GUIDE DES BALADES - HIVER 2021

# Maurienne Galibier

Orelle - Saint-Martin-d'Arc - Saint-Martin-la-Porte
Saint-Michel-de-Maurienne - Valmeinier - Valloire

COMMUNAUTÉ DE COMMUNES
MAURIENNE GALIBIER

14 balades commentées

## Règles de sécurité

> Vous empruntez ces parcours **sous votre propre responsabilité.** Choisissez un itinéraire adapté à votre capacité physique et technique. En cas de doutes, privilégiez les sorties encadrées par des professionnels.
> **Renseignez-vous sur les conditions météorologiques** avant de partir. En cas de mauvais temps, reportez votre sortie.
> Assurez-vous d'être **correctement équipés** pour pratiquer la randonnée hivernale en toute sécurité et **faire face aux aléas climatiques**. Selon les conditions d'enneigement, **l'usage de raquettes à neige** peut être requis.
> **Prévenez quelqu'un** si vous partez seul et privilégiez un départ le matin pour ne pas vous laisser **surprendre par la nuit**.

## Risque d'avalanche

> La stabilité du manteau neigeux est très variable, **renseignez vous sur le risque d'avalanches** et respectez les consignes de sécurité.
> https://meteofrance.com/meteo-montagne

## Recommandations

> Restez sur les itinéraires balisés.
> Ne laissez aucun déchet sur place.
> Restez discrets : nous ne sommes pas les seuls à fréquenter les chemins.
> Si la réglementation du site autorise la présence de votre chien, tenez-le en laisse.

## Numéros utiles

> Secours : 112
> Météo des neiges : 08 99 71 02 73

# A LE CIRCUIT DE MONTAUBAN

**BOUCLE**
**DISTANCE :** 1,7 KM
**DURÉE :** 0 H 30
**DÉNIVELÉ :** 160 M
**DIFFICULTÉ :** FACILE

**SITUATION - ACCÈS**
Saint-Martin-d'Arc / Les Petites Seignères

**PARCOURS**
Départ Les Petites Seignères. Face au gîte, prendre à gauche en direction des Vergettes. À cette intersection, continuer sur la piste et rejoindre Ratut, puis Croix de Montauban par un sentier. De là, prendre à droite direction Croix de Chamberot puis Les Petites Seignières. Aux Vergettes, de retour sur la piste, revenir par le même itinéraire qu'à l'aller.

**A DÉCOUVRIR**
- La Croix de Montauban et de Chamberot.
- Le point de vue à la Croix de Montauban.

# B SUR LE POINGT

**BOUCLE**
**DISTANCE :** 1,7 KM
**DURÉE :** 0 H 30
**DÉNIVELÉ :** 45 M
**DIFFICULTÉ :** FACILE

**SITUATION - ACCÈS**
Saint-Martin-la-Porte / La Porte

**PARCOURS**
Départ La Porte - parking, depuis l'aire de stationnement gravillonnée Sous le Village, prendre le sentier au fond du parking, pour rejoindre Sur le Poingt. De là, continuer au sud pour boucler et revenir par le nord-est.

**A DÉCOUVRIR**
- Le site des pelouses sèches du Pas du Roc, espace naturel remarquable.
- Les points de vue, attention à ne pas trop s'approcher du bord, sur le versant ouest, présence de falaises.

# C SOUS LA ROCHE

**BOUCLE**
**DISTANCE :** 1,8 KM
**DURÉE :** 0 H 45
**DÉNIVELÉ :** 130 M
**DIFFICULTÉ :** FACILE

**SITUATION - ACCÈS**
Saint-Martin-la-Porte / Eglise

**PARCOURS**
Départ de l'Église, prendre la route en direction du cimetière puis du site d'escalade Sous la Roche. De là prendre la piste à gauche qui mène à l'autre site d'escalade. Arrivé à ce site, prendre à gauche le sentier qui revient en direction de La Grand Gerce, puis Saint-Martin-la-Porte.

**A DÉCOUVRIR**
- L'église de Saint-Martin-de-la-Porte.
- Le site d'escalade.
- La Grande Gerce, grande ravine au pied de la montagne du Bec de l'Aigle.

