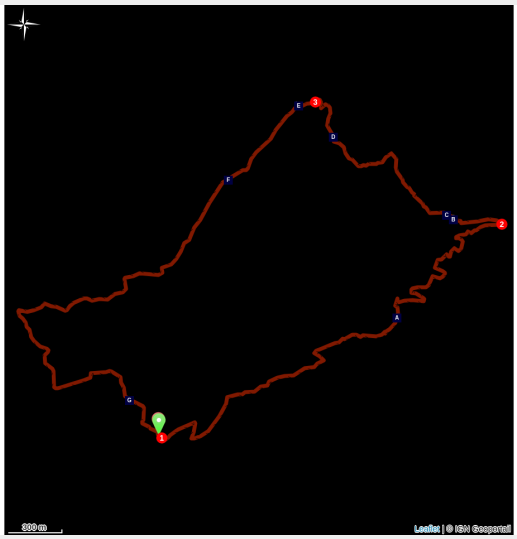
Boucle des chalets de Bostan et col de la Golèse

CC des Montagnes du Giffre - Samoëns

Vue sur le refuge de Bostan (@PierreRizzolo)



Passez de l'autre côté du décor ! À travers la beauté des pâturages boisés, des prairies d'altitude et des formations géologiques calcaires, découvrez l'invisible, ce que peuvent nous raconter les paysages, les histoires qu'ils ont connues, ce qui se cache derrière ce que vous observez !

Infos pratiques

Pratique : Rando été

Durée : 4 h

Longueur : 9.1 km

Dénivelé positif : 699 m

Difficulté : Intermédiaire

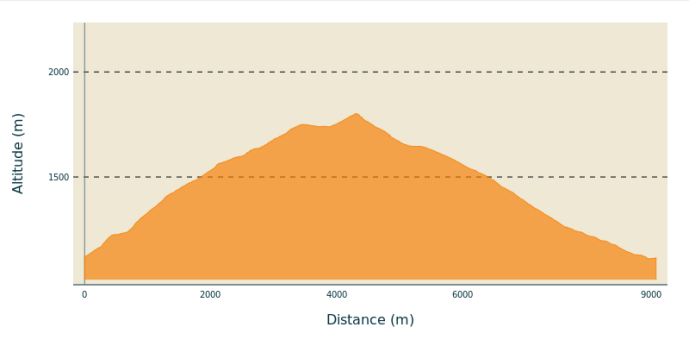
Type : Boucle

Thèmes : Archéologie et histoire, Faune, Flore, Géologie, Pastoralisme, Refuge

Itinéraire

Départ : Parking du plan aux Arches
Arrivée : Parking du plan aux Arches
Communes : 1. Samoëns

