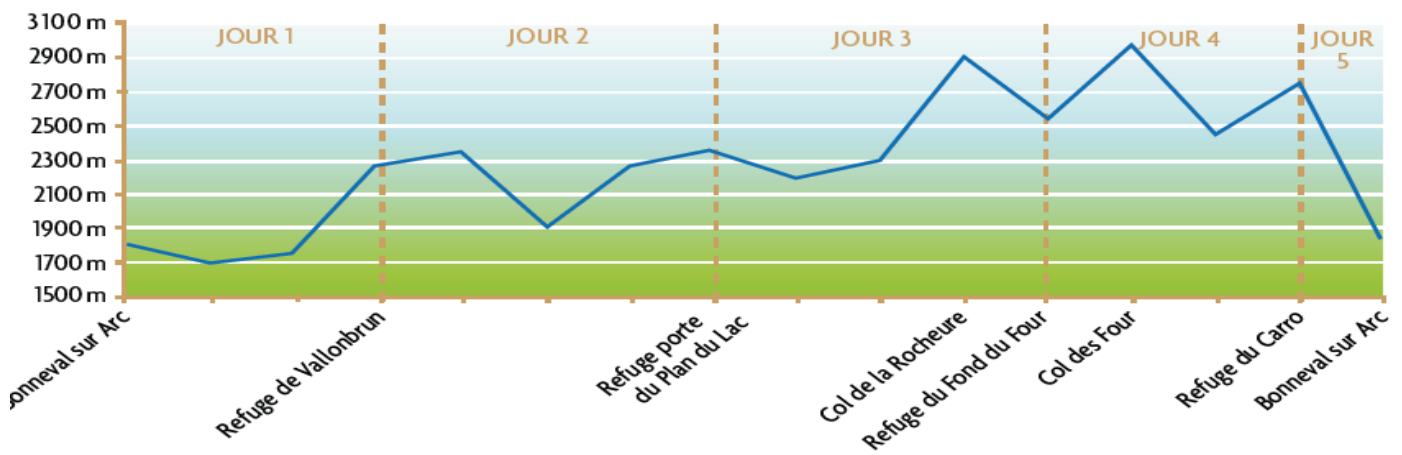
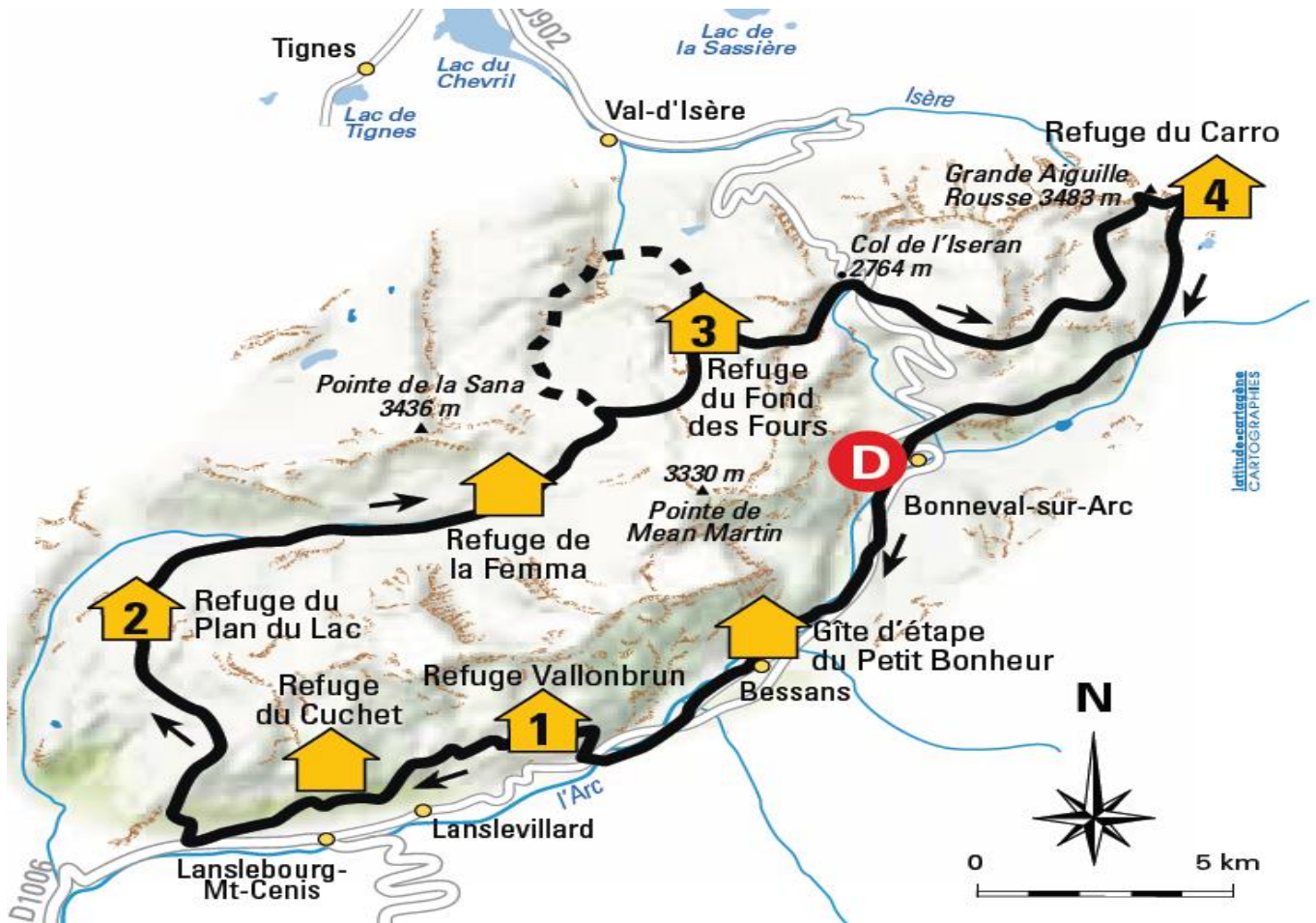


