



Pointe des Muandes (2900m) en boucle

Une magnifique randonnée autour de la vallée de la Clarée qui passe par de nombreux lacs et où les points de bivouac ne manquent pas ! Une marche sur 2 jours et une nuit en bivouac permettront d'apprécier toute la splendeur de ce cadre d'exception ! Afin de répartir la durée de la randonnée sur 2 jours, on peut soit bivouaquer dans le vallon des Muandes, soit dans le vallon de la Cula.

Personnellement nous avons choisi un bivouac au-dessus du Lac Rond des Muandes, juste sous la pointe des Muandes. La pointe des Muandes n'a pas de nom à proprement parler mais matérialise juste le point culminant de la crête des Muandes qui permet de basculer dans le vallon de la Cula.

DIFFICULTE :

Aucune difficulté à proprement parler. L'ensemble du parcours se fait sur un bon sentier. Les seules difficultés résident dans l'ascension de la Pointe des Muandes dans un terrain terro-schisteux et un petit passage très légèrement exposé dans la descente du Col des Béraudes, mais rien d'insurmontable !

PROFIL :

- Massif : Cérès
- Difficulté : **R4**
 - Dénivelé : R5
 - Temps de Marche : R5
 - Technicité : R3
- Dénivelé : 2030m
- Distance : 29.9km
- Durée : 10h30 (montée : 4h30 - descente : 6h00)
- Départ : Plan Lachat (1962m)

ACCES :

En venant de la vallée de la Romanche, franchir le Col du Lautaret, puis du Galibier et redescendre pour se garer à Plan Lachat. De la vallée de la Maurienne, franchir le Col du Télégraphe au départ de St Michel de Maurienne, redescendre sur Valloire et remonter le Col du Galibier (sans le franchir !). Se garer à Plan Lachat, quelques kilomètres avant le col.

ITINERAIRE :

Carte : IGN TOP25 « Nevache Mont Thabor Cols du Galibier et du Lautaret » 3535OT

Balisage : Jaune et Rouge (GRP) des Lacs des Rochilles au Refuge des Drayères. Blanc et Rouge (GR) du Refuge aux Lacs des Muandes. Hors sentier jusqu'au Lac de la Cula. Blanc et Rouge (GR) du Lac de la Cula au Pont du Moutet. Trait ou Point jaune du Pont du Moutet au Col de la Ponsonnière. Blanc et Rouge (GR) du Col de la Ponsonnière au Lac des Cérès.

Précautions particulières : Aucune



La Montée :

De Plan Lachat, emprunter la large route caillouteuse carrossable (Sud-Est) qui passe d'abord aux Mottets puis qui monte en lacets aux Camp militaire des Rochilles. Passer le Col du même nom et redescendre plein Est sur le GRP en longeant le lac du Grand Ban, le lac Rond et celui de la Clarée, pour arriver au Refuge des Drayères (2180m). Continuer quelques mètres après le refuge jusqu'au Pont de Pierre (2167m). Quitter alors le GRP, pour remonter sur la gauche (Nord-Est) sur le GR57. La montée est tout de suite très raide et s'aplanit par la suite. Continuer jusqu'au Lac Rond. On peut établir son bivouac ici. Nous avons mis 3h30 pour joindre la Lac Rond des Muandes.

