

HAUTE ROUTE GLACIAIRE

EN 4 JOURS (option longue en 5 jours)

Superbe itinéraire à saute frontière, la « Haute Route Glaciaire » vous invite à marcher sur les pas des colporteurs et contrebandiers. Terre historique d'échanges et de tradition, la Haute Tarentaise et le Val d'Aoste vous feront partager leur culture commune montagnarde, tissée depuis des siècles. Un magnifique itinéraire franco-italien qui se compose à la carte, en simple randonnée ou avec des passages de glaciers nécessitant équipement et accompagnement. Chacun y trouvera son bonheur par delà les frontières.

Prestations d'accompagnement ; consultez :
www.saintefoy-tarentaise.com - www.otseez.com - www.tignes.net

TERRITOIRE : Haute Tarentaise

COMMUNE DE DÉPART : Sainte-Foy Tarentaise

Possibilités départ de Tignes ou d'Italie : Rhêmes Notre Dame et Valgrisenche

ACCÈS VOITURE ET PARKING :

De Bourg Saint Maurice suivre la RN 90 puis la D902 à Sainte Foy. Traversez le village en direction de Val d'Isère. Roulez 8 km jusqu'aux Pigettes, puis tournez à gauche juste avant le paravalanche. Montez jusqu'à Chenal (gîte) point de départ. Autre départ possible depuis Sainte Foy : A la sortie du village prendre la route à gauche en direction la Mazure. Arrivé au Parking, tournez à droite et suivre la route jusqu'au parking de Pierre Giret. Vous êtes à 1h30 du refuge de l'Archeboc. Départ depuis Tignes : suivez la D 902 et juste avant le tunnel du Villaret du Nial prenez la route du Saut, jusqu'au parking.

TYPE D'ITINÉRAIRE : boucle

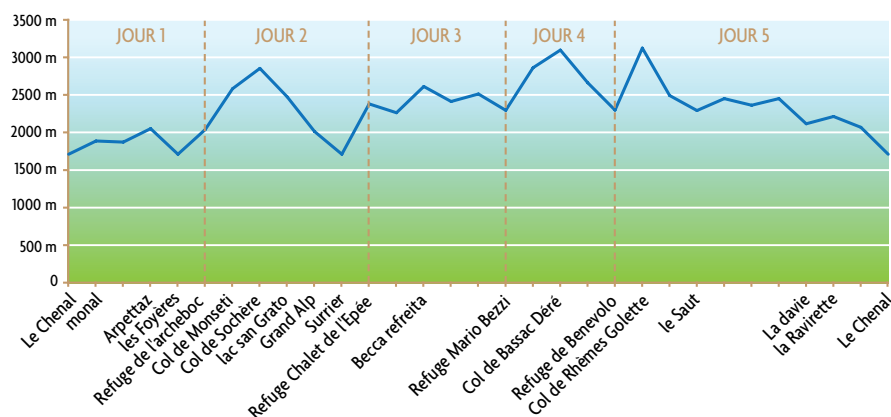
PÉRIODE CONSEILLÉE : Hors neige

BALISAGE : PR

CARTO : Topoguide « Haute route glaciaire »

IGN top 25 - 3532 ET Les Arcs, La Plagne

ICG N° 102 TR2 Valsavarenche, Val de Rhêmes, Valgrisenche



ÉTAPES

GÎTE D'ÉTAPE DU CHENAL (1700 m)	REFUGE DU MONAL (1874 m)
Tél. 04 79 06 93 09 www.cercle-refuges-prives-hautetarentaise.com	Tél. 06 07 38 24 69 www.lemonal.com
REFUGE DE L'ARCHEBOC (2029 m)	REFUGE DU RUITOR (2040 m)
Tél. 04 79 06 87 19	Tél. 04 79 06 92 12 www.ruitor.com
REFUGE CHALET DE L'ÉPÉE (2370 m)	REFUGE MARIO BEZZI (2284 m)
Tél. (+39) 0165 97 215 - 76 26 96 www.rifugioepee.com	Tél. (+39) 0165 97 129 www.rifugiobezzi.com
REFUGE DE BENEVOLO (2285 m)	LE CHALET DU LAC (1876 m)
Tél. (+39) 0165 93 61 43 www.caitorino.it/benevolo.htm	Tél. 04 79 06 25 47 www.chaletdulac.com
HÔTEL DU LAC AU VILLARET DU NIAL (1850 m)	
Tél. 04 79 06 16 70	