# COMPTE-RENDU TOUR EN VANDOISE JUILLET 2023





# Jour 1

## Lundi 10 juillet 2023



Lieu de départ :	Bonneval / Arc	Dénivelé positive :	+630 m
Lieu d'arrivée :	Ref. Vallonbrun	Dénivelé négative :	-130 m
Longueur :	16 km	Durée approximative :	5 h (hors pause)
Altitude départ :	1790 m	Altitude arrivée :	2272 m

Nous descendons le chemin bucolique du petit bonheur (GR5) qui longe l'Arc en rive droite. Nous passons par le Villaron puis par Bessans et le Collet de la Madeleine, avant une remontée vers le refuge de Vallonbrun.

Cette première étape en grande partie en fond de vallée constitue une excellente mise en jambe.

- Peintures rupestres du rocher du Château entre Bonneval-sur-Arc et Bessans.
- Habitat traditionnel « Hameau du Villaron ».

Après un trajet plus long que prévu en raison de bouchon dès 6h à Rive de Gier nous nous retrouvons à Bonneval sur Arc comme prévu, minibus et 3 voitures. Il fait déjà très chaud et une grosse déception attend tout le monde ...Hubert déclare forfait après son week-end à la pointe de l'Observatoire !

Nous démarrons donc à 14 sur le sentier du petit bonheur à 11h du matin.

La chaleur monte de km en km et particulièrement sur les 200 m de route goudronnée ! Difficile de trouver un coin d'ombre pour le pique-nique. Heureusement nous traversons le hameau du Villaron avec sa fontaine où nous trempions largement nos chapeaux et rafraîchissons l'eau de nos gourdes.







Il faut bien scruter la roche pour repérer les rennes des peintures rupestres en plein air du rocher du château, un panneau nous apprend que l'on a retrouvé des silex datant de 12 000 ans dans ce secteur !

Après une pause à l'ombre de ruines au collet de la Madeleine l'air se rafraîchit un peu et le paysage s'élargit sur les pâturages fleuris et les montagnes. Le refuge de Vallonbrun n'est plus loin. Après une bière bien méritée, une

installation dans des minibox en sous-sol bien frais une très belle surprise nous attend : le 1er concert de la « tournée des refuges » commence ici !

4 jeunes musiciens sont montés au refuge avec leurs instruments sur le dos (oui-oui le violoncelle de 20 kg aussi !!!) pour nous régaler d'un concert acoustique avec violon, guitares et balalaïka. Multi ethnique, leurs morceaux et chansons ont des airs de jazz manouche, de musique Klezmer ... on se régale véritablement malgré notre fatigue !



