

Balade au lac d'Armancette

Réserve Naturelle des Contamines-Montjoie - Les Contamines-Montjoie



Lac d'Armancette (Teddy Bracard - CEN 74)



Un petit lac blotti dans son écrin forestier sous les Dômes de Miage vous attend !

Une belle balade en grande partie forestière et sans difficulté, couronnée à l'arrivée par un panorama dégagé depuis le lac d'Armancette sur les Dômes de Miage ou le Mont Joly.

Infos pratiques

Pratique : Rando été

Durée : 2 h

Longueur : 4.8 km

Dénivelé positif : 414 m

Difficulté : Facile

Type : Aller-retour

Thèmes : Faune, Lac et glacier

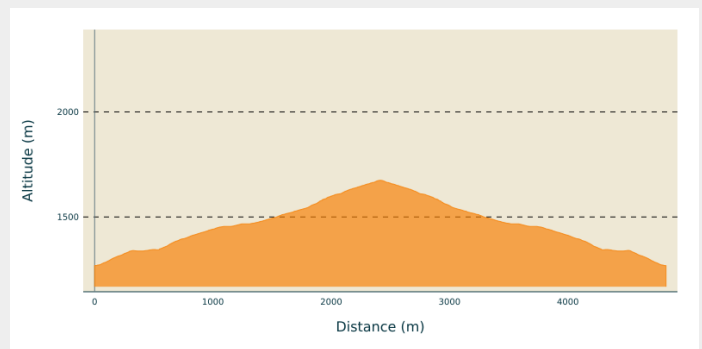
Itinéraire

Départ : Parking de la Frasse, les Contamines-Montjoie.

Arrivée : Parking de la Frasse, les Contamines-Montjoie.

Communes : 1. Les Contamines-Montjoie

Profil altimétrique



Altitude min 1269 m Altitude max 1676 m

Depuis le parking remonter la piste forestière jusqu'à l'intersection.

1. A l'intersection, prendre la piste forestière à droite et à plat en direction du "Lac d'Ar Mancette".
2. Tourner à gauche sur la piste forestière qui monte.
3. Continuer tout droit en direction du "Lac d'Ar Mancette".
4. Continuer tout droit en direction du "Lac d'Ar Mancette".
5. Emprunter le chemin de gauche pour "Lac d'Ar Mancette".
6. Arrivée au Lac d'Ar Mancette.

Le retour se fait par la même itinéraire.

Sur votre chemin...



 La Grenouille rousse (A)

 Le Triton alpestre (B)

Toutes les infos pratiques

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.

Comment venir ?

Accès routier

Se rendre au village des Contamines-Montjoie.
Au centre du village, prendre la route à gauche qui mène au hameau de la Frasse.
Continuer jusqu'au terminus de la route pour se garer au parking du même nom.

Conta Contamines

Parking conseillé

Parking de la Frasse

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.

Tétras lyre - hiver

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

La Combe Blanche 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.

i Lieux de renseignement

Espace « nature au sommet » des Contamines-Montjoie

Chef-lieu, 74170 LES CONTAMINES MONTJOIE

contact@cen-haute-savoie.org

Tel : 04 50 58 09 28

<http://cen-haute-savoie.org>



Office du Tourisme des Contamines-Montjoie

18 Route de Notre Dame de la Gorge,
74170 Les Contamines-Montjoie

info@lescontamines.com

Tel : 0450470158

<http://lescontamines.com>



Sur votre chemin...



🐸 La Grenouille rousse (A)

C'est la grenouille des surperlatifs ...

C'est la plus terrestre, c'est-à-dire qu'elle peut ne retourner à l'eau que pour hiverner ou lors de la saison de reproduction. C'est la plus montagnarde également : elle se rencontre jusqu'à 3000 m d'altitude. On la dit même capable de plonger sous la glace !

Mais c'est aussi l'une des plus répandues en Europe, et ce, dans différents types d'habitats, des parcs et jardins ou mares de plaine aux plus hauts ruisseaux et lacs d'altitude !

Crédit photo : Julien Heuret - CEN 74



🐸 Le Triton alpestre (B)

Le Triton alpestre est un amphibien qui ne craint pas le froid ! Il se rencontre dans les lacs alpins jusqu'à plus de 2500 m d'altitude. Et pour cela, il est capable de s'adapter aux températures parfois extrêmes en étalant son cycle de reproduction sur deux années voire même en se reproduisant dès son stade larvaire : c'est le phénomène de "néoténie". C'est une espèce protégée, sensible à la présence de grands poissons. D'ailleurs, les opérations d'empoisonnement pratiquées dans le cadre de la pêche en lacs d'altitude lui sont défavorables.

Crédit photo : Julien Heuret - CEN 74