



### Lundi 21 juillet

Tous les participants au séjour sont arrivés à bon port, pour le pique-nique prévu aux abords du chalet « Bon Air » notre habitation pour la semaine.

Laurie et Thierry, nos deux guides ont emmené tout le groupe, pour une randonnée, direction Notre-Dame des Vernettes : montée tranquille, dans une forêt dense et rafraichissante. Le site des Vernettes, à 1800 m d'altitude comprend un sanctuaire, une maison d'accueil, une chapelle oratoire près de la source bienfaitrice et un chemin de croix. La fontaine dite « miraculeuse » le serait-elle vraiment ??? Nous savons tous que Marcel a des problèmes aux mains. Il les a plongées dans la fontaine et.... elles ont retrouvé leur aspect « normal » Il était très content !

Laurie nous a expliqué son origine et ensuite, nous avons visité la chapelle où coïncidence, la gardienne des lieux est une connaissance de Fabienne. Nous avons profité de ses explications. L'intérieur de la chapelle est très coloré et très chargé. Elle est de style baroque.

Avec elle, nous avons partagé un bon moment de convivialité devant un verre de café ou de tisane. C'était inattendu et très sympa !

La descente un peu raide, à travers les alpages, nous a ramenés au chalet. Pour cette mise en jambes, nous avons fait 6 km et 350 m de dénivelé.

*Brigitte et Jocelyne*

## Mardi 22 juillet : le Beaufortain

La météo prévue étant très favorable, Laurie décide de faire la plus grande rando de la semaine, qui nous conduira, par le col de la Charbonnière (altitude 2494 m) dans le massif du Beaufortin.

Notre périple commence à la chapelle St-Guérin, puis nous suivons le sentier du vallon du Forand. Nous montons ensuite, au refuge de la Balme. Petite pause avant d'attaquer la première « vraie » montée jusqu'à un petit espace parfait pour le pique-nique, au bord d'un petit plan d'eau garni de linaigrettes et au pied du pierrier que nous franchirons après avoir pris des forces...

Tout en montant, nous avons observé la flore alpine : linaigrettes, gentianes pourpres et autres campanules.

Après le pique-nique, place aux choses sérieuses ! Nous attaquons la montée raide et caillouteuse du col de la Charbonnière, sous la majestueuse silhouette de la Pierra Menta (2714 m) énorme éperon monolithique (120 m de paroi verticale environ)

Aux  $\frac{3}{4}$  de l'ascension, rencontre avec le groupe de Thierry, qui fait la randonnée en sens inverse. Arrivés au col, Laurie nous fait la lecture de paysage : panorama extraordinaire avec notamment le Mont Pourri, la pointe de l'Aliet, le massif des Ecrins et tout au fond, la Meije.

Nous redescendons ensuite, tranquillement, à travers pâturages et forêts.

Ce fut vraiment, une très belle journée. 900 m de dénivelé+ et 15 km environ.

*Isabelle et Maryline*



Mercredi 23 juillet

Départ pour Vallandry, montée en télécabine jusqu'à la terrasse panoramique de Vallandry à 2130 m d'altitude, premier rendez-vous avec le Mont-Blanc. La rando passe par le col d'Entreporte à 2389 m, longue montée, en lacets au pied de l'Aiguille Rousse, belle et imposante falaise à 2488 m, avec une vue en contrebas de Notre-Dame des Vernettes (1805 m et 1<sup>er</sup> découverte de la semaine) nichée dans son écrin de verdure.

Après cette belle montée sinueuse et vertigineuse, petite pause au col avant de poursuivre pour l'ascension de l'Aiguille Grive (2732 m) Vue à 360° sur les sommets franco-suisses et italiens et plus près, sur la Pierra Menta découverte la veille.

Retour amorcé dans les pâturages pour retrouver le col d'Entreporte et faire le même sentier qu'à l'aller, en descente. Une différence cependant, le panorama est baigné par une lumière déclinante, l'Aiguille Rousse est transformée et les choucas tournoient autour de leurs nids !

