

# Roche Jaille



Difficile



14,8 km



6h15



de juin  
à septembre



2736 m



+1070 m

**Accès :** Depuis Albertville, prendre la N90 jusqu'à Moutiers. Là, entamer la montée vers Val

Thorens par la D117. Rejoindre St Jean de Belleville, puis St Martin de Belleville et enfin les Menuires. Continuer vers Val Thorens. Le parking des Bruyères est sur la droite de la route.

Au-dessus des Menuires en Vanoise, la nature a déposé plusieurs bijoux, comme les lacs du Lou, de Pierre-Blanche et de Montfiot.

De Grenoble .....	133 km
De Lyon .....	202 km
De Valence .....	226 km
D'Annecy .....	98 km



**Curiosité :**  
**La campanule alpestre**

Campanula alpestris.

Longtemps appelée campanule d'Allioni en hommage au botaniste qui l'a découverte, cette jolie campanule que l'on retrouve fleurie en juillet-août à l'étage subalpin principalement dans les éboulis calcaires ou schisteux, est une endémique des Alpes. Elle porte une seule fleur par tige, bleu pâle et légèrement penchée, des feuilles velues, serrées les unes contre les autres et allongées en forme de spatule. Les campanules alpestres se regroupent parfois en tapis pour parer l'univers minéral de leurs bouquets bleu ciel.

Source : A la découverte des fleurs des Alpes [Libris]



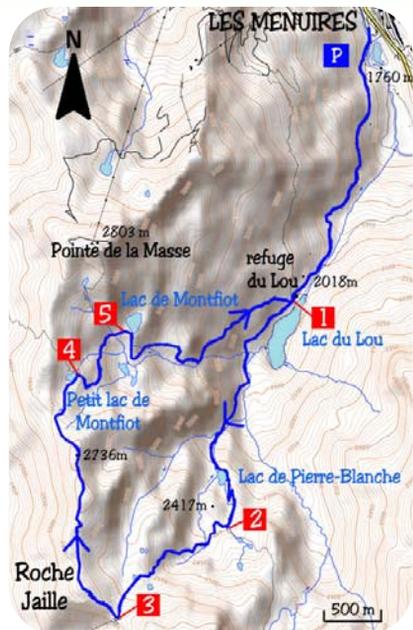


## Itinéraire :

Rejoindre le plan de l'eau et traverser le torrent de Pécelet par la passerelle. Prendre le sentier devant la statue de Paul le Bienheureux pour rejoindre le lac du Lou (1). Une fois au lac, passer devant le refuge du Lou et emprunter le sentier en direction du col de Pierre-Blanche. Tout d'abord en balcon au-dessus du lac, le sentier s'élève franchement pour rejoindre le lac de Pierre-Blanche. Au-dessus du lac, l'itinéraire se sépare en deux. Filer à droite (2) pour rejoindre le col de Pierre-Blanche, donné en 1h (3). Au niveau du col, la vue est admirable sur le massif des Ecrins, les Aiguilles d'Arves, le massif des Rousses et de Belledonne. Au col, remonter la crête vers le nord-ouest pour atteindre la Roche Jaille à 2689 mètres. D'imposants cairns indiquent la direction sur cette large crête. Le point culminant de la randonnée se situe un peu plus loin sur un gros amas rocheux à 2736 mètres qui se contourne par la gauche. D'autres sommets remarquables sont désormais visibles comme la Grande Casse et au loin, le Mont-Blanc.

Parking au plan de l'eau des Bruyères sur la droite en montant à Val Thorens

L'itinéraire rejoint tout d'abord le Petit lac de Montfiot (4) où on retrouve un sentier bien marqué au sol. Poursuivre la descente jusqu'au lac de Montfiot (5), puis jusqu'au lac du Lou (1). Enfin; il ne reste plus qu'à reprendre le même itinéraire en sens inverse, pour rejoindre le plan de l'eau des Bruyères.



## Équipement :

- Sac à dos ● Veste Polaire
- Crème solaire ● Carte
- Trousse de secours
- Lunettes de soleil

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.

[www.eskapad.info](http://www.eskapad.info)

Carte IGN 3532ET



CILAO

OUTDOOR

La performance, confort inclus

SACS A DOS & ACCESSOIRES

