



7,2 km



+ 490 m



3 h 00



2075 m

1665 m



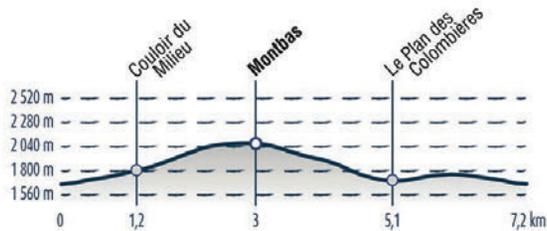
### Accès au départ

Val-Cenis - Bramans, Le Planay.

Depuis Bramans, D100 direction Val d'Ambin jusqu'au parking du Planay.



Scannez et suivez le parcours avec votre appli préférée



### Un alpage hors du temps



Au cœur de la forêt de Montbas, partez à la découverte d'un paysage surprenant, à 2000 m d'altitude. Enivrez-vous de fraîcheur et pénétrez dans l'univers d'un alpage hors du temps. Une sensation d'évasion vous y attend.



### Au fil de la balade

Les odeurs de résine et d'humus forestier remontent à vos narines.

La montée, parfois raide, vous réserve la visite de quelques écureuils qui sautillent de branche en branche dans les épicéas. Regardez ces gros monticules qui semblent avoir été édifiés au pied de certains troncs. La fourmi rousse y a élu domicile et la forêt lui donne un travail acharné. Elle fait preuve d'un sacré savoir-faire pour construire ces spectaculaires fourmilières !

À l'entrée de l'alpage, le son des troupeaux souvent présents vous accueille. N'hésitez pas à faire une pause gourmande au Refuge Lo Tsamou qui propose gîte et couvert à de nombreux randonneurs.

La descente, parfois jalonnée d'épilobes, vous ramène jusqu'à la Chapelle Saint-Paul. Prenez le temps d'un instant culturel et prolongez l'ambiance feutrée de cette randonnée apaisante.

### Chantier en cours ? Je fais demi-tour !

Vous entendez des bruits de tronçonneuses et de camions en forêt ? C'est sûrement une coupe de bois en cours.

Vous allez rencontrer des risques de chutes d'arbres et de circulations d'engins. Bûcherons, forestiers et conducteurs font attention à votre sécurité et vous les aiderez en évitant ou en contournant les chantiers signalés.