



Le col et en bas Tignes,

MASSIF: **Vanoise**

CARTE : **IGN 3534 OT** 

**ITINERAIRE:**

Chambéry, Albertville, Moutier, Bozel, Champagny, Champagny le Haut, continuer la petite route et se garer à son terminus, au grand parking à la Laisonnay d'en bas à 1550 m, ou se trouve une fontaine. Au delà l'utilisation de la piste est réservée aux alpagistes et au gardes du parc.

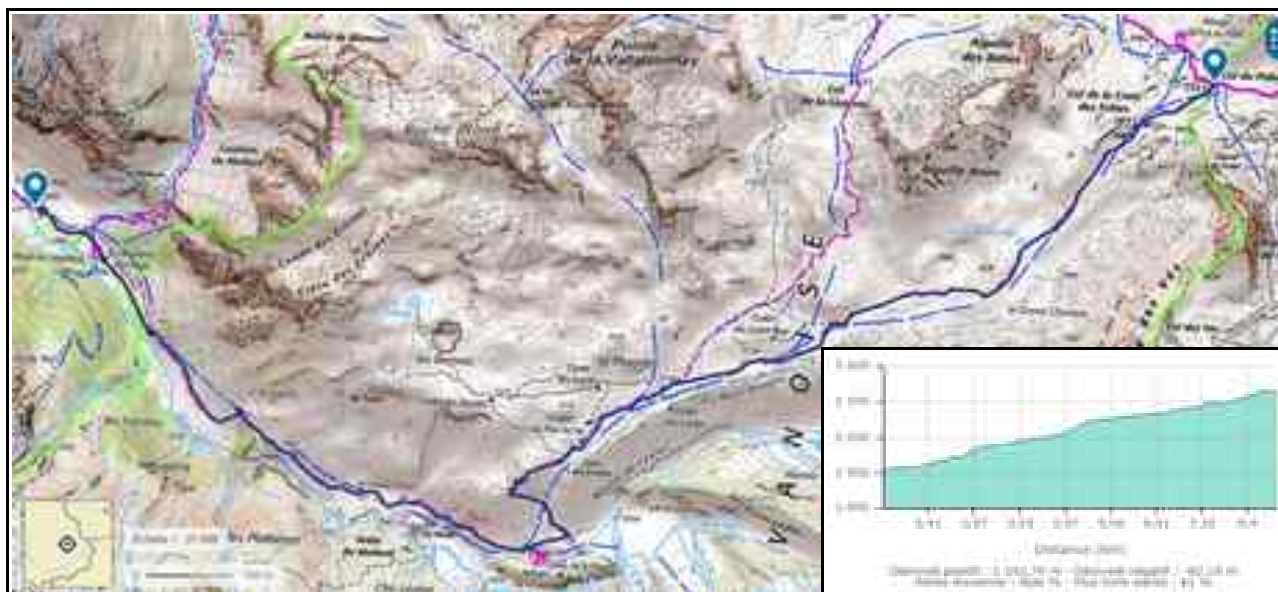
Prendre la route qui continue sur 500 m, passer le petit pont sur le torrent qui descend de la cascade de Py, puis traverser le hameau de la Laisonnay d'en Haut, on monte en direction du refuge de la Glière, essentiellement sur piste, avec quelques portions de sentier permettant de couper les virages pour arriver au refuge à 1990 m. Continuer la piste au dessus du refuge, puis un sentier coupe les virages pour nous amener à la petite Chapelle qui domine l'immense zone notée, lac de la Glière sur la carte. A ce niveau le sentier laisse de nouveau la piste, toujours pour couper les virages, puis de nouveau sur la piste on passe devant le chalet du Plan du Sel, puis celui des Gardes, et c'est à 2296 m qu'on prend un sentier qui longe un petit vallon et débouche sur un grand plan où se trouve un petit lac. Toujours sur ce même sentier on arrive à la grande zone gypseuse du col de la Croix des Frettes. Un peu plus loin on arrive en vue du refuge du Palet, et du col du Palet qui domine la station de Tignes

Retour par le même itinéraire, ne pas omettre de faire le tour du grand plan près de la petite chapelle.

HEBERGEMENT: Refuge de la Glière à 1995 m.

## Col du Plan

2652 m



Itinéraire 17 km, 1130 m de dénivelé positif .



Au dessus du Grand Plan.

Octobre 2008