



## Grand Parra (2012m) et Pointe des Arlicots (2060m) en Traversée

Le Grand Parra n'est pas le sommet le plus connu des Bauges et offre ainsi une ascension relativement sauvage, loin du tumulte des randonneurs ! Il jouit d'une belle situation sur le flanc Est du beau plateau de l'Arclusaz, dominant de manière abrupte de plus de 1800m la vallée de l'Isère.

La traversée par les arêtes vers la Pointe des Arlicots offre une belle ambiance aérienne et peut se faire soit sur le fil avec des passages relativement techniques et exposés, ou en contournement des passages difficiles dans le flanc Est qui domine la Vallée de l'Isère.

### PROFIL :

- Massif : Bauges
- Difficulté : **R4**
  - Dénivelé : R5
  - Temps de Marche : R3
  - Technicité : R4
- Dénivelé : 1200 m
- Distance : 15.0km
- Durée : 5h50 (montée : 2h50 - descente : 3h00)
- Départ : Parking des Aroles (915m)

### ACCES :

De St Pierre d'Albigny, emprunter la D911 qui mène au Col du Frêne. Franchir le Col et redescendre sur Ecole. Au centre d'Ecole, prendre alors à droite la D60 et continuer sur environ 700m juste avant le petit pont. Prendre alors toute suite à droite, puis à gauche. La route s'en suit dans la foulée d'une épingle à cheveux sur la droite et arrive en environ 200m à un petit carrefour. Ne pas continuer tout droit et prendre sur la gauche la route que l'on suit jusqu'à son terminus. La route devient moins bien goudronnée sur la fin. Bon parking pour se garer. Attention, au mois de Mai-Juin 2019, des aménagements étaient en cours pour la construction d'une route au-dessus du parking.

### ITINERAIRE :

Carte : IGN TOP25 3432 OT Bauges

Balisage : Jaune et Rouge (GRP) du Parking au Chalet du Praz, puis hors sentier (Pas de Cairn)

Précautions particulières : Aucune



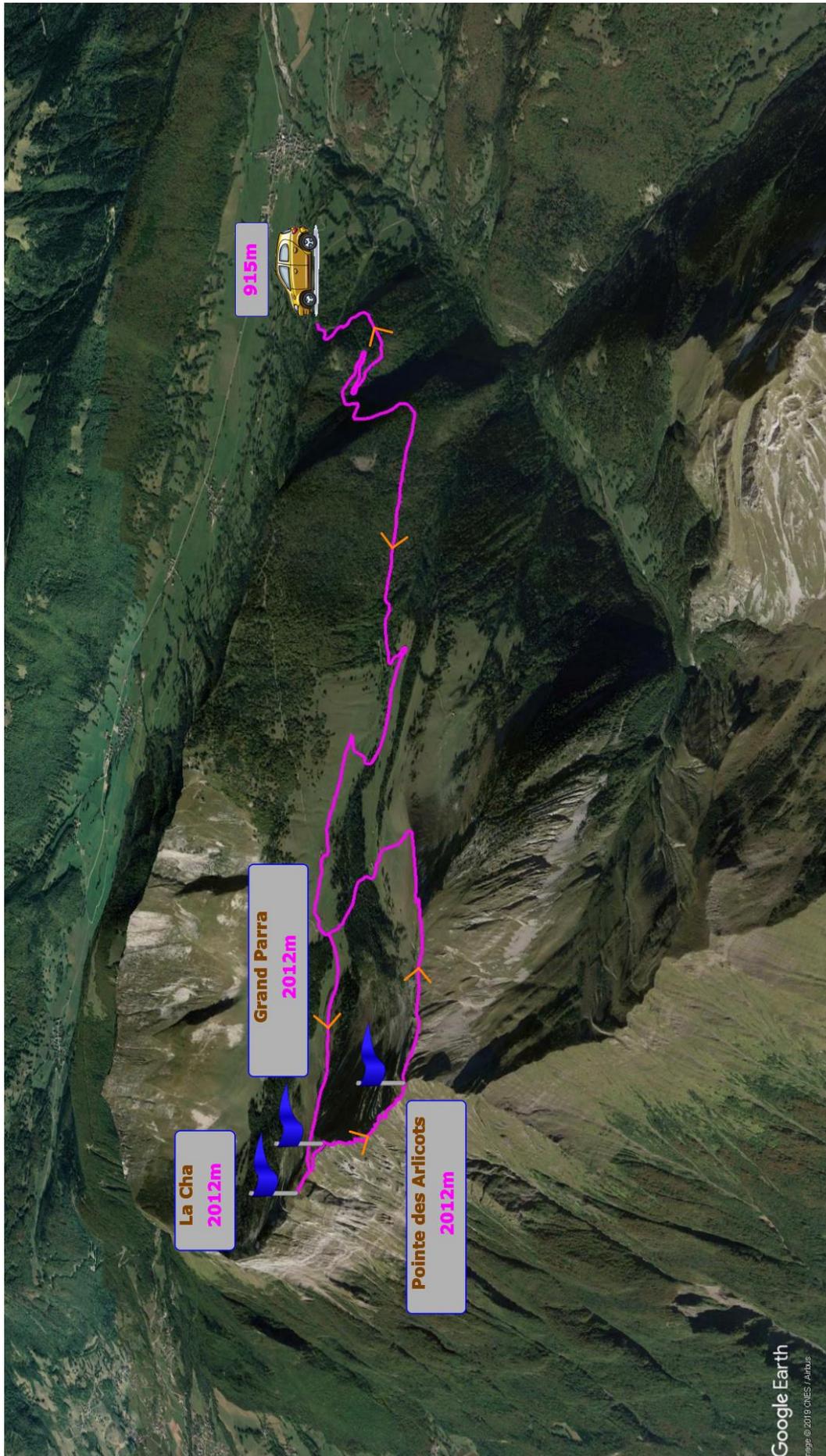
### La Montée :

Du Parking, suivre la large route carrossable (interdite à la circulation motorisée sauf ayant droits) qui s'élève en pente douce vers l'Est. La piste serpente quelque peu pour contourner la face Ouest du plateau de l'Arclusaz. Après environ 4km, nous débouchons enfin sur le large et très beau plateau. Continuer sur la large piste jusqu'à atteindre le Chalet du Praz (1405m). Dépasser le Chalet et atteindre une intersection (1440m) menant tout droit au Chalet des Arbets et à gauche (Est), au Chalet du Lauzarin. Prendre à gauche. Continuer sur la piste encore une 100ème de mètre avant de la quitter en empruntant une piste herbeuse carrossable sur la droite, juste après le petit bois (piste marquée sur l'IGN et menant à un petit cabanon).

