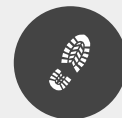


Glacier de Tré la tête, retour par la gorge

Réserve Naturelle des Contamines-Montjoie - Les Contamines-Montjoie



Coucher de soleil sur le glacier (GeoArey Garcel - CEN 74)



Boucle à la journée en terrain et paysages variés pour le plaisir des yeux.

De la forêt aux abords du glacier, cette randonnée en milieux variés vous fera découvrir les multiples facettes de la réserve naturelle la plus haute de France.

Infos pratiques

Pratique : Rando été

Durée : 6 h

Longueur : 13.3 km

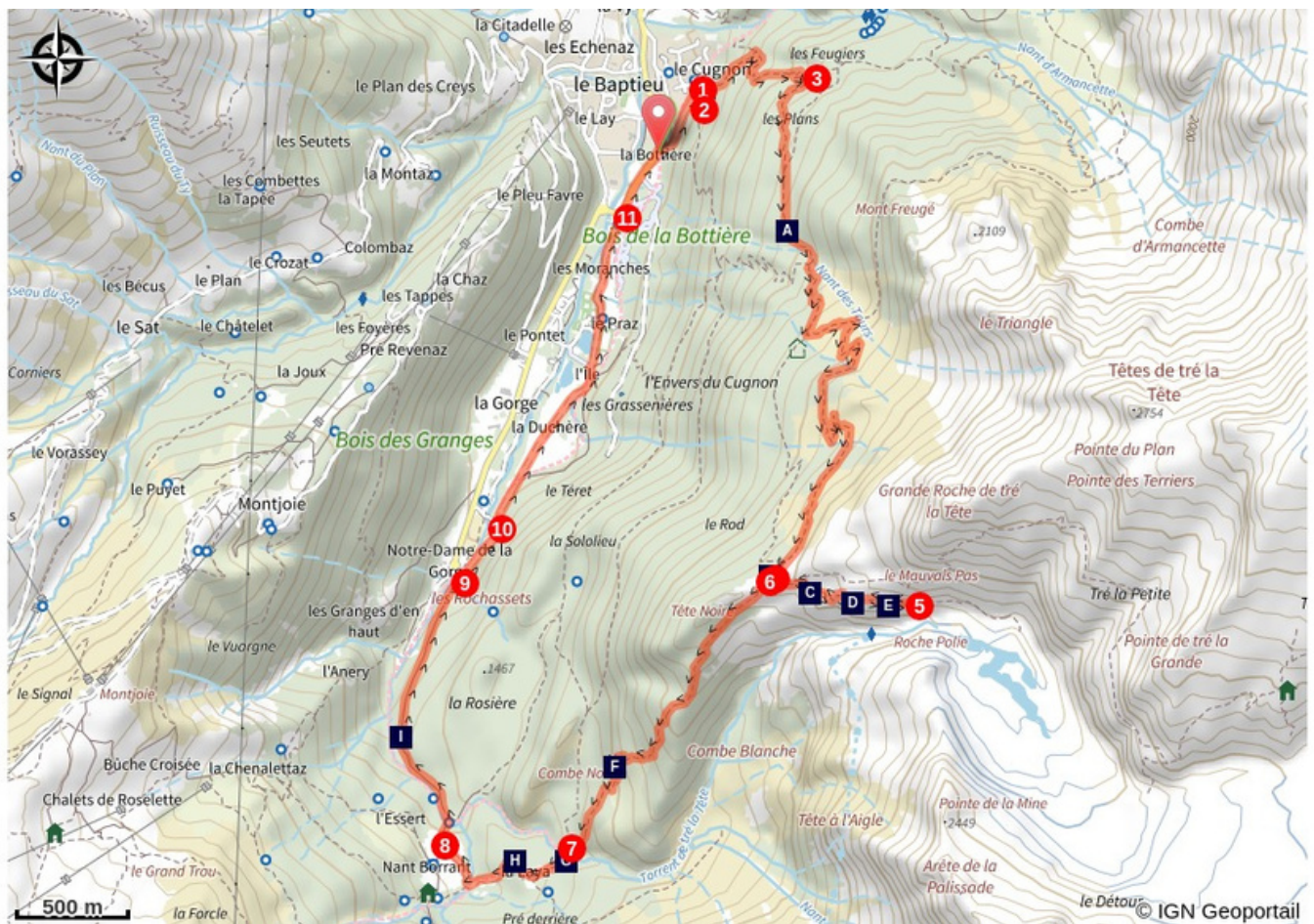
Dénivelé positif : 963 m

Difficulté : Intermédiaire

Type : Boucle

Thèmes : Archéologie et histoire, Géologie, Lac et glacier, Point de vue

Sur votre chemin...



