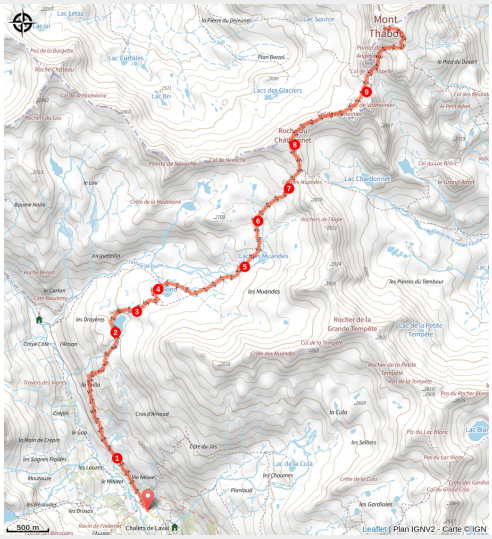
Le Mont Thabor depuis Laval

Mont Thabor (©Thibaut Blais)



Cette randonnée satisfera les plus exigeants avec des paysages très variés, plusieurs lacs et des cols d'altitude.

Culminant à 3178 m, le Mont Thabor, sommet emblématique et magnétique ne présente aucune difficulté particulière hormis sa longueur.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 8 h

Longueur : 20.0 km

Dénivelé positif : 1322 m

Difficulté : Difficile

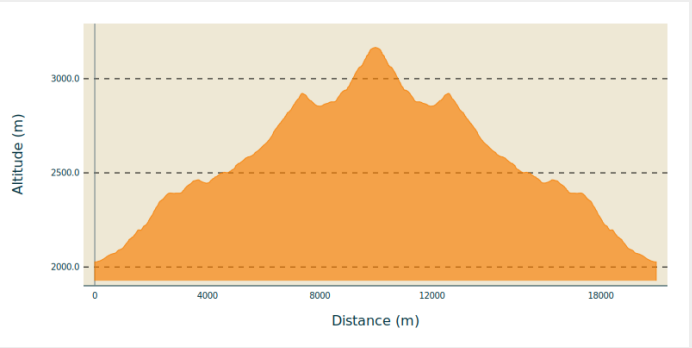
Type : Aller-retour

Thèmes : Col, Faune, Flore, Géologie, Histoire et architecture, Lac et glacier, Pastoralisme, Point de vue, Sommet

Itinéraire

Départ : Parking de Laval
Arrivée : Parking de Laval
Balisage : GR
Communes : 1. Névache

Profil altimétrique



Altitude min 2027 m Altitude max 3166 m

1. Depuis le parking de Laval , s'engager sur la large piste caillouteuse partant en direction du fond de vallée de la Clarée (GR de Pays Tour du Mont Thabor), celle-ci surplombe la rivière de la Clarée par sa rive gauche : poursuivre cette piste sur un peu plus d'un kilomètre jusqu'au panneau du Lac long.

2. A cet endroit , quitter la piste en s'engageant sur le petit sentier droit (direction Lac Long des Muandes) : ce petit sentier de montagne s'élève alors progressivement à travers les alpages et rejoint rapidement le ruisseau du Riou Sec jusqu'au déversoir du Lac Long.

3. Poursuivre sur le sentier principal longeant le Lac Long par la gauche , le sentier s'élève ensuite de nouveau pour rejoindre le Lac Rond à 2446 m d'altitude : poursuivre une vingtaine de minutes et traverser un "champ de rochers" en étant vigilant. Rester le plus possible sur la gauche , l'itinéraire se fait moins visible dans les rochers.

4. Une fois sur les hauteurs , le sentier redescend en direction du lac Rond : veiller à contourner le lac par la gauche afin de récupérer le GR57 à proximité de son déversoir.

5. Le GR57 se poursuit ensuite tranquillement à travers ce vaste vallon jalonné de nombreux petits ruisseaux , pour rejoindre un 3ème lac d'une taille plus modeste (Lac des Muandes).

6. Le sentier s'élève ensuite le long du torrent , puis le franchit pour entamer la montée en direction du col : le sentier évolue entre des rochers couleur ocre, et le décor devient plus minéral.

7. Rapidement on atteint le pied du col des Muandes, une franche montée dans le pierrier débute pour le rejoindre.

8. Une fois le col passé, prendre sur la gauche en direction de la Roche du Chardonnet : le sentier suit une ligne de crêtes rocheuses pour franchir le Col de Valmeinier, puis se poursuit progressivement sous le Roc de Valmeinier pour

