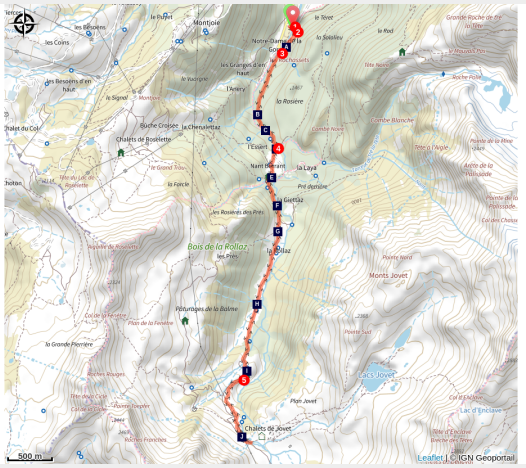
Le long du Bon Nant : Secteur Jovet

CC Pays du Mont-Blanc - Les Contamines-Montjoie

Bon Nant (@geoffreygarcel)



Une balade au cœur de la réserve

Entre forêts, alpages et cirque rocheux où le grand lac inférieur est blotti, vous découvrirez une cascade de milieux naturels.

Infos pratiques

Pratique : Rando été

Durée : 5 h

Longueur : 12.2 km

Dénivelé positif : 769 m

Difficulté : Intermédiaire

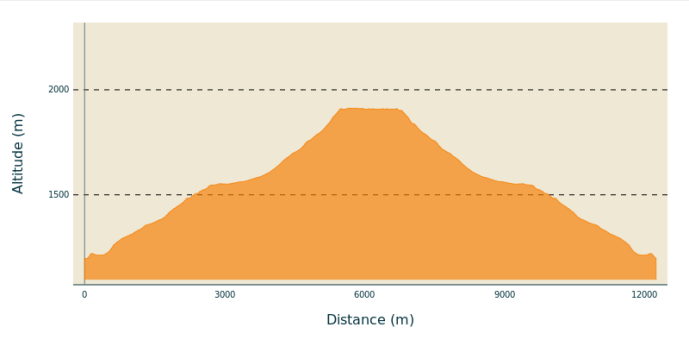
Type : Aller-retour

Thèmes : Faune, Lac et glacier, Pastoralisme

Itinéraire

Départ : Parking de Notre Dame de la Gorge, les Contamines Montjoie
Arrivée : Parking de Notre Dame de la Gorge, les Contamines Montjoie
Communes : 1. Les Contamines-Montjoie