# D LA CHAPELLE DE BON SECOURS

**BOUCLE**
**DISTANCE :** 3 KM
**DURÉE :** 1 H 15
**DÉNIVELÉ :** 220 M
**DIFFICULTÉ :** FACILE

**SITUATION - ACCÈS**
Saint-Martin-la-Porte / La Porte

**PARCOURS**
Départ La Porte - parking, monter au bout du parking et tourner à gauche. Suivre les directions Chapelle de Bon Secours, La Villette. À la sortie du hameau, traverser la D219 et continuer sur le sentier. Arrivé à la Chapelle de Bon Secours, prendre à droite direction La Villette. Traverser à nouveau deux fois la D219 et continuer toujours en direction de La Villette. Au centre village, prendre à gauche et passer devant la Chapelle. Suivre la direction de Mollard Durand, en passant par La Vignette. À Mollard Durand, suivre Chapelle de Bon Secours. De retour à la chapelle, revenir au point de départ par le même itinéraire.

# E LA TRAVERSAZ - LE THYL DESSOUS

**BOUCLE**
**DISTANCE :** 4,3 KM
**DURÉE :** 1 H 45
**DÉNIVELÉ :** 235 M
**DIFFICULTÉ :** FACILE

## SITUATION - ACCÈS

Saint-Michel-de-Maurienne / La Traversaz

## PARCOURS

Descendre dans le hameau. Au niveau de la chapelle, prendre à gauche et continuer tout droit. À la sortie du village, prendre le sentier qui part à droite en contrebas de la route. Traverser à nouveau la route et arriver jusqu'à Côte Ribout. Prendre alors à gauche la route et aux Ravoires, continuer tout droit sur la route pour rejoindre Le Thyl Dessous. De là, traverser le hameau et monter en direction du Thyl. Arrivé au parking du Thyl, poursuivre sur la route qui descend, sur environ 400m puis prendre le sentier qui part à droite. Passer à proximité d'une croix, puis d'un oratoire. Poursuivre sur le sentier jusqu'à retrouver La Traversaz.

## A DÉCOUVRIR

- La chapelle Saint Georges à La Traversaz.
- Le point de vue sur le Fort du Télégraphe et les Aiguilles d'Arves.
- La pierre gravée.
- L'église de Thyl.

# F BOUCLE DE SAINTE ANNE

**BOUCLE**
**DISTANCE :** 4,3 KM
**DURÉE :** 1 H 45
**DÉNIVELÉ :** 290 M
**DIFFICULTÉ :** MOYEN

## SITUATION - ACCÈS

Saint-Michel-de-Maurienne / Mairie

## PARCOURS

Départ Saint-Michel-de-Maurienne - Mairie et rejoindre Rue Beauregard. Continuer sur la route, contourner les derniers immeubles puis prendre le sentier à droite direction Le Noiray. Prendre à droite direction La Buffaz. Arrivé sur la route, continuer sur environ 400m jusqu'à une croix à Crêt Lazare. Descendre sur le sentier en contrebas, direction Saint Anne en passant par Les Vignes. À la Chapelle, descendre pour rejoindre la petite route et suivre à droite Saint-Michel-de-Maurienne par une route puis chemin en balcon.

## A DÉCOUVRIR

- La chapelle Saint Anne.
- La Tour Ronde.
- Le vieux village de Saint-Michel-de-Maurienne.

