

Glacier de Tré la Tête par la Cascade de Combe noire



Réserve Naturelle des Contamines-Montjoie - Les Contamines- Montjoie



Glacier de Tré la Tête (Julien Heuret - CEN 74)



Randonnée sportive de la forêt au glacier

Entre forêts, torrents, cascades, prairies et glacier cette randonnée traverse une diversité de milieux et de vues à couper le souffle. Une marche récompensée par un panorama saisissant.

Infos pratiques

Pratique : Rando été

Durée : 6 h

Longueur : 10.8 km

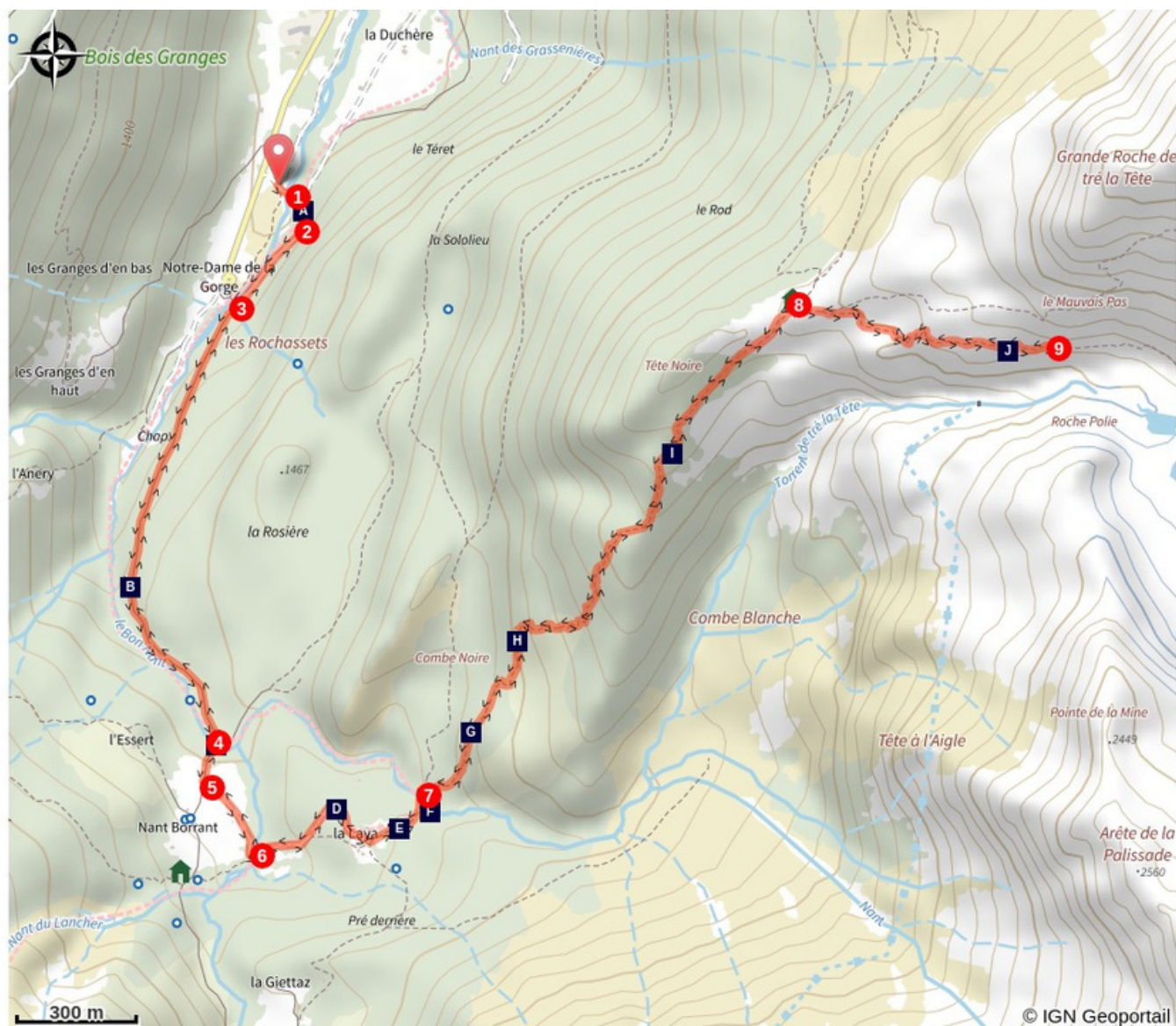
Dénivelé positif : 937 m

Difficulté : Difficile

Type : Aller-retour

Thèmes : Géologie, Lac et glacier,
Refuge

Sur votre chemin...



La réserve naturelle (A)

Les tourbières de la Rosière (B)

Le pont romain (C)

Le Colchique des Alpes (D)

L'Epervier d'Europe (E)

La Cascade de Combe noire (F)

La Mésange huppée (G)

Le Belvédère de Combe noire (H)

L'Aigle royal (I)

Glacier de Tré-la-tête (J)

Sur votre chemin...



La réserve naturelle (A)

A quelques pas de l'entrée véritable de la réserve naturelle, un panneau qui vous présente les enjeux de cet espace naturel protégé et réglementé.

Crédit photo : 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



Le pont romain (C)

Appelé également "Pont de la Têna", 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 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



Le Colchique des Alpes (D)

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



L'Epervier d'Europe (E)

Comme un éclair, une silhouette argentée se faufile silencieusement entre les branches, accompagnée des cris d'alerte des mésanges et autres roitelets... Quelle chance ! Vous venez d'apercevoir l'Epervier !

Ce petit rapace, à l'activité diurne, est commun mais très discret. C'est la terreur des passereaux, cet ordre qui regroupe la plupart des oiseaux chanteurs, dont il est le bourreau !

C'est un prédateur qui joue de l'effet de surprise en volant au plus près du relief ou dissimulé derrière des obstacles pour surprendre ses proies.

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74



La Cascade de Combe noire (F)

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



La Mésange huppée (G)

C'est un petit passereau forestier qui évolue souvent en compagnie de ses congénères, comme la Mésange à tête noire ou la Mésange boréale, car elles apprécient les mêmes habitats.

Sa présence est liée à celle de vieux arbres, qu'il s'agisse de bois mort ou d'arbres vieillissants, que l'on nomme aussi "bois sénescents". Elle apprécie tout particulièrement les forêts de résineux (épicéas, pins et sapins).

C'est une petite boule d'énergie, vive et en perpétuel mouvement, reconnaissable à sa huppe. Elle se nourrit de petits insectes, de larves et d'araignées mais aussi des graines de conifères.

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74

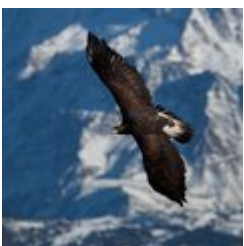


Le Belvédère de Combe noire (H)

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 enân la Tête Nord des Fours.

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74



L'Aigle royal (I)

C'est un prédateur, armé pour la chasse ! Grâce à de grandes et larges ailes, il plane haut dans le ciel à la recherche d'une proie. Sa vue exceptionnelle repère marmottes (son repas préféré), lièvres, renards ou lagopèdes et parfois même jeunes chamois ou bouquetins !

Son arcade sourcilière prononcée agit comme un pare-soleil lors du piqué qu'il effectue pour saisir sa proie. Il est équipé de griffes appelées serres pour la capture, d'un bec puissant, crochu et tranchant pour déchiqueter la chair.

Crédit photo : Geoffrey Garcel - CEN 74



Glacier de Tré-la-tête (J)

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