

TOUR DES ARAVIS

face au Mont-Blanc



Itinérance
4 jours, 3 nuits

Tourisme mobilité douce

1 Sallanches centre ville - Burzier – Refuge de Doran

Rendez-vous à Sallanches à la gare SNCF. Vous emprunterez le circuit des coteaux pour arriver au parking de Burzier (388m dénivelé). Direction l'alpage de Doran par le sentier 4x4, où vous retrouverez sa jolie chapelle, ses alpagistes et son refuge pour votre première nuitée en montagne.

📍 Départ 550m - Arrivée 1495m

- Sallanches centre ville (550m)
- Burzier (970m)
- Refuge de Doran (1495m)

🕒 4h00 - 965m D+ / 13m D-

🚶 8 km



Possibilité de se rendre à Doran par le sentier du Gypaète qui est plus ombragé mais aussi plus raide. Compter 1 km et 200m D+ de plus.

2 Refuge de Doran – les Quatre-Têtes – alpage de Mayères

Remontez le vallon de Doran au pied de la Pointe Percée, point culminant du massif des Aravis. Au Col de Doran, montez aux Quatre Têtes par une arête avec une magnifique vue sur la vallée et le Mont-Blanc. Redescendez par le même itinéraire jusqu'au col puis prendre la direction de la cascade des Fours jusqu'à l'alpage de Mayères et son altisurface. Choix d'hébergement possible : le refuge de Mayères ou le refuge du Tornieux (120 mètres de dénivelé en-dessous), tous les deux situés face au Mont-Blanc.

Pour en faire moins : rejoindre Mayères par l'Arête des Saix (1851m) sans passer par les Quatre-Têtes.

- Refuge de Doran (1495m)
 - Les Quatre Têtes (2364m)
 - Alpage de Mayères (1563m)
- 🕒 3h de montée et 2h30 de descente
1131m D+ / 1078m D-

🚶 10.2 km



Compter 1 km et 120m D- en plus pour descendre jusqu'au refuge du Tornieux.

3 Alpage de Mayères – Col de Niard – Plateau des Bénés - Tête Noire - Village de Cordon

Sentier balcon, au pied de la Cascade des Fours, pour remonter la Vallée de Coeur. Rencontre avec les alpagistes, avant d'arriver au Col de Niard puis à la Cabane du Petit Pâtre. Traversée du plateau des Bénés, puis redescende sur le village de Cordon. Passage par l'Abérieux pour visiter la ferme et assister à la traite (pas avant 17h30). Hébergement au choix : chambre d'hôtes ou hôtel, au village ou sur ses hauteurs.

Pour en faire plus : remonter la Vallée des Fours à la place de la Vallée de Coeur, et rejoindre l'itinéraire de la Gouille des Fours en descendant par le Col de Portette.

- Alpage de Mayères (1563m)
 - Col de Niard (1801m)
 - Plateau des Bénés (1723m)
 - Tête Noire (1691m)
 - Village de Cordon (870m)
- 🕒 6h00 - 579m D+ / 1269m D-
 🚶 **16.2 km**



Suggestion d'hébergements à Cordon : le Cordonant, les Roches Fleuries, le Chamois d'Or.

Possibilité d'arrêter l'itinéraire à 3 jours / 3 nuits avec une redescente depuis le village de Cordon jusqu'à la gare SNCF de Sallanches avec la ligne de bus Y86.

4 Village de Cordon – Petit Croisse-Baulet - Sallanches centre ville

Monter au Col de l'Avenaz, puis, par le sentier des bornes romaines, rejoindre le Petit Croisse-Baulet et le Col de Jaillet, qui fait la jonction entre les communes de Cordon, Sallanches, Combloux et la Giettaz. Redescendre jusqu'à Lezaive où vous passerez sur la rive droite du ruisseau, pour rejoindre Nant Cruy. Rejoindre ensuite le centre ville de Sallanches par le chemin du Bois de Fessy.

- Village de Cordon (870m)
 - Petit Croisse-Baulet (2009m)
 - Sallanches centre ville (550m)
- 🕒 10h - 1192m D+ / 1518m D-
 🚶 **20.4 km**



Pour en faire plus : depuis le Col de l'Avenaz, faire l'aller-retour au Grand Croisse-Baulet (2236m).