On quitte alors la petite piste herbeuse pour commencer l'ascension hors sentier de la face Ouest du Grand Parra. L'ascension se fait rapidement dans des pentes raides, pouvant atteindre jusqu'à 40° dans les passages les plus pentus (attention aux traversées sur les quelques plaques rocheuses, qui peuvent être relativement glissantes). L'usage des mains est souvent utile. Vers 1850m, les pentes se font moins raides et on aperçoit sur la droite le sommet du Cha (1974m). Se diriger en biais vers le petit collet au pied du Cha où on prend enfin pied sur la crête sommitale. L'ascension du Cha ne demande que quelques minutes et offre un panorama des plus saisissant, notamment sur le Col de l'Arclusaz, point terminal du plateau. Revenir ensuite au petit collet et suivre la crête jusqu'au sommet du Grand Parra que l'on atteint en une dizaine de minutes. Un losange métallique très laid en marque le sommet !!

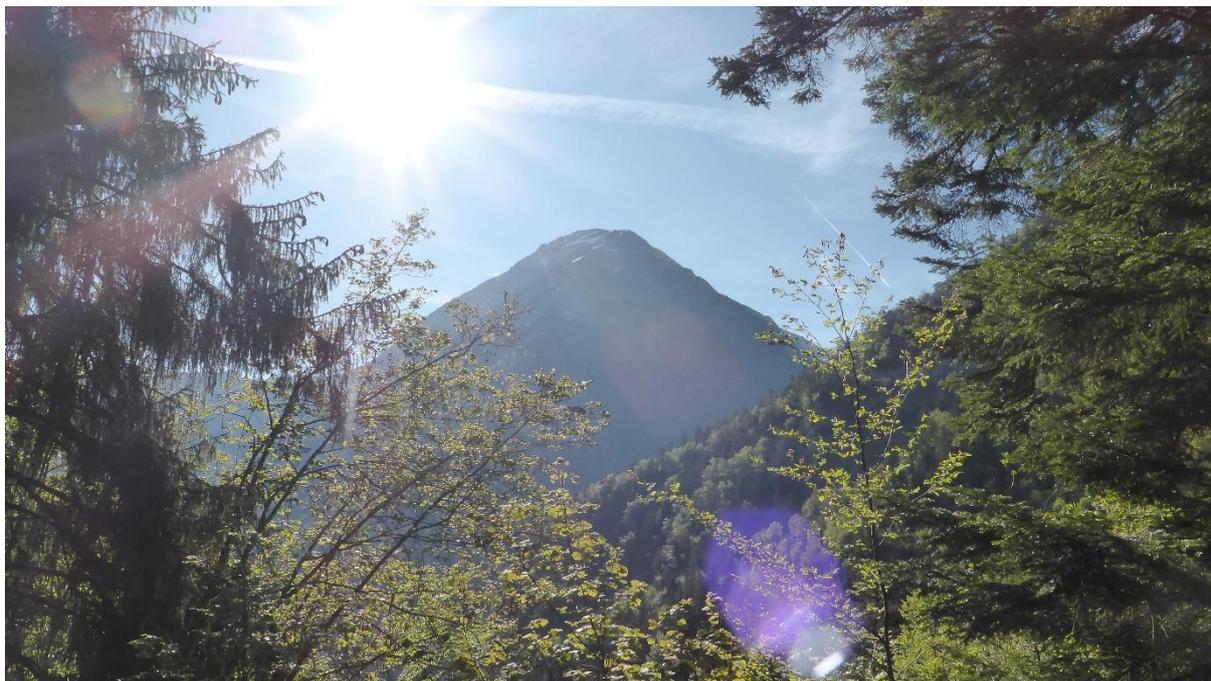
### La Descente :

Redescendre en contre-bas sur l'arête menant à la pointe des Arlicots. Le parcours est aisé mais nécessite de la vigilance car nous dominons la vallée de l'Isère sur notre droite de plus de 1800m et le plateau de l'Arclusaz de manière verticale de près de 600m. On enchaîne le passage de plusieurs mamelons situés sur l'arête. On peut suivre l'arête sur le fil mais certains passages sont vraiment très exposés. Ces passages peuvent être contournés en passant en contre bas du côté vallée de l'Isère. Compter bien 45 minutes pour traverser les arêtes où une petite recherche d'itinéraire est parfois utile ! Une fois la pointe des Arlicots rejointe, emprunter l'arête Nord (facile) menant à la montagne de la Lanche. Redescendre alors l'arête herbeuse Nord-Ouest dominant le Chalet de Bottier dans des pentes raides. Là où les pentes se font un peu plus douce, quitter l'arête et descendre plein Ouest en direction d'un bassin artificiel. Le contourner sur la gauche (Sud) et entamer la descente raide avec un petit bois sur la droite, jusqu'à rejoindre la piste au niveau du chalet du Lauzarin. Continuer alors sur la piste en direction du Sud (à Gauche) jusqu'à rejoindre rapidement l'intersection de la montée (où nous avons quitté la piste pour emprunter la piste herbeuse). Le reste de la descente se fait par le même itinéraire que celui de la montée sur cette longue piste de retour !





## REPERES VISUELS :



Vue sur le Pécloz peu après le départ du parking



Sur la piste avec les contreforts Ouest du plateau de l'Arclusaz en ligne de mire



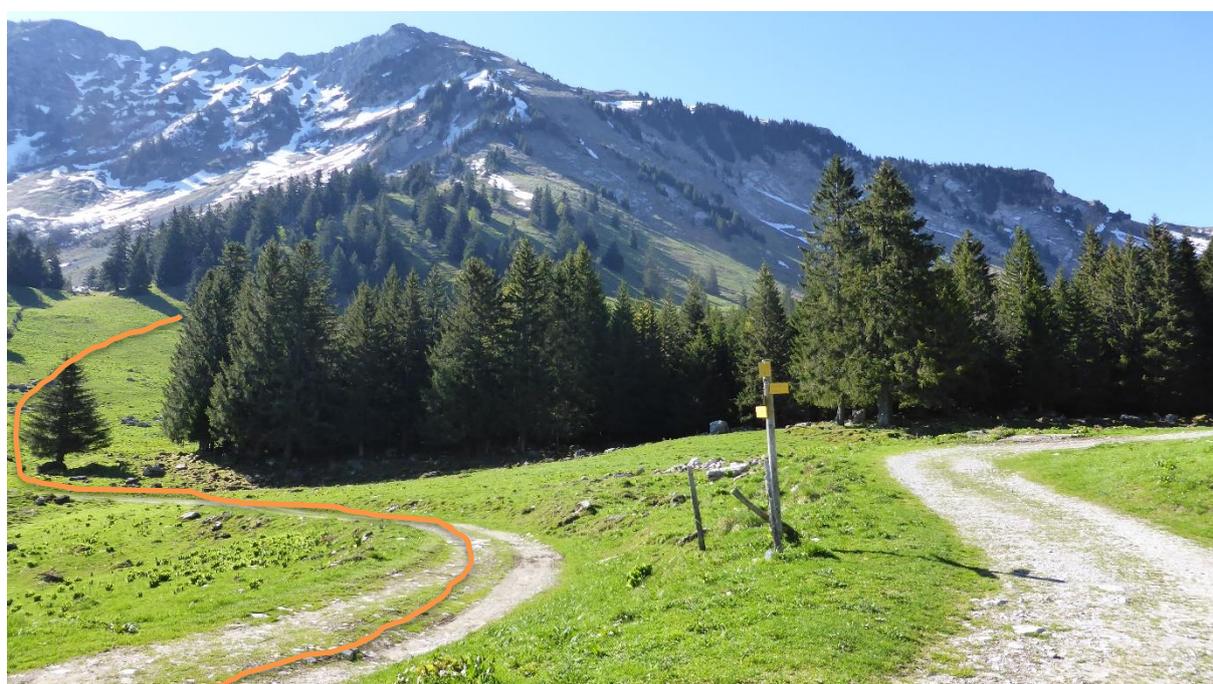
Non loin de l'entrée sur le plateau, on aperçoit l'itinéraire du jour