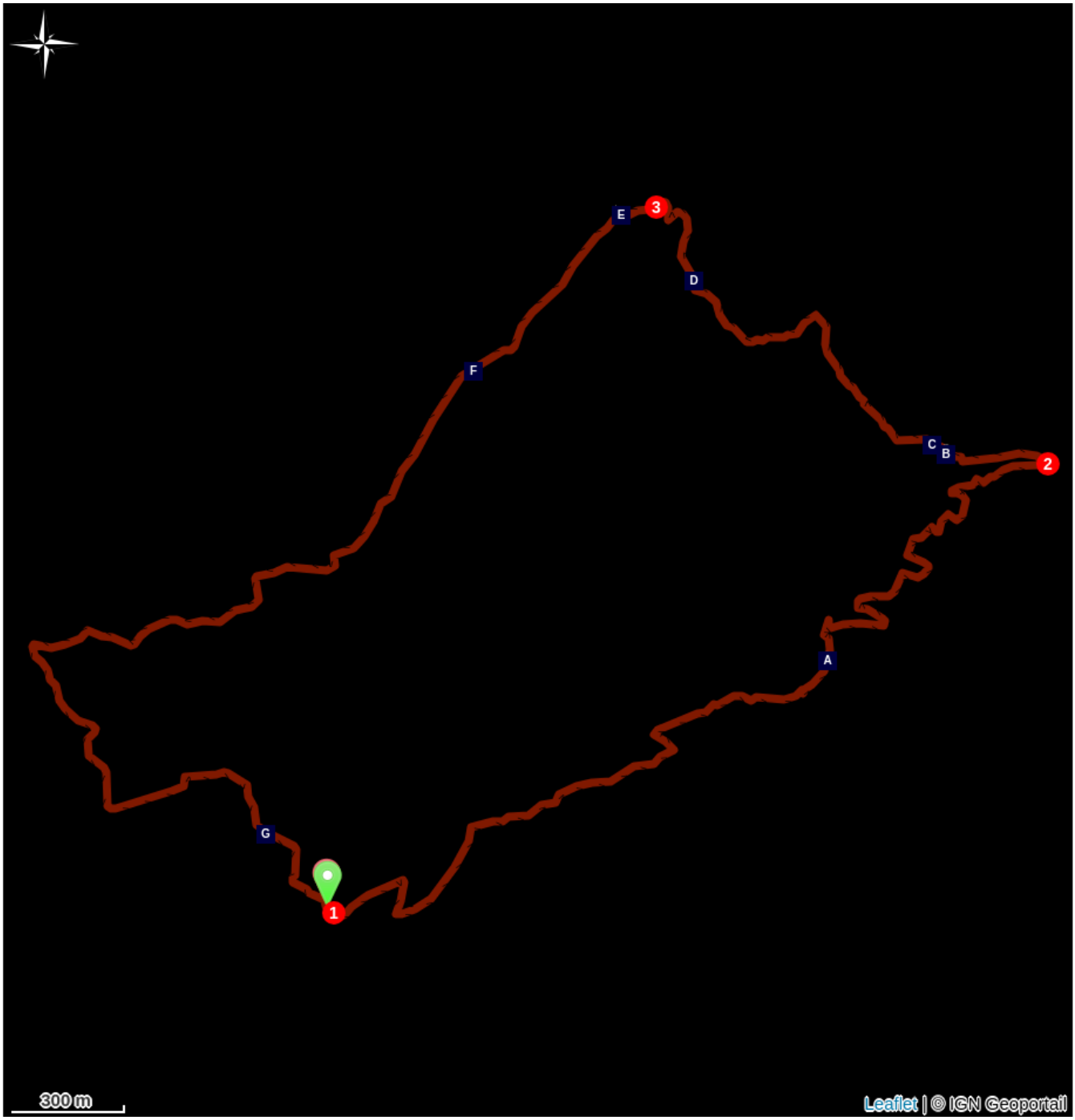
Profil altimétrique



Altitude min 1111 m Altitude max 1802 m

1. Depuis le parking du plan des Arches : suivre la direction "refuge de Bostan" et à l'intersection "Le Plan", prendre à droite direction "refuge de Bostan par le Palatieu". Après la montée qui zigzague entre les épicéas, on rejoint la piste carrossable menant au refuge de Bostan par les alpages.
2. Du Refuge de Bostan, repartir par la piste 4x4 sur 200m puis bifurquer sur la droite, au niveau d’un panneau indiquant le col de la Golèse et refuge de Golèse. Suivre une "sente" plate jusqu'au plateau des Lagots puis descendre durant environ 15 minutes jusqu'au refuge de la Golèse
3. À partir du refuge de la Golèse, il ne reste plus qu’à descendre en suivant la piste principale. Compter 1h15 environ de descente jusqu’au parking du Plan des Arches.

Sur votre chemin…



Empreinte du chien ou du renard ? (A)
Voyage au centre de la Terre (C)
Les forêts naines (E)
Snown kite et impact sur la faune sauvage en hiver (G)
Le mangeur de serpents (I)

Sapin ou épicéa ? (K)

Une plante à liqueur (B)

Les pâturages boisés (D)
Une frontière franco-suisse (F)
La survie hivernale des tétras-lyres (H)
Différentes formes de flocons de neige (J)
Stratégies pour affronter l'hiver (L)

Toutes les infos pratiques

Animaux acceptés

Votre chien est autorisé dans cette zone d'espace naturel. Il est conseillé de le tenir en laisse. À l'approche d'un troupeau, il est obligatoire de lui mettre une laisse. Par sa présence, son odeur et ses déjections, votre chien peut perturber la biodiversité. Sa divagation dans la nature peut avoir des conséquences lourdes pour la faune sauvage et les troupeaux (transmission de germes, stress de la faune sauvage, destruction des couvées au sol). Les chiens sont interdits en cœur de parcs nationaux et dans la plupart des réserves naturelles.

Recommandations

Soyez prudent et prévoyant lors de la randonnée. Asters, CEN-74 n'est pas tenu responsable en cas d'accident ou de désagrément quelconque survenu sur ce circuit.

Zone natura 2000 protection oiseau à respecter.

Comment venir ?

Transports

Transport https://pysae.com/info/#/sat-train-bleu/

Service de navettes estivales en juillet et août.