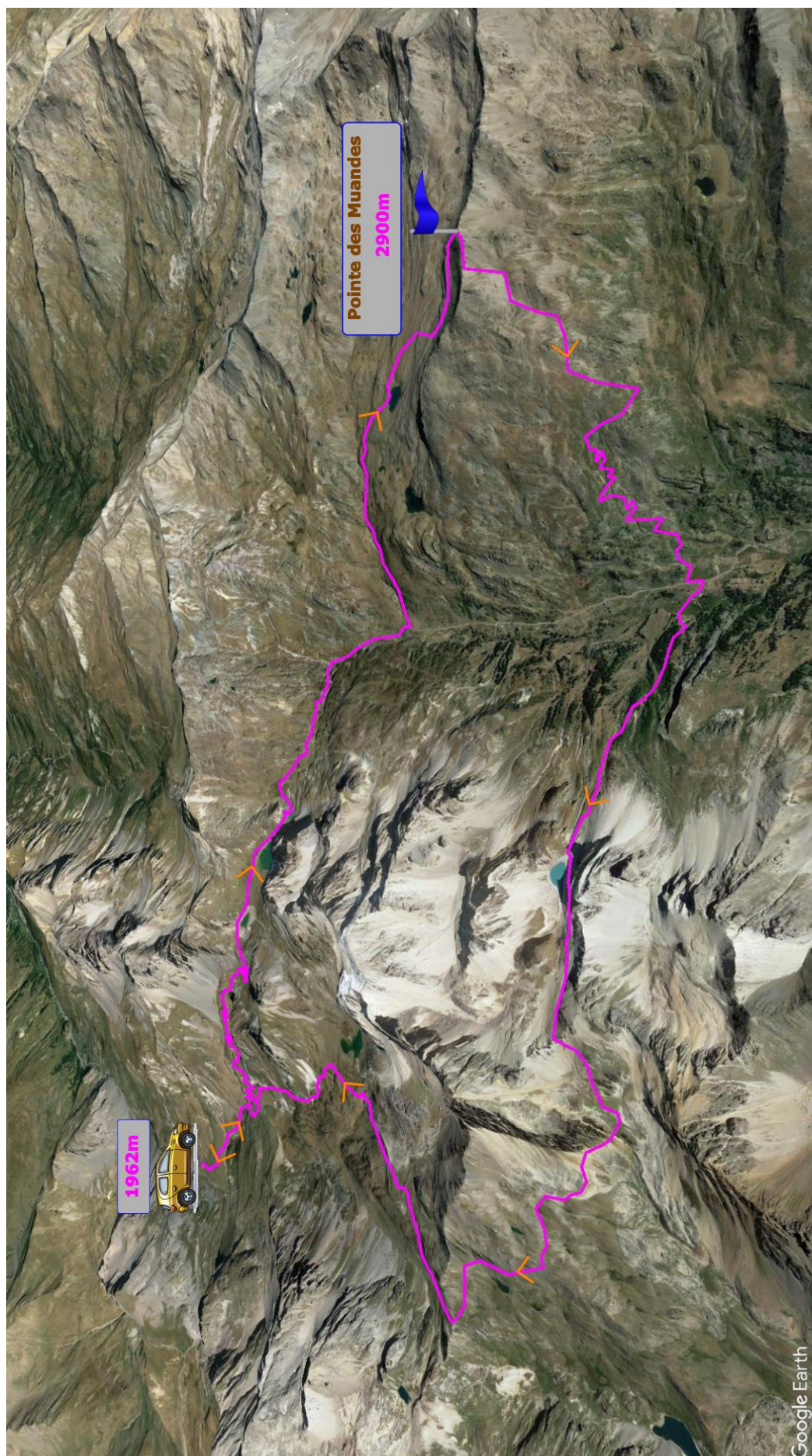
Le lendemain, au-dessus du lac Rond, emprunter le vallon herbeux en tirant sur la droite pour se rapprocher de la crête des Muandes. Une pointe caractéristique avec une face schisteuse orientée Nord-Ouest nous fait face, de suite après le lac Rond. Monter sur la gauche de cette face en visant la base des dalles lisses situées en partie basse et gauche de cette face. Une fois au pied de ces dalles, le plus simple est de les contourner par la droite pour prendre ensuite pied sur l'arête (chemin emprunté par ma compagne de marche du jour). On peut aussi remonter ces dalles ! (Chemin que j'ai pris). Remonter un couloir schisteux en diagonale le long des dalles (relativement peu commode) sur quelques mètres. On débouche alors sur une petite cheminée en pierres relativement saines qui se gravit sans trop de difficulté (attention aux petites pierres présentes de ci de là et de la terre pouvant recouvrir des appuis. Attention aussi si vous avez une tente accrochée en extérieur sur le sac à dos qui peut gêner l'escalade – la cheminée est relativement étroite). On débouche ensuite sur l'arête légèrement plus bas que la voie qui contourne les dalles. Remonter l'arête facilement jusqu'au sommet.

La Descente :

Redescendre ensuite l'arête Sud-Ouest jusqu'à un petit replat. De là, basculer dans le vallon de la Cula en redescendant dans la face terro-schisteuse de la crête des Muandes en visant le Lac de la Cula. Peu avant le lac on tombe sur le sentier (GRP venant du lac). On peut faire un A/R au lac. Emprunter ce GRP en direction de l'Ouest pour redescendre dans la vallée de la Clarée. Ce sentier est large et descend en pente douce jusqu'au parking de Laval.

Franchir le Pont du Moutet qui enjambe la rivière de la Clarée et continuer sur le sentier qui traverse la plaine. On arrive alors à une intersection. Prendre le sentier qui part sur la gauche en s'élevant très nettement. Il remonte jusqu'au lac des Béraudes, magnifique lac turquoise encaissé dans un vallon très minéral. Le sentier s'élève alors au-dessus du lac pour le longer en balcon et remonte jusqu'au Col des Béraudes. Juste avant le col, des câbles sont installés pour aider à franchir un tout petit ressaut.

La descente du Col en versant Sud est un peu exposée et nécessite de l'attention. On rejoint ensuite, après une descente très raide, le sentier venant du Col du Chardonnet. Prendre à droite (Ouest). Le sentier en balcon nous mène jusqu'au Col de la Ponsonnière. De là redescendre jusqu'au Lac des Cerces (Nord), puis le sentier ramenant aux Mottets (Nord-Ouest). Rejoindre enfin Plan Lachat par la large route caillouteuse carrossable prise la veille.



