1653 m d'altitude où la vue se dégage à l'arrivée pour vous surprendre avec un panorama à vous couper le souffle sur les Aravis et la vallée.
4. retour par le même sentier

⊙ départ : refuge de Véran, 74700, SALLANCHES

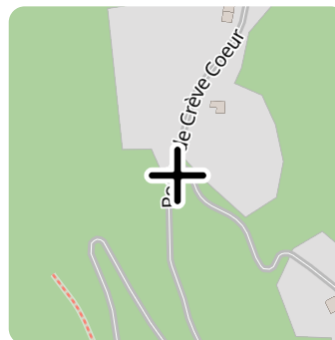
⊕ Lat : 45.978324 Lng : 6.671464

↗ Alt : 1602 m



sentier pédestre : tête de la Traille (1863 m) par Véran

Activités sportives Par Sallanches TOURISME



Beau sommet sur l'itinéraire de l'alpage de Véran alliant forêt et clairière. Randonnée simple à son début mais plus pentue vers le sommet que l'on atteint en parcourant la crête sommitale.

Le large chemin descend à proximité de la ferme, laisse partir à gauche le sentier (P) grim pant au pas de Monthieu, traverse plus bas le torrent de l'Arpenaz et arrive au point 1553m. Prise ici d'un autre large chemin, non balisé, grim pant à découvert à gauche direction S, à destination des chalets de St Martin. Ceux-ci sont atteints après avoir traversé de belles zones fleuries.

Après les chalets la progression suit une trace peu pentue direction S, puis SE. Celle-ci se redresse plus sévèrement à proximité de la Tête de la Traille. Son sommet (1863m) est atteint en parcourant sa crête sommitale dirigée côté E.

Animaux

Oui.

Tarif(s)

Accès libre.

Mis à jour par

Office de Tourisme de Sallanches - 17/09/2026

<http://www.sallanchesmontblanc.com>

Contact

Téléphone : 04 50 58 04 25

Email : tourisme@sallanches.com

Site web : <http://www.sallanchesmontblanc.com>

Facebook : <https://www.facebook.com/SallanchesMontBlanc>

Conseils et suggestions

Avec Mayères et Doran cette randonnée fait partie des incontournables de la vallée de Sallanches.

⊙ départ : parking du Grand Arvet route de crève coeur, 74700, SALLANCHES

⊕ Lat : 45.957333 Lng : 6.648013

↗ Alt : 900 m