

Chalet de Miage par la Gruvaz

CC Pays du Mont-Blanc - Saint-Gervais-les-Bains



Chalet de Miage (@KenzoHeas)



Randonnée familiale avec une belle récompense rafraîchissante à l'arrivée !
Découvrez le glacier de Miage, sentinelle du climat, au cours d'une randonnée immersive au cœur des éléments et à proximité de la faune locale

Infos pratiques

Pratique : Rando été

Durée : 4 h

Longueur : 8.9 km

Dénivelé positif : 683 m

Difficulté : Intermédiaire

Type : Boucle

Thèmes : Ecogeste, Faune, Géologie, Lac et glacier, Montagne sans voiture, Point de vue, Refuge

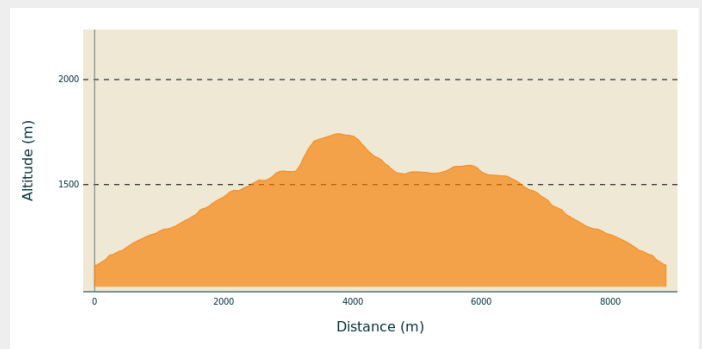
Itinéraire

Départ : Saint-Gervais, Télécabine Le Bettex

Arrivée : Saint-Gervais, Télécabine Le Bettex

Communes : 1. Saint-Gervais-les-Bains
2. Les Contamines-Montjoie

Profil altimétrique



Altitude min 1114 m Altitude max 1742 m

Depuis le centre de Saint-Gervais, la navette vous conduit au départ de la randonnée en moins de 20 minutes.

1. Après avoir franchi le torrent de Miage, débiter la montée sur la piste balisée et carrossable en direction de Maison Neuve.
2. Prendre à droite vers Chalets de Truc
3. Arriver sous le Truc, et un peu plus bas que les chalets, une table d'orientation illustre le magnifique panorama sur les Dômes de Miage et ses glaciers, l'Aiguille de Bionnassay, de la Bérangère et le Col du Tricot.
4. La descente vers l'alpage de Miage se fait par un sentier escarpé qui offre une vue à couper le souffle sur le torrent et les chalets de Miage en contrebas. Face à vous le Col du Tricot qui culmine à 2120 m.
5. Le retour se fait sur la large piste carrossable direction Parking de la Gruvaz.

Sur votre chemin...



 L'Hermine (A)

 Le Retrait du Glacier de Miage (C)

 L'impact des petits barrages sur les rivières (B)

 Météo VS Climat (D)

Toutes les infos pratiques

Animaux acceptés

De manière générale votre chien, s'il est autorisé, doit être tenu en laisse en espaces naturels. 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 toujours 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 le sentier.

Comment venir ?

Transports

[Horaire bus](#) au départ du parking de la télécabine Saint-Gervais-les-Bains centre.

Accès routier

Le parking de la Gruvaz contient très peu de place. Nous vous conseillons d'emprunter les bus depuis Saint-Gervais centre.

Parking conseillé

Saint-Gervais Télécabine : 201 Av. du Mont d'Arbois, 74170 Saint-Gervais-les-Bains

Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d'une espèce ou d'un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d'informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

Tétras lyre - hiver

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Décembre

Contact : **Asters - Conservatoire d'espaces naturels de Haute Savoie**

Christelle BAKHACHE : 06 49 99 99 48

christelle.bakhache@cen-haute-savoie.org

Le couloir des Tourches est une zone sensible pour la faune. Afin de ne pas déranger les animaux, évitez de skier dans les zones arborées.

Réserve naturelle nationale des Contamines-Montjoie

Période de sensibilité :

Contact : Asters - Conservatoire d'espaces naturels de Haute-Savoie

contact@cen-haute-savoie.org

La Réserve Naturelle des Contamines-Montjoie est un espace naturel protégé. Merci de respecter la réglementation :



Il vous est demandé de rester sur les sentiers, de respecter les zones balisées (notamment en ski de randonnée) pour éviter le dérangement de la faune. En cas de rencontre avec un animal sauvage, laissez le s'éloigner.

Sur votre chemin...



🐍 L'Hermine (A)

Une silhouette en forme de fuseau, une fourrure blanche en hiver, marron/beige en été et un bout de la queue noir toute l'année... Saurez-vous deviner qui joue ainsi à cache-cache dans le pierrier ?

C'est l'Hermine, un petit mustélide rapide et puissant, de la famille du Blaireau et de la Martre. D'ailleurs, elle ne joue pas mais elle chasse les Campagnols, ses proies favorites, grâce à sa forme allongée qui lui permet de se glisser dans leurs galeries, où ils se pensent pourtant bien à l'abri...

Crédit photo : @julienheuret



🌊 L'impact des petits barrages sur les rivières (B)

Les barrages éphémères et ludiques construits par les promeneurs ou les familles, ont un impact significatif. Générant des retenues artificielles, ils ralentissent l'écoulement naturel de la rivière et induisent des effets néfastes :

- La circulation des espèces aquatiques est essentielle pour leur permettre de se nourrir ou de se reproduire.
- La température de l'eau augmente, la vase et les algues se développent, les poissons ont plus de difficultés pour s'oxygéner.
- Les pierres sont des refuges et des supports de vie pour beaucoup de micro-organismes qui alimentent les poissons. Les bouger, les retourner met en péril le milieu aquatique.

Ainsi, pour préserver la rivière, laissons-la couler.



❁ Le Retrait du Glacier de Miage (C)

Au-delà de leur rôle d'indicateur du dérèglement climatique, les glaciers et les marges glaciaires sont des écosystèmes extrêmement importants sur Terre. Ils recouvrent près de 10 % des continents et fournissent des services fondamentaux à l'Homme et à la Nature : régulation du niveau de la mer, climat, présence d'eau douce sur les continents...

Au fil des années, le Glacier de Miage a subi un retrait spectaculaire. En seulement 150 ans, il a reculé d'environ 1,5 kilomètre depuis son extension jusqu'au Grand Pont en 1850. Ce pont est visible en remontant le torrent dans les pâturages de Miage.

Pour en savoir plus rendez-vous sur le site du projet Ice&Life, coordonné par Asters-CEN74 : <https://www.iceandlife.com/>

Crédit photo : @KenzoHeas



🌡 Méteo VS Climat (D)

La météo c'est l'évaluation du temps qu'il fait ou qu'il va faire à très court terme. Les prévisions se font sur la base de la mécanique des fluides avec des éléments tels que l'air, le vent et l'eau...

Le climat c'est l'étude des variables météorologiques sur une longue période de temps (30 ans par convention).

Plusieurs paramètres distinguent la météo du climat :

- L'échelle de temps : les prévisions météo se font sur une semaine alors que les évolutions climatiques se pensent sur une décennie, voire un siècle.
- L'échelle spatiale : la météo est locale tandis que le climat examine les tendances à l'échelle d'une région entière, voire de la planète.

En résumé : la météo présente les fluctuations au jour le jour tandis que le climat prend en compte l'ensemble de ces fluctuations sur un temps long.

Astuce : Vous êtes une personne calme et réservée depuis 30 ans (le climat) et vous vous énervez pendant 72h (météo)!

Crédit photo : ©LaChaîneMétéo