REPERES VISUELS :



Vue sur le Grand Galibier au départ de Plan Lachat



Regard arrière sur les Arves



Arrivée au Col des Rochilles : Le Lac du Grand Ban et le Lac Rond



Lac de la Clarée depuis le Seuil des Rochilles



Vue sur le Refuge des Drayères



Pointe des Muandes, notre objectif pour demain



Le Bivouac



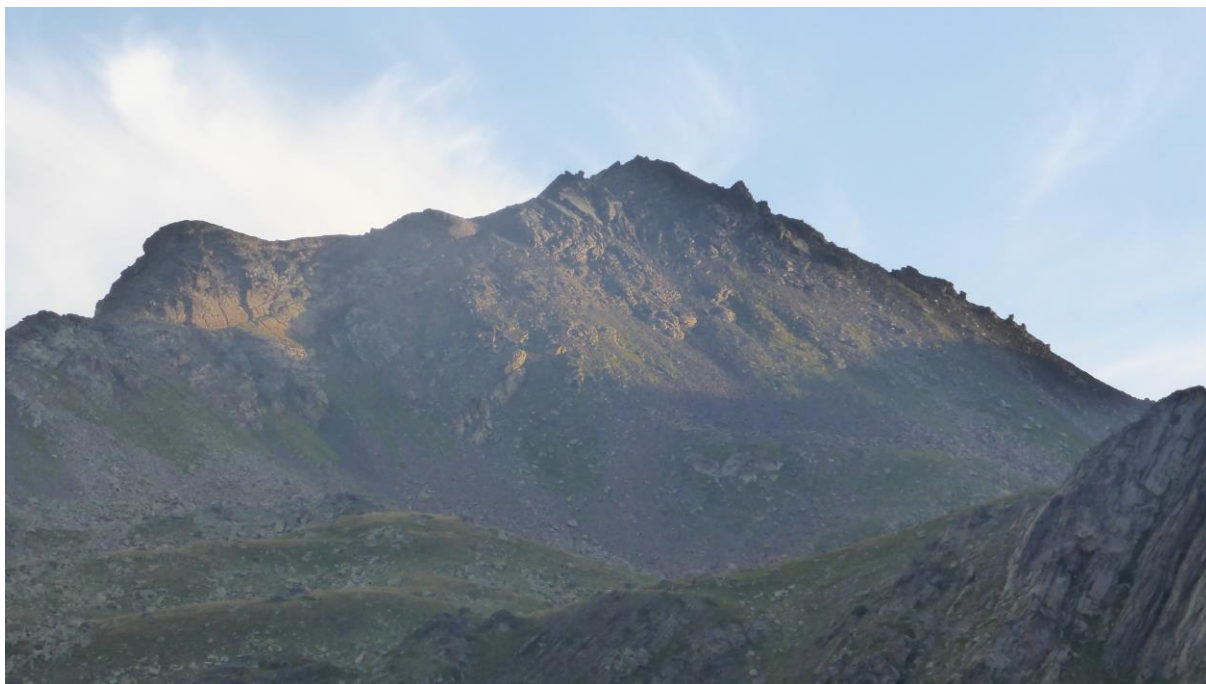
Lac Rond des Muandes



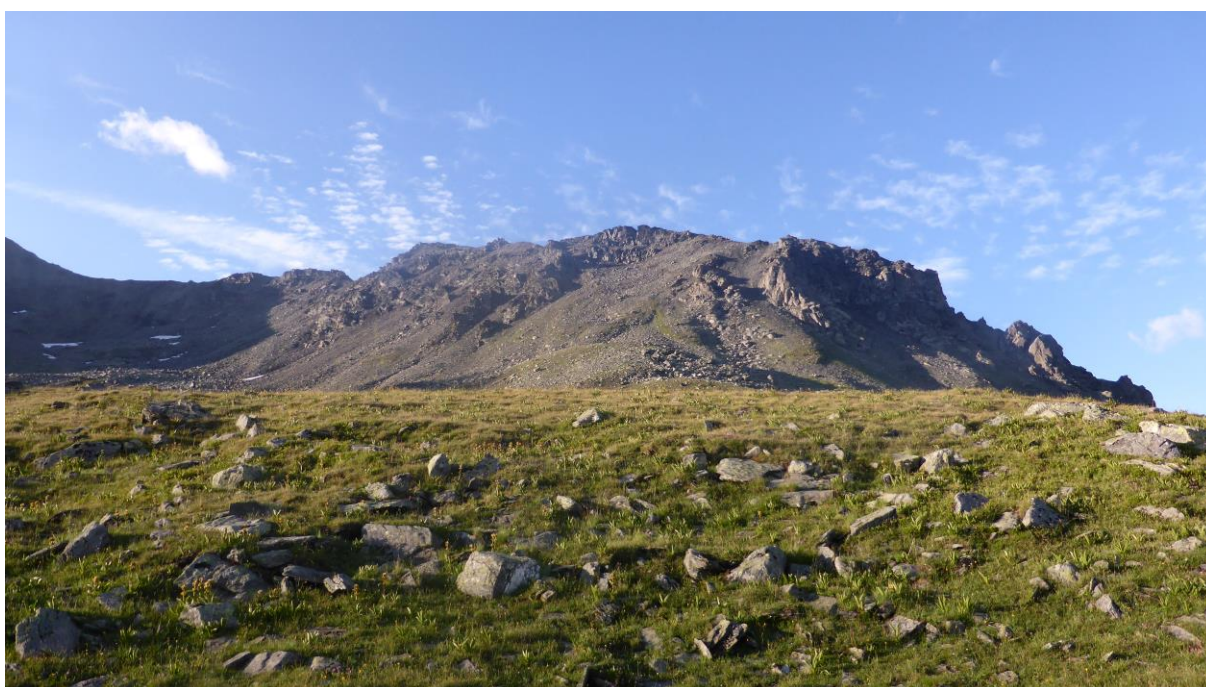
Lever de soleil sur la Pointe des Cerces et la Pointe des Banchets