Le groupe de Laurie, monté un peu plus haut avec la télécabine et avoir fait l'ascension de l'Aiguille Grive, est allé découvrir le lac Marlou et le lac des Moutons, la salle à manger du jour : une merveille ! cerise sur le gâteau : le Mont-Blanc est à portée de mains !

Même descente que le groupe de Thierry, par le col d'Entreporte. Il était temps, quelques gouttes de pluie les font « courir » aux télécabines !

*Mireille, Catherine, Marie-Pierre*



## Jeudi 24 juillet : petite rando le matin et am libre

Aujourd'hui le groupe « les très forts » et les « très très forts » marchent ensemble.

Départ à pied du gîte. Nous atteignons le pont Romano, et longeons la rivière « le Ponturin » par le GR5, sentier sinueux dans les bois, moment idéal pour écouter quelques leçons de botanique !

Avant l'arrivée au hameau des Esserts, notre lieu de pique-nique, nous traversons le torrent le « Nant Bénin » son cours principal et l'ensemble de ses affluents, 24,5 km au total, sont labellisés « site et rivières sauvages » Pique-nique très agréable avec soleil et vue magnifiques.

Chacun a disposé de son après-midi. Beaucoup sont allés à Bourg-st-Maurice pour faire des eplettes. Rendez-vous est donné à 18h45 pour un apéritif et fêter l'anniversaire de Dominique.

*Fabienne et Michel*



Vendredi 25 juillet : destination commune : village de Le Monal . Variante : lac du Clou (2396 m )

Le clou : 1 lac - 1 barrage - 1 hameau abandonné - 1 torrent

Départ à 9h30 de Sainte-Foy en Tarentaise, station 1550 m d'altitude. Traversée du joli hameau « Bon conseil » aux chalets harmonieux . Ces derniers, construits en 1990 sont, pour la plupart, la propriété de Britanniques. Nous empruntons un sentier montant à travers forêts de mélèzes et autres résineux, sous le soleil.

Nous sommes dans la zone tampon du PNN de la Vanoise mais dans le massif des Alpes Grées.

A l'entrée du hameau de L'Echaillon, nous admirons les alpages à l'altitude de 1880 m. Nous longeons le torrent « le Clou » qui serpente à travers pierres et verdure.

A l'entrée du village « Le Monal », nous voyons un troupeau de vaches tarines, la chapelle Saint-Clair, les anciens chalets, le petit pont qui enjambe le torrent, c'est un paysage de carte postale !

Le Monal est un village classé. Il reflète l'habitat et le mode de vie savoyard des temps passés. Autrefois, les paysans et leurs troupeaux vivaient l'hiver dans la vallée, Vallandry, Peisey etc..

Dès la fonte des neiges, ils montaient à « la montagnette » c'est-à-dire, au village de Le Monal avec épouse et enfants et le curé qui enseignait alors, l'école aux petits. Un peu plus tard, dans l'été, les hommes seuls montaient encore plus haut, rejoignant les alpages avec les troupeaux. Ils redescendaient à Le Monal, aux premiers froids puis, encore plus tard, tous hommes et bêtes retrouvaient leur village dans la vallée.

Le groupe de Laurie s'arrête sur un promontoire dominant Le Monal, pour le pique-nique. Le ciel étant menaçant, pas de prolongation.

Le groupe de Thierry poursuit son ascension par un sentier empierré et sous couvert boisé, jusqu'au « Plan » où se trouvent 1 barrage et 4 maisons abandonnées. C'est l'ancien village du « Clou » Il n'y a plus d'arbres et on peut voir les glaciers, un peu dans les nuages.

Nous grimpons encore les derniers 200 m pour arriver au lac du Clou, altitude 2396 m.

Il est 13h, il fait soleil, c'est le moment de déjeuner. Après une pause d'une heure, le ciel s'assombrit, il est donc temps de redescendre, par le même chemin.

Sur le chemin, 3 marmottes se montrent. Passage sur le site de l'ancienne chapelle St-Jacques.

Nous descendons à un bon rythme car les premières gouttes se font sentir. Fausse alerte .... Alors, certains prennent le temps d'effectuer quelques achats à la chèvrerie de Le Monal.