JOUR 1	Chenal – Refuge de l'Archeboc (2029 m)
ALTITUDE DE DÉPART : 1700 m	<p>Depuis le parking du Chenal, remontez la piste jusqu'au second virage, puis partez à gauche en direction de la Combaz. Après le hameau, suivez le sentier à droite pour passer devant l'école d'escalade et rejoignez le Monal. Continuez la piste carrossable en direction de l'Echaillon. Au milieu du hameau, prenez à droite au dessus de la fontaine, le sentier longeant la forêt. La parcourir jusqu'à la piste de ski de Formeian, puis traversez cette dernière. Le sentier remonte pour rejoindre l'itinéraire conduisant à l'Arpettaz. Une piste vous conduit jusqu'à Crêt Serru, puis à la chapelle Saint Guérin. Descendez en direction du Plan de Saint André. Au carrefour avec la piste forestière, tournez à droite, la suivre jusqu'à son terminus, elle passe au dessus des Foyères. Du parking, un sentier part à l'horizontale, arrive aux Savonnes. Montez derrière les maisons et traversez le torrent pour arriver au bord d'un petit lac. Rejoignez le refuge de l'Archeboc à la Motte.</p>
DÉNIVELLÉ + : 684 m	
DÉNIVELLÉ - : 354 m	
DURÉE TOTALE DU PARCOURS : 4h30 hors temps de pause	
<p>Magnifique étape où vous traversez pâturages (fabrication du beaufort), forêts, des hameaux à l'architecture traditionnelle. Au village classé du Monal s'offre à vous un panorama extraordinaire sur le massif du Mont Pourri, la chaîne frontière et le Beaufortain.</p>	

JOUR 2	Refuge de l'Archeboc – Refuge du chalet de l'épée (2370 m) Valgrisenche
ALTITUDE DE DÉPART : 2029 m	<p>Option randonnée Du refuge, le sentier monte régulièrement jusqu'au col du Mont, frontière franco-italienne. Le sentier descend ensuite versant italien par une moraine souvent enneigée, mais sans difficulté particulière, jusqu'à l'alpage Revera Basse. Suivez ensuite la route pastorale jusqu'à Grand Alpe. Prenez à droite et traversez la passerelle du torrent du Bouc. Le sentier descend alors franchement jusqu'au hameau de Surrier. Suivez la route quelques instants, puis montez à travers une très belle forêt d'arbres centenaires, pour rejoindre l'alpage de l'Arp Nouva et le refuge du Chalet de l'Épée.</p>
OPTION RANDO	
DÉNIVELLÉ + : 1200 m	
DÉNIVELLÉ - : 890 m	
DURÉE TOTALE DU PARCOURS : 4h50 hors temps de pause	<p>Option avec passage de glaciers Très belle variante avec passage de glacier nécessitant du matériel adapté et la présence d'un professionnel. Depuis l'Archeboc, suivez le sentier des refuges en direction des arêtes de Montseti par le lac Noir. Puis poursuivez en direction du Col de la Sachère. Descendez le glacier et ses éboulis versant italien, en direction du lac de San Grato. Rejoignez le sentier conduisant à Revera Basse. (Il est également possible de faire étape au Refuge du Ruitor. Comptez 2h30 depuis le refuge de l'Archeboc. Dans ce cas revenez sur vos pas jusqu'à la côte 2300 m pour récupérer l'itinéraire du Col de la Sachère. Depuis le refuge du Ruitor : comptez une étape de 6h).</p>
OPTION GLACIERS	
DÉNIVELLÉ + : 1404 m	
DÉNIVELLÉ - : 1063 m	
DURÉE TOTALE DU PARCOURS : 6h30 hors temps de pause	<p>Étapes historiques ayant vu passer depuis des siècles :</p> <ul style="list-style-type: none"> - des militaires au gré des confrontations (en 1795 la compagnie du Commandant Bernard est décimée par la tempête au Col de la Sachère) - des colporteurs (Classement du chemin de la Mazure au col du Mont en 1692 par acte en qualité de « Grand chemin tendant en Valgrisenche ») - des pèlerins (tous les 5 Août, la procession au Lac Saint Grat commémore le retour clandestin par le Col de la Sachère des reliques du Saint).