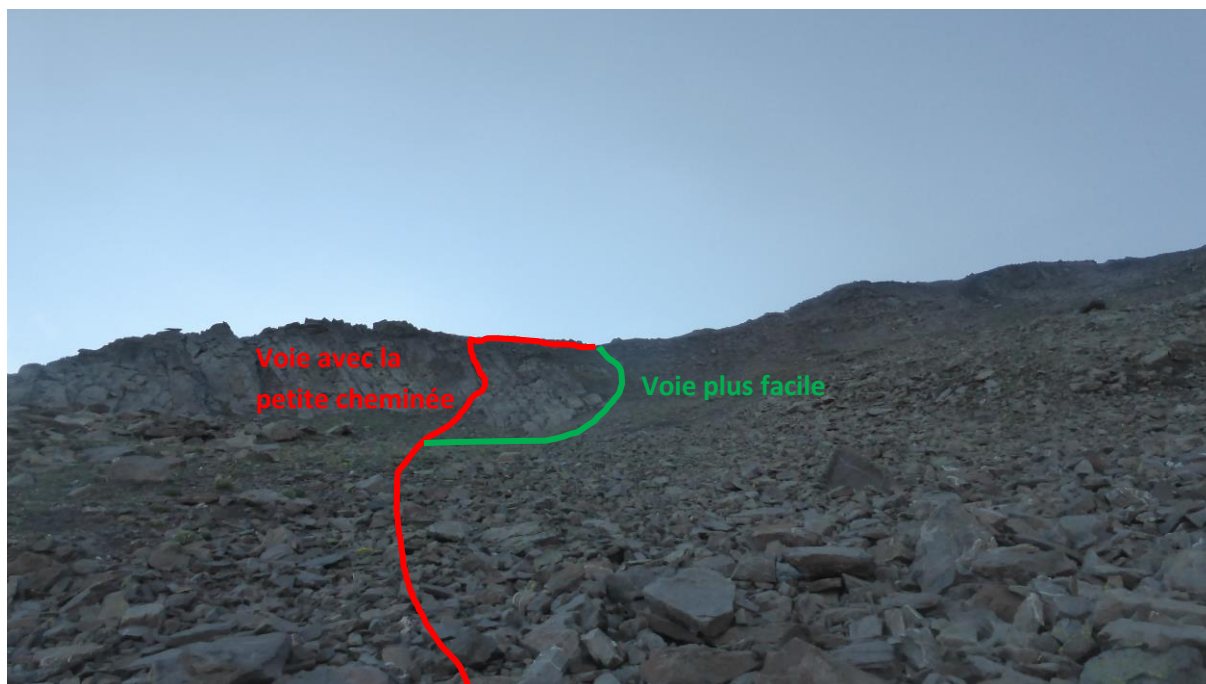
Ainsi que sur l'Aiguille Noire



Et sur la Pointe de Névache



En route vers la Crête des Muandes



Au pied du cirque de la Pointe des Muandes



