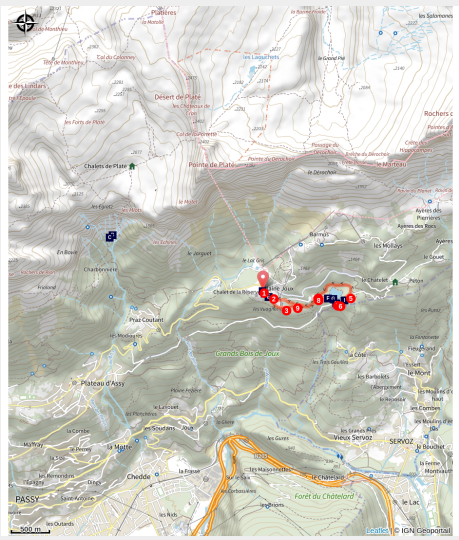
Une balade autour du Lac Vert

Réserve Naturelle de Passy - Passy

Le lac Vert et le Mt Blanc en arrière fond (Julien Heuret - CEN 74)



Un accès facile pour découvrir dans une ambiance canadienne, un lac émeraude niché dans la forêt.

"*C'est un petit lac, que l'on nomme, je crois, le Lac Vert, à cause du gazon épais qui en tapisse tous les bords et le fait ressembler à un miroir de cristal bordé de velours vert*".
Victor HUGO

Infos pratiques

Pratique : Rando été

Durée : 1 h 30

Longueur : 3.8 km

Dénivelé positif : 136 m

Difficulté : Très facile

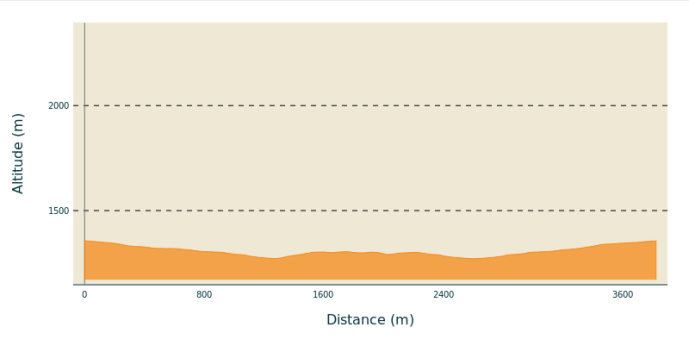
Type : Boucle

Thèmes : Faune, Lac et glacier

Itinéraire

Départ : Maison de la réserve naturelle, station de Plaine Joux
Arrivée : Maison de la réserve naturelle de Passy
Communes : 1. Passy