Entrée sur le Plateau



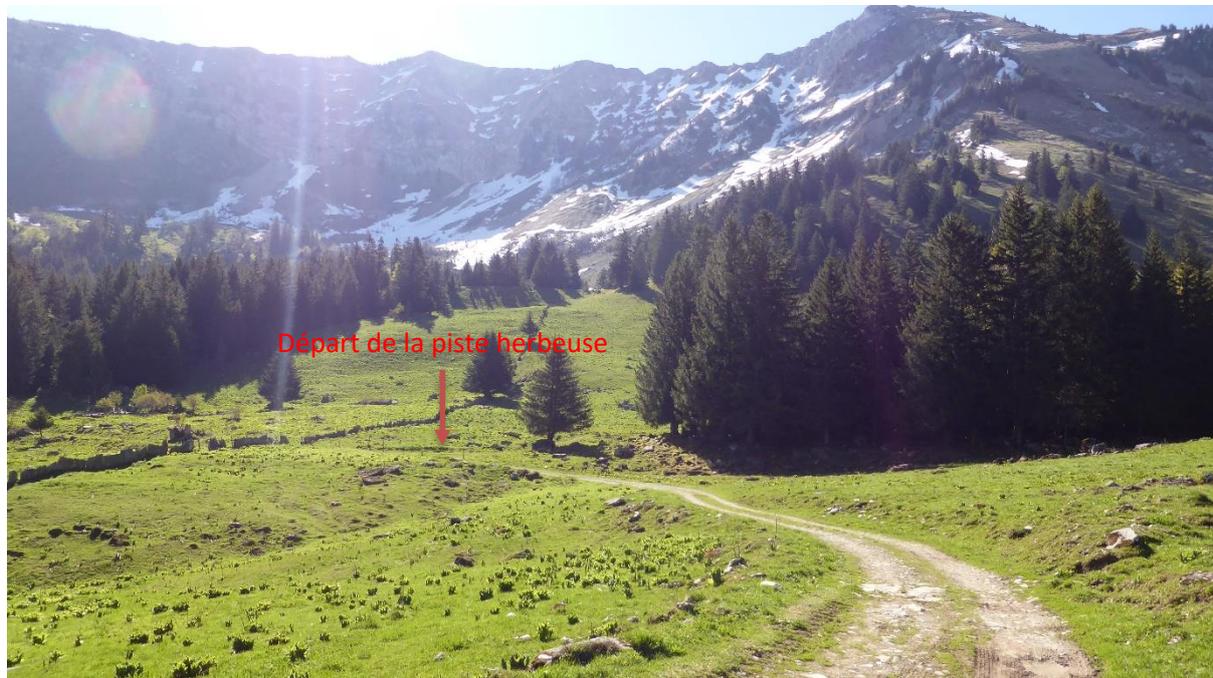
La montée au Grand Parra



L'intersection après le Chalet du Praz



Panneau de l'intersection



Vue sur le départ de la petite piste herbeuse



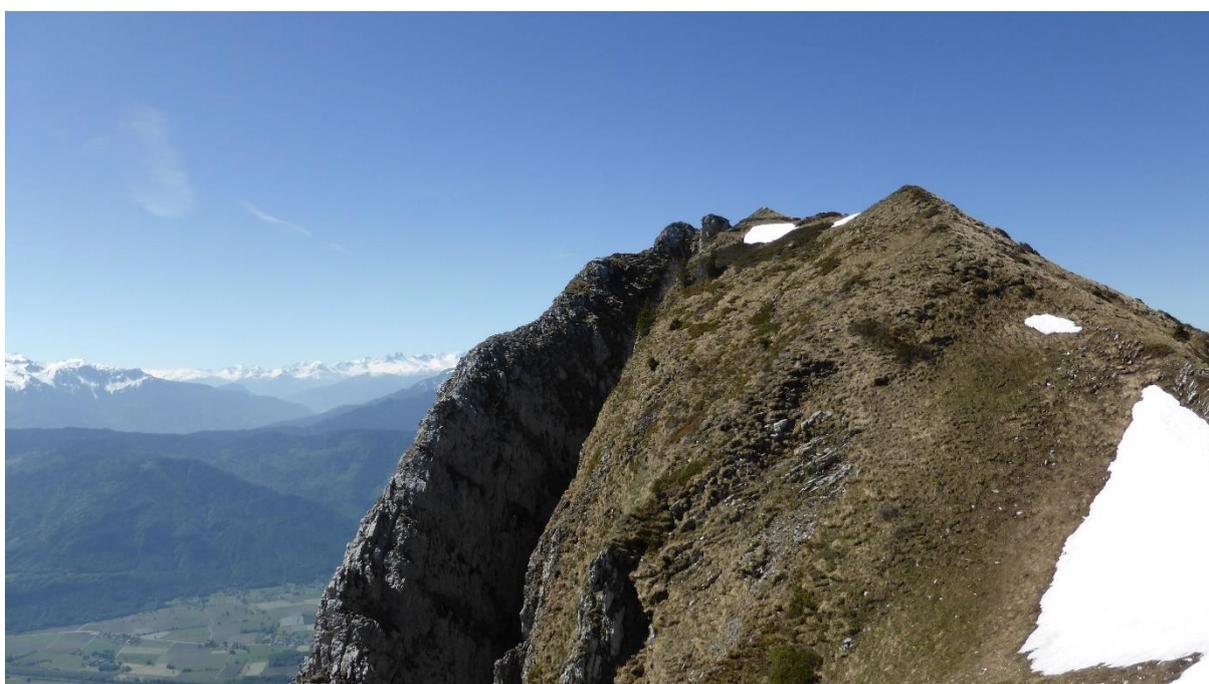
Départ de l'ascension hors sentier



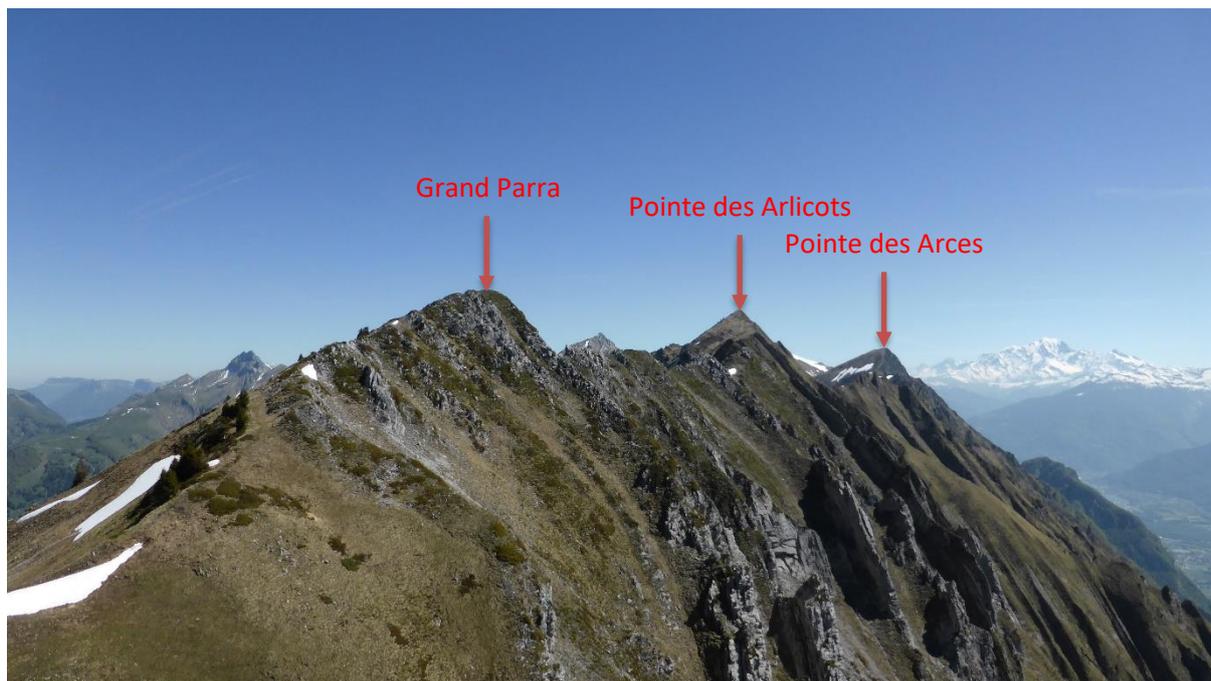
