

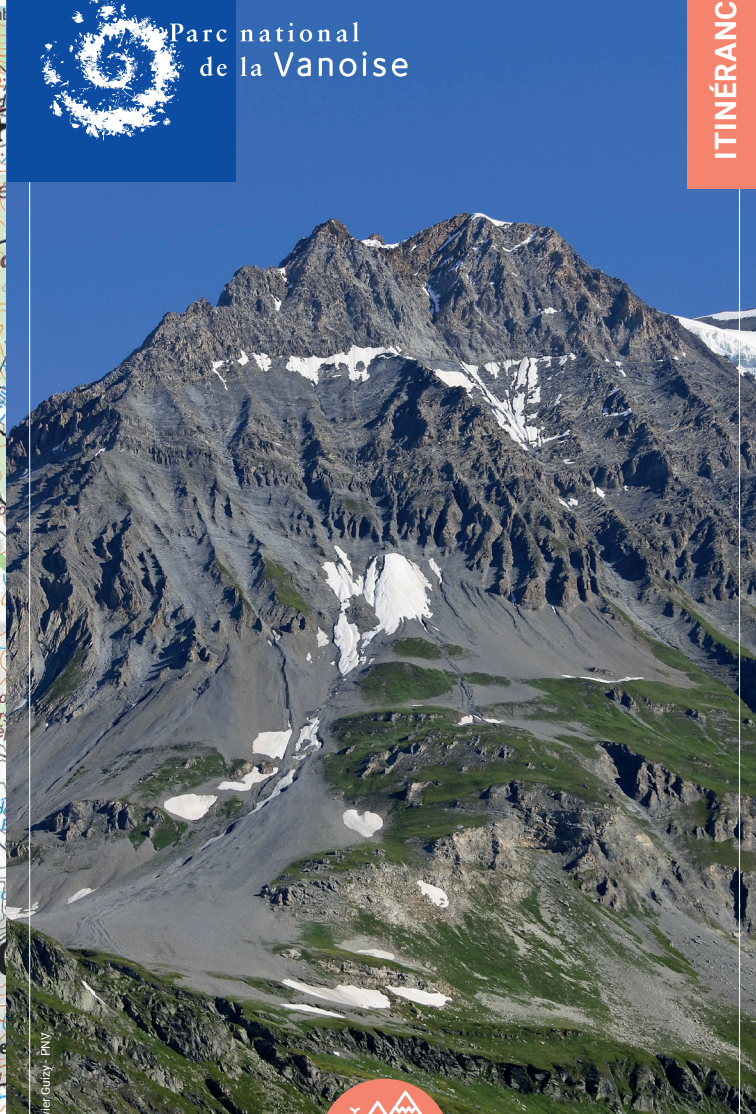
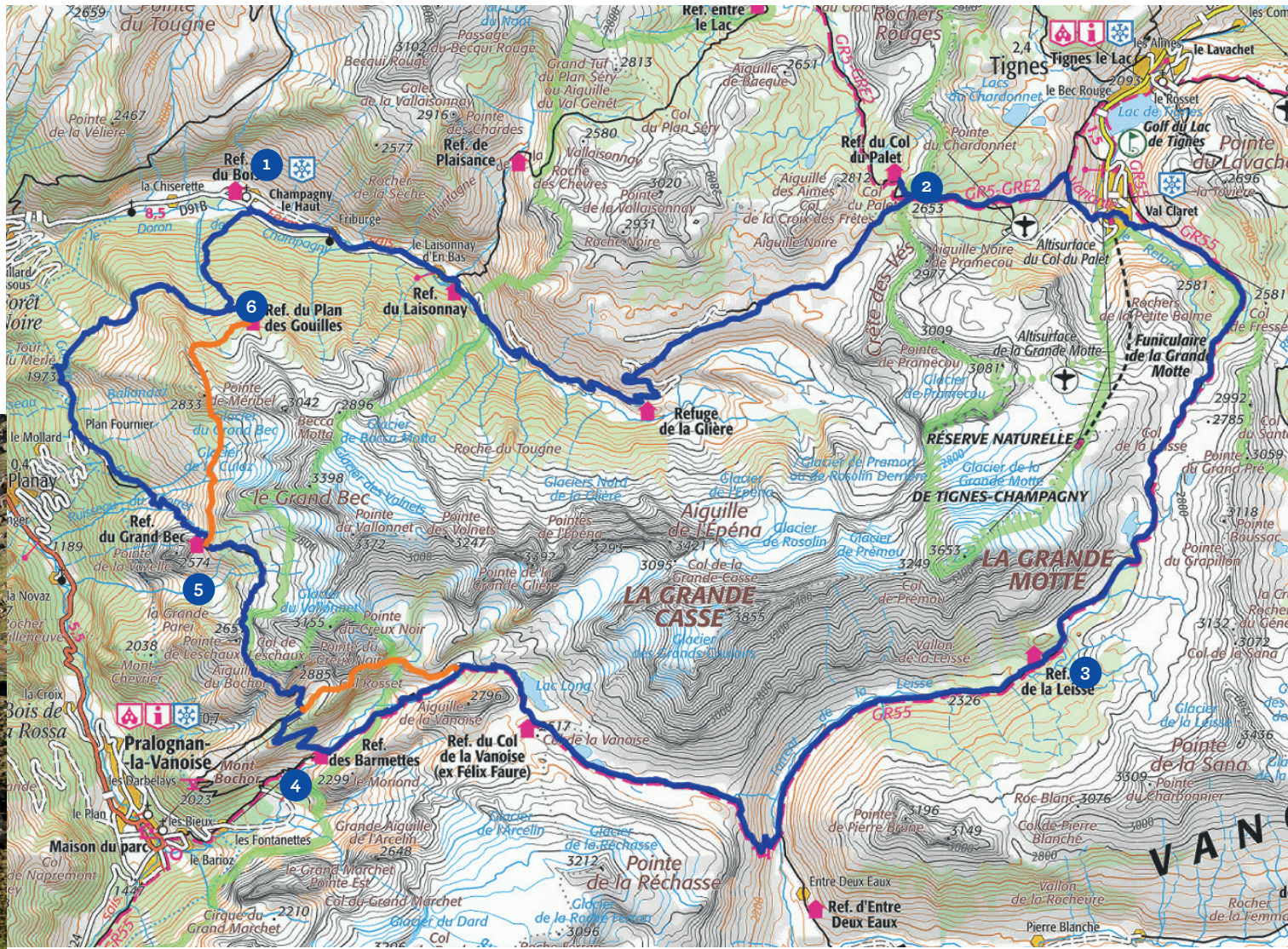
Variantes

