


RANDONNEE - Vanoise - PRALOGNAN LA VANOISE

# Col de la Vanoise



Difficile | 9 km | 6h00 | de juin à octobre | maxi 2516 m | +850 m

## Accès :

Depuis Albertville prendre la N90 jusqu'à Moûtiers. Là, continuer tout droit sur la D915 jusqu'à Bozel. Il ne reste plus que quelques kilomètres pour atteindre Pralognan-la-Vanoise. Prendre la route qui mène au pied des pistes au niveau du télésiège des Fontanettes.

| | |
|---|---|
| De Chambéry | 112 km |
| D'Annecy | 107 km |
| De Grenoble | 138 km |
| De Lyon | 206 km |




**Flirtez avec la haute montagne en passant au pied de la Grande Casse, au col de la Vanoise.**



## Curiosité :
# La Grande Casse



La première ascension de la Grande Casse a été réalisée le 8 août 1860 par William Mathews, Michel Croz et E. Favre. À cette époque, le matériel spécifique à l'alpinisme (piolet et crampons) n'existait pas. Ils durent alors tailler 1 100 marches, dont 800 à la hache pour venir à bout de cette pente de glace. Le 14 juillet 1892, une cordée de militaires se perd dans le brouillard et se retrouve dans des pentes bien plus raides. C'est alors l'accident. Deux des quatre militaires meurent et c'est le sous-lieutenant A. Messimy qui ira chercher les secours. Deux ans plus tard, le 23 août 1894, ce dernier, accompagné de J.-J. Blanc, retournera sur le sommet pour venir à bout d'une autre voie d'ascension qui porte maintenant le nom de « couloir Messimy » et qui débouche sur la pointe Matthews.

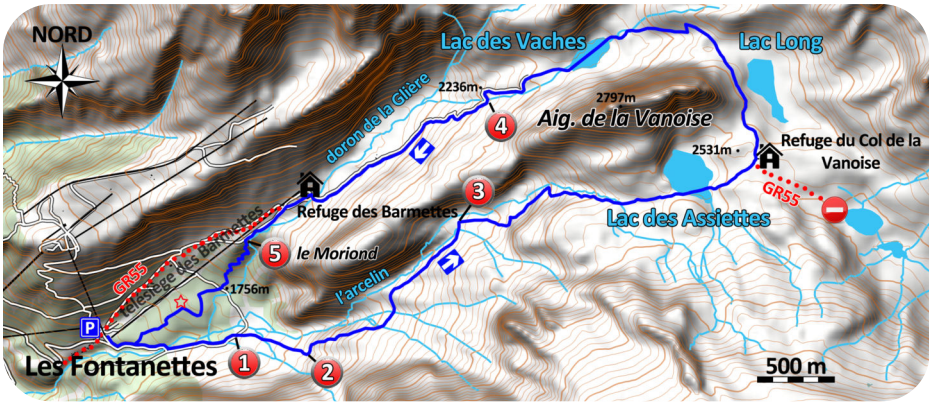
www.eskapad.info

# LE COL DE LA VANOISE – Savoie – PRALOGNAN LA VANOISE

## Itinéraire :

Depuis le parking des Fontanettes prendre la piste forestière qui longe le torrent à droite du télésiège. Plus haut prendre après un passage à gué le petit chemin à droite vers le cirque de l'Arcelin (marque bleue) **(1)**. Ce sentier ronge le ruisseau de l'Arcelin dans une montée soutenue. Ignorer le sentier à droite qui grimpe vers le cirque du Dar **(2)**. Au niveau d'un replat **(3)**, préférer le sentier qui file jusqu'au lac des Assiettes. Ce lac est dans sa phase terminale d'assèchement. Juste au-dessus, le refuge du Col de la Vanoise se niche au pied de la Grande Casse. Vous aurez remarqué, que l'Aiguille de la Vanoise sur votre gauche, faisait partie il y a quelques milliers d'années, de cet ensemble géologique. Vous comprendrez aisément l'origine du nom, du plus haut sommet de la Vanoise (Grande Casse). Après une pause bien méritée, continuer l'itinéraire en suivant plein nord le GR55. Il contourne l'Aiguille de la Vanoise pour atteindre plus bas le lac des Vaches. De belles pierres plates permettent de le traverser en son centre. La descente se poursuit en enjambant le torrent au pont du Chanton **(4)** puis en rejoignant le refuge des Barmettes. Peu après, prendre le second chemin à gauche qui redescend à travers la forêt **(5)**. Ce dernier vous amène jusqu'au parking des Fontanettes par un agréable sentier en forêt.

Parking aux télésièges des Fontanettes




Carte IGN 3534 OT

## Equipement :

- Sac à dos
- Veste Polaire
- Crème solaire
- Chapeau
- Carte
- Trousse de secours
- Lunettes de soleil
- Equipement de pluie

L'éditeur, l'auteur ou le diffuseur ne sauraient être tenus pour responsable dans l'hypothèse d'un accident sur cet itinéraire, et ce, quelles qu'en soient les causes.
Pour les secours composer le 112.