# G LE TOUR DES VILLAGES

**BOUCLE**
**DISTANCE :** 8,8 KM
**DURÉE :** 3 H 30
**DÉNIVELÉ :** + 500 M
**DIFFICULTÉ :** MOYEN

**SITUATION - ACCÈS**
Orelle / Francoz - Télécabine

**PARCOURS**
Départ Francoz-Parking de la télécabine, emprunter le cheminement piéton direction l'Office de Tourisme. Devant l'office, prendre à droite sous la télécabine jusqu'au pont. Le traverser et monter à gauche en longeant le ruisseau sur une petite route. Traverser à 3 reprises la route en lacets et suivre le sentier en direction du Teppey. À la chapelle, prendre à droite et suivre direction La Fusine, Dessus les Provencières. Tourner à gauche et longer à droite la route sur 100 m. Suivre le sentier situé au niveau du virage et rejoindre Dessus les Provencières puis La Fusine par la route. De là, prendre direction Orelette. À La Cochonnière, continuer toujours en direction d'Orelette. Au prochain carrefour, prendre à gauche sur la piste, puis tout de suite à droite, toujours sur une piste en direction d'Orelette. Arrivé au hameau, prendre à gauche et descendre vers la chapelle. De là, continuer à gauche sur la route sur 200 m. Après l'oratoire, prendre le petit sentier qui part en contrebas de la route, à droite, direction Orelle. Plus loin, traverser la route et continuer sur le sentier. Au prochain carrefour, à Dessus Orelle, continuer tout droit à descendre vers le village. À Orelle, prendre à gauche, passer devant l'église, continuer sur la route sur 100 m et prendre à gauche direction La Fusine / Le Teppey au carrefour routier. Au niveau de La Casse, prendre à droite en contrebas de la route, le sentier direction Francoz. Rejoindre le point de départ.

# H BONVILLARD - LES CHAMPS

**ALLER-RETOUR**
**DISTANCE :** 5,1 KM
**DURÉE :** 1 H 45
**DÉNIVELÉ :** 170 M
**DIFFICULTÉ :** FACILE

**SITUATION - ACCÈS**
Orelle / Bonvillard

**PARCOURS**
Départ Bonvillard. Depuis l'Église, sortir du village et se diriger sur la route direction l'est, sur environ 400 m. A la sortie du village, continuer sur la route à droite, jusqu'à la prochaine intersection. De là, dans le virage, prendre le chemin à gauche direction Les Champs/Site d'escalade. Suivre cet itinéraire sur environ 2 km pour arriver aux Champs. De ce point, revenir par le même itinéraire.

**A DÉCOUVRIR**
- L'église de Bonvillard.
- Les hameaux Les Champs et Bonvillard.
- Le site d'escalade.

# I LE CHALET DES SOURCES

**ALLER-RETOUR**
**DISTANCE :** 5,3 KM
**DURÉE :** 2 H 00
**DÉNIVELÉ :** 170 M
**DIFFICULTÉ :** FACILE

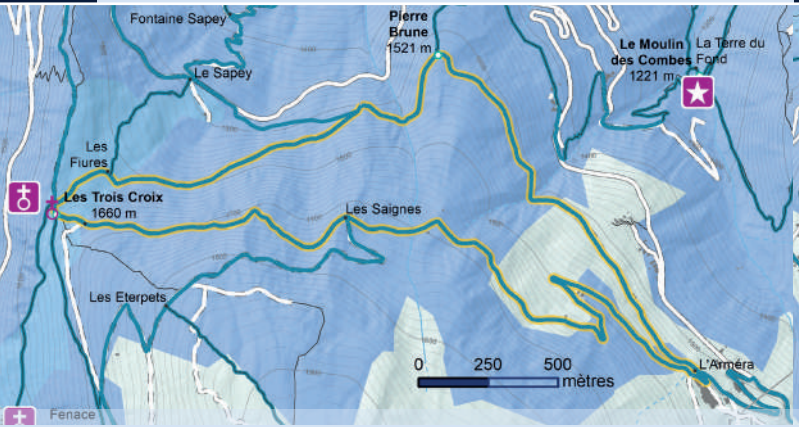
**SITUATION - ACCÈS**
Valmeinier / Grange Bernard

**PARCOURS**
Partir du garage des dameuses à Grange Bernard, suivre le sentier damé pendant 300 mètres. A la Croix des Déserts, suivre à gauche vers le parking de la Chenalette pendant 700 mètres jusqu'à l'intersection des 3 pistes de ski. Traverser tout droit en direction du parking de la Chenalette (700 mètres). Monter le chemin jusqu'à l'Ordière et continuer tout droit jusqu'au chalet La Source (1 km). Prendre le même chemin pour le retour.

