

## Matériel conseillé :

- Baudrier
- 2 longes de 90 cm de long environ, diamètre 9 mm en corde dynamique
- 2 mousquetons à verrouillage automatique à grande ouverture
- Absorbant d'énergie
- Casque

## Assurance en autonomie :

Mousquetonnage du câble vivement conseillé et utilisation d'un absorbant d'énergie.

## Assurance en cordée (vivement conseillée) :

Technique classique avec un premier de cordée compétent. Passage de la corde dans les broches en plus de l'utilisation des longes.

## Attention !

**Il est dangereux de s'engager sur ces itinéraires sans matériel alpin et sans une parfaite connaissance de son utilisation.**

## Numéros pratiques

Secours en Montagne : +33 (0)4 79 08 29 30  
Pompiers : 18 ou 112  
Gendarmerie : 17  
Samu : 15  
Météo France : 0 899 710 273



Crédits photos :  
Daniel Gazut / Gérard Bruet  
Stéphanie Lussiana

Au pied du Mont-Charvin, le **Refuge-Auberge du Col de l'Arpettaz** vous accueille tout l'été.

Une fringale? Régalez-vous avec les **goûters gourmands** (tartines, desserts maisons...).

Une faim de loup? Place à la cuisine traditionnelle pour de véritables **repas montagnards**.

Vous avez également la possibilité de passer la nuit sur place grâce aux **chambres du refuge**.



**Refuge-auberge du Col de l'Arpettaz**

+33 (0)6 79 27 11 84 ou +33 (0)4 79 31 47 91

refugearpettaz@gmail.com - www.refugearpettaz.com



**Refuge Auberge  
Col de l'Arpettaz**

# LOCATION VENTE

**Equipements de  
(haute) montagne  
(chaussures, crampons,  
piolets, casques...)**

**Matériel Via Ferrata  
(longes, baudriers,  
casques...)**

## INTERSPORT

**INTERSPORT**  
James Sport

+33 (0)4 79 31 70 95

Le Village  
73 590  
Notre-Dame de  
Bellecombe

jamesport@hotmail.com



# UGINE RANDONNÉES ALPINES



**Itinéraire alpin du Golet de la Trouye  
Itinéraire câblé du Pas de l'Ours**



## Ouvertes du 30 juin au 15 octobre

Selon arrêté municipal n°2016/139

### Informations et renseignements

Bureau d'Information Touristique : 185 route d'Anney - 73400 UGINE

Téléphone : +33 (0)4 79 37 56 33

www.ugine-tourisme.com - info@ugine-tourisme.com



Cet itinéraire intègre le passage câblé du Pas de l'Ours et termine le circuit complet du Charvin au départ du Col de l'Arpettaz. Il est équipé de câbles dans les endroits les plus raides et les plus exposés et réclame une attention de tous les instants. **L'usage du baudrier, de la longe avec 2 mousquetons à verrouillage automatique et du casque est de rigueur. L'encordement est nécessaire pour les enfants et les personnes débutantes qui doivent être accompagnés d'une personne compétente.**

Se garer au lieu-dit les Bassins, suivre le sentier balisé qui serpente vers les falaises du Charvin en direction du Golet de la Trouye. Avant de parvenir au pied des falaises, au sommet de la pente herbeuse sur un bec de rocher, une plateforme vous permet de vous équiper. Vous prenez rapidement de l'altitude et la diversité des paysages est attrayante. Deux petits passages câblés vous amèneront au câble à François et au passage de la Sentinelle, que vous verrez sur votre droite. Vous traversez la dalle câblée de la Sentinelle puis le couloir du Golet proprement dit. Après ce passage, contournez un éperon rocheux et remontez des gradins herbeux jusqu'au Collet d'où vous découvrez les pentes dites du Cul d'Ugine et les chalets du Haut de Marlens.

**Altitude : 2053m.**

Dirigez-vous vers l'arête Sud à votre droite qui est une suite ininterrompue de gradins très raides, ressauts rocheux câblés, sentier tracé dans les pentes herbeuses. Nous dominons tout le long du parcours des à-pics impressionnants et nous apercevons 900m sous nos pieds, la route des Montagnes d'Ugine et le Col de l'Arpettaz. Le sommet du Charvin est atteint en trois heures environ. **Altitude : 2409 m.**

Là, admirez un incroyable panorama. Outre le Mont-Blanc, pratiquement tous les 4000 Suisse et au Sud, par temps clair, dans le prolongement de la Combe de Savoie, émergeant de l'horizon le Mont-Aiguille.

Pour la fin de la randonnée, vous avez deux options :

- par l'Arête Est, aérienne, sécurisée par deux passages câblés, puis le Pas de l'Ours. Le chemin des Mortines nous ramène au Merdassier du Milieu et retour au Col de l'Arpettaz par la route des Montagnes.
- en revenant sur vos pas.