		<h2>Jour 2</h2> <h3>Mardi 11 juillet 2023</h3>			
Lieu de départ :	<b>Ref. Vallonbrun</b>	Dénivelé positive :	<b>+730 m</b>		
Lieu d'arrivée :	<b>Ref. plan du lac</b>	Dénivelé négative :	<b>-780 m</b>		
Longueur :	<b>18,6 km</b>	Durée approximative :	<b>6,5 h (hors pause)</b>		
Altitude départ :	<b>2272 m</b>	Altitude arrivée :	<b>2364 m</b>		
<p>Par le sentier balcon, nous rejoignons le Plan de la Cha et croisons le Refuge du Cuchet non gardé. En direction de Pré Vaillant, puis de la Turra de Termignon, le GR5 rejoint progressivement le parking de Bellecombe et puis le refuge. Étape en balcon avec une courte montée à la Tura de Termignon pour rejoindre le Plan du Lac.</p>					
<ul style="list-style-type: none"> <li> Panorama sur les glaciers de la Vanoise.</li> <li> Découverte du site de Plan du lac, à proximité du refuge.</li> </ul>					

### JOUR 2 : 11 juillet Anniversaire d'Yvan

Petit déjeuner copieux ! Nous partons à 8 heures sous le soleil. Nous traversons des prairies fleuries, des torrents bondissants, avec en fond le sifflement des marmottes aperçues de temps en temps.

La grande descente est suivie d'une rude montée heureusement bien ombragée de sapins. Le groupe se disloque, chacun essaie de trouver son rythme. Une infirmerie de campagne s'organise pour soigner les ampoules d'Yvan qui a bien du mal à gravir ce chemin. Grâce aux bons soins de Françoise et au soutien des copains, Yvan arrive au sommet ou nous sommes tous réunis pour une sieste réparatrice à l'ombre des rochers et de quelques arbres au sommet.

Ensuite, longeant un sentier en balcon bordé de rhododendrons, nous croisons quelques fermes d'alpages avec leurs troupeaux de Tarines qui tintinnabulent.

On retrouve la route de Bellecombe avec le parking de départ de nombreuses balades.

Après cette grande journée, nous arrivons au lac où la plupart d'entre nous ne résistent pas au plaisir d'une baignade. Malgré l'altitude de 2300 m, l'eau est d'une agréable fraîcheur et ce bain est salubre, nous nous délestons de la poussière et la fatigue du chemin avant d'arriver au refuge.

Confortablement installés, nous passons une bonne soirée au refuge avant l'arrivée de l'orage....

### PHOTOS



## Jour 3 Mercredi 12 juillet 2023



Lieu de départ :	Ref. plan du lac	Dénivelé positive :	
Lieu d'arrivée :	Ref. fd. des fours	Dénivelé négative :	
Longueur :	18 km	Durée approximative :	6h 15
Altitude départ :	2364 m	Altitude arrivée :	2537 m

Descente vers la Chapelle Saint-Barthélémy. Quittez le GR5 pour prendre à droite vers Plume Fine. Remontée du vallon de la Rocheuse vers le refuge de la Femma. Montée au col de la Rocheuse (2911 m). Descente vers le refuge du fond des fours. *Itinéraire alternatif : Descente vallée des Pissets jusqu'au Manchet, remontée au refuge (+1h30).*

- Traversée d'espaces minéraux d'altitude
- Découverte des alpages et des chapelles Saint-Barthélémy et Saint-Jacques