Couloir terreux pour accéder à la petite cheminée



La Petite Cheminée



A la sortie de la Cheminée



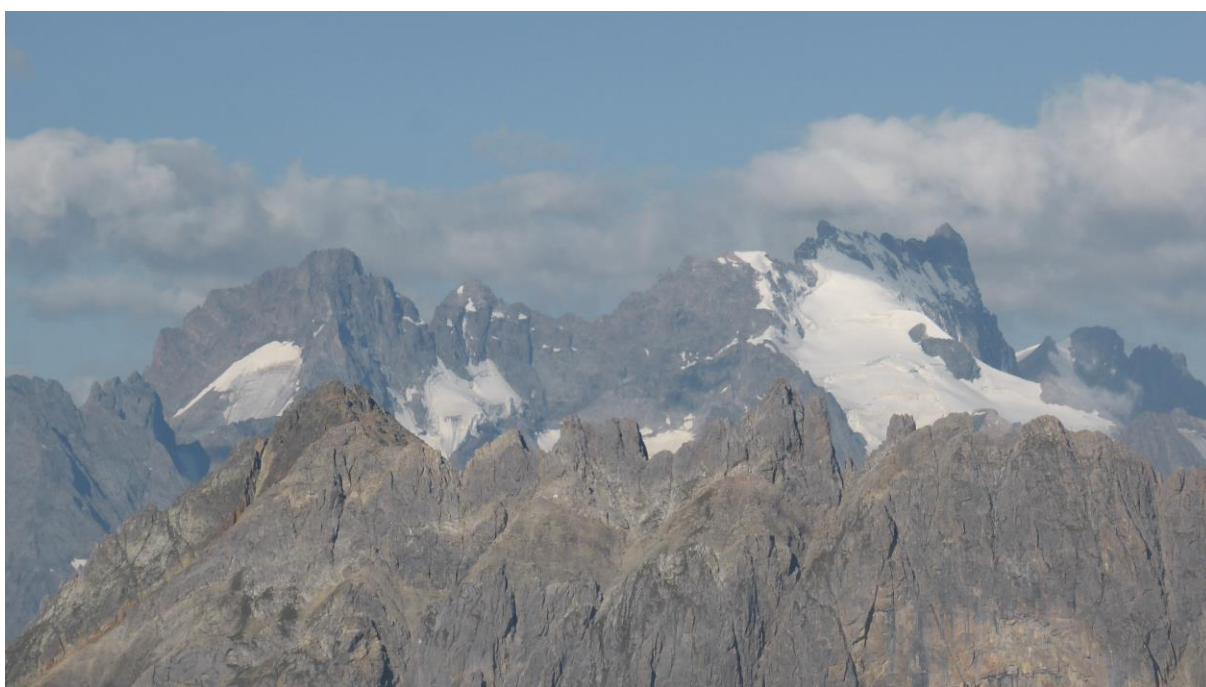
Le reste de l'arête



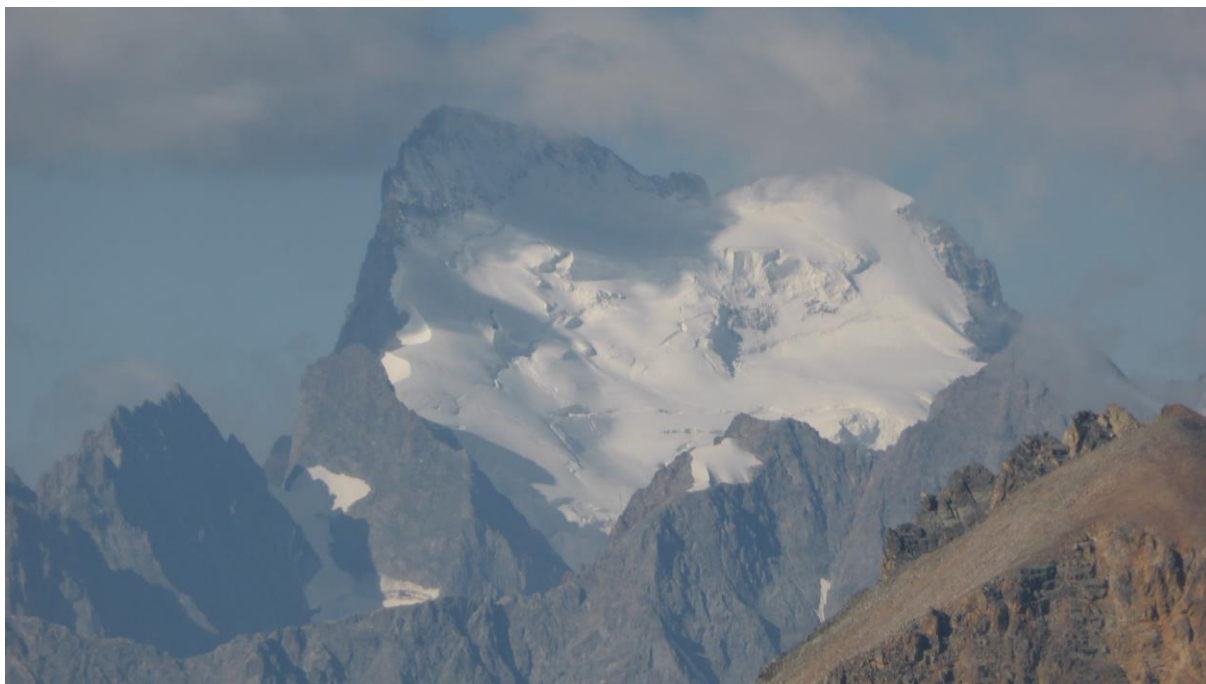