suite des itinéraires au verso →



© Savoie Mont Blanc / Emprin

JOUR 3	
Chalet de l'Épée – Refuge de Mario Bezzi (2284 m)	
ALTITUDE DE DÉPART : 2370 m	Du refuge de l'Épée prenez la route pastorale qui conduit en 5 minutes aux chalets d'alpage du même nom. Quittez la piste carrossable sur la gauche et suivez les marques de la Haute Route Glaciaire. Traversez les torrents descendant des glaciers Invernagnan et Giasson. Un magnifique sentier balcon suit plus ou moins les courbes de niveaux jusqu'à l'alpage Vaudet. Entamez la descente en lacets qui mène au refuge de Mario Bezzi.
DÉNIVELÉ + : 398 m	
DÉNIVELÉ - : 590 m	
DURÉE TOTALE DU PARCOURS : 4h10 hors temps de pause	
<p>Extraordinaire balcon au dessus de la vallée. Une approche de la haute montagne dans un décor de rêve : massif du Ruitor, de la Grande Sassièrre, et de la chaîne frontrière que vous avez franchie la veille. Possibilité de monter au lac San Martino (2700 m), compter 1h30 aller/retour depuis la bifurcation.</p>	

JOUR 4*	
Refuge Mario Bezzi – Parking du Chenal (1700 m)	
ALTITUDE DE DÉPART : 2284 m	OPTION COURTE - randonnée Depuis le refuge Mario Bezzi, montez au col du Rocher Blanc (2833 m). Le sentier redescend alors en direction des Balmes, puis du Plan jusqu'au Barrage. Après avoir traversé le vallon du Clou, pénétrez dans la très belle forêt de mélèzes pour rejoindre le Monal. Poursuivez jusqu'au parking du Chenal.
DÉNIVELÉ + : 549 m	
DÉNIVELÉ - : 1133 m	
DURÉE TOTALE DU PARCOURS : 4h15 hors temps de pause	
<p>Encore une étape différente où la géologie est à l'ordre du jour. En montant, avant de descendre sur les Balmes, visiter un des derniers alpages fabriquant sur place le « Beaufort ».</p>	

JOUR 4	
Refuge Mario Bezzi – Refuge de Benevolo (2285 m)	
ALTITUDE DE DÉPART : 2370 m	OPTION LONGUE - Glaciers Depuis le refuge Mario Bezzi montez en direction du Col de Bassac Déré (3085 m) sous l'œil attentif de la Pointe de la traversière et ses 3338 m. Le sentier redescend alors vers le lac de Golette (2706 m) au pied du glacier du même nom. Le sentier rejoint une crête panoramique Nord Sud. La vue se dégage sur la vallée de Rhêmes et le refuge Bèvevolo en contrebas. La descente est assez raide en lacets, jusqu'aux anciens chalets d'alpage de l'Alpe Sotze. Traversez le torrent et rejoignez le refuge. Pour les bons marcheurs, il est possible de faire l'étape Chalet de l'Épée - Refuge de Benevolo en une seule journée. Comptez 8 h de marche.
DÉNIVELÉ + : 798 m	
DÉNIVELÉ - : 797 m	
DURÉE TOTALE DU PARCOURS : 3h40 hors temps de pause	
<p>Une étape minérale où vous trouverez les pierriers et la neige dans un splendide décor glaciaire.</p>	

JOUR 5	
Refuge de Benevolo – Chenal (1700 m)	
ALTITUDE DE DÉPART : 2285 m	Avec passage de glaciers Depuis le refuge, reprenez le sentier de la veille jusqu'à l'altitude de 2735 m. Montez en direction des crêtes pour parvenir au pied du glacier de Rhêmes Golette (traversée peu difficile mais nécessitant du matériel adapté et la présence d'un professionnel). Arrivé au col frontrière, vous entrez dans la réserve naturelle de la Grande Sassièrre. Descendez le glacier versant français en direction du vallon. Le sentier descend franchement jusqu'au lac de la Sassièrre, passe à côté d'un premier barrage. Suivez la piste jusqu'au Saut et passer le 2 ^e barrage. Une fois sorti de la réserve, suivez le chemin carrossable montant aux chalets du Chargeur. Le sentier suit plus ou moins la courbe de niveau sur 2 km, puis plonge vers la bergerie de La Davie et grimpe ensuite au Plan du Genièvre. Franchissez, par un pont naturel, les gorges du Nant Cruet, et poursuivez en direction du Chenal.
DÉNIVELÉ + : 1030 m	
DÉNIVELÉ - : 1540 m	
DURÉE TOTALE DU PARCOURS : 7h hors temps de pause	
<p>Superbe itinéraire en balcon offrant une vue extraordinaire sur toute la vallée de Haute Tarentaise, massifs de Mean Martin, Grande Motte, Mont Pourri, Beaufortain et Mont Blanc.</p>	

Savoie Mont Blanc
simplement merveilleux