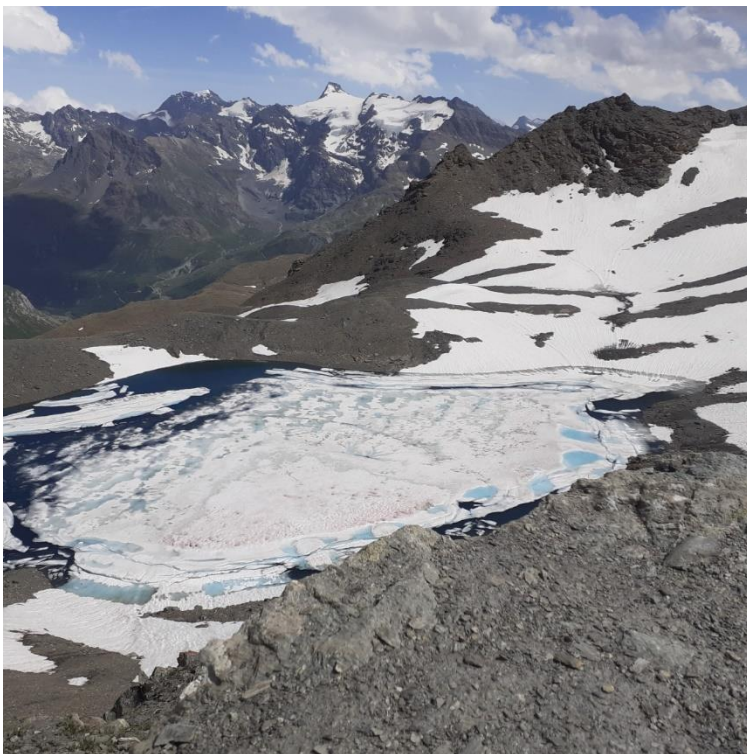
### JOUR 3 : Mercredi 12 Juillet 2023 : Une journée particulière

Lieu de départ : Refuge du plan du lac

Lieu d'arrivée : Refuge des Fours

Après une soirée orageuse et en prévision d'une météo laissant présager de nouvelles ondées, nous décidons de ne pas prendre de risques en modifiant le circuit de la randonnée initiale qui part du refuge du plan du lac, se poursuit en direction de Plume Fine, le vallon de la Rocheuse, le refuge de la Femma puis monte au col de la Rocheuse 2911 m pour descendre jusqu'au refuge des Fours.

Après avoir recueillis quelques renseignements auprès du refuge du Plan du lac, nous prenons une navette desservant le refuge jusqu'à Termignon La Vanoise (à 18 km de Modane par la route) à 1300 m d'altitude. Ce village tourné vers le tourisme, garde une activité agricole très prononcée.



Une navette peut nous emmener jusqu'à Bonneval sur Arc mais nous prenons la décision de faire appel à un taxi pour arriver à destination plus rapidement. Seul le conducteur du minibus ainsi que quelques autres personnes du groupe montent dans le taxi. En attendant le minibus conduit par Gabriel, nous nous installons à la terrasse d'un café, occupés à siroter une boisson et à discuter, pendant que le reste du groupe visite le village de Bonneval sur Arc.

Une fois tous réunis, nous nous rendons avec le véhicule à Pont de la neige à 2528 m d'altitude distancé de quelques kilomètres du village.

La randonnée commence en fin de matinée. Rapidement, nous grimpons sur le GR5 avec la présence du soleil et de la chaleur. Le chemin serpente longuement dans la forêt pour arriver sur un plateau. C'est ici, que nous partageons un pique-nique bien mérité.

La randonnée se poursuit, nous grimpons toujours, nous traversons des névés, passons devant l'ancien glacier de la Jave puis l'ancien glacier du Fond.

Nous admirons les lacs encore gelés aux couleurs turquoise légèrement rosés en bordures de quoi être en extase. Le plaisir des yeux rend la montée plus légère ; pas de chamois, pas de bouquetins, seules des marmottes pas très farouches nous accompagnent.

Nous arrivons au col des Fours à 2976 m d'où nous contemplons le lac et l'ensemble des vallées glaciaires. La photo de groupe s'impose pour immortaliser cet instant. Quatre d'entre nous décidons de gravir les cents mètres restants pour atteindre la Pointe des Fours à 3072 m pendant que le reste du groupe redescend tranquillement jusqu'au refuge des Fours.



Un gîte spartiate nous attend avec des douches et des lavabos proposant seulement de l'eau froide, de quoi nous tonifier pour la journée. Il n'y a pas d'électricité dans les dortoirs. Les matelas sont alignés les uns à côté des autres sur deux étages. Pas de confort mais tellement de réconfort dans ce site somptueux.

Cathy nous propose une séance de qui Kong pour nous recharger en énergie sur ce lieu merveilleux.

A la fin de cette journée pas comme les autres, nous sommes

récompensés par un délicieux repas composé d'une soupe un peu épicée et de lasagnes végétariennes.

L'orage, tant annoncé éclate seulement à 19 heures.

La soirée se prolonge par un trivial poursuite très animé comme l'orage, entraînant de longs fous rires.