Le Sommet



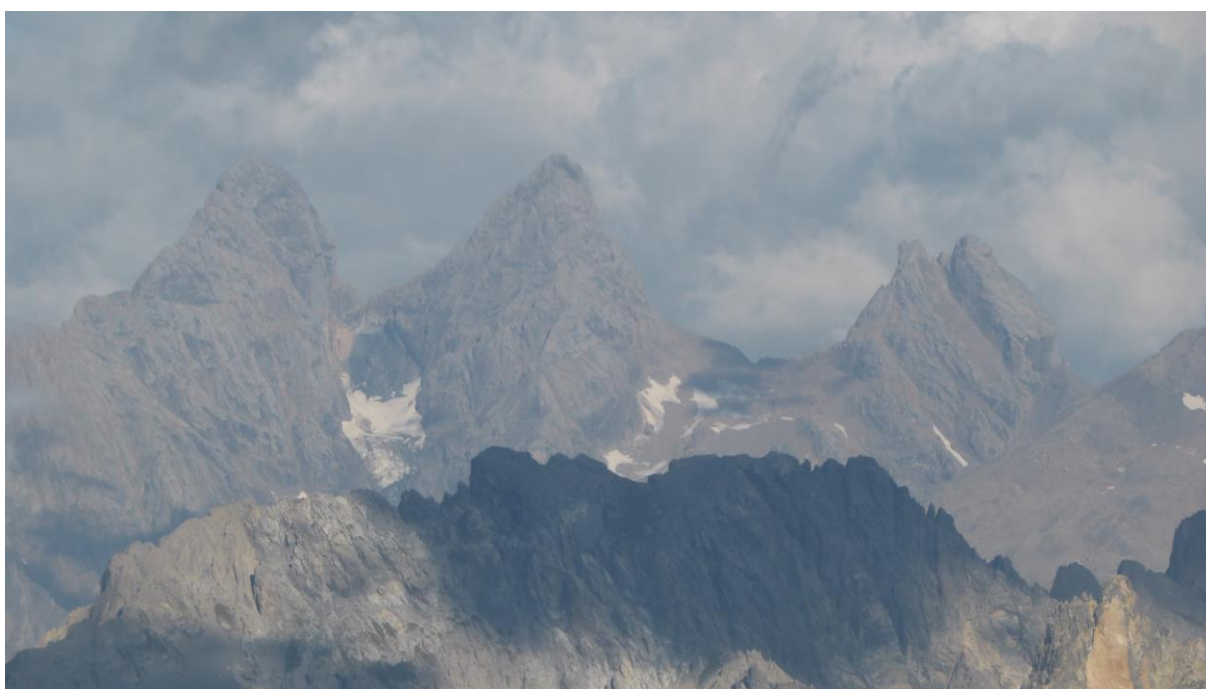
Descente vers le Col



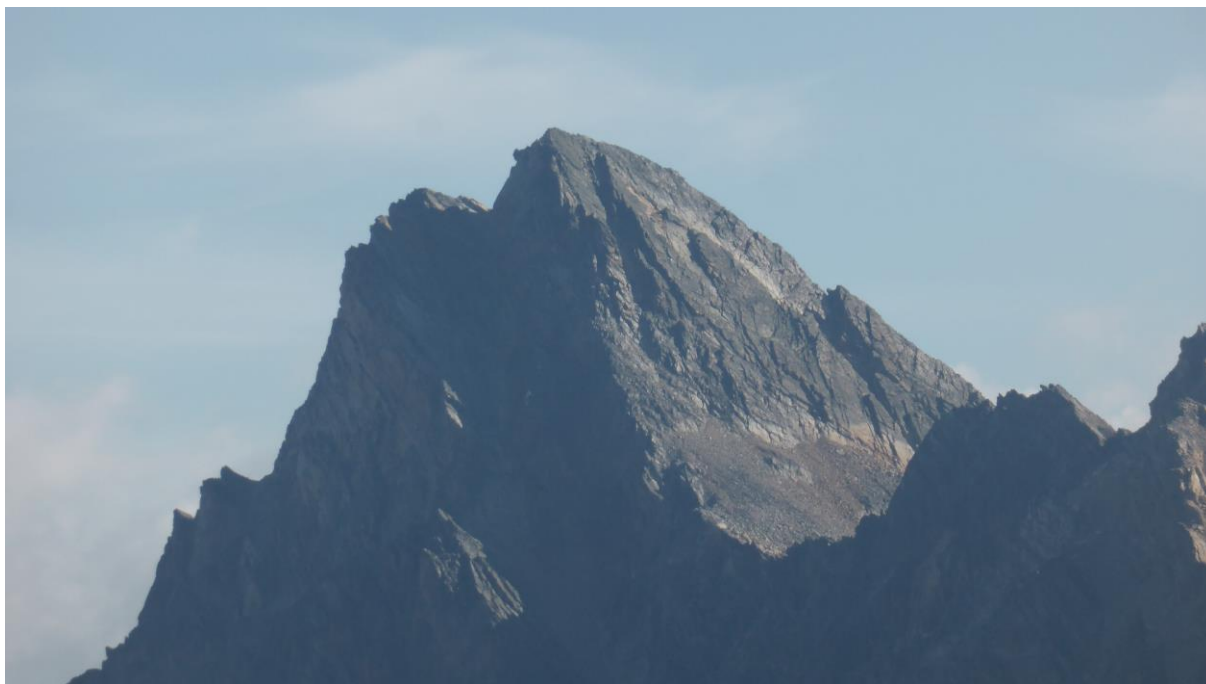
Pic Gaspard, le Pavé, la Meije



Barre des Ecrins



Les Aiguilles d'Arves