Ce circuit peut être réalisé différemment, en changeant le point de départ. À titre d'exemples :

- Termignon (Bellecombe) → refuge du Col de la Vanoise → refuge du Grand Bec → refuge du Plan des Gouilles → refuge du Laisonnay → refuge du Col du Palet → refuge de la Leisse → Termignon.
- Tignes → refuge d'Entre deux Eaux → refuge des Barmettes → refuge du Grand Bec → refuge du Plan des Gouilles → refuge du Laisonnay → refuge du Col du Palet → Tignes.



Les trois chalets du refuge de la Leisse



En été, nos agents d'accueil vous renseignent dans les maisons et les points d'information du Parc.

Pour plus d'informations

→ vanoise-parcnational.fr



Tour de la Grande Casse

 Durée 5 à 6 jours	 Distance 62 km	 Dénivelé 4 000 m	 Difficulté Difficile
--	---	---	---

la haute Montagne à visage humain



Les étapes

Cette randonnée itinérante offre une grande diversité de paysages, entre prairies d'alpage, sentiers bucoliques, lacs d'altitude et crêtes escarpées. Les glaciers de la Grande Casse dominant le parcours et se révèlent sous toutes leurs facettes.

Étape 1

Du refuge du Bois au refuge du col du Palet

→ **Distance : 15 km**

→ **Dénivelé : D+ 1 200 m / D- 100 m**

→ **Durée : 5h**

Rejoignez le Laisonnay d'en bas puis suivez la piste en direction du refuge de la Glière. Au refuge, empruntez le sentier qui traverse la piste pastorale. Arrivé à l'alpage de la Plagne, 600 m après le chalet du Sel, empruntez le sentier qui part à droite, passe le col de la Croix des Frêtes et arrive au refuge du Col du Palet.

Points d'intérêt : plus grande aulnaie de France entre les sommets du Grand Bec et de l'Epéna, glacier suspendu de la face Nord de la Grande Casse, aigle royal, église baroque Saint-Sigismond à Champagny-en-Vanoise, vie pastorale aux Aimes (élevage de génisses), production de Beaufort aux chalets du Plan du Sel et lac du Grattaleu.

Étape 2

Du refuge du Col du Palet au refuge de la Leisse

→ **Distance : 13 km**

→ **Dénivelé : D+ 650 m / D- 800 m**

→ **Durée : 5h30**

Du refuge, rejoindre le col du Palet, descendre à Tignes Val Claret par le chalet de Lognan. Rejoignez ensuite le GR®55 qui vous emmène au col de la Leisse, avant de vous laisser glisser doucement vers le refuge éponyme.

Points d'intérêt : lac et plan des Nettes (ancien lac contenu par un petit barrage aujourd'hui déconstruit), lagopède alpin, fleurs d'altitude, paysage minéral (cargneules, gypses).