Nous rejoignons les dortoirs à tâtons. L'orage terminé, la nuit a retrouvé son ciel étoilé et sa belle voie lactée.



## Jour 4 Jeudi 13 juillet 2023



Lieu de départ :	Ref. fd. des fours	Dénivelé positive :	989 m
Lieu d'arrivée :	Ref. du Carro	Dénivelé négative :	769 m
Longueur :	17 km	Durée approximative :	7h 15
Altitude départ :	2537 m	Altitude arrivée :	2759 m

Une grosse journée. Montée en direction du col des Fours (2976 m) Ascension facultative de la pointe des fours en aller/retour (D+/D- 96m) Descente en direction du Pont de la neige jusqu' à la route du col de l'Iseran. Puis descente par la route jusqu'au pont de l'Oulietta. Début d'un sentier balcon conduisant au refuge du Carro.

Sentier balcon offrant une vue extraordinaire sur les glaciers de la chaine frontalière, de l'Albaron aux Lévanna.

### JOUR 4 : Grosse étape 17 Kms D+1010 D- 755

Départ du fond des fours 2537 m 7h40 dans le brouillard. Ascension du col pour la 2ème fois.

Avant le départ "le maillon faible" : Yvan, se dope au Solupred, tricheur !!

Le temps joue à cache-cache, soleil vent, nuages.

Nous récupérons les voitures pour partir du parking du pont de l'Oulietta. Nous en profiterons pour alléger nos sacs des vêtements superflus et des poubelles.

Notre maillon faible qui souffre d'ampoules récupère les baskets de Serge. Plus de raison de se plaindre !!

Nous commençons la montée, le temps s'est dégagé, pas de bouquetin ni chamois mais qu'elle ne fut pas notre surprise Hubert qui semble arriver de nulle part. Joie et émotion partagées par le groupe. Viviane reste sans voix ...elle l'a même vouvoyé. «Vous êtes arrivé par où?» pensant s'adresser à un randonneur inconnu !

Beau temps...beaux paysages...et bonne ambiance.

Un sentier balcon nous conduit au refuge du Carro 2759m.Début du dîner avec un whisky offert par Gilles...et un digestif du Génépi offert par Hubert.

Nous arrosons l'anniversaire de Katrin. 21h40 nous allons nous coucher.

### PHOTOS



# Jour 5

## Vendredi 14 juillet 2023



Lieu de départ :	Ref. du Carro	Dénivelé positive :	0 m
Lieu d'arrivée :	Bonneval / Arc	Dénivelé négative :	-969 m
Longueur :	14 km	Durée approximative :	3h 30 (hors pause) <sup>2</sup>
Altitude départ :	2759 m	Altitude arrivée :	1790 m

Longue descente en direction du hameau de l'Écot, passant par les gorges en aval du Montet. A la Tuilière, croisez la piste conduisant à l'Écot, puis suivez le sentier jusqu'à Bonneval. Variante : il est possible d'étoffer cette dernière étape en privilégiant l'itinéraire passant par le Col des Pariotes et le sentier des sources de l'Arc : + 2h.

- 👁️ Découverte du hameau traditionnel de l'Écot où les constructions en pierre épousent le rocher.
- 👁️ Descente le long du canyon de l'Écot

### JOUR 5 : 14 juillet

Réveillés sous un grand soleil, nous prenons le temps d'une balade autour du refuge pour admirer les lacs glaciaires. Une dernière photo du groupe pour immortaliser ce séjour, et nous descendons en direction du hameau de l'Écot. Au travers de belles prairies fleuries. Nous croisons de nombreux randonneurs qui profitent de cette belle journée ensoleillée.

Arrivés au hameau, Hubert ramène en voiture les 2 chauffeurs qui récupéreront leurs véhicules au pont de la neige. Le reste du groupe visite ce hameau typique avec ses maisons en pierre et toits de lauze. On reprend le chemin du petit bonheur longeant l'Arc, très belle rivière à l'eau turquoise. On se retrouve à Bonneval et nous reprenons les voitures pour trouver un coin de pique-nique au bord de l'Arc. Avant de se séparer.

Katrin et Yvan nous offrent une glace pour fêter leurs anniversaires. Chacun repart de son côté, content d'avoir partagé cette belle semaine de rando. Fatigués mais ressourcés nous sommes prêts pour une prochaine aventure....