Regard arrière



Traversée vers la Cha



Vue depuis le collet, en direction de la Cha



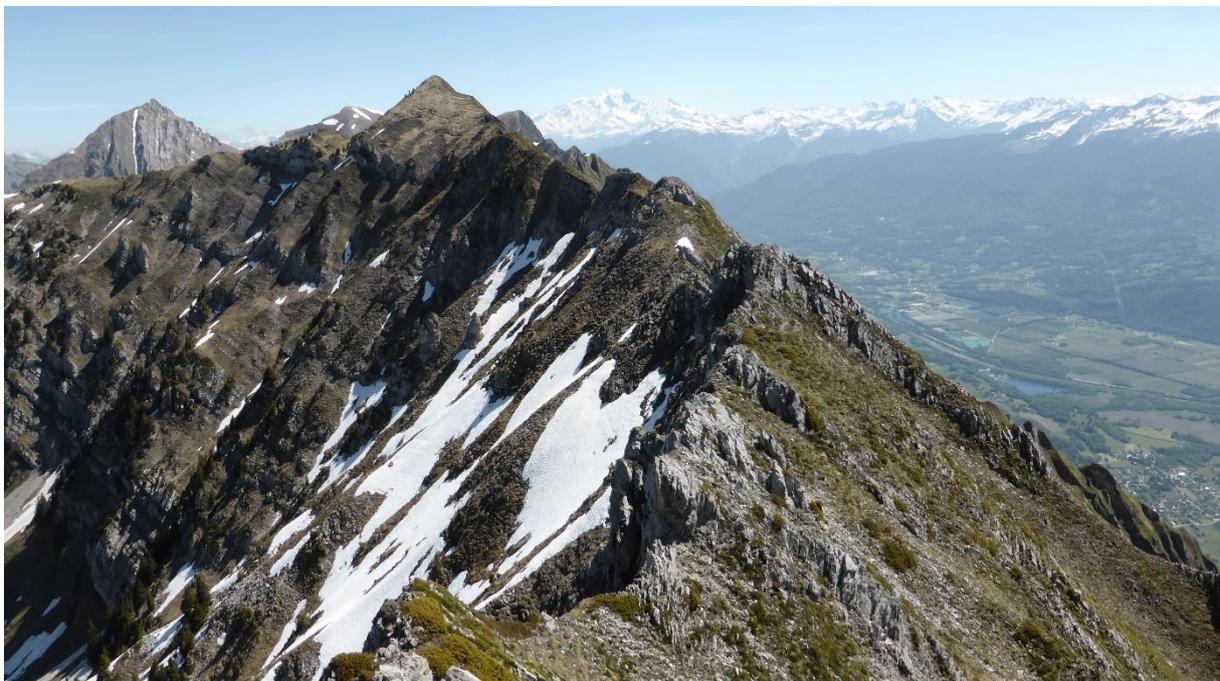
Vue depuis la Cha, l'enfilade des arêtes



Vue plongeante sur la vallée de l'Isère



Arrivée au Grand Parra



Les Arêtes vers la Pointe des Arlicots



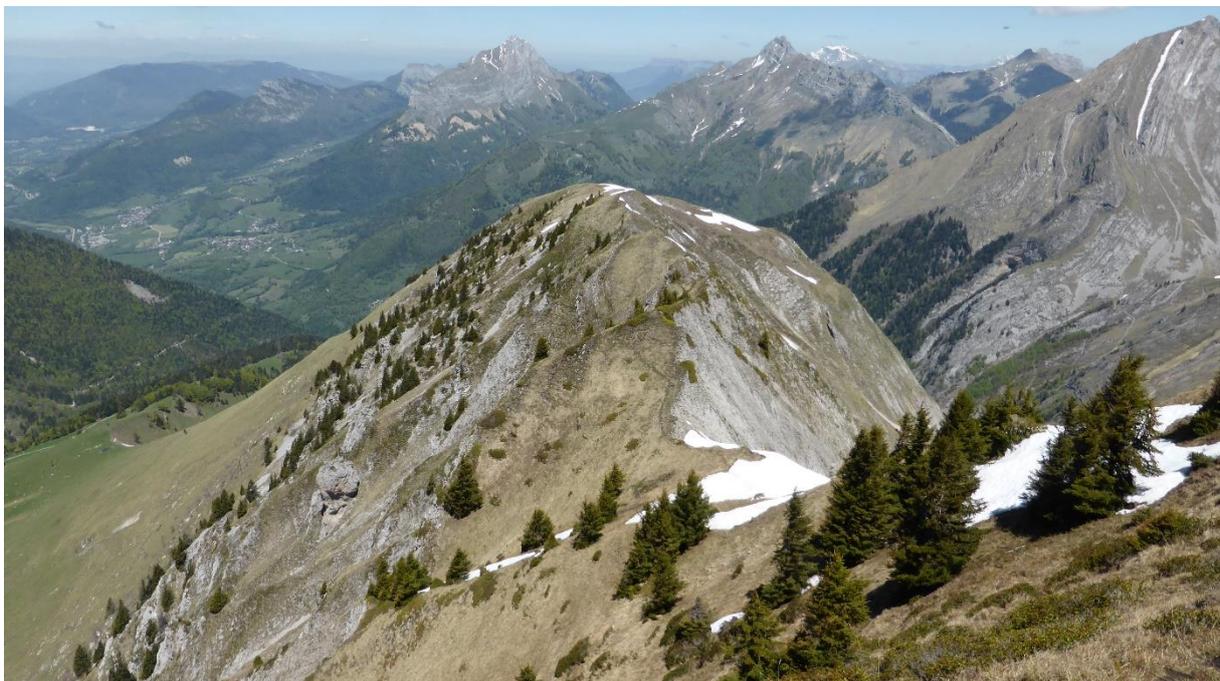
Ambiance !



