

AU CŒUR DU BEAUFORTAIN

EN 3 JOURS

Au fil des pas, se dévoile un paysage authentique, des cimes enneigées, aux lacs turquoises et prés verdoyants où paissent les troupeaux. En un week-end prolongé, cette randonnée vous offre la possibilité de vous ressourcer au cœur d'une montagne vivante, respirant au rythme de l'alpage. L'harmonie est ici le maître mot, surtout quand il s'agit d'apporter de la douceur aux papilles grâce au noble ambassadeur, qu'est le Beaufort, « le prince des gruyères ».

TERRITOIRE : Beaufortain

COMMUNE DE DÉPART : Beaufort-sur-Doron

ACCÈS VOITURE ET PARKING :

Depuis Beaufort prendre la direction de Roselend, puis du Cormet. Se garer au parking du Plan de la Lai, juste après le refuge.

TYPE D'ITINÉRAIRE : itinérance

PÉRIODE CONSEILLÉE : du printemps à l'automne, hors neige

BALISAGE : GRP Tour du Beaufortain et GR 5 et GRP Tour du Mont Blanc

CARTO : IGN Top 25 - 3532 OT Massif du Beaufortain et 3531 OT Megève

ÉTAPES

PLAN DE LA LAI

Tél. 04 79 38 72 25 - <http://caf.albertville.online.fr/>

REFUGE DU COL DU BONHOMME

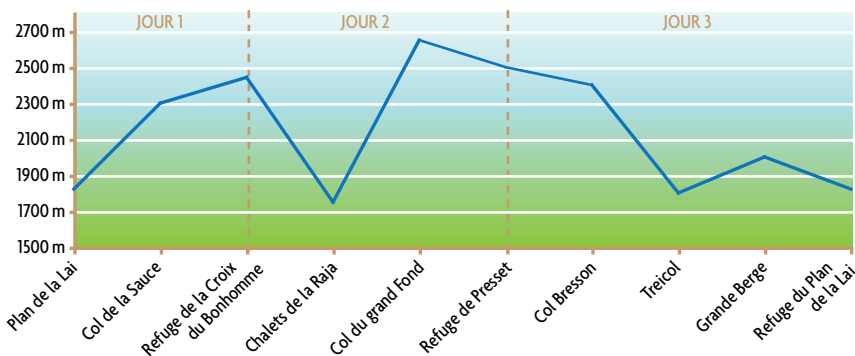
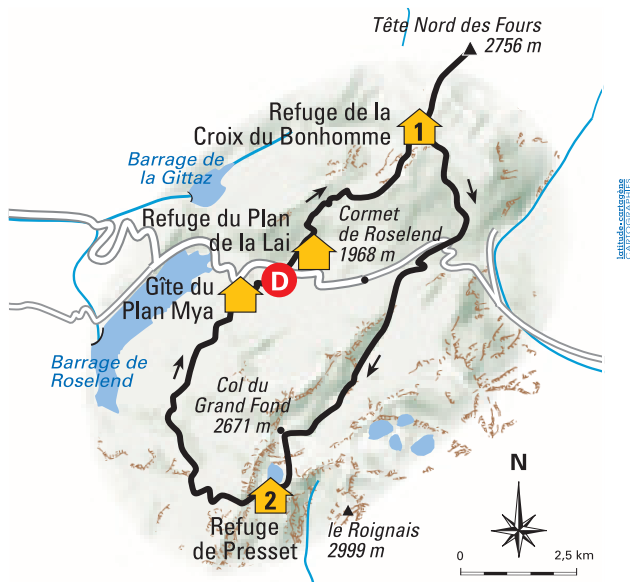
Tél. refuge 04 79 07 05 28 - Tél gardien : 02 99 88 49 15
<http://caf.albertville.online.fr/>

REFUGE DE PRESSET

Tél. 06 87 54 09 18 - Tél : 06 14 36 57 67 - CAF Chambéry 04 79 68 20 77
<http://www.cafchambery.com/>

GÎTE DE PLAN MYA

Tél. 06 08 46 03 10 - Tél. et Fax. 04 79 38 30 15 - www.refuge-mya.com/



Savoie Mont Blanc Tourisme et les auteurs de ces pages ne sauraient être tenus responsables dans l'hypothèse d'un accident sur l'itinéraire suggéré et ce quelles qu'en soient les causes.