La discrète Gélinotte des bois! (A)

Refuge de Tré-la-Tête (B)

Un glacier et des hommes (C)

Une prise d'eau sous le glacier (D)

Glacier de Tré-la-tête (E)

Le Belvédère de Combe noire (F)

La Cascade de Combe noire (G)

Le Colchique des Alpes (H)

Les tourbières de la Rosière (I)

Sur votre chemin...



La discrète Gélinoite des bois! (A)

C'est la plus petite et la plus discrète des espèces de Galliformes de montagne. Elle est bien moins connue que le Tétraz-Lyre ou que le Lagopède alpin du fait de ses mœurs exclusivement forestières !

Mais elle est aussi importante d'un point de vue biologique et scientifique : c'est une espèce indicatrice des changements environnementaux. Ses exigences marquées en termes de végétation et de variété d'essences d'arbres la mettent en danger face à une mauvaise gestion forestière. C'est d'ailleurs l'une des principales causes de régression de l'espèce.

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74



Refuge de Tré-la-Tête (B)

Ce refuge, situé à 1970 m d'altitude, a plus d'un siècle d'histoire.

Créé en 1907 pour accueillir les pionniers de l'alpinisme, il réunit désormais toutes les cultures de la montagne. Alpiniste amateurs de sommets, randonneur en escale à la journée ou en itinérance c'est ici que vos chemins se croiseront peut-être.

Idéalement placé, il offre une vue saisissante sur les sommets environnants et le village, 900 m en contrebas !

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74



Un glacier et des hommes (C)

Le glacier de Tré-la-Tête est une terre d'alpinistes.

En été, il est bordé des sommets mythiques du massif du Mont-Blanc comme les Dômes de Miage ou l'Aiguille nord de Tré-la-Tête, point culminant de la Réserve naturelle à 3892 m d'altitude. C'est le point de passage de nombreux itinéraires de haute-montagne classiques ou de ski-alpinisme.

Depuis la fin du dix-neuvième siècle, il est ainsi le théâtre de l'évolution de l'alpinisme.

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74



Une prise d'eau sous le glacier (D)

En 1939, l'ingénieur Max Waeber réalise une première mondiale en construisant une prise d'eau sous le glacier. Cette eau captée sert d'ailleurs toujours à alimenter un lac artificiel (le lac de la Girotte, dans le Beaufortin) grâce à dix kilomètres de galeries souterraines, à des fins de production hydro-électrique.

La Réserve naturelle, en partenariat avec EDF, a conduit en 2011 un programme de démantèlement des infrastructures industrielles liées à la création de cette prise d'eau (dortoirs et téléphériques).

Crédit photo : CEN 74



Glacier de Tré-la-tête (E)

Ce géant, dont le nom signifie au-delà de la tête, est le quatrième plus grand glacier français! Il est étudié dans le contexte du changement climatique.

Son état de santé, suivi par la Réserve naturelle depuis 2014, évalue ainsi le volume de glace gagné ou perdu. C'est ce que l'on nomme le bilan de masse. Long de 8 km, il déroule sa langue de glace depuis le col Infranchissable à la frontière italienne à 3300m d'altitude, jusqu'au point où vous vous situez !

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74



Le Belvédère de Combe noire (F)

Profitez de ce belvédère naturel pour reprendre votre souffle. Mais attention le rocher est glissant et la zone non sécurisée ! Vous dominez la forêt et le hameau de "Combe noire". Ce nom provient de la couverture forestière composée quasi exclusivement d'épicéas, à la couleur sombre.

De ce point de vue imprenable, découvrez les alpages de la Rollaz traversés par le GR. De gauche à droite, vous apercevez les Roches rouges, les Roches franches, les Aiguilles de la Pennaz, le col du Bonhomme, le rocher du Bonhomme et enän la Tête Nord des Fours.

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74



La Cascade de Combe noire (G)

Profitez d'une halte sur ce pont pour ressentir la fraîcheur des embruns de la cascade de Combe Noire et imaginez que le glacier de Tré-la-Tête arrivait jusqu'ici en 1870 !

Depuis, il est remonté de plusieurs centaines de mètres mais on perçoit toujours sa présence à travers la rivière torrentielle qui a formé des sculptures impressionnantes appelées "marmites de géant" en érodant la roche dans un vacarme assourdissant !

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74



Le Colchique des Alpes (H)

C'est la fin de l'été... C'est à cette saison que fleurit le Colchique alpin. Son nom vient de Colchide en Grèce, la patrie de l'empoisonneuse Médée.

Cette plante contient un alcaloïde très toxique : la colchicine. Selon les alchimistes, cette substance, employée en très faible dose, soignerait les rhumatismes et les crises de goutte.

Crédit photo : Julien Heuret - CEN 74



Les tourbières de la Rosière (I)

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