La Roche Plane



Difficile | 11 km | 4h30 | de juin à octobre | maxi 2166 m | +900 m



ACCES : D'Albertville prendre la D925 jusqu'à Beaufort. Dans le village tourner à droite sur la D218a pour rejoindre Arèches. Au feu tricolore, tourner à droite pour rejoindre la petite station de ski Au Planay. Continuer sur une petite route vers la Dray, puis les Granges. Se garer dans le virage à la fin de la partie goudronnée (45.678729 , 6.542766)

La Roche Plane est un sommet secondaire, mais il offre un large panorama sur le Beaufortain ainsi qu'une magnifique vue sur le Mont-Blanc

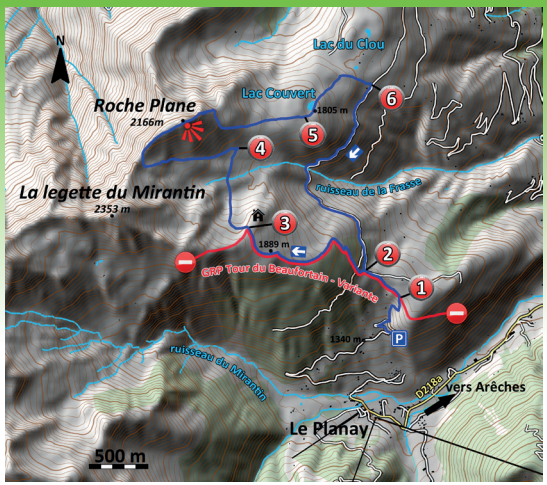
Chambéry	73 km
Annecy	83 km
Grenoble	113 km
Lyon	183 km



ITINERAIRE : La randonnée débute en poursuivant la piste carrossable. Prendre à gauche à lapremière intersection. A 300 mètres, au niveau du chalet d'alpage, prendre le sentier à droite (quelques marques rouges et jaunes mènent à la variante du GRP du Tour du Beaufortain). Il remonte la forêt d'épicéas. Plus haut, ignorer le sentier à droite **(1)**. Le sentier débouche sur une sorte de large crête où l'on retrouve la piste carrossable. Après les deux chalets d'alpage, prendre à nouveau un sentier en face **(2)**. Plus soutenu, il s'élève plus ou moins en forêt. Il est bordé de nombreux myrtilliers et finit par atteindre la Clusanière **(3)** avec non loin de là une cabane de berger avec une vue imprenable sur le Mont Blanc. Abandonner le GRP, pour le large chemin à droite. Celui-ci descend un petit vallon, traverse le ruisseau de la Frasse, souvent à sec en milieu de saison, et remonte quelque peu. Continuer sur ce sentier bien marqué et entamer la montée à gauche juste avant de pénétrer dans la forêt **(4)**.

eskapad.info

La Roche Plane - BEAUFORTAIN - SAVOIE



Si les vingt premiers mètres se font hors sentier, on retrouve une sente vers la gauche qui se fraye un passage à travers les myrtilliers, les genévriers et les rhododendrons. Il en sera ainsi jusqu'à atteindre la crête. Sur la droite, deux cairns indiquent l'itinéraire. Bien que non difficile, deux petits passages nécessitent de poser les mains avant de dérouler jusqu'au sommet de Roche Plane. La descente par l'autre versant, peut paraitre aérienne dans ses premiers mètres. Quelque peu technique au début, deux petits passages nécessitent à nouveau de s'aider des mains. Par la suite la pente s'adoucit à travers la lande. A la lisière de la forêt, poursuivre sur le sentier à gauche **(5)**. Rejoindre ainsi le lac Couvert en cours d'assèchement. A l'intersection suivante, prendre en forêt le sentier de droite. Il descend jusqu'à rejoindre une piste carrossable **(6)**. Poursuivre sur celle-ci à droite jusqu'à rejoindre le point **(2)**. On retrouve alors l'itinéraire de la montée que l'on suivra dans l'autre sens jusqu'à retrouver votre véhicule au parking de Laval.

La Raiponce



Phyteuma hemisphaericum

La raiponce hémisphérique vit dans les prairies et les rocailles d'altitude. Sa tête est bleue violacé et sphérique. Ses feuilles sont très fines, presque linéaires. En comparaison des autres raiponces, celle-ci est petite, une dizaine de centimètres en moyenne. Elle prospère sur les cols maigres et acides.

Fichier GPX

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.

