

Le lac de la Patinoire



Accès : Depuis Albertville, prendre la N90 jusqu'à Moutiers. Là, continuer tout droit sur la D915 jusqu'à Bozel. Il ne reste plus que quelques kilomètres pour atteindre Pralognan-la-Vanoise. Le départ s'effectue depuis le centre du village.

Un lac qui reste longtemps gelé en surface et où les **bouquetins** prennent leur quartier d'été.

De Grenoble	132 km
De Lyon	200 km
De Valence	225 km
De Gap	233 km



Curiosité : www.cilao.com

L'épiaire du Monte Prada

Stachys pradica

Plus connue sous son nom vernaculaire la bétouine hérissée, l'épiaire se trouve dans les pelouses et les landes d'altitudes entre 1200 et 2700 mètres. Différente de sa voisine l'épiaire officinale, celle-ci possède une tige hérissée de longs poils. Ses feuilles crénelées sont très douces car laineuses et velues sur les deux faces contrairement aux autres épiaires. C'est une fleur qui se repère aisément grâce à sa couleur pourpre et vive.





Itinéraire :

Prendre le téléphique pour accéder au départ de l'itinéraire.

A la gare du Mont Bochor, rejoindre le restaurant d'altitude le Pachu. Entamer l'ascension vers le col Rosset en logeant le petit télési. Le sentier bifurque à gauche pour rejoindre le télési du Creux Noir. De fil en aiguille, on remonte ainsi jusqu'à l'arrivée du télésiège l'Ancolie, sur la partie haute du domaine skiable. Continuer la montée vers l'est pour rejoindre le premier belvédère sur la Grande Casse et les glaciers de la Vanoise. Le sentier pour atteindre le col peut paraître aérien, mais il est correctement sécurisé sur les courts passages délicats. Une fois au col Rosset (2545 mètres), profiter du sublime point de vue. Entamer la descente jusqu'au pied du Chalet des Gardes. De là, il ne reste plus que 20 minutes pour admirer le lac de la Patinoire. De retour au Chalet des Gardes,

Laissez votre véhicule dans le centre de Pralognan

emprunter le sentier à gauche pour redescendre jusqu'au lac des Vaches. Suivre le GR55 vers l'ouest jusqu'au refuge des Barmettes. Peu après le refuge, filer sur le sentier en balcon afin de reprendre le téléphérique pour un retour à Pralognan.



Carte IGN 3534 OT - © IGN 2018

Extrait carte IGN SCAN 25 ®

Copie et reproduction Interdite

Equipement :

- Sac à dos ● Veste Polaire
- Crème solaire ● Carte ● Chapeau
- 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.



La performance, confort inclus

SACS A DOS & ACCESSOIRES