Regard arrière



Vue de la Point des Arlicots : Pécloz, Armenaz, Pointe des Arces



L'arête Nord vers la Montagne de la Lanche



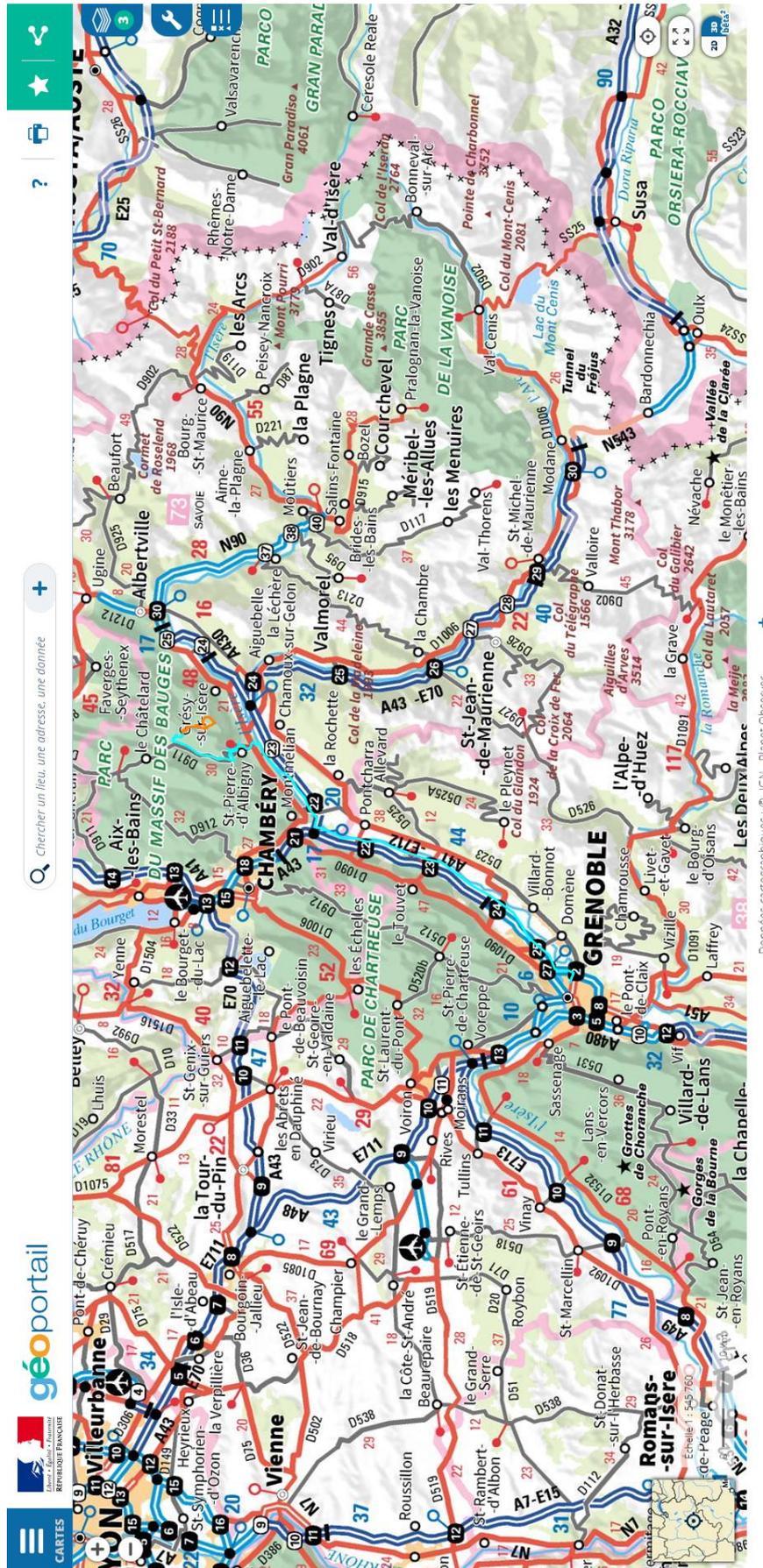
Montagne de la Lanche avec la Pointe des Arces en fond

