



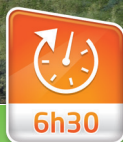
## Les lacs Merlet



Moyen



17,5 km



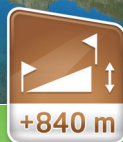
6h30



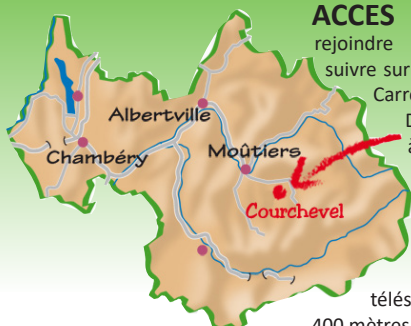
de juin  
à octobre



2450 m



+840 m



**ACCES** : Depuis Albertville, rejoindre Moutiers par la N90. Poursuivre sur la D915, puis au rond-point du Carrey, prendre à droite sur la D91a. Traverser le Praz, puis à l'entrée de Courchevel Moriond prendre à gauche au rond-point. Poursuivre alors toujours en montant jusqu'aux derniers chalets. Le départ de la randonnée se fait au niveau du télésiési des Granges environ 400 mètres avant le terminus de la route

|                |        |
|----------------|--------|
| Chambéry ..... | 99 km  |
| Annecy .....   | 93 km  |
| Grenoble ..... | 128 km |
| Lyon .....     | 215 km |

Les lacs Merlet sont situés au coeur de la **Vanoise**. La randonnée pour les découvrir est somptueuse



## L'hibernation de la Marmotte



A la fin de l'été, marmota marmota, s'affaire à préparer son terrier en prévision de l'hiver. La période d'hibernation de la marmotte dure environ 200 jours, entre mi-octobre et le printemps. La colonie passe donc plus de la moitié de l'année dans l'hibernaculum, son terrier d'hiver !

L'hibernation est très éprouvante pour l'animal. Sa température interne chute jusqu'à 5 ou 6°C, son rythme cardiaque et sa fréquence respiratoire diminuent de façon drastique, tout cela dans le but d'économiser les dépenses énergétiques durant les mois d'hiver.

Le métabolisme se résume à éviter que la température interne ne descende en-dessous de 5°C, ce qui serait fatal... Mais roulés en boule, serrés les uns contre les autres, les animaux

conservent plus facilement la chaleur.

Enfin, l'épais tapis de végétation accumulé dans le terrier contribue à limiter les déperditions de chaleur.

Contrairement à ce que l'on pourrait croire, les marmottes se réveillent en cours d'hibernation. Il faut bien aller au petit coin de temps en temps, tout de même !

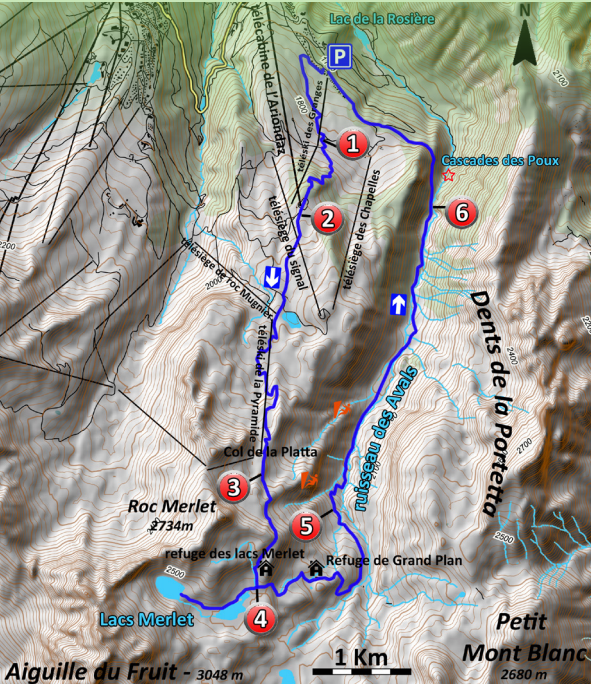




# Les lacs Merlet en VANOISE - SAVOIE

**ITINERAIRE :** Le départ de la randonnée se fait entre deux beaux chalets non loin du départ du téléski des Granges. Suivre une petite route goudronnée en mauvais été le long des chalets. Après 1,6 km prendre un petit chemin à gauche (1) juste après un virage à droite. Balisés de petits ronds oranges et de grosses marques rouges sur les rochers en direction de la forêt. Après la ruine, prendre le petit sentier à gauche avec des marques jaunes. Plus technique, il s'élève dans la forêt en direction du Mont Bel-Air que l'on atteint en 45'. Au niveau du chalet de l'Ariondaz, prendre la piste à 4\*4 quarante mètres à droite du tapis de ski couvert (tube) (2). L'itinéraire passe entre une retenue collinaire et le haut du télésiège du roc du Munier. Poursuivre alors sur un large chemin carrossable le long du téléski de la

Pyramide jusqu'à atteindre le col de la Platta. Peu après le col, filer sur le sentier supérieur (3) pour rejoindre le refuge des lacs Merlet en 25'. Une belle fontaine permet de se ravitailler en eau. En contrebas du refuge, (4) partir à droite pour atteindre le lac Merlet Supérieur 160 mètres plus haut. L'aiguille du Fruit domine les lieux. De retour au point (4), entamer la descente par le refuge de Grand Plan. Au niveau de la cave de Granval continuer tout droit face au Mont Blanc sur la piste carrossable. Ignorer à gauche le sentier de la Planche qui remonte au Mont Bel Air (5). La vallée des Avals est assez longue mais le cheminement est aisé. Après une vaste prairie veiller à ne pas descendre à droite vers le lac de la Rosière (6). Après une courte montée, filer en face dans la forêt pour rejoindre les premiers chalets de Courchevel et à quelques centaines de mètres le parking.



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.

