



Parc national  
de la Vanoise



*Moyen (boucle)*



*5 h*



*14,6 km*



*+ 819 m*



*Faune, lac et glacier,  
point de vue*

## Tour du lac de la Plagne

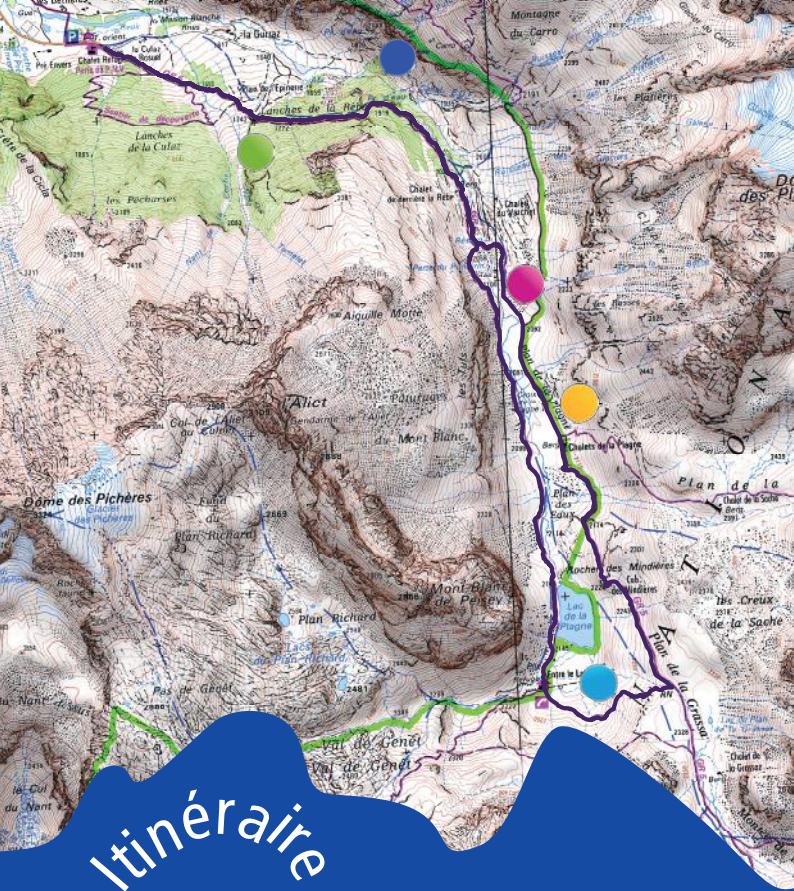
Haute-Tarentaise  
Peisey-Nancroix

**Randonnée de fond de vallon en territoire apprivoisé par  
l'homme mais dominé par les géants alpins...**

«Je suis sur le sentier qui surplombe le Lac de la Plagne lorsque le couple de gypaètes barbus arrive droit dans ma direction. J'entends leurs ailes fendre l'air. Comme on se sent privilégié à ce moment là !»

*Marie-Laure Tonnelier, Garde-monitrice du Parc national de la Vanoise*





# Itinéraire

- Quitter le refuge-porte de Rosuel en direction du fond de vallon sur le GR®5. On laisse le sentier de découverte sur la droite pour s'élever à travers des éboulis puis l'aulnaie.
- Le sentier de déboulaire devient vite assez raide avec quelques passages nécessitant toute notre attention. Le contournement des contreforts de l'Aiguille Moitte (alt. 1916 m) marque l'infléchissement du chemin. Ce dernier suit la rive gauche du torrent du Ponturin. On poursuit alors jusqu'au lac de la Plagne puis au refuge d'Entre-le-lac.
- Juste au-dessus du refuge une bretelle permet de traverser rive droite sur le plan de la Grassaz. Après une courte montée on retrouve le GR®5 et l'on peut entamer la descente jusqu'au lieu-dit « des pertes du Ponturin ».
- Le sentier du retour est alors celui emprunté à la montée.