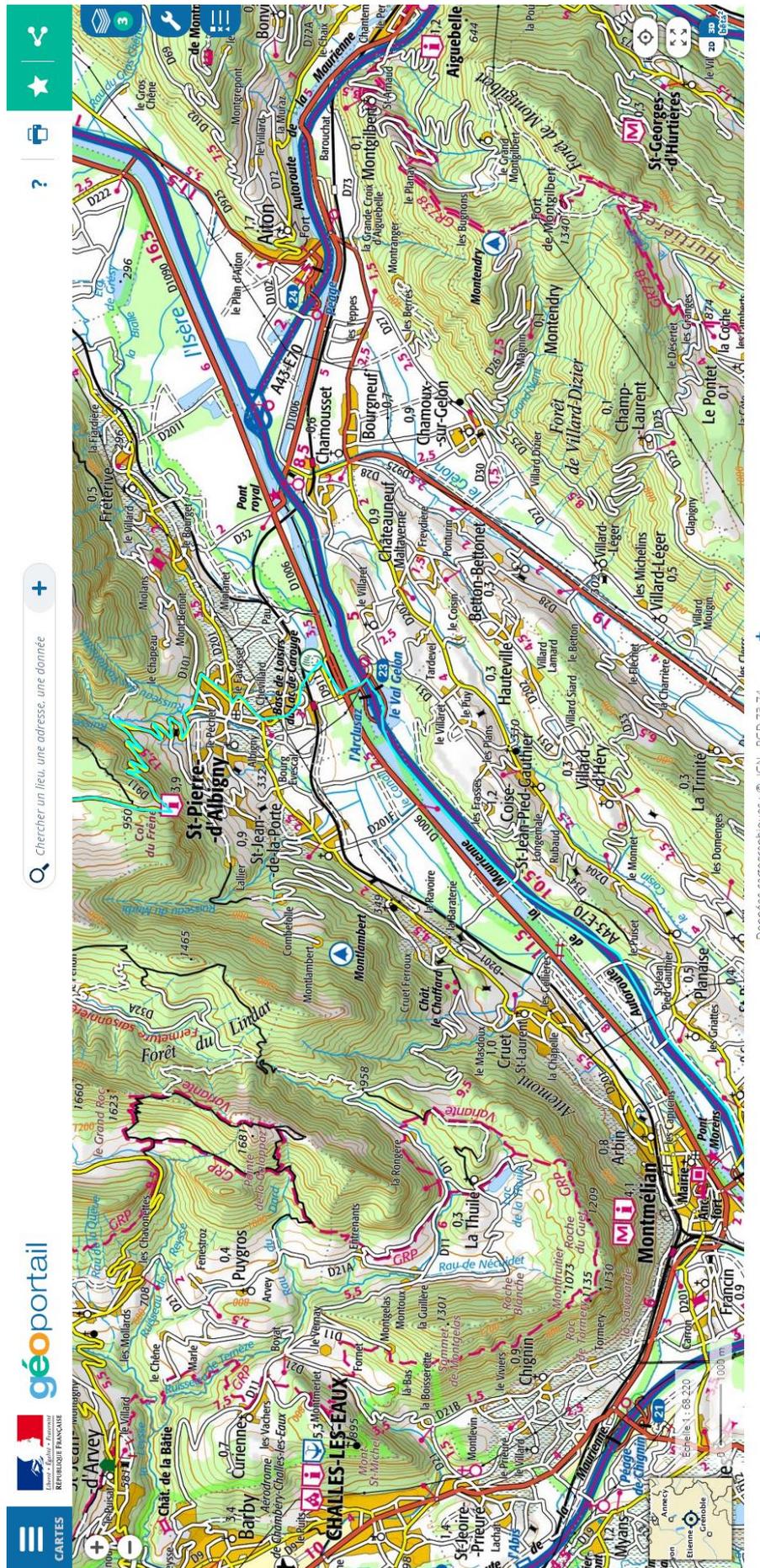


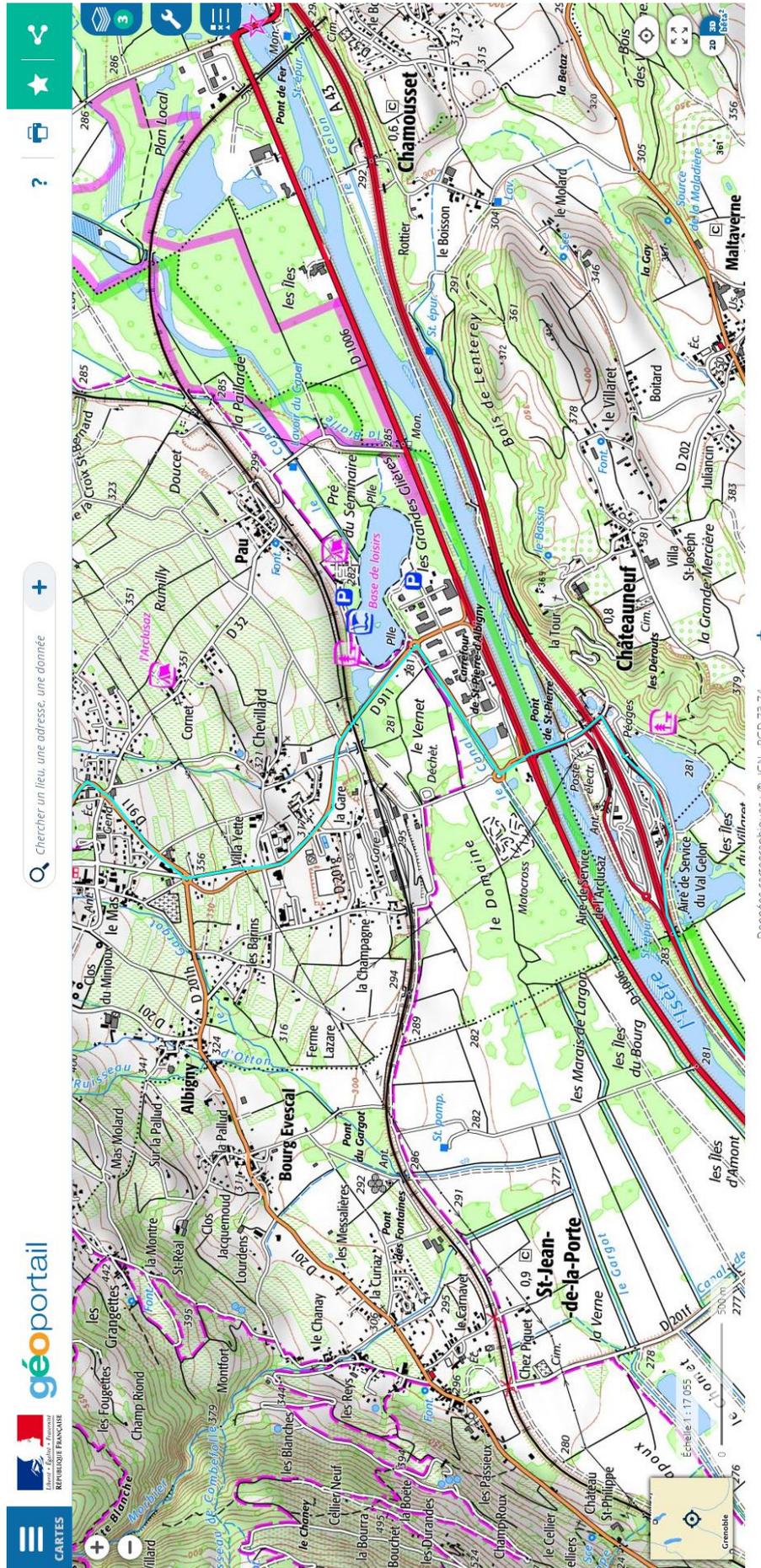
Regard arrière sur la descente de la Montagne de la Lanche

