



9,2 km



+ 245 m



4 h

1785 m  
1585 m

### Accès au départ

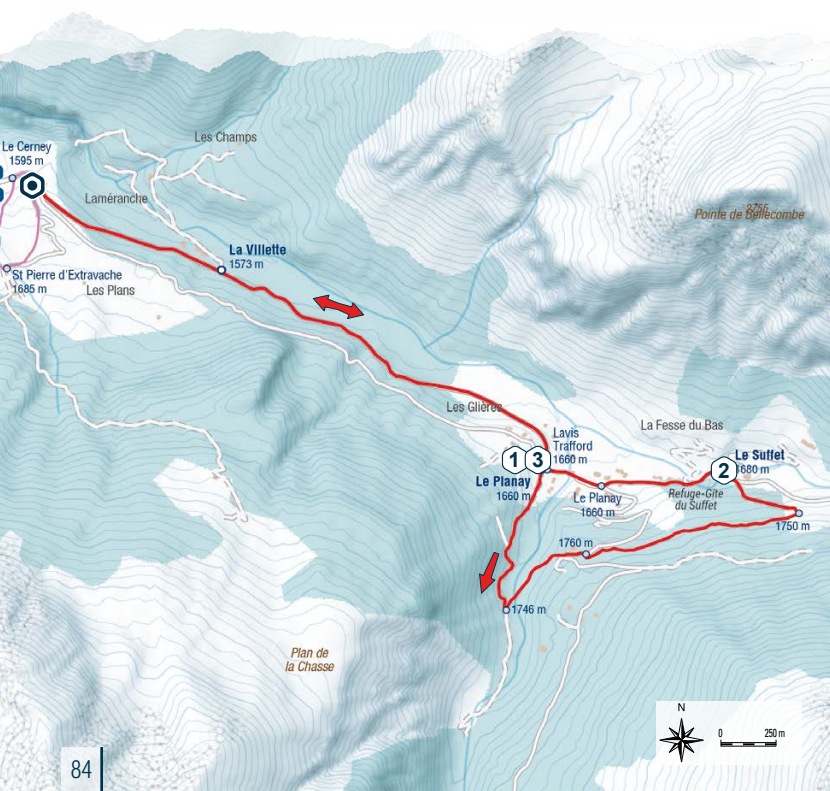
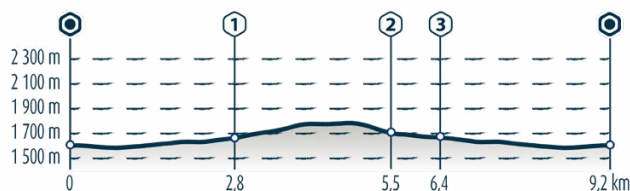
Bramans, Le Cernay - Domaine nordique du Val d'Ambin

J'y vais en bus

Ligne B1 : arrêt Val d'Ambin



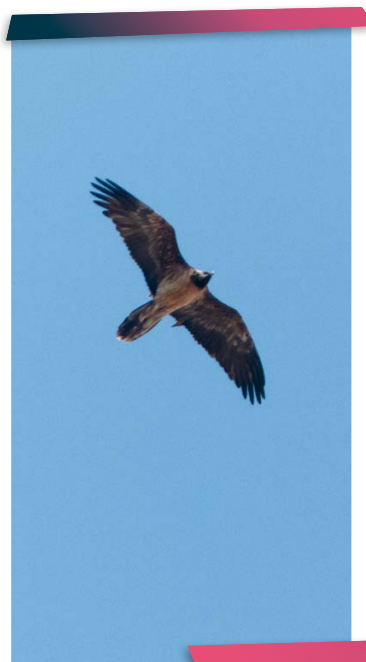
Scannez et suivez le parcours avec votre appli préférée



### Au fil d'Ambin

Partez à l'aventure dans ce vallon paisible, où le ruisseau d'Ambin guide vos pas jusqu'au hameau du Planay. Laissez-vous envelopper par l'ombre bienveillante des pins et des mélèzes et faites halte à la chapelle Saint-Paul, témoin discret de l'Histoire. Ici, chaque pas vous rapproche de la nature et le vallon vous ouvre doucement ses secrets.

- ➊ À partir de la **cabane du Cernay**, emprunter la piste damée sur la gauche, qui conduit au hameau du **Planay** en passant par **La Villette**.
- ➋ **1 h** - Au carrefour du **Planay**, poursuivre sur le petit sentier non damé qui monte en forêt, en direction de **Le Suffet**, en passant par le carrefour altitude 1 760 m.
- ➌ **2 h 30** - Depuis **Le Suffet**, suivre la direction de **Saint Pierre d'Extravache** et cheminer sur un sentier plus large pour revenir au hameau du **Planay**.
- ➍ **3 h** - Au **Planay**, reprendre le même itinéraire qu'à l'aller pour retourner à la **cabane du Cernay**.
- ➎ **4 h** - Cabane du Cernay.



### Le coin des curieuses et des curieux

Le Gypaète barbu est le vautour le plus rare d'Europe. Il bénéficie d'un Plan National d'Actions pour sa préservation.

La Vanoise accueille la plus grande concentration de couples nicheurs des Alpes françaises avec une dizaine de couples.

Restez discrets, des gypaètes nidi-fient dans le Val d'Ambin.