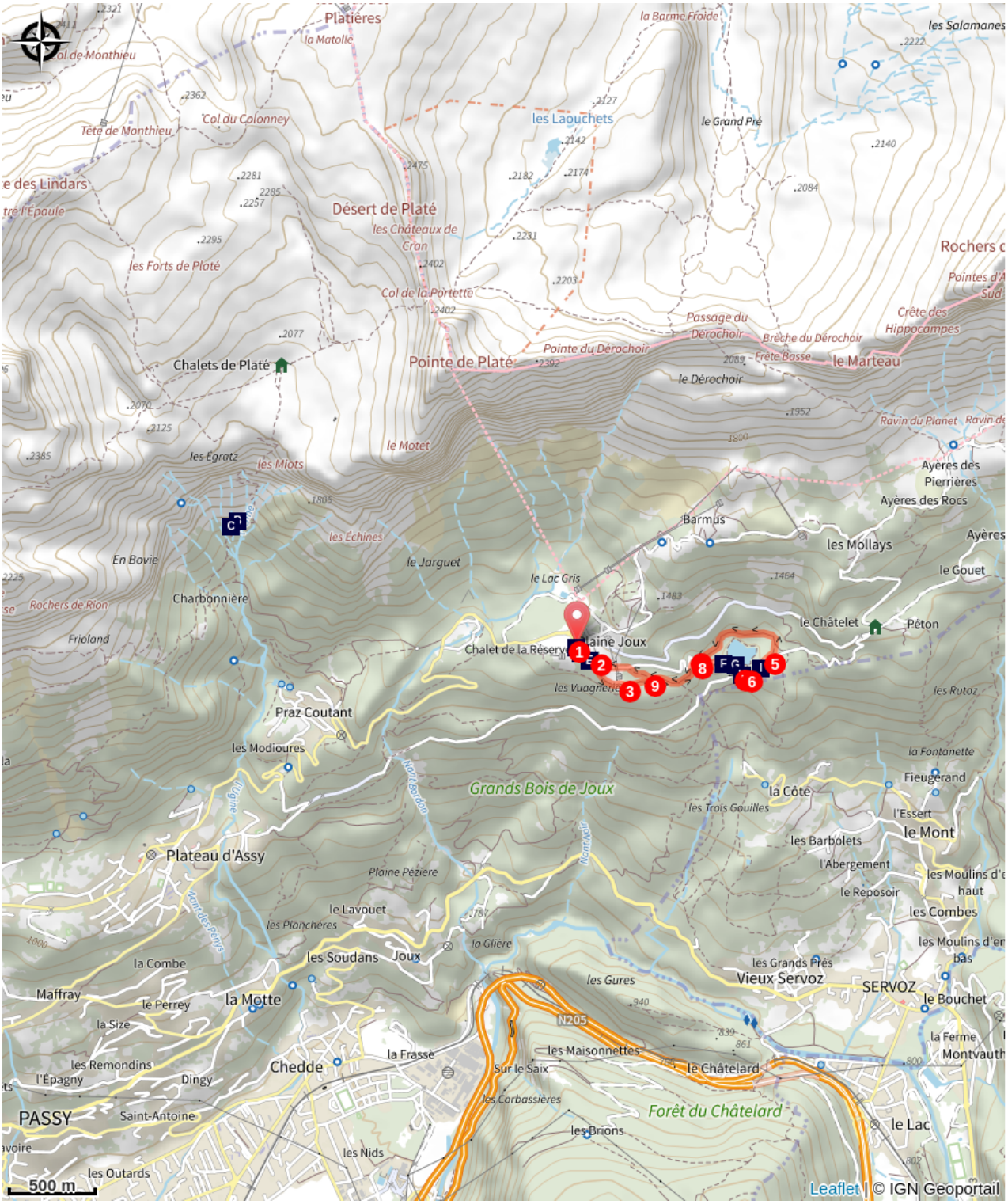
Profil altimétrique



Altitude min 1271 m Altitude max 1356 m

1. Se diriger vers le bâtiment d'accueil de la station. Prendre la route goudronnée, direction Lac Vert. Balise 102.
2. A 150 mètres, au niveau du bassin sur la droite, prendre la direction des départs des téléskis.
3. A la lisière de la forêt, prendre le sentier indiqué Lac Vert. Le suivre jusqu'à son croisement avec la route goudronnée.
4. Traverser cette route et prendre le sentier qui débute en face, indiqué Châtelet d'Ayères. Poursuivre la randonnée. Balise 93.
5. A la piste forestière, suivre à droite, la direction Lac Vert / Plaine Joux. Balise 94.
6. Au parking du Lac Vert et du restaurant, au niveau du bassin en bois, prendre le petit chemin qui débouche sur la rive du Lac Vert. Possibilité de cheminer le long de la berge sur la gauche, pour un point de vue du Mont-Blanc se reflétant sur le lac. Balise 159.
7. Pour le retour, du parking du lac suivre la direction Plaine Joux par la route. Balise 92.
8. Après un lacet, reprendre à gauche le sentier de l'aller. Le poursuivre. Balise 93.
9. Au panneau, prendre sur la droite direction Plaine Joux. Quand le sentier débouche sur la route goudronnée, à gauche direction Plaine Joux.

Sur votre chemin…



- La Maison de la Réserve (A)
- Le placide Bouquetin (C)
- L'histoire de Plaine-Joux (E)
- Le Crapaud commun (G)
- Les odonates (I)
- Caïnisme chez l'Aigle royal (B)
- Le mont Blanc (D)
- Le Vairon et le Chevesne (F)
- La Couleuvre à collier (H)

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 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 ce circuit.

Comment venir ?

Transports

Bus SAT Mont-Blanc L85

Accès routier

Accéder à la station de Passy Plaine-Joux par la route D43.
Parking situé à l'entrée de la station.

La station est aussi desservie par la ligne de bus L85 (SAT Mont-Blanc).

Sur votre chemin…

La Maison de la Réserve (A)

La Maison de la réserve naturelle de Passy située à Plaine-Joux vous accueille lors des vacances scolaires. L'exposition permanente portant sur la faune, la flore et les paysages vous ouvre les portes de la réserve naturelle. Vous y trouverez les réponses à certaines de vos questions et pourrez admirer les espèces sauvages qui se cachent dans la nature. Si la Maison de la réserve naturelle est fermée, pas de soucis, montez sur la coursive. En accès libre permanent, il y est question du paysage d'hier (temps géologiques) et d'aujourd'hui, des merveilles de biodiversité et des grands défis de la montagne du futur (eau, glaciers, réchauffement climatique…).

Crédit photo : Julien Heuret - CEN 74

Caïnisme chez l'Aigle royal (B)

Dans leur nid perché dans une paroi, deux poussins vont sortir de leur œuf à quelques jours d'intervalle. Un seul aura une chance de survivre : le plus faible sera éliminé par le plus vigoureux ! En biologie, ce comportement se nomme "caïnisme".
C'est un phénomène courant chez les rapaces diurnes, qui s'inscrit dans une stratégie de survie de l'espèce en sélectionnant les plus forts dès leur naissance afin d'augmenter leurs chances d'atteindre l'âge adulte. Car pour les parents, c'est un gros travail de nourrir un jeune vorace qui, de 100g à la naissance, doit atteindre 5 kg à son envol!