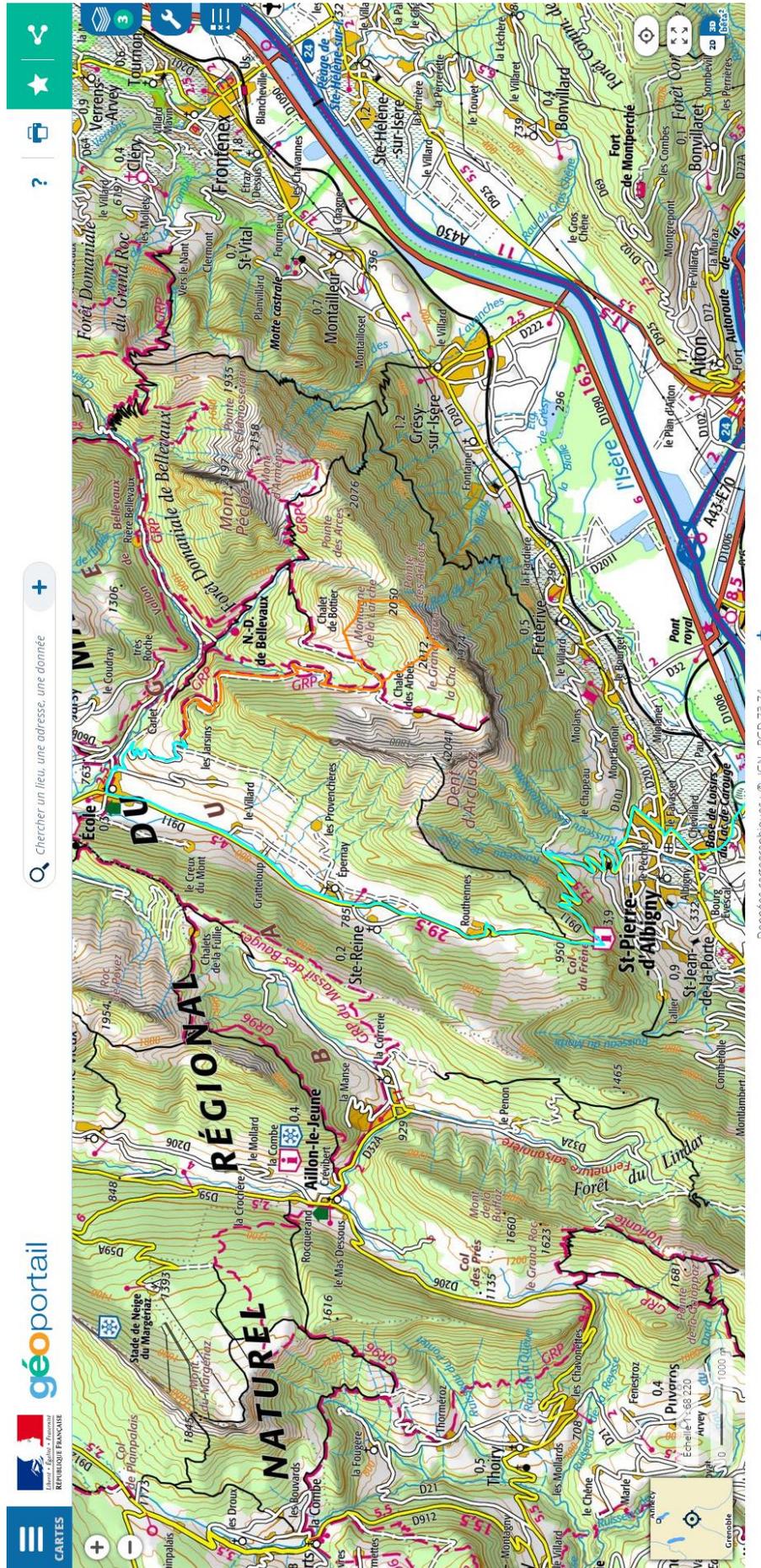


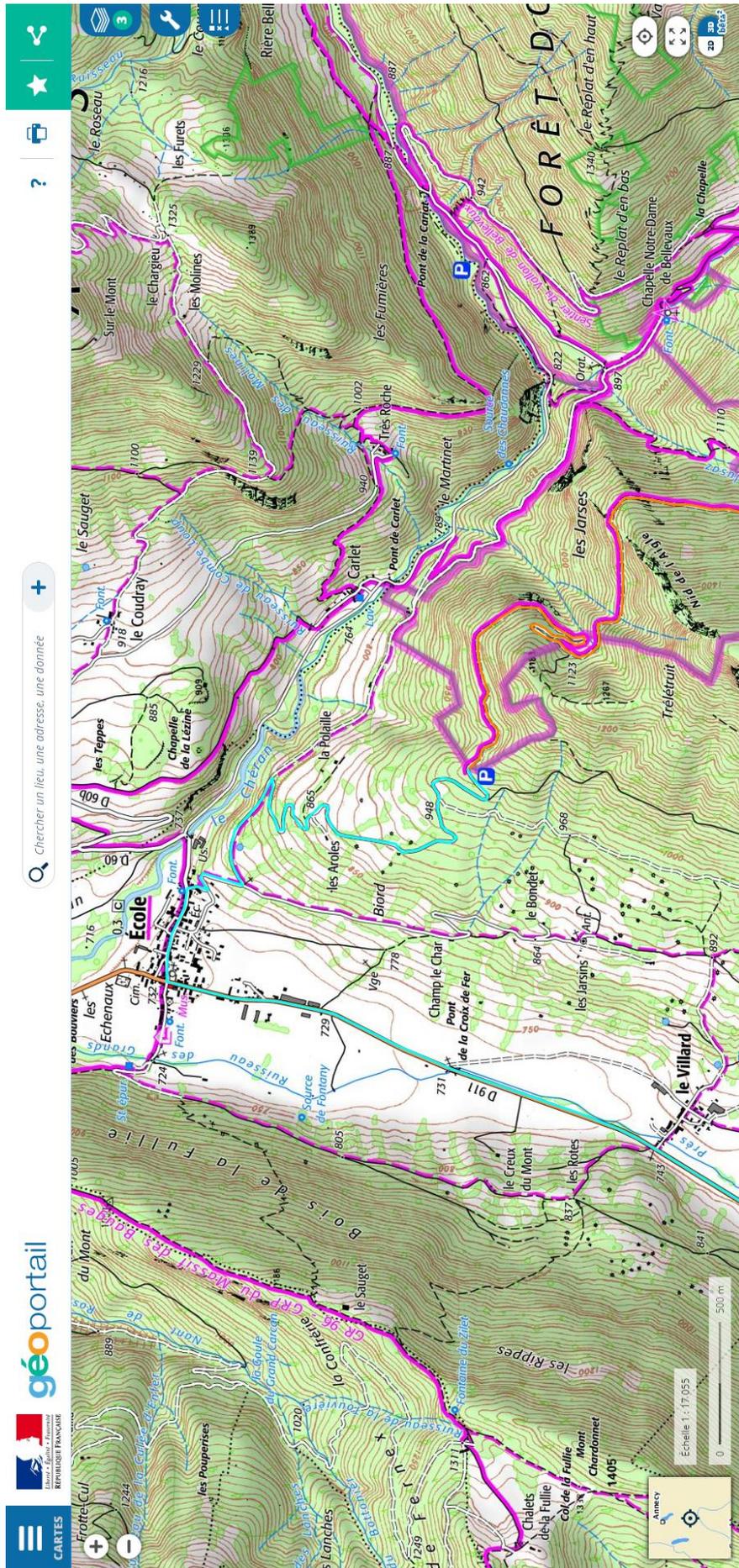
## CARTES :