Profil altimétrique



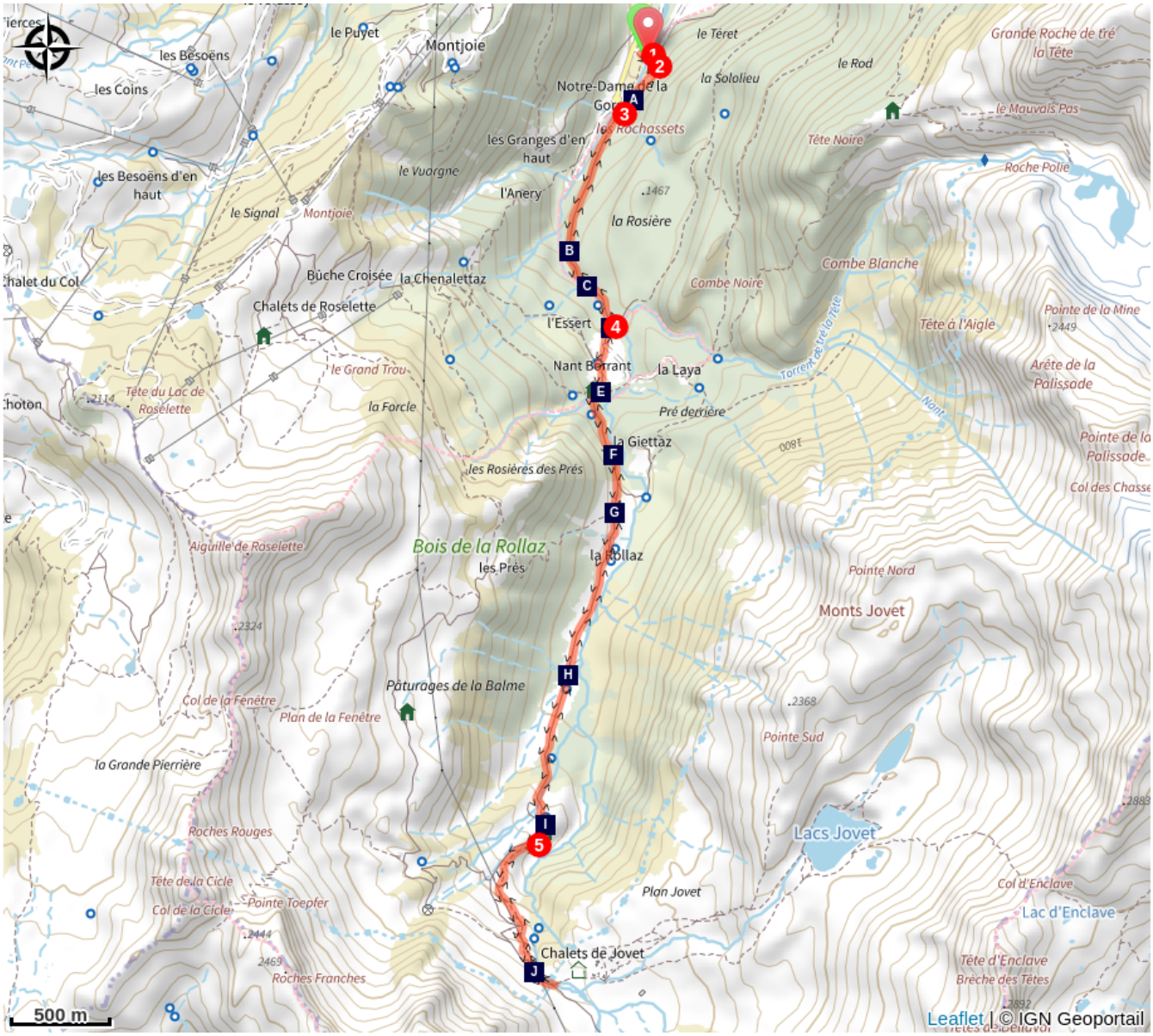
Altitude min 1196 m Altitude max 1912 m

Du parking de Notre-Dame de la Gorge :

1. Traversez la passerelle au-dessus du torrent pour rejoindre l'itinéraire.
2. Restez sur l'itinéraire principal qui remonte le torrent sur votre droite.
3. Restez sur le GR et empruntez la voie romaine qui s'élève face à vous.
4. Restez sur l'itinéraire et traversez le "Pont romain".
5. L'itinéraire s'arrête à la bifurcation pour le col du bonhomme.

Le retour se fait par le même itinéraire.

Sur votre chemin…



- La voie romaine (A)
- La Droséra à feuilles rondes (C)
- Refuge de Nant Borrant (E)
- L'alpage (G)
- Refuge de la Balme (I)
- Les tourbières de la Rosière (B)
- Le pont romain (D)
- L'hermine, caméléon des montagnes (F)
- Montagne à vaches (H)
- Bivouac et baignade interdit (J)

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.

Comment venir ?

Transports

Navettes au départ du centre village des Contamines-Montjoie (de fin juin à début septembre).

Accès routier

Rejoindre les Contamines-Montjoie (74170). Traverser le village et rester sur la Route de Notre-Dame de la Gorge (D902) pendant 2 kilomètres jusqu’à ce que la route s’arrête, au grand parking de Notre-Dame de la Gorge situé sur votre gauche.

Contamines
Conta Contamine

Parking conseillé

Grand parking de Notre Dame de la Gorge

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

Zone d'hivernage de Tétras lyre de la Balme, matérialisée par des fanions en décembre 2020 dans le cadre du POIA bidrski.

Ne pas y pénétrer lors des pratiques hivernales (ski de randonnée, raquettes).

Tétras lyre - hiver

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

Les contreforts de Jovet abritent des zones d’hivernage pour la faune : tétras-lyres, chamois, cervidés.

Les zones arborées sont à éviter pour ne pas déranger les animaux. Repérer le couloir unique de descente qui évite les zones de quiétude.

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…

La voie romaine (A)

Plus qu’un itinéraire touristique, la voie romaine est l’une des principales voies de traversée des Alpes à l’Antiquité !
Avant l’invasion romaine, le Val-Montjoie est peuplé de Ceutrons, une tribu celte pratiquant l’élevage. Pour la fabrication de fromages, ils importent du sel extrait vers Moutiers, via le Col du Bonhomme. Ils participent à la mise en place de ces routes vers l’Italie. Ces voies seront reprises par les Romains lors de l’invasion des Alpes.
Observez le tronçon des Rochassets, il est taillé dans le roc pour permettre le passage des "chars" !

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74

Les tourbières de la Rosière (B)

Sur votre gauche s’étendent les tourbières de la Rosière mais attention, admirez-les depuis le sentier car ce sont des milieux fragiles et des îlots de biodiversité !

Venue du fond des âges glaciaires, cette zone humide est issue d’une dépression érodée par le glacier dans laquelle l’eau a stagné. Ici c’est le royaume des plantes carnivores comme la Grassette des Alpes ou la Droséra à feuilles rondes…

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74

La Droséra à feuilles rondes (C)

C’est une petite plante carnivore qui vit dans des tourbières, milieux pauvres en éléments nutritifs. N’ayez crainte, elle se nourrit seulement d’insectes, qu’elle attire et digère grâce à une substance visqueuse produite par les poils rouges qui recouvrent ses feuilles.