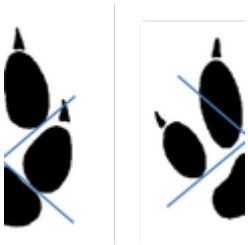
Accès routier

À la sortie du village de Samoëns, prendre la direction de Chevreret, les Allamands et poursuivre jusqu’au dernier parking, aménagé au Plan des Arches (1096m / 15 minutes de voiture depuis le village).

Parking conseillé

Parking du plan aux Arches

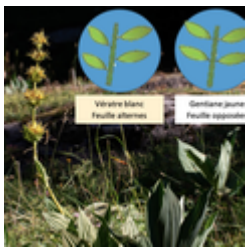
Sur votre chemin…



Empreinte du chien ou du renard ? (A)

L'empreinte du renard et celle du chien présentent des différences notables qui permettent de les distinguer facilement. Chez le renard, on peut généralement tracer des lignes imaginaires entre les coussinets, sans les traverser, car ils sont bien séparés. De plus, la taille de son empreinte est relativement petite, mesurant environ 5 cm de longueur. En revanche, l'empreinte du chien est plus large (selon la taille du chien) et les coussinets sont rapprochés, ce qui rend difficile le traçage de lignes entre eux.

Crédit photo : @Asters-CEN74



Une plante à liqueur (B)

La gentiane jaune est une plante régulièrement rencontrée dans les pâturages et prairies montagnardes calcaires. En feuille, on peut la confondre avec le vératre blanc, plante aux feuilles alternes. Chez la gentiane, les feuilles sont opposées. Elle sert à la fabrication d’une liqueur distillée à partir de ses racines. Il faut 10 ans minimum pour que la plante soit exploitable ! De plus, le rendement de boisson produite par racine est très faible, il faut compter 10 kg de racines pour produire un litre de liqueur !

Crédit photo : @PierreRizzolo

Voyage au centre de la Terre (C)

Cette partie des Alpes est composée de montagnes sédimentaires. Le calcaire s’est formé durant des millions d’années par accumulation de sédiments et de coquillages dans le fond d’un océan (entre 250 et 50 millions d’années). Ces massifs sont marqués par la présence de nombreuses dépressions et de gouffres creusés par l’eau qui dissout le calcaire. À proximité, le gouffre Jean-Bernard, d'une profondeur de -1602 mètres, est un des plus connus au mondes.

Crédit photo : @PierreRizzolo

Les pâturages boisés (D)

Les pâturages boisés sont des lieux riches en biodiversité. Ils mettent en commun les espèces végétales et animales que l’on rencontre en forêt avec celles des pâturages. Ces pâturages boisés de conifères sont l’habitat de prédilection du Tétras lyre ! Ces milieux, sources de biodiversité, sont en partie favorisés par l’intervention humaine et le pastoralisme. La disparition des traditions pastorales complique la conservation de ces milieux.

Crédit photo : @PierreRizzolo

Les forêts naines (E)

Les landes sont des formations végétales composées de plantes basses qui résistent ainsi au vent et à la neige. On retrouve régulièrement deux groupes de plantes en fonction de l’exposition du versant. Sur l’ubac, le versant nord peu exposé au soleil, les landes sont dominées par le rhododendron ferrugineux et l’aulne vert. Sur l’adret, le versant sud réchauffé par les rayons lumineux, on retrouve majoritairement le genévrier (commun et sabine)

Crédit photo : @PierreRizzolo

Une frontière franco-suisse (F)

À hauteur du col Bostan se trouve la frontière franco-suisse. Cette frontière fut durant des siècles le lieu de passage de nombreuses personnes : migrations de populations, réfugiés durant la guerre, …. Les contrebandiers utilisaient le col pour faire passer des marchandises illégalement entre les deux pays (alcool, cigarettes, sucre, beurre, souliers, munitions). Imaginez ces hommes, qui empruntaient ce chemin quel que soient le temps et les saisons, le plus souvent de nuit et chargés de plusieurs dizaines de kilos sur le dos !

Crédit photo : @PierreRizzolo

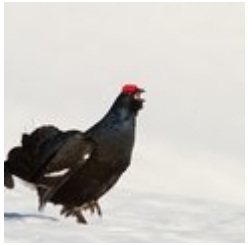
🐾 Snown kite et impact sur la faune sauvage en hiver (G)

Le snowkite, comme d'autres sports d'hiver, peut perturber la faune sauvage, particulièrement en période hivernale où les animaux sont vulnérables. L'effet principal est le stress et la fuite des animaux, entraînant une dépense énergétique excessive pouvant compromettre leur survie. Certaines espèces, comme le tétras-lyre ou le lagopède alpin, peuvent être contraintes d'abandonner leurs refuges, augmentant leur exposition aux prédateurs et au froid.