**A DÉCOUVRIR**
- Zone Natura 2000
- Vallée de la Neuvache

# J LES TROIS CROIX

**BOUCLE** **DURÉE :** 2 H 30 **DIFFICULTÉ :**
**DISTANCE :** 6,7 KM **DÉNIVELÉ :** 240 M MOYEN



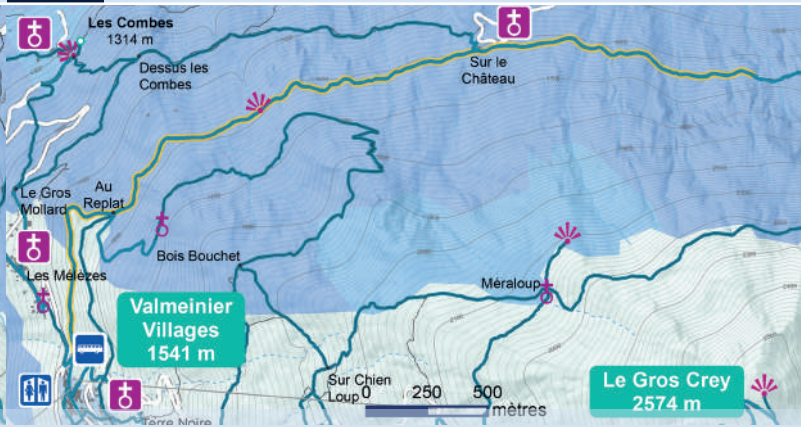

**SITUATION - ACCÈS**
Valmeinier / Villages - Arméra

**PARCOURS**
Départ l'Arméra, prendre sur votre droite la route privée qui monte sur 100m, puis continuer tout droit sur la piste forestière. La piste forestière descend en zones d'éclaircies puis s'élève ensuite dans une forêt plus dense pour atteindre Pierre Brune. Le chemin s'élève de façon plus prononcée avant d'arriver aux Trois Croix. Repartir face à la table d'orientation vers Les Saignes et rejoindre le point de départ par la piste forestière.

**A DÉCOUVRIR**
- Le point de vue des Trois Croix.
- Les points de vue sur le fort et le col du Télégraphe

# K PISTE DU CHÂTEAU

**ALLER-RETOUR** **DURÉE :** 2 H 30 **DIFFICULTÉ :**
**DISTANCE :** 8 KM **DÉNIVELÉ :** 170 M MOYEN




**SITUATION - ACCÈS**
Valmeinier / Villages - Plan Perrine

**PARCOURS**
Emprunter la piste forestière qui démarre au bout du parking. Poursuivre sur cette piste jusqu'à la barrière « risque d'avalanche » située environ 4kms après le départ. Faire demi-tour à cet endroit et revenir sur ses pas jusqu'à Plan Perrine.