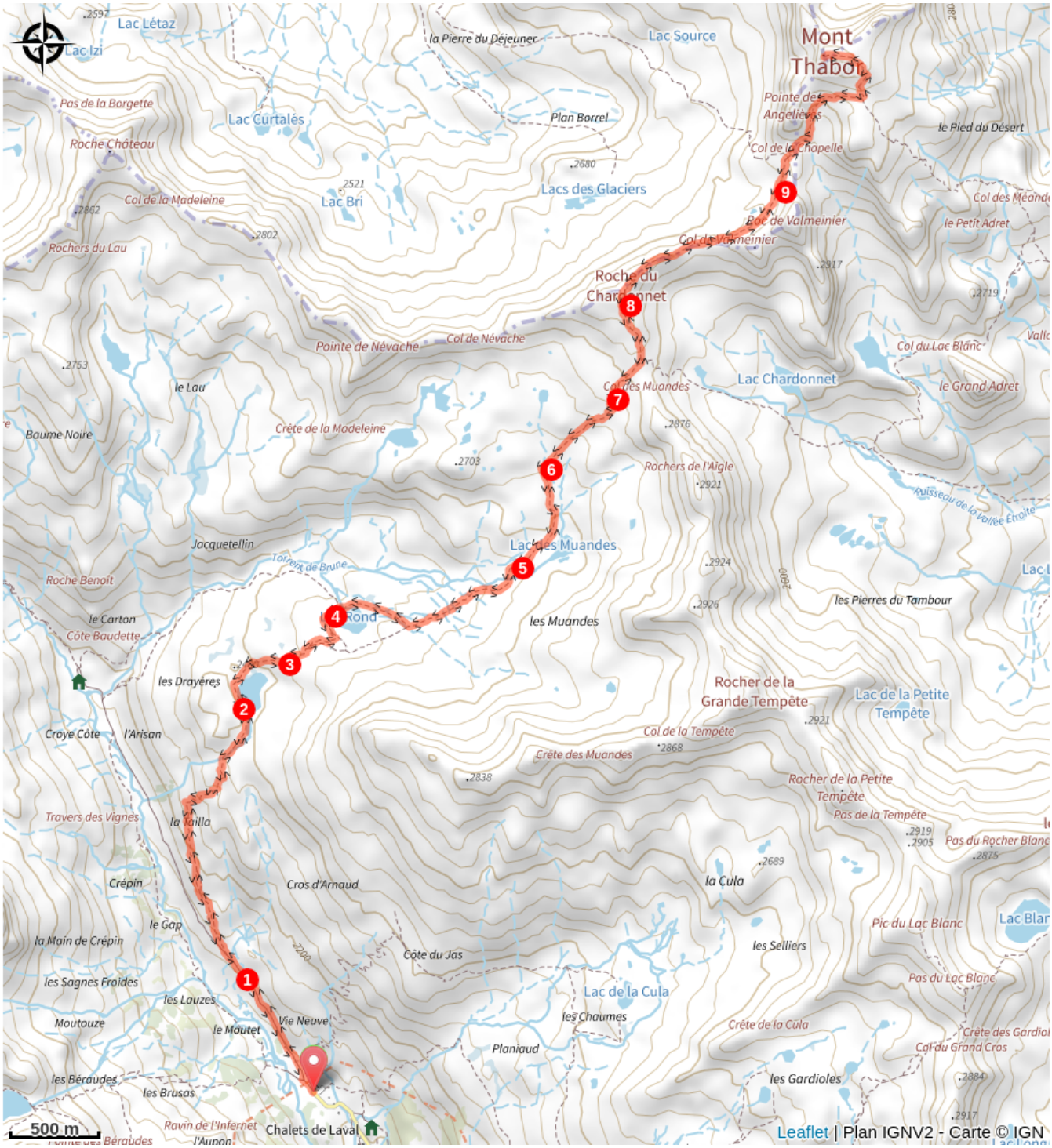
rejoindre le Col de la Chapelle.

9. Sous la Pointe des Angelières , une ultime montée soutenue s’amorce alors pour gravir les pentes lunaires du Thabor , l'itinéraire rejoint rapidement celui venant de la Vallée Étroite, puis la Chapelle Notre Dame des sept Douleurs.

Un panorama exceptionnel s'ouvre alors : Les Agneaux et le Pelvoux, La Barre des Écrins , la Meije, les Aiguilles d'Arves, le Mont Blanc au loin (pouvant être caché par le Pic du Thabor selon votre emplacement), le Massif de la Vanoise au Nord (Aiguille de Péclet, la Dent Parrachée) et ses glaciers, les sommets italiens avec le Mont Viso au Sud-Est, puis le Briançonnais au Sud, et le Queyras...

Attention : par mesure de sécurité, le bâtiment menaçant de s’effondrer, l'accès à l’intérieur de la chapelle du Thabor est désormais impossible.

Sur votre route...



Toutes les informations pratiques

Les chiens de protection des troupeaux

En alpage, les chiens de protection sont là pour protéger les troupeaux des prédateurs (loups, etc.).

Lorsque je randonne, j’adapte mon comportement en contournant le troupeau et en marquant une pause pour que le chien m’identifie.

En savoir plus sur les gestes à adopter avec le dossier Chiens de protection : un contexte et des gestes à adopter.
En cas de problème, racontez votre rencontre en répondant à cette enquête.

Recommandations

En début de saison, renseignez vous sur l'état d'enneigement du Thabor avant de vous engager.
Nous conseillons en règle générale son ascension à partir de Juillet.

Attention : par mesure de sécurité, le bâtiment menaçant de s’effondrer, l'accès à l’intérieur de la chapelle du Thabor est désormais impossible.

Matériel

Chapeau/casquette pour s'abriter du fort ensoleillement. Lunettes de soleil, crème solaire, plusieurs litres d'eau, bâtons de marche.

Comment venir ?

Parking conseillé

Parking de Laval

Accessibilité

Niveau d'accessibilité : Expérimenté

Lieux de renseignement

Bureau d'Information Touristique de la Clarée
Hameau de Ville-Haute, 05100 Névache

claree@hautesvallees.com
Tel : (+33) 4 92 20 02 20
http://www.claree-tourisme.fr

Source

Apidae

http://www.apidae-tourisme.com

Office de Tourisme des Hautes Vallées

https://www.hautesvallees.com