Le plateau des Lagots ainsi que le col de Golése sont en zone natura 2000 sous la directive oiseau, réglementation européen ayant pour objectif la conservation des habitats naturels notamment des oiseaux.

Pour limiter ces effets, il est essentiel de respecter les sentiers ou les traces d'autres activités humaines. L'observation des animaux à distance et une approche responsable permettent ainsi de concilier sport et respect de la nature.

Crédit photo : @julietteBuret



🐾 La survie hivernale des tétras-lyres (H)

Icône des montagnes, ce « petit coq de bruyère » est une espèce en régression.
Au cœur de l'hiver, les tétras-lyres creusent des igloos en lisière de forêt ou zones boisées, à l'abri du froid et des prédateurs. Ils limitent leur activité au strict minimum, uniquement pour s'alimenter : c'est leur hivernation.
Une voix, un passage juste à côté de leur igloo, menace leur survie. Ce dérangement les affaiblit, les rend vulnérable... et met en péril leur reproduction.

Minimisons donc ce dérangement :
- Arrêtons-nous et laissons l’animal s’écarter tranquillement de notre chemin.
- Ne crions pas et ne faisons pas de gestes brusques afin de ne pas stresser l’animal davantage.
- N’allons pas à sa rencontre et ne le suivons pas.

Crédit photo : @geoffreyGarcel

Le mangeur de serpents (I)

Le circaète est un rapace que l’on rencontre dans les secteurs peuplés de reptile. En effet, le circaète se nourrit quasi exclusivement de serpents ! Il chasse ses proies de deux manières. En conditions de vol défavorables, il cherche ses proies à l’affût sur un arbre ou un rocher. Lorsque la météo le permet, il est connu pour son vol stationnaire, sans battre des ailes, technique de déplacement différente du faucon crécerelle qui vole en surplace en battant rapidement des ailes.

Crédit photo : @JulienHeuret

Différentes formes de flocons de neige (J)

Trois types de flocons sont à distinguer pour comprendre le manteau neigeux :

- **les étoiles** : ce sont les cristaux de neige que l’on peut observer quand il neige par température négative, sans vent. Directement issus des nuages où ils se sont formés, ils n’ont subi aucune transformation. S’ils ont tous une structure de base hexagonale, leur forme peut varier de façon importante. Ces cristaux sont le signe d’une neige fraîche de type poudreuse contenant beaucoup d’air mais avec de la cohésion.

- **les gobelets** : Ils se présentent sous forme de pyramides striées, généralement creuses et peuvent mesurer plusieurs millimètres.
Ils ont globalement les mêmes caractéristiques physiques que les grains à faces planes, en particulier l’absence de cohésion entre les grains. Ils auront de ce fait le même comportement mécanique (ils faciliteront le glissement des couches de neige supérieures).

- **le givre de surface** : il se forme à la surface du manteau neigeux. Il ne tombe pas du ciel comme la neige, mais pousse comme de l’herbe, lors des nuits froides et par ciel clair, quand l’air est suffisamment humide. Lui aussi n’a pas de cohésion.

Crédit photo : @julietteBuret

Sapin ou épicéa ? (K)

Les sapins et les épicéas sont des conifères, ils produisent tous des cônes mais de manière différente. La forme pointue, allongée et **pendante** des cônes d'épicéa le distingue de ceux du sapin, plus arrondis et dressés vers le haut.
Un cône entier trouvé au pied de l’arbre sera donc plutôt celui d’un épicéa.

Un distinction se fait aussi sur la forme générale du confères : les branches de l’épicéa sont arquées vers le ciel.

Ainsi à Noël ce sont les épicéas qui sont décorés et non les sapins.
Crédit photo : @MarionM

Stratégies pour affronter l'hiver (L)

L’hiver est un moment rude pour une majorité d'espèces, alors chacune a sa propre stratégie pour se maintenir en vie durant ces longs mois.

Si le sol est un excellent abri pour des invertébrés, il peut l'être également pour des animaux plus gros comme les serpents qui se retirent sous de grosses pierres ou les tortues dans le sol... Les marmottes font de même en bouchant leurs terriers avant d'entrer en hibernation.

Pour d'autres, qui restent actifs quelques heures de la journée, la neige fera l'affaire comme chez les tétras-lyres qui l'utilisent pour s'isoler du froid. Attention à ne pas les déranger !
Crédit photo : @julietteBuret