A 16h30, après 14,4 km et 900 m de dénivelé, nous retrouvons les voitures, heureux de cette randonnée bucolique et alpestre.

*Sylvie et Serge*

## Samedi 26 juillet : Vallée de Rosuel et lac de Plagne

Malgré une météo pessimiste, ce sixième jour de randonnée est le sixième jour sans pluie.

Nous partons à 9h, du fond de la vallée de Nancroix, au refuge de Rosuel (1550 m) l'un des 16 refuges du parc de la Vanoise. L'objectif de la journée est le lac de la Plagne et le refuge « d'Entre le Lac » (2150 m) dominés par le « Mont-Blanc de Peisey » (2866 m)

Le cheminement emprunte le GR5 et débute par un sentier botanique, apprécié des amatrices !!

Le sentier s'élève en offrant des vues sur de superbes cascades. Des observateurs avisés remarquent une prise d'eau au pied d'une cascade. A la lecture de la carte, il s'avère que cette dernière participe à l'alimentation du lac de Tigne, via une conduite souterraine d'environ 9 km.

Après cette forte montée, le sentier débouche à 2050 m, sur une vallée glaciaire, occupée par le Ponturin et ses méandres, à la végétation verdoyante. Le sentier se poursuit en pente douce, le long du Ponturin et nous amène au lac de la Plagne et au refuge d'Entre-le-Lac. Compte-tenu d'une température en baisse et du brouillard, nous demandons au gardien du refuge, d'utiliser la salle hors-sac pour pique-niquer, ce qui permet d'améliorer l'ordinaire, avec une bière ou des crêpes pour les plus gourmandes.

Le retour se fait par l'autre rive du lac, en passant par la perte du Ponturin, qui resurgit quelques dizaines de mètres plus bas.

Cette belle rando nous a permis de voir quelques marmottes et d'apprendre que le Parc National de la Vanoise compte 1700 espèces végétales, représentant 1/3 des espèces végétales recensées en France.

Nous avons parcouru 14 km avec 700 m de dénivelé.

La variante du groupe de Thierry, est partie dans l'autre sens, en passant par Beaupraz, pour gravir le Carro et atteindre les chalets de la Loyes, en traversant 21 nants (torrents) dont seulement 3 avec un pont ! La variante se termine au lac de la Plagne et le retour est le même pour les 2 groupes.

Aux environs du Carro, un bouquet d'edelweis a attiré notre œil, ainsi que le vol d'un couple de gypaètes barbus, chahuté par un vautour.

Au final, 16 km et 900 m de dénivelé.

*Christian, Daniel P. Daniel R. Dominique, Claude*

## Dimanche 27 juillet : cascade de Rosuel

Les valises sont chargées dans les voitures. Départ à 9h pour une petite balade, même parking que la veille : le fond de la vallée de Rosuel et sa cascade. Une petite difficulté, la traversée du torrent le Ponturin (toujours lui) mais, nous sommes agiles !!! pas de glissade, pas de pieds dans l'eau. Petite montée comme nous aimons, jusqu'au pied de la cascade et retour par l'autre rive du Ponturin et au bout du sentier, il y a un pont !

Pique-nique dans un endroit bucolique, les pieds dans l'eau pour certains.

Le moment est venu de faire une dernière photo de groupe pour immortaliser cette semaine enchantée, de remercier nos guides Laurie et Thierry, de se souhaiter bon retour et de prendre RV pour 2026, pour un nouveau séjour montagne.

Cette semaine a été pleinement réussie : météo clémente, paysages magnifiques, bon hébergement et table bien garnie mais surtout très bon accompagnement de Laurie et Thierry, très bon choix de randos. Votre bonne humeur, votre sens de l'entraide ont fait que nous avons partagé de très bons moments dont nous parlerons longtemps, en foulant les sentiers jurassiens.

Le Gpl est toujours sur les chemins ! A bientôt

Très amicalement

*Rolande Musitelli, présidente.*



Coucher de soleil – photo prise par Annie S. depuis sa chambre