- **Départ** : Parking de Rosuel (Peisey-Nancroix)
- **Arrivée** : Parking de Rosuel (Peisey-Nancroix)
- **Balisateur** : GR  et Parc 



Altitude max : 2316 m

Altitude min : 1559 m

# Sur votre chemin...

## *Les ongulés*

Le vallon de Rosuel a la particularité d'accueillir aussi bien les ongulés de plaine : cerfs, chevreuils et occasionnellement sangliers sur les zones basses et ceux plus spécifiques à la montagne sur les parties hautes : chamois et bouquetins. Cependant, ces derniers n'occupent pas les mêmes quartiers selon les saisons et ils quittent notamment le fond de vallon à la belle saison préférant des zones de plus haute altitude, plus fraîches.



## *Le gypaète barbu*

Le gypaète barbu (*Gypaetus barbatus*) est un vautour de 2,80 m d'envergure, qui se nourrit principalement d'os ! Affublé à tort de pouvoirs démoniaques, le gypaète a été totalement exterminé des Alpes au début du XX<sup>e</sup> siècle. Son retour est le résultat d'un programme international de réintroduction soutenu par l'Europe. Le gypaète barbu est installé dans la vallée depuis 2004. Très sensible au dérangement, de l'information sur site vous aidera à assurer la tranquillité de son aire en cas de reproduction.



## *Lac de la Plagne*

C'est un lac naturel particulièrement profond (19 m). Sa gestion est actuellement privée et dépend de l'association des Lacs de montagne de Landry-Peisey, qui l'alevine régulièrement. Truite fario, saumon de fontaine et cristivomer peuplent ses eaux. Le cristivomer trouve son origine au nord de l'Amérique, dans la zone comprise entre les Grands lacs et l'Alaska et a été introduit ici 1964.



## *Les chalets de la Plagne*

Le hameau de la Plagne comprend une bergerie, 2 étables, 2 ruines de halle, plusieurs murets et enclos en pierres sèches, 1 cave voûtée et une ancienne ruine au sud, témoin d'un alpage exploité de longue date. La cave comporte plusieurs pierres gravées, dont une datant de 1772. Les principaux bâtiments sont implantés dans la pente ce qui les protège des avalanches. Ils présentent encore au moins en partie un mortier traditionnel en « pierres à vue ».



## *Le Ponturin*

Au retour, avant de rejoindre le sentier initial, vous allez franchir un pont qui traverse le Ponturin que vous suivez depuis le départ. Ce cours d'eau prend sa source au lac de la Plagne avant de se jeter dans l'Isère à Landry. À cet endroit, il arrive au torrent de s'enfouir sous les blocs rocheux en période sèche, avant de resurgir plus bas, c'est ce qui a valu à ce lieu, le nom des « pertes du Ponturin ».





## Y aller...

### Accès et Transports



*Quitter la route nationale menant à Bourg-Saint-Maurice environ 1km après Bellettre en direction de Landry. Suivre la D87 qui remonte le vallon sur 7 km, passer Peisey-Nancroix et poursuivre sur la départementale. On atteint le parking du refuge-porte de Rosuel en 15 min environ.*



*Desserte ferroviaire jusqu'à Landry*



*Puis transport en bus jusqu'à Peisey-Nancroix et navette vers Rosuel*



*Proposition d'auto-stop organisée sur la vallée de Haute-Tarentaise [www.rezopouce.fr](http://www.rezopouce.fr)*

### Lieux de renseignement

- ✓ Office de tourisme - Village  
Place de Roscanvel 73210 Peisey-Nancroix (04 79 07 88 67)
- ✓ Office de tourisme - Le Chalet Vallandry  
73210 Peisey-Nancroix (04 79 07 94 28)
- ✓ Point Information Vanoise  
Refuge-porte de Rosuel 73210 Peisey-Nancroix (04 79 06 48 87)

### Infos pratiques

Cet itinéraire est en partie dans le cœur du Parc national. Le Parc national est un espace naturel, ouvert à tous, mais soumis à une réglementation qu'il est utile de connaître pour préparer votre randonnée ([www.vanoise-parcnational.fr](http://www.vanoise-parcnational.fr)). Vous traversez des propriétés privées, restez sur le sentier !

*Plus d'itinéraires sur [rando.vanoise.com](http://rando.vanoise.com)*

