



4,5 km

190 m

1 h 45

2214 m  
2026 m

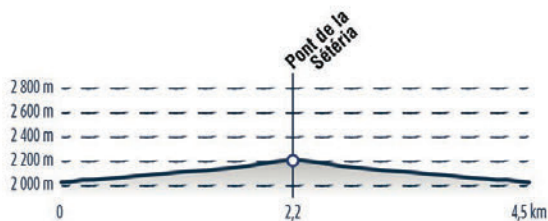
### Accès au départ

Aussois, Plan d'Aval, Parking Carrière 4.

Depuis Aussois, RD108 jusqu'au parking situé au-dessus du lac de Plan d'Aval.



Scannez et suivez le parcours avec votre appli préférée



### Incursion en Vanoise



Tentez une incursion dans le Parc national de la Vanoise escortés par les marmottes, enchantés par les torrents joueurs et scintillants au cœur d'une prairie d'altitude verdoyante. En famille ou en solo, un premier pas apaisant vers le Fond d'Aussois.



### Au fil de la balade

Pour profiter du calme et vous assurer une place au parking, préférez cette balade ensoleillée au printemps ou à l'automne.

En été, un départ dès les premières brises vous offrira le privilège du cri des marmottes matinales. Gambadant pour grignoter leur petit-déjeuner entre rhododendrons et herbes hautes, elles vous adopteront volontiers si vous savez rester discrets.

Après les avoir contemplées dans leur activité favorite, vous pressez le pas et vos semelles roulent parfois sur les pierres du chemin légèrement plus pentu. Les quelques vététistes que vous croisez semblent vous dire d'un sourire : « encore quelques foulées et vous mériterez cette vue imprenable sur les lacs et la Dent Parrachée, maîtresse du lieu ».

Arrivés au pont, vous vous faites la promesse d'aller plus loin lors de votre prochaine sortie.

En attendant ce futur moment d'évasion, vous pouvez choisir de revenir sur vos pas ou de franchir le torrent de Saint-Benoît pour un retour par le refuge de la Fournaiche. N'y aurait-il pas une cascade du même nom un peu plus bas ? Un indice : rendez-vous sous le soleil d'Avrieux...

### Mission découverte



Qui suis-je ?

Pendant mon hibernation, la température de mon corps chute à 8°C et les battements de mon cœur passent de 130 à 15 BPM. Après 6 mois sans manger, j'engloutis 400g/j répartis en 2 repas. C'est l'équivalent pour l'homme de 6kg/jour de nourriture ! Quel festin !

Dame marmotte