**A DÉCOUVRIR**
- L'ambiance forestière tout au long de la piste.
- Les points de vue sur la vallée de l'Arc.

**Attention ne pas dépasser la barrière (la piste continue sur un couloir d'avalanche).**

# L LES TROIS CROIX

**BOUCLE**
**DISTANCE :** 11,7 KM
**DURÉE :** 4 H 00
**DÉNIVELÉ :** 380 M
**DIFFICULTÉ :** MOYEN

## SITUATION - ACCÈS

Valloire / Centre

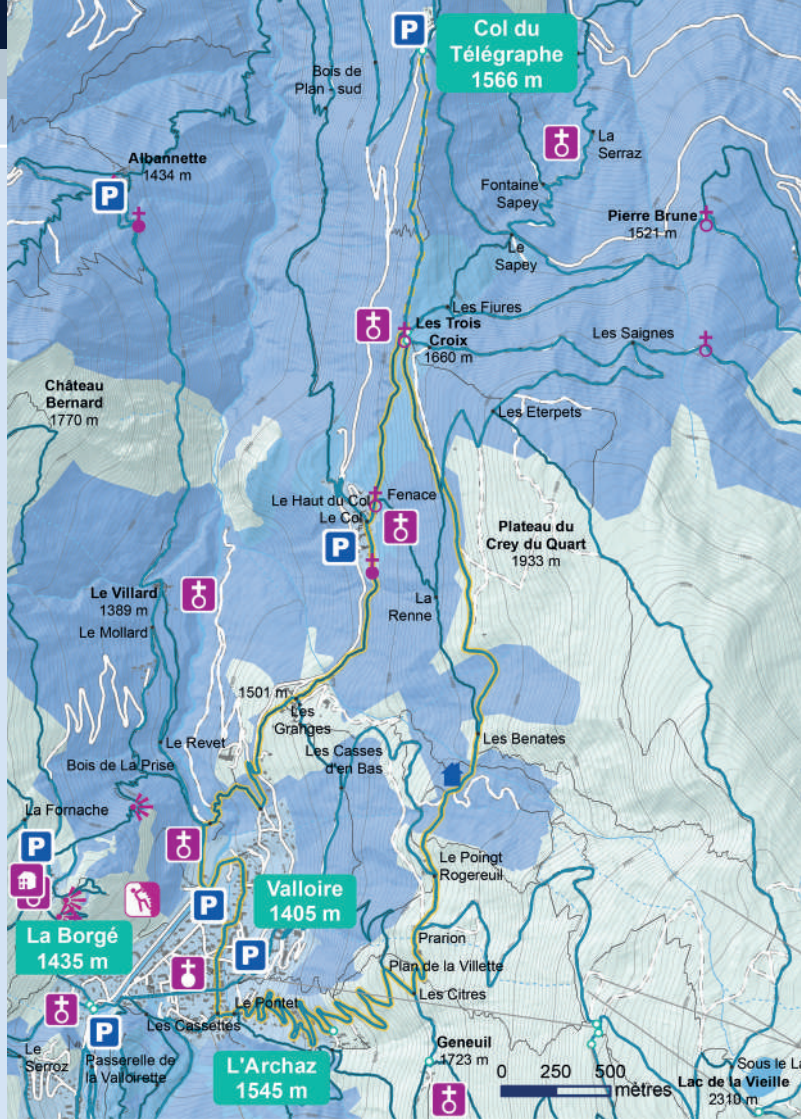
## PARCOURS

Départ de Valloire, remonter par la route jusqu'à l'Archaz puis poursuivre sur la piste en direction du Plan de la Villette. Après Plan de la Villette, prendre la piste à gauche et continuer tout droit jusqu'aux Trois Croix. De là, aller-retour possible au col du Télégraphe. Prendre ensuite le sentier en direction du Col. Suivre alors la direction Valloire village jusqu'au point de départ.

**Attention, le passage entre les Trois Croix et le Col est une zone à avalancheuse. Contacter la météo des neiges ou l'Office de Tourisme avant de s'engager. Raquettes indispensables.**

## A DÉCOUVRIR

- Le village de Valloire.
- Le point de vue des Trois Croix.
- La chapelle du Col.



# M LE PARCOURS VITA-VITTEL

**BOUCLE**
**DISTANCE :** 5 KM
**DURÉE :** 2 H 00
**DÉNIVELÉ :** 160 M
**DIFFICULTÉ :** FACILE

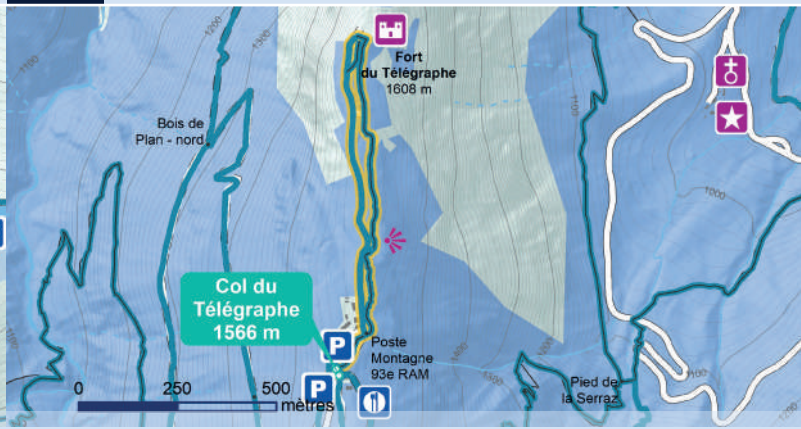
**SITUATION - ACCÈS**
Valloire / La Borgé

**PARCOURS**
Départ du parking de la Borgé. Prendre la direction des Verneys. Une passerelle sur la gauche est le point de départ du parcours boisé de Vita-Vittel. Dépasser l'ancien centre équestre et continuer tout droit pour arriver au télésiège des Verneys. Au retour, possibilité de passer par les hameaux de la Ruaz, des Clots et du Moulin Benjamin pour rentrer sur Valloire.