JOUR 1	
Plan de la Lai – Refuge de la Croix du Bonhomme (2433 m) et ascension de la Tête Nord des Fours (2756 m)	
ALTITUDE DE DÉPART : 1818 m	Depuis le refuge du Plan de la Lai (refuge gardé), montez en direction du Col de la Saucette (2307 m).
DÉNIVELÉ + : 615 m 938 m si Tête nord des Fours	Le sentier arpente alors l'impressionnante Crête des Gittes jusqu'au refuge de la Croix du Bonhomme. Posez vos affaires au refuge afin de monter plus léger à la Tête Nord des Fours (2756 m) où le panorama est extraordinaire.
DÉNIVELÉ - : 0 323 m si Tête nord des Fours	
DURÉE TOTALE DU PARCOURS : 4h hors temps de pause	
<p>Possibilité de faire le tour du Rocher du Vent (via ferrata spectaculaire). Des alpages aux sommets, cette première étape offre une vue extraordinaire sur le Mont Blanc, que l'on croirait pouvoir toucher.</p>	

JOUR 2	
Refuge de la Croix du Bonhomme – Refuge de Presset (2514 m)	
ALTITUDE DE DÉPART : 2433 m	Le sentier démarre à l'arrière du refuge sur la droite, pour redescendre en direction des Chapieux.
DÉNIVELÉ + : 890 m	Arrivé aux chalets de la Raja, rejoignez la route en direction du Cormet de Roselend. La longer pendant quelques instants.
DÉNIVELÉ - : 806 m	Le sentier remonte sur la gauche par la Combe de la Neuva en direction du Col du Grand Fond (2671 m).
DURÉE TOTALE DU PARCOURS : 6h hors temps de pause	Du col, vous dominez le lac de Presset et la Pierra Menta. Descendez sur le refuge. Attention le refuge de Presset ne possède que 24 places, aussi la réservation est absolument obligatoire.
<p>La remarquable position du refuge de Presset offre une vue impressionnante sur la Pierra Menta, célèbre pour sa course de ski alpinisme.</p>	

JOUR 3	
Refuge de Presset – Plan de la Lai	
ALTITUDE DE DÉPART : 2514 m	Du refuge partez en direction du Col Bresson et de la Pierra Menta. Le sentier redescend, dominant le lac de Roselend.
DÉNIVELÉ + : 284 m	Laissez sur la gauche le sentier montant au col du grand Coin et poursuivez jusqu'au hameau de Treicol.
DÉNIVELÉ - : 980 m	Le sentier remonte en direction de Grande Berge et Petite Berge, rejoignant les alpages de Plan Mia.
DURÉE TOTALE DU PARCOURS : 4h hors temps de pause	Cet itinéraire peut s'effectuer dans le sens inverse, offrant la possibilité de s'arrêter au gîte de Plan Mya le premier ou le dernier soir.
<p>Cette étape offre une nouvelle perception de la Pierra Menta, laissant son caractère pointu pour une forme de dent. La vue sur les eaux turquoises du lac de Roselend est très belle.</p>	

Du lac de Presset, vous entendrez peut-être murmurer cette légende :

« Alors que Gargantua voyageait en ces lieux, il trébucha sur une montagne des Aravis, qui sous le choc, se brisa en mille éclats. Une énorme pierre pointue fut alors projetée jusqu'en Beaufortain, donnant naissance à la Pierre Menta. Sans drame heureusement puisque seuls trois sauterelles et un rat furent écrasés ».



© Savoie Mont Blanc / Lansard



Savoie Mont Blanc
simplement merveilleux