

## Refuge de Plan Glacier 2680 m



Le refuge accroché au rocher au dessus du glacier de Miage

MASSIF : **Mont Blanc**

CARTE : **IGN 3531 ET**



ITINERAIRE: De St Gervais prendre la direction des Contamines-Montjoie, dans le centre du village, prendre à gauche, pour monter jusqu'aux parkings au bout de la route à la Frasse à 1260 m, où se trouve une fontaine.

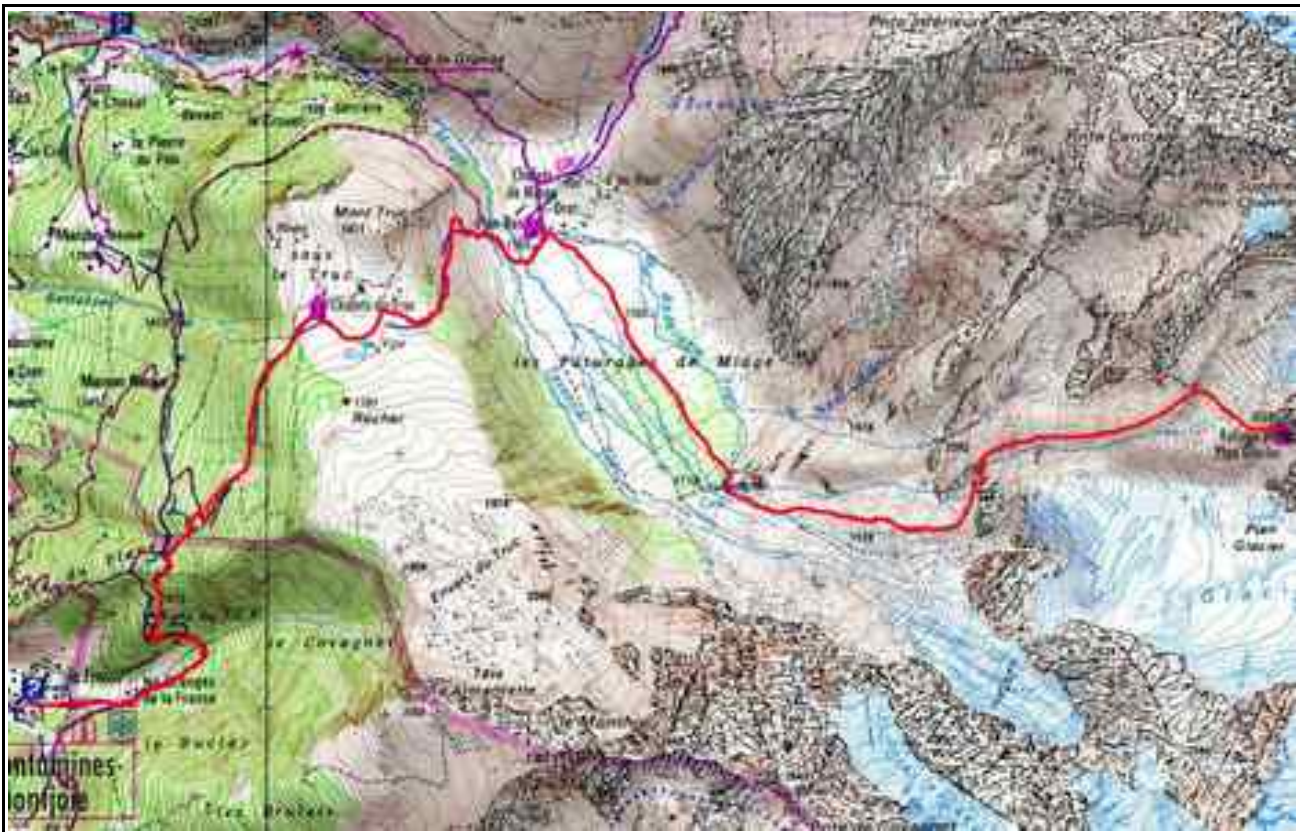
Prendre la piste qui monte de manière assez soutenue au début, panneau indiquant chalet du Truc et chalets de Miage. Après les chalets du Truc à 1740 m on descend sur les chalets de Miage à 1599 m. Juste avant le hameau, après avoir traversé un deuxième petit pont, un sentier part à droite avec un panneau indiquant *Plan Glacier*. On traverse à nouveau un petit ruisseau et le sentier traverse, dans une grande ligne droite, avec très peu de dénivelé les pâturages de Miage avant de commencer à monter au milieu des arcosses. De là, la montée se fait plus soutenue, on quitte les arcosses après un petit passage rocheux équipé de câbles, près d'une cascade. On monte maintenant sur une moraine, entourée de deux torrents, vers 2100 m le sentier traverse celui de gauche par une passerelle métallique. Le sentier monte maintenant en pleine pente jusqu'à la bifurcation d'un autre sentier, montant du col du Tricot, à 2656 m. De là prendre sur la droite, on traverse une zone rocheuse, guidé par des marquages à la peinture rouge sur les rochers. Ces marques nous entraînent sur un moraine qui surplombe Plan Glacier, puis on aperçoit enfin le refuge, niché au pied d'une barre rocheuse. Le sentier nous y emmène par une légère descente.

Retour par le même itinéraire, ou en descendant par le col du Tricot (sentier incertain). On peut également réaliser cet itinéraire en partant de la Gruvaz situé un peu avant en montant de Saint-Gervais, on gagne peu en dénivelé, mais il n'y a que la montée à l'aller, et de la descente au retour.

## Refuge de Plan Glacier 2680 m



Hébergement : Refuge Plan Glacier ® 2680 m.



— Dénivelé 1600 m Longueur 6,8 km



L'impressionnant glacier suspendu de Miage.

Septembre 2016