**A DÉCOUVRIR**
- Le parcours santé
- La Valloirette
- Balade en sous-bois

# N LE FORT DU TÉLÉGRAPHE

**BOUCLE**
**DISTANCE :** 2,1 KM
**DURÉE :** 0 H 45
**DÉNIVELÉ :** 50 M
**DIFFICULTÉ :** FACILE

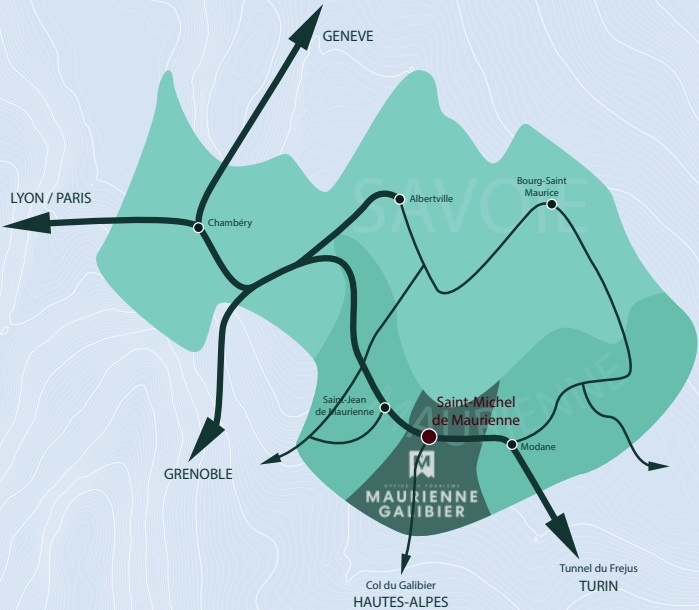



**SITUATION - ACCÈS**
Valloire / Col du Télégraphe

**PARCOURS**
Départ du Col du Télégraphe, s'engager sur la piste vers le Nord. Rapidement, prendre le sentier qui monte sur la droite en face des bâtiments militaires. Continuer jusqu'à l'accès interdit de la via-ferrata et prendre à gauche. Continuer jusqu'à l'entrée haute du fort. Faire demi-tour sur cinquante mètres et prendre à droite. Une fois sur la piste, un aller-retour est possible à droite jusqu'à l'entrée basse du Fort. Sinon prendre à gauche jusqu'au point de départ. **En cas de fort enneigement, privilégier un aller-retour par la piste large .**

**A DÉCOUVRIR**
- Les panoramas sur la Haute Maurienne
- Le Fort du Télégraphe

# INFORMATIONS PRATIQUES




**Office de Tourisme d'Orelle**
Hameau de Francoz
73 140 ORELLE
+33 (0)4 79 56 87 22
www.orelle.net

**Office de Tourisme de Valloire**
Rue des Grandes Alpes
73 450 VALLOIRE
+33 (0)4 79 59 03 96
www.valloire.net

**Office de Tourisme de Valmeinier**
Résidence «l'Ours Blanc»
73 450 VALMEINIER
+33 (0)4 79 59 53 69
www.valmeinier.com

**Office de Tourisme Maurienne-Galibier**
36 rue du Général Ferrié - 73140 Saint-Michel-de-Maurienne

**+33 (0)4 79 56 52 54**
WWW.MAURIENNE-GALIBIER.COM

Crédits Photos : Alban Pernet, Marc Torfs, OT Orelle, Maurgaux Durand-Falcoz, OT Valmeinier - Photo de couverture : Xavier Aury Valloire Tourisme - Conception : Marc Torfs CCMG - Ne pas jeter sur la voie publique