

# Refuge du Saut



de mi-juin à mi-septembre

De Grenoble .....	130 km
De Lyon .....	203 km
De Chambéry .....	100 km
D'Annecy .....	96 km

Depuis Albertville, prendre la N90 jusqu'à Moutiers puis, continuer vers Brides les Bains: tourner à droite sur la D90 pour rejoindre Les Allues, puis, Méribel Mottaret.

Randonnée familiale avec nuit au refuge du Saut juste au dessous des lacs du Mont Coua.

## Accès :

Continuer tout en haut de la station pour se garer au parking du lac de la Tuéda.



**email:** [refugedusaut@nordnet.fr](mailto:refugedusaut@nordnet.fr)  
**Web:** [refuges-vanoise.com](http://refuges-vanoise.com)  
**Tel:** 0974776038  
**Ouverture:** 15 Juin au 15 Septembre  
**Coordonnées GPS** 45.3374184, 6.630209

Parking au lac de la Tuéda

## Jour 1 :



Depuis le parking (plan de la Ravet), rejoindre rapidement le lac de la Tuéda. Traverser, le long du Doron des Allues, le plan de la Tuéda. L'ascension débute par un large chemin qui traverse la réserve naturelle. Les marmottes ne sont jamais loin dans cette première partie d'ascension. Prendre le chemin en direction du refuge du Saut. Doubler le chalet du Fruit et continuer ainsi jusqu'à l'entrée du vallon du Fruit (1). Le sentier, assez plat, longe le doron des Allues sur sa rive gauche. Une dernière courte ascension permet de rejoindre un verrou glaciaire derrière lequel se niche le refuge du Saut.

## Jour 2 : trois randonnées possibles



## 1- Lac de Chanrouge

La première option, idéale pour les enfants, consiste à grimper au petit lac de Chanrouge. Pour cela, prendre le sentier sous le refuge en direction du col Rouge. Traverser le doron des Allues. Le sentier longe en suite le ruisseau Chanrouge et s'élève brusquement. A trois quart de la pente, surveillez un cairn qui signale un sentier plus étroit sur la droite. Il mène directement au lac de Chanrouge. **Pour le retour** prendre le même sentier jusqu'au refuge du Saut, puis emprunter en sens inverse l'itinéraire de la veille.



## 2 - Lac du Mont Coua

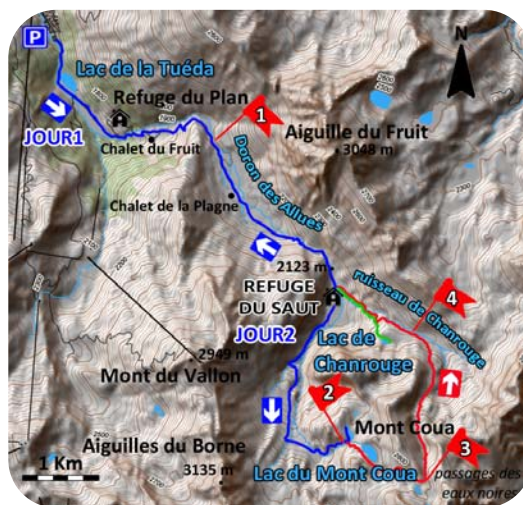


Il est possible de rejoindre des lacs sous le lac de Mont Coua. Prendre au-dessus du refuge le sentier en direction du col du Souffre. Traverser un premier torrent, puis plus haut le doron des Allues par une imposante passerelle en bois. Juste après, prendre le sentier à gauche. Seuls quelques cairns indiquent l'itinéraire. Assez plat au début, le sentier s'élève après le franchissement d'une deuxième passerelle, plus petite. Une cascade avec un petit lac agrémentent l'ascension jusqu'à atteindre deux nouveaux lacs où on aperçoit parfois des bouquetins. **Pour le retour, rejoindre** le refuge du Saut par le même sentier puis emprunter en sens inverse l'itinéraire de la veille.

## 3 - Le tour du Mont Coua



Rejoindre le point (2) (cf ci-dessus). Continuer de grimper à travers les dalles. Les cairns sont inexistants, mais l'itinéraire est intuitif et permet de rejoindre le lac du Mont Coua. Longer ses berges et rejoindre la partie amont du lac. Continuer de grimper au-dessus de celui-ci. Deux autres lacs sont à découvrir avant de rejoindre le passage des Eaux Noires (3). De là, redescendre plein nord dans une sorte d'entonnoir constitué de bloc de roches rouges. Tout en en bas, rejoindre le sentier du col rouge (4) pour gagner par la gauche le refuge du Saut puis emprunter en sens inverse l'itinéraire de la veille.



Carte IGN 3534 OT

L'éditeur, l'auteur ou le diffuseur ne sauraient être tenus pour responsables dans l'hypothèse d'un accident sur cet itinéraire, et ce, quelles qu'en soient les causes. Pour les secours composer le 112.