Profil altimétrique



Conseils rando



Partez accompagné

Bureau des Guides et
Accompagnateurs de
Sallanches-Cordon

CUMUL TOTAL :
54.8km / 3 847m D+

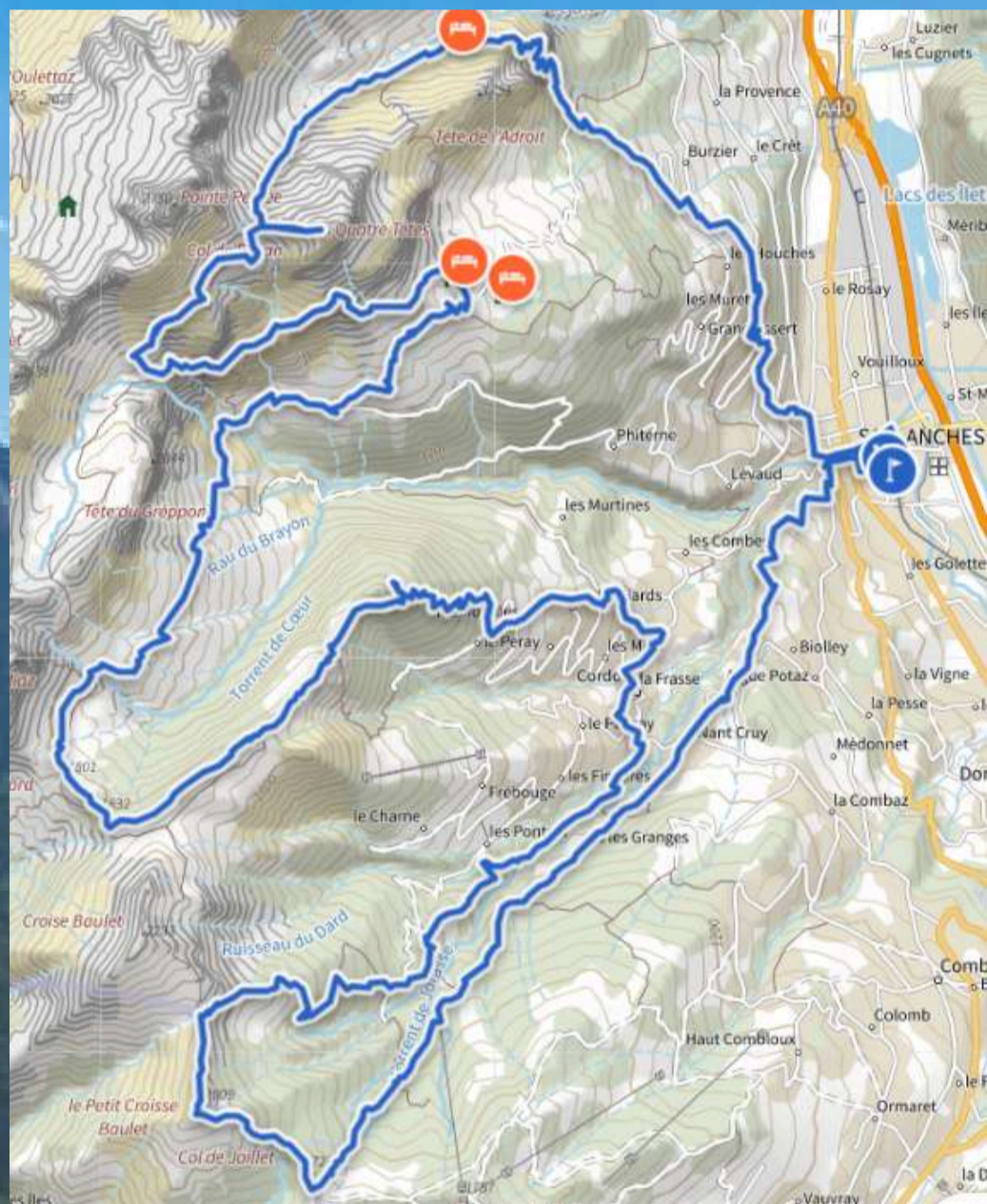
OFFICE DE TOURISME DE SALLANCHES

32 quai de l'hôtel de ville
04 50 58 04 25
tourisme@sallanches.com
sallanchesmontblanc.com



OFFICE DE TOURISME DE CORDON

1 place du Mont-Blanc
04 50 58 01 57
info@cordon.fr
cordon.fr



Venir jusqu'à nous

Aéroport international de Genève — Sallanches - 50 min

Aéroport Lyon Saint-Exupéry — Sallanches - 1h50

Gare SNCF au centre-ville de Sallanches.

En voiture :

Paris — Sallanches - 5h30

Lyon — Sallanches - 2h

Anncéy — Sallanches - 1h

Chamonix — Sallanches - 30 min

Proximité avec l'Italie :

Milan — Sallanches - 3h