**Durée de la randonnée :** 6 heures (A/R) - **Rocher :** Calcaire  
**Orientation :** Sud, Sud-Ouest  
**Altitude départ :** 1509 m - **Altitude sommet :** 2409 m  
**Difficulté :** pas de difficulté technique mais durée importante

À partir de la ville d'Ugine, prendre la route menant au Col de l'Arpettaz, puis suivre la route carrossable des Montagnes d'Ugine jusqu'au chalet de Merdassier du Milieu où vous pouvez vous garer. De là, vous pouvez atteindre le départ par un sentier longeant la crête qui relie la Tête de l'Aulp au Mont-Charvin en 1h30 environ. Passage naturel, la Mène Noire est une vire étroite entre une bande de schiste et de calcaire. La suivre sur 250 m grâce au parcours équipé de câbles qui débouche sur l'arête faitière du Mont-Charvin où la vue se dégage sur les Alpes et où on domine la vallée de Manigod et tout près le lac du Charvin. En remontant l'arête assez aérienne, on parvient au sommet (2409 m), d'où on jouit d'un magnifique panorama sur l'ensemble des Alpes du Nord, ainsi que sur les Massifs du Mont-Blanc et du Beaufortain. Descendre par le même itinéraire.

**Durée de la randonnée :** 5 heures (A/R)

**Rocher :** Calcaire

**Orientation :** Sud, Sud-Est

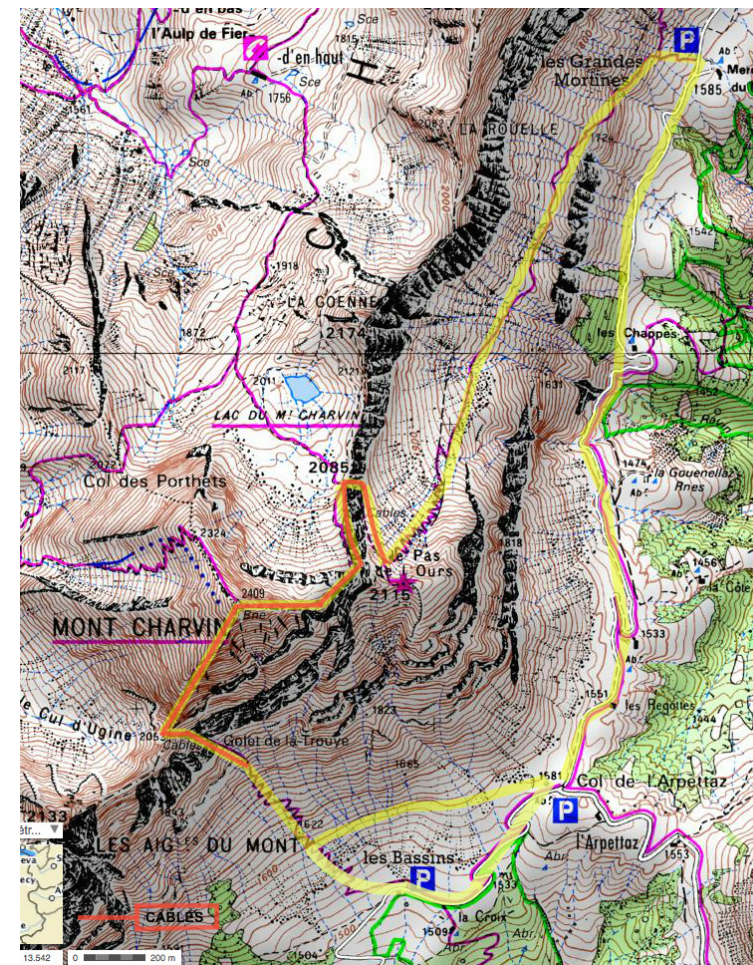
**Altitude départ :** 1585 m

**Altitude sommet :** 2409 m

**Difficulté :** pas de difficulté technique mais durée importante



ITINÉRAIRE  
CÂBLÉ DU  
PAS DE L'OURS



L'itinéraire alpin du Golet de la Trouye et l'itinéraire câblé du Pas de l'Ours peuvent former une boucle qui vous évitera de faire des aller-retour (cf carte ci-dessus).

**Durée de la randonnée :** 6 heures (en boucle)

**Altitude départ :** 1509 m - **Altitude sommet :** 2409 m



Le Mont-Charvin marque l'extrémité de la Chaîne des Aravis dominant Ugine de plus de 2000 m. Il est le dernier sommet des Alpes calcaires. Situé dans l'axe des vallées de l'Arly et de l'Isère, il est un magnifique belvédère.