Étape 3

Du refuge de la Leisse au refuge des Barmettes

→ **Distance : 15 km**

→ **Dénivelé : D+ 450 / D- 950 m**

→ **Durée : 4h30**

Descendez le vallon de la Leisse jusqu'au pont de Croé Vie, puis restez sur le GR®55 et rejoignez le col de la Vanoise. Du col, redescendre vers Pralognan-la-Vanoise via le lac des Vaches jusqu'aux Barmettes.

Points d'intérêt : marmottes, « oeil de la Grande Casse » en rive droite du torrent de la Leisse, vie pastorale à Entre Deux Eaux, bouquetins et chamois en montant au col de la Vanoise, vestiges de la ligne Maginot, lacs, et vue sur le glacier de la Grande Casse (plus haut sommet de Savoie).

Étape 4

Du refuge des Barmettes au refuge du Grand Bec

→ **Distance : 6 km**

→ **Dénivelé : D+ 740 / D- 350 m**

→ **Durée : 4h**

Empruntez le sentier qui vous emmènera en haut des pistes de ski de Pralognan-la-Vanoise, puis rejoignez le refuge du Grand Bec via un passage aérien au col de Leschaux. Attention, ce sentier peut être enneigé en début de saison. Pour une variante encore plus alpine, remontez jusqu'au lac des Vaches, et rejoignez le col de Leschaux via le col Rosset et le col Noir.

Points d'intérêt : chamois, bouquetins, vue sur les glaciers de la Vanoise, moraines.

Variante : il est également possible de s'arrêter au refuge du Col de la Vanoise le jour 3 (petite étape) et d'enchaîner le jour 4 avec le passage aérien du col Rosset et du col Noir puis le col de Leschaux.

Étape 5

Du refuge du Grand Bec au refuge du plan des Gouilles

→ **Distance : 9 km**

→ **Dénivelé : D+ 800 / D- 900 m**

→ **Durée : 5h30**

Rejoignez la tour du Merle, puis traversez en balcon en direction des chalets de Méribel jusqu'au refuge du Plan des Gouilles.

Points d'intérêt : habitat du tétras-lyre, tour du Merle (quartzite blanc), vue sur la crête du mont Charvet et la dent du Villard.

Vous avez la possibilité de descendre à Champagny-en-Vanoise directement en passant par les Enclos du Seil et les gorges de la Pointille pour finir le tour en 5 jours.

Variante : attention, itinéraire non balisé et aérien pour randonneurs avertis : du refuge du Grand Bec, partir en direction de la pointe de Méribel et descendre au refuge via le passage de la Grande Marianne.

Étape 6

Du refuge du Plan des Gouilles au refuge du Bois

→ **Distance : 3 km**

→ **Dénivelé : D- 850 m**

→ **Durée : 2h**

Redescendez par le bois de la Taillette et arrivez à Champagny le Haut. Si vous êtes garé au Laisonnay d'en bas, rajoutez 45 minutes de marche pour rejoindre votre voiture.



Se préparer

- 1 Quand partir ?** La période recommandée s'étale de fin juin à septembre. Toutefois, bien se renseigner sur l'état d'enneigement des sentiers auprès des gardiens et des gardiennes de refuge avant de partir.
- 2 Équipement :** prenez de quoi vous protéger du soleil, du froid et de la pluie, des chaussures adaptées, de l'eau, une trousse de secours et de quoi vous orienter (carte au 1:25 000, boussole). Pensez à prendre votre boîte à pique-nique, certains gardiens vous proposeront de la remplir sur votre itinérance !
- 3 Hébergement :** pensez à réserver votre nuit en refuge ou votre emplacement de bivouac, via les sites web des refuges. Dans le cœur du Parc, la pratique du bivouac est autorisée en période estivale, sur réservation, et uniquement à proximité immédiate de certains refuges en période de gardiennage.
- 4 Réglementation :** itinéraire dans le cœur du Parc national et dans la Réserve naturelle nationale (RNN) de Tignes-Champagny. Consultez les réglementations spéciales. Pour que le partage de l'espace soit le plus harmonieux possible, chacun doit adopter un comportement respectueux.

Réglementation
dans le cœur du
Parc national

Réglementation
dans la RNN
de Tignes-
Champagny

Contact d'urgence

- Secours en montagne : composez le n°112



Cartes, vues 3D, traces GPX,
points d'intérêts, hébergements,
infos chiens de protection et accès sur
> rando.vanoise.com

Cet itinéraire de randonnée est proposé à titre indicatif. Les randonnées se font sous votre propre responsabilité. Les concepteurs du présent document déclinent toute responsabilité en cas d'accident.