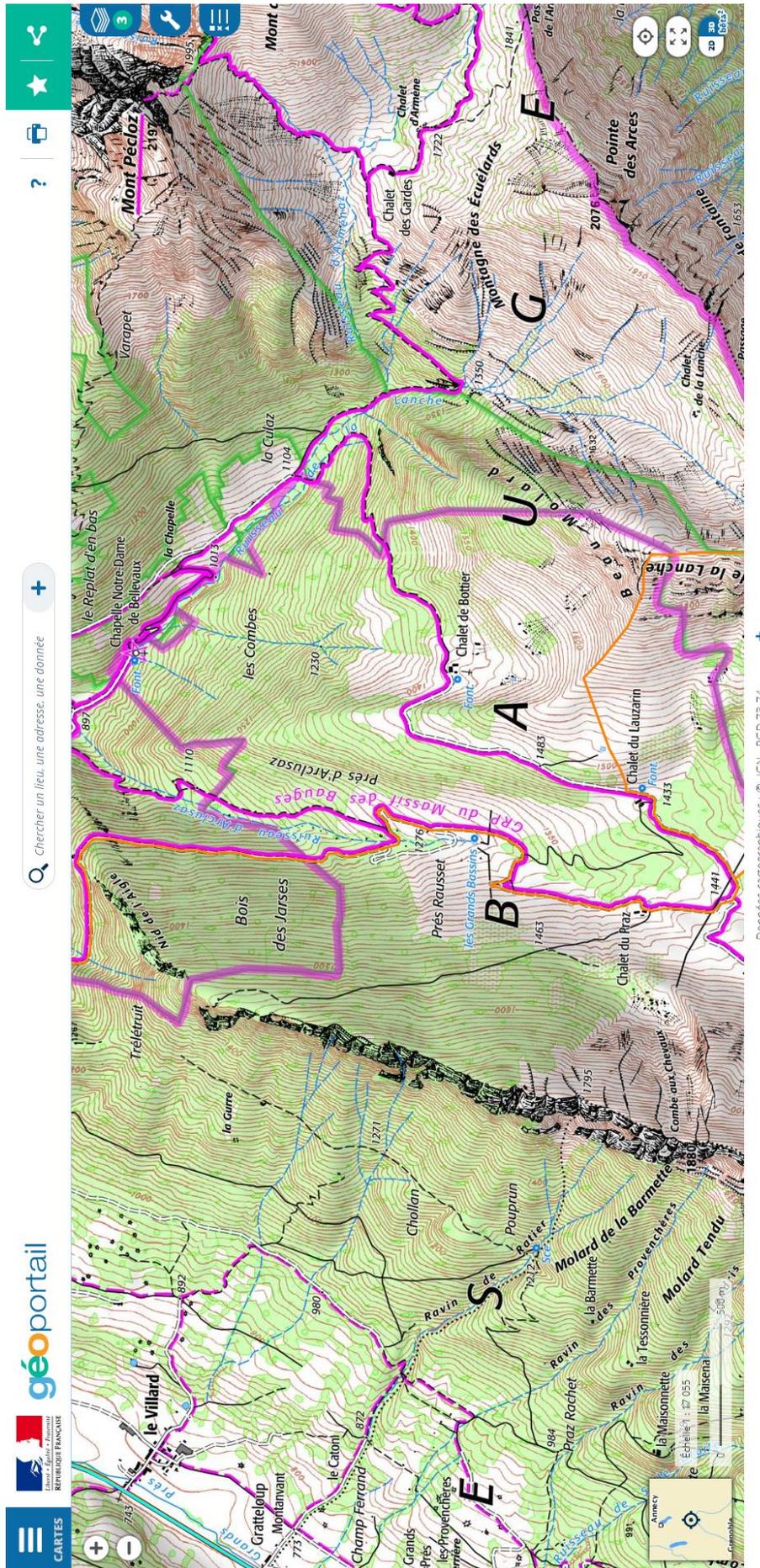


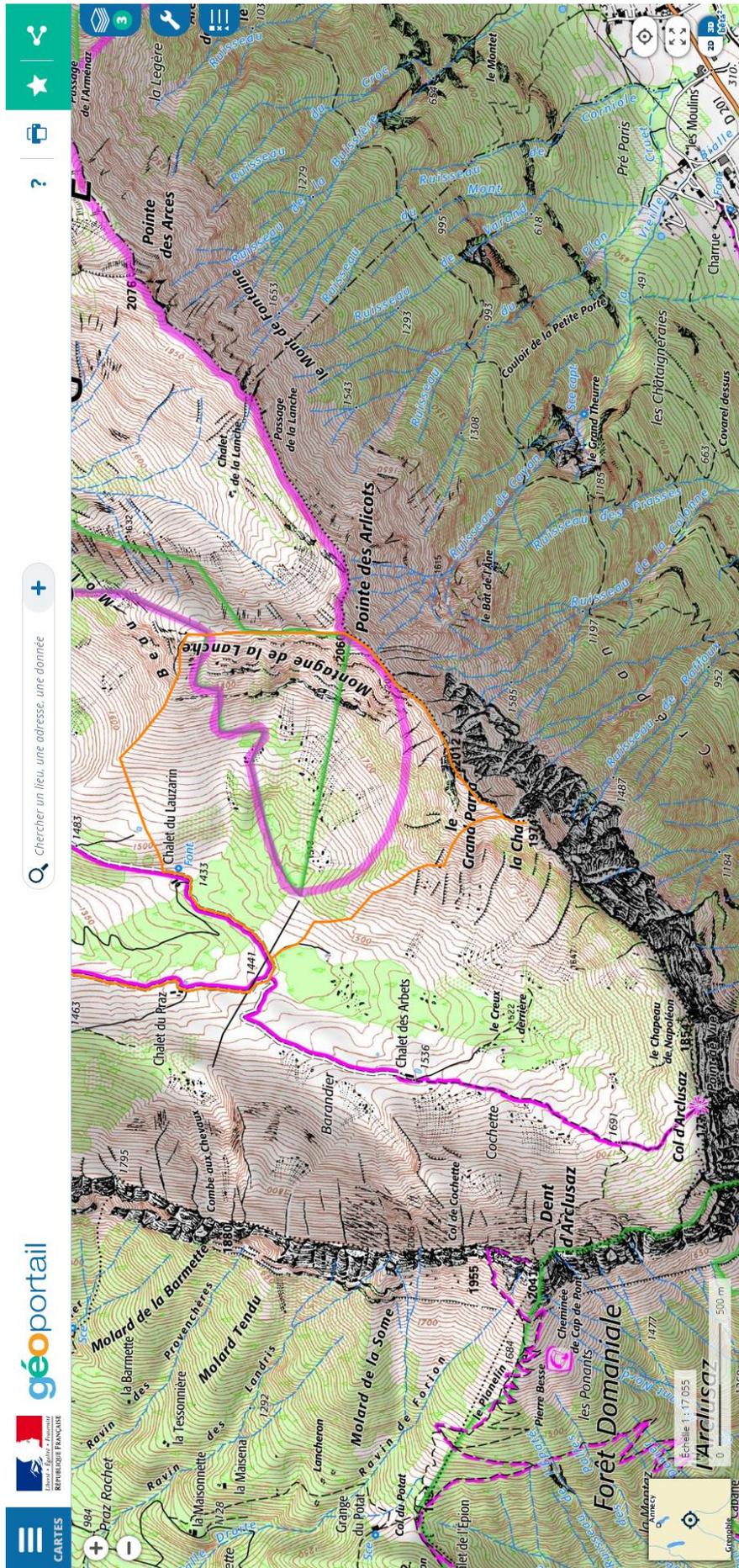












Données cartographiques © IGN, RGD 73-74