Pic du Thabor



Descente dans le Vallon de la Cula



Lac de la Cula



Lac des Béraudes



Sous le Col des Béraudes



Descente du Col des Béraudes



Vers le Col de la Ponsonnière



Lac de la Ponsonnière



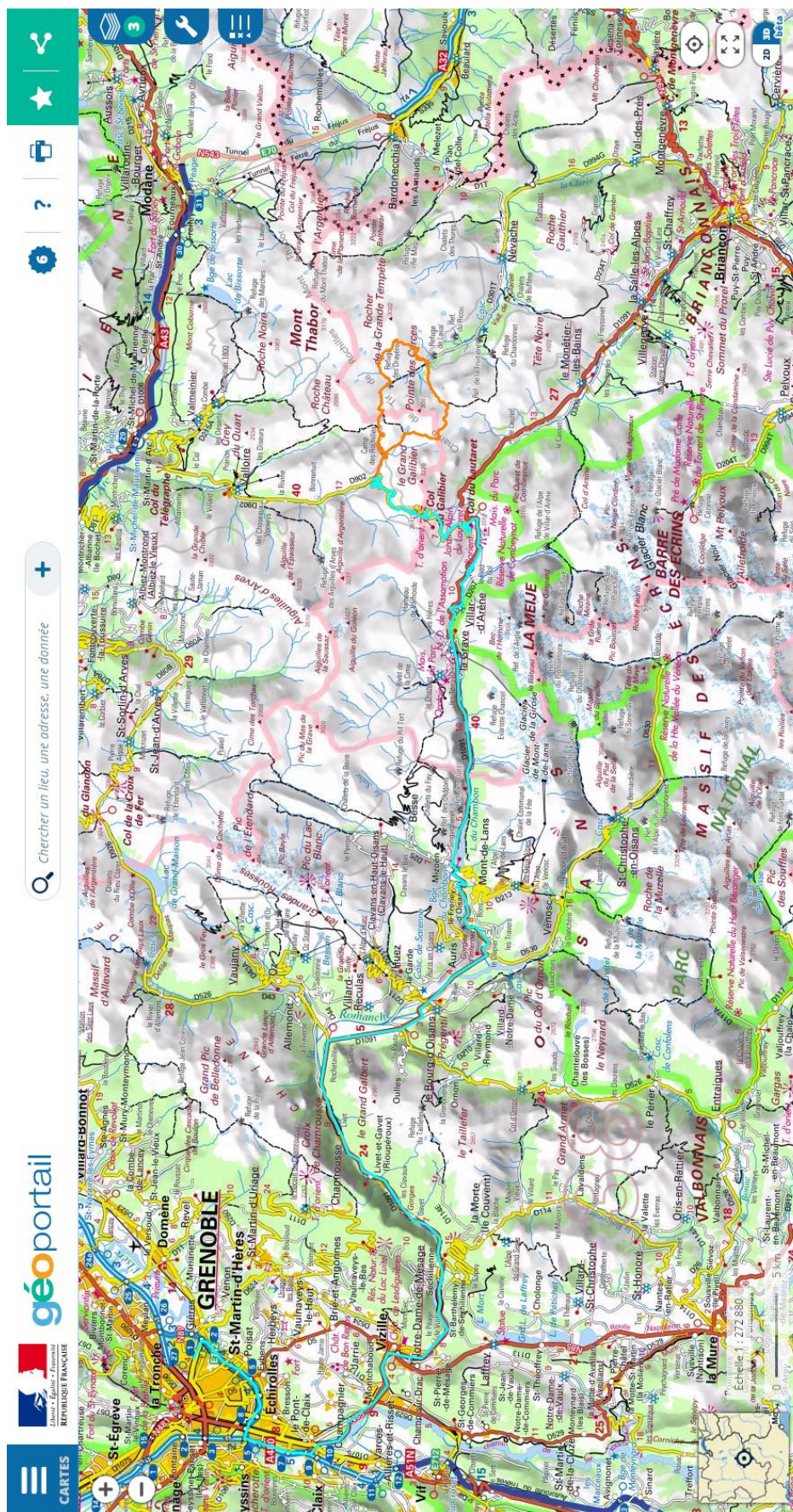
Les Arêtes de la Bruyère



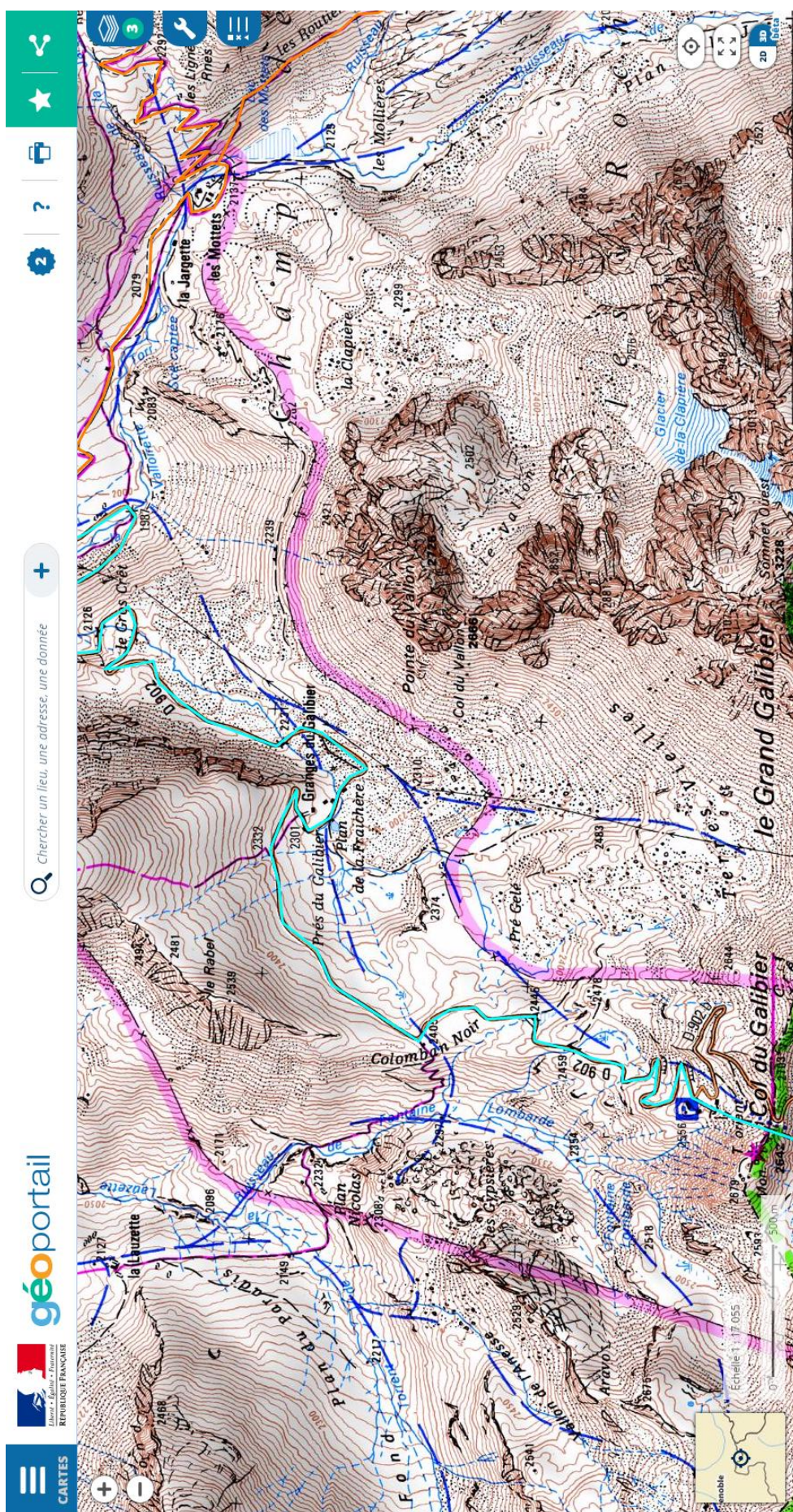
Pointe des Cerces



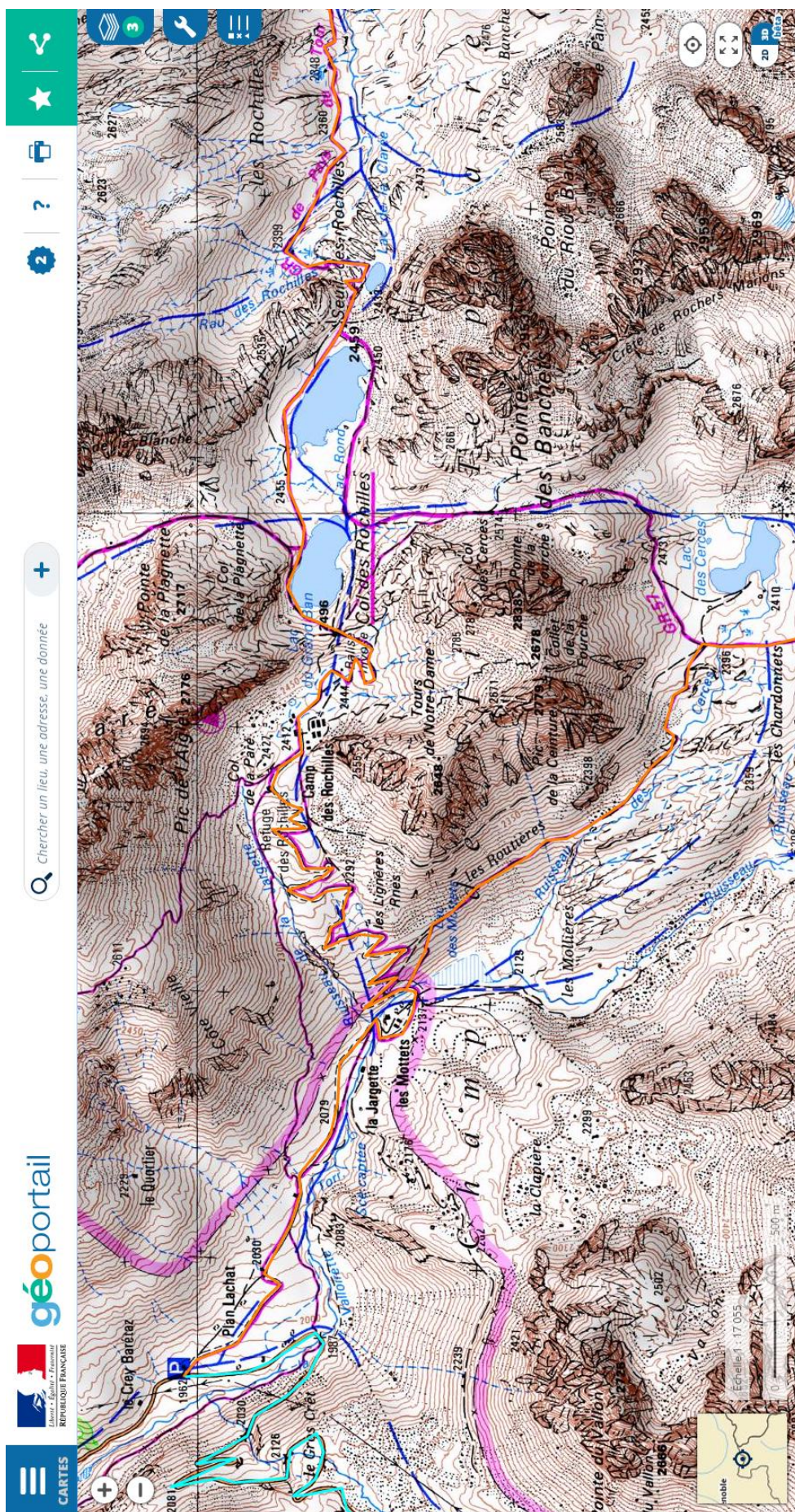
CARTES :