On l’appelle aussi "Rossolis ou rosée du soleil" du fait du scintillement de cette substance à la lumière.

Cette espèce est sensible et protégée, merci de ne pas la toucher !

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74

Le pont romain (D)

Appelé également "Pont de la Téna", cet ouvrage date de l’époque romaine ! Il est situé sur l’axe stratégique qui permettait à cette époque de rejoindre la vallée de la Tarentaise et l’Italie depuis les Contamines.

Ce tracé, devenu depuis le GR5, est un lieu touristique fréquenté.
Le pont domine les gorges du Bont nant.

Admirez les marmites que le torrent a façonné au fil du temps !

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74

Refuge de Nant Borrant (E)

Ce chalet traditionnel de montagne date des années 1800. C’est en 1842 que la Commune des Contamines donna l'autorisation d'y établir une auberge. Il portera le nom “d’Hôtel de montagne” jusqu’en 1976. Avec le développement du sentier de Grande Randonnée “Tour du Mont Blanc”, il est devenu un refuge. Mais depuis sa création il a toujours appartenu à la même famille !
Il est ouvert de juin à fin septembre.

Le refuge de Nant Borrant est aux portes de la réserve naturelle qui commence juste après le torrent...
Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74

L'hermine, caméléon des montagnes (F)

Blanche en hiver ou dos marron et ventre beige en été, l'hermine a toute l’année le bout de la queue noir. Souvent confondu avec la belette, l'hermine s'en distingue par sa taille. Elle est plus grande (de 17 à 33 cm), contre 11 à 25 cm pour une belette et sa queue est bicolore. Carnivore, sa proie favorite est le campagnol.
Vive et joueuse, l’hermine se déplace souvent par bonds pouvant aller jusqu’à 50 centimètres de hauteur et parcourt de grandes distances pour sa taille : 15 km.
Crédit photo : @LionelRoux

L'alpage (G)

L’alpage est un paysage façonné par l’homme depuis la préhistoire, au néolithique, qui a vu naître l’élevage.
Sans le pâturage des animaux domestiques à cette altitude, l’espace serait occupé par un ensemble de quelques espèces de buissons accompagnées de peu d’espèces animales.
L’alpage, est un rare exemple où une activité de l’homme génère une biodiversité tant en espèces animales que végétales, plus foisonnante que ce que produirait l’évolution naturelle du milieu. On y trouve de nombreuses espèces de plantes, d’oiseaux, d’invertébrés, de mammifères…

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74

Montagne à vaches (H)

Comment reconnaître les races de vaches de montagne qui se côtoient ici ?

La race "Abondance" est originaire du village du même nom dans le Chablais en Haute-Savoie. Elle se reconnait à sa robe acajou et à son ventre et sa tête de couleur blanche.

La vache "d’Herens" est originaire du Valais en Suisse. Plus trapue, elle arbore une robe monochrome souvent noire, parfois rouge foncé ou châtain. Son comportement vif et belliqueux est utilisé lors des traditionnels “combat des reines” dans les 3 pays autour du Mont-Blanc. Mais rassurez-vous, ces joutes sont inoffensives pour l’animal !

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74

Refuge de la Balme (I)

Situé au pied des Aiguilles de la Pennaz (2668 m) sur le Tour du Mont-Blanc, ce refuge est de tradition familiale. Ici 3 générations se sont succédées pour accueillir les randonneurs. Cette ancienne ferme est entourée d’alpages toujours exploités par des agriculteurs de montagne.

Estimez la hauteur du toit et imaginez que l’hiver, seule la cheminée dépasse du manteau neigeux!

Ce refuge et ouvert de juin à septembre

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74

Bivouac et baignade interdit (J)

La montagne et les espaces protégés sont des refuges pour la biodiversité autant que des espaces de ressourcement pour les visiteurs.

Malheureusement, la présence massive et prolongée de randonneurs et de bivouaqueurs concourt à transformer durablement ces milieux naturels, préservés jusqu’alors. Ces dernières années, le bivouac et la baignade sont parfois devenus une finalité pour certains visiteurs, avec des conséquences néfastes pour la faune sauvage (source de stress et de modification des comportements) ; abandons de déchets et toilettes sauvages, polluant espaces, cours d’eau et lacs ; et perturbant des habitats remarquables.

Ainsi, le bivouac aux lacs Jovet et au Plan Jovet est interdit du 1er Juillet au 31 Août.

La baignade est, elle, interdite aux randonneurs et aux animaux de compagnie tout au long de l’année.

Pour participer au respect et à la préservation des sites naturels et afin de proposer la meilleure expérience d’une nuit sous les étoiles, les randonneurs doivent déclarer leur nuit en bivouac sur : https://bivouac.nature-haute-savoie.fr/

Crédit photo : @Asters-CEN74