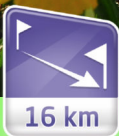


Le Grand Roc



Sportif



16 km



7h15



de mai à novembre



1804 m



+1380 m

Accès : Depuis Albertville, rejoindre Frontenex par la N90, la D990 puis la D201. Dans Frontenex, tourner à droite au feu tricolore. Suivre la direction de Cléry par la D64. Dans le village, tourner à gauche en direction du Raffort. Au hameau « Vers les Nants », tourner immédiatement à droite. Le parking avec une dizaine de places, est situé à 400 mètres en prenant encore une fois à droite.

Incredible itinéraire qui passe par deux cols et un sommet du massif des Bauges

De Chambéry	50 km
D'Annecy	42 km
De Grenoble	79 km
De Lyon	152 km



A savoir : Narcisse des Poètes

Narcissus poeticus

Cette plante vivace assez commune pousse à l'étage subalpin au printemps. Cette fleur blanche est fardée d'un liseré orangé en son centre. Trois à cinq feuilles enserrant la tige. La floraison des narcisses dure une quinzaine de jours et a lieu entre février et mai selon les variétés. Sur cette randonnée, c'est mi-mai que vous aurez le plus de chances de les apercevoir en grande quantité. Les narcisses sont peu exigeants sur la nature du sol et se plaisent dans les sols ordinaires, de préférence frais et riches.

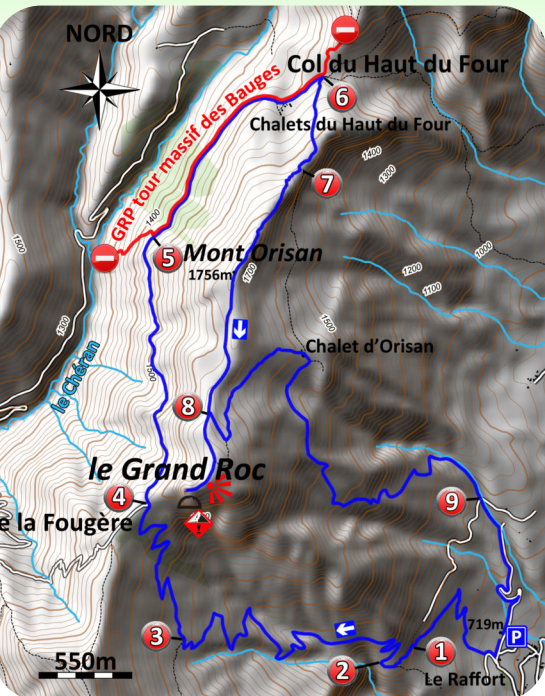




Itinéraire :

Débuter la randonnée en revenant sur vos pas sur 200 mètres et prendre le chemin à droite au niveau de la croix en fer forgé (panneau la Balme d'Orisan). Après seulement 70 mètres, l'ascension débute réellement par un petit sentier entre deux champs sur ses premiers mètres (balise rouge et jaune). Par la suite, le sentier progresse au cœur d'une belle forêt de hêtres où il n'est pas rare d'apercevoir des chevreuils. A la première intersection (1), ignorer le sentier à droite. Peu après, ignorer au niveau d'une épingle à cheveux (2), un sentier secondaire en face qui file vers le rocher de Taillé (marque rouge). Une belle grimpe reste nécessaire pour apercevoir enfin l'objectif du jour. A la sortie de la forêt, gagner les chalets de la Balme (1433 mètres) (3) où le Mont Blanc se dévoile enfin. Continuer la progression jusqu'au col de la Fougère 1685 mètres (4).

Poursuivre la randonnée en prenant vers le nord et en suivant la direction des chalets d'Orisan. Le sentier perd de l'altitude puis rentre à nouveau dans une forêt dans laquelle on rejoint le GR de pays du Massif des Bauges au niveau du panneau Le Monêté d'en Haut (1450 mètres) (5). Poursuivre à droite pour rejoindre les chalets du Haut Four, donné en 20 minutes. Le col éponyme est situé juste après ces chalets (6). Prendre alors une sente à droite qui remonte les crêtes, tout d'abord dans les prairies, puis en sous-bois et qui rejoint une intersection (7) puis le Mont d'Orisan à 1762 mètres. Poursuivre sur cette crête pour rejoindre enfin le Grand Roc à 1804 mètres et son splendide panorama. Pour le retour, revenir sur vos pas sur 400 mètres (8) et basculer hors sentier en versant sud pour rejoindre le chalet d'Orisan bien visible en contrebas. Là, prendre plein sud, sous la grange en direction du Raffort. Dans le deuxième bois, descendre le long de l'épaulé sur cinquante mètres environ avant de retrouver le sentier bien marqué et qui rejoint le vallon sur votre droite. Bien plus bas, couper la piste forestière et emprunter un petit sentier en sous-bois (9). Il rejoint une piste forestière qui vous ramènera au parking du Raffort en prenant à droite.



Carte IGN 3432 ET

Equipement :

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

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.