Crédit photo : Julien Heuret - CEN 74

Le placide Bouquetin (C)

Le Bouquetin est peu farouche, surtout par rapport au Chamois avec qui il partage souvent son territoire.
Contrairement à la plupart des autres espèces de montagne, il reste en altitude même lorsque l'hiver et la neige arrivent. Il rejoint alors les crêtes et les zones déneigées où il trouvera plus facilement l'herbe dont il se nourrit. Cette recherche de nourriture est énergivore. Aussi, en cas de rencontre, ne l'approchez pas et laissez-le s'éloigner à son rythme afin qu'il ne dépense pas inutilement son énergie, surtout en hiver.

Crédit photo : Julien Heuret - CEN 74

Le mont Blanc (D)

Sous la neige et les glaciers, deux roches principales forment le Massif du Mont-Blanc : les arêtes acérées et les plus hauts sommets sont en granite, très dur (de gauche droite : aiguilles de Chamonix dont l'aiguille du Midi, mont Blanc du Tacul, mont Maudit, sommet du mont Blanc) tandis que les parties plus rondes, car plus tendres, sont en gneiss (de gauche à droite : dôme du Goûter, aiguille du Goûter, aiguille de Bionnassay….).

Ces deux roches dites cristallines, proviennent du cœur de la Terre en fusion.

Crédit photo : Julien Heuret - CEN 74

L'histoire de Plaine-Joux (E)

Forêt puis alpage, Plaine-Joux n'a pas toujours été une station de ski. Son nom qui signifierait « forêt sur un espace plat » en témoigne.

Dès les années 1930, les habitants de Passy s'adonnaient déjà au ski sur ce site au panorama exceptionnel. C'est vers 1965 qu'il devient officiellement une station de ski communale. Aujourd'hui encore Plaine-Joux reste, été comme hiver, une station prisée des familles pour la pratique du ski, de la randonnée, du parapente… et de la contemplation.

Crédit photo : Lucie Rousselot - CEN 74

Le Vairon et le Chevesne (F)

Le Vairon est très commun dans les eaux très oxygénées. Sa présence dans les lacs d'altitude est dûe à la pratique de la pêche de la truite. En effet il est utilisé comme appâts par les pêcheurs, ce qui a permis sa colonisation des lacs de montagne.

Le Chevesne est un poisson assez gros, très répandu en France. C'est un omnivore, c'est à dire qu'il mange de tout. Dans nombre de pays européens, notamment à l'Est, il a un intérêt culinaire important.

Crédit photo : @JLFouquer

Le Crapaud commun (G)

Le baiser au crapaud le transformant en prince charmant est un mythe ! Il ne faut d'ailleurs pas toucher cette espèce protégée, sensible aux maladies que l'homme peut lui transmettre.
Par contre, regardez-le dans les yeux pour voir sa pupille horizontale et son iris orangé. Vous pourrez également observer ses glandes parotoïdes à l'arrière de sa tête. Elles lui servent à excréter un venin, la "bufotoxine" destiné à éloigner tout éventuel prédateur.
Le Crapaud est une espèce différente de la grenouille, il vit en grande partie en forêt, hors de l'eau, la rejoignant seulement pour s'y reproduire !

Crédit photo : Julien Heuret - CEN 74

La Couleuvre à collier (H)

Semi-aquatique, elle fréquente surtout des zones humides mais aussi des milieux plus secs partout où elle peut chasser ses proies principales que sont les amphibiens (grenouilles, crapauds, salamandres ou tritons).
C'est une espèce protégée, comme tous les reptiles !
Elle se reconnait à sa pupille ronde, à sa couleur gris olive et son double collier noir et blanc ou jaune. Son autre particularité : quand elle se sent en danger, elle crache un liquide nauséabond puis elle fait la morte, dévoilant alors son ventre bicolore en motif de clavier de piano !

Crédit photo : @NicolasPerrouchet

Les odonates (I)

Les odonates, plus communément appelées libellules, sont des insectes.
Elles connaissent deux stades dans leur vie: une phase "larvaire" qui est aquatique suivie d'une phase terrestre, qui représente l'âge adulte.
Les libellules sont des prédateurs: ce sont des carnivores se nourrissant de différents types de proies en fonction de leur stade. Elles mangent ainsi d'autres insectes.
Leur répartition est fortement liée aux conditions climatiques et tout changement impacte fortement leur présence. La destruction de leur habitat, les zones humides, est l'une des principales menaces qui pèsent sur les libellules.

Crédit photo : Julien Heuret - CEN 74