



## Le tour du massif des Grandes Rousses : Entre lacs et glaciers

---



### Départ

Saint Sorlin d'Arves, base de loisirs du plan du moulin.

### Jour 1

Plan du Moulin, piste des Prés Plans, chalet de Pravel, Borsa, Voutes de Chenardon, Chalet des Prés Nouveaux. Bivouac au niveau du chalet des Prés Nouveaux ou un peu plus loin, au Col des Prés Nouveaux.

*Dénivelé positif : 650 m, environ 6h00 de marche*

### Jour 2

Col des Prés Nouveaux, Pont de Laval, Bonnefin, granges du Gay. Au camping des Granges du Gay (04 76 80 29 63), il y a un emplacement prévu pour les groupes avec des ânes.

- **Remarque**

Ne pas rater le chemin qui passe par Bonnefin et qui court-circuite la piste descendant sur Besse. Celle-ci est très poussiéreuse, longue et fastidieuse. Départ à rechercher dès la première bifurcation de piste, juste après l'oratoire.

*Dénivelé négatif : 700 m, environ 5h30 de marche*

### Jour 3

Granges du Gay, montée au Col Nazié par le FR 54, chalet Favre, bifurcation du Rif Tort 2211, Col du Souchet, Lac Lérié, Lac Noir.

Bivouac au lac Noir ; site idyllique face à la Meije. C'est le spot du circuit ; il mérite qu'on y séjourne une journée.

*Dénivelé positif : 900 m, environ 7h00 de marche*

Le sentier qui part de la bifurcation 2211, qui passe près du lac Cristallin et sinue entre les lacs asséchés, comprend 2 passages raides et chaotiques ; à éviter avec les ânes.

Par ailleurs, il ne faut pas manquer de monter au point 2456, 200 m au-delà du Lac Noir ; la vue est fantastique.

En cas de mauvaise condition météo ou autre, possibilité de dormir au chalet du Fay (04 76 80 24 12) ; ce qui permet de profiter quand même du site du Lac Noir le lendemain.

### Jour 4 (facultatif)

Journée passée entre le chalet du Fay et le Lac Noir pour profiter du site et faire une pause à mi parcours.

### Jour 5

Chalet du FAY, chalet Girardet, descente raide sur la combe du ruisseau de l'Alpe ; source et abreuvoir. Piste et refuge des Chatons ; descente sur Mizoën puis remontée jusqu'à Clavans le Bas par la D 25.

*Environ 8h00 de marche ;*

Demander l'autorisation de bivouaquer juste à l'entrée du village sur le terrain communal (autorisation accordée sans problème)

- **Autres Bivouacs possibles :**

1 – Vers le Clot de la Donne, 1900 m, à 100 m de l'abreuvoir. Gros inconvénient : les vaches.

2 – A l'Alpe du Pin, 1562. Chalet retapé, avec petite source. Plat tout autour. Espace réduit mais jolie vue.

3 – Belle fontaine à l'épingle 1400, juste avant Singuigneret. Vieille maison ; plat devant mais emplacement très moyen.

4 – Bivouac impossible au Moulin de Mizoën.

- **Difficultés pour les ânes :**

1 - La traversée horizontale vers les chalets ruinés de l'Alpe est très déversante avec un fort engagement en cas de glissade. ( schistes ) Les ânes passent quand le terrain est bien sec. Si le sol est détrempé, il est plus prudent d'emprunter la piste de la Citrière.

2 – Le sentier entre le Refuge des Chatons et l'Alpe du Pin est totalement impraticable pour des ânes. Tous les autres raccourcis sont corrects, y compris le dernier qui débouche sur Mizoën.

- **Autres remarques :**

- 1 – Terrasse buvette au Refuge du Fay : on peut boire une bière.
- 2 – Epicerie à Mizoën.
- 3 – Resto auberge à Clavans le Bas.

- **Option :**

Si on veut éviter la D25 entre Mizoën et Clavans, il faut redescendre sur Besse après le lac Noir et rejoindre alors le Col de Sarenne .

## Jour 6

Départ de la Fontaine, suivre le GR jusqu'au Perron et la route goudronnée jusqu'au Col de Sarenne - [www.coldesarenne.com](http://www.coldesarenne.com). Il est possible d'aller jusqu'à la cascade de Pont Ferrand en aller-retour.

Le bivouac se fait à proximité du Col de Sarrenne, avec l'autorisation du propriétaire du refuge. Source / ruisseau juste au-dessus du Col.

Dénivelé positif : environ 650 m, 3h30 de marche.

A noter, vente de fromages de chèvres délicieux au chalet Raymond...

## Jour 7

Depuis le Col de Sarenne, suivre la route jusqu'à la bifurcation 1830 ; prendre alors le GR 549 et emprunter la rampe des mules. (Ravitaillement possible à l'Alpe d'Huez en aller-retour).

Puis, suivre le chemin des mines à travers la « Combe Charbonnière ».

Descendre alors sur le Lac Blanc ; col du Lac Blanc et bivouac à proximité du lac du milieu.

Dénivelé positif : 1000 m, environ 7h00 de marche.

## Jour 8

Lac de la Fare, plan des Cavales, Col de Couard ; descente sur les ruines de la Cochette, à 1.2 km en contre-bas du Col. Bivouac à proximité du point côté 2113  
Environ 3h30 de marche.

## Jour 9

Traversée du torrent de la Cochette ; descente vers la cabane de la Cochette et le lac de Grand-Maison. Suivre alors le sentier jusqu'au Bois des Envers. Traverser le torrent sur le pont pour rejoindre la D 926 et la suivre jusqu'au Col de la Croix de Fer.

Descente sur St Sorlin par le sentier qui court-circuite la route du Col de la Croix de Fer, jusqu'au Plan du Moulin à St Sorlin.

Dénivelé positif : 500 m, environ 7h00 de marche

- **OPTION**

Possibilité de raccourcir la randonnée en court-circuitant l'étape du Lac Noir (mais c'est dommage...).

Cartes IGN TOP 25 N°3335 ET (Bourg d'Oisans), N°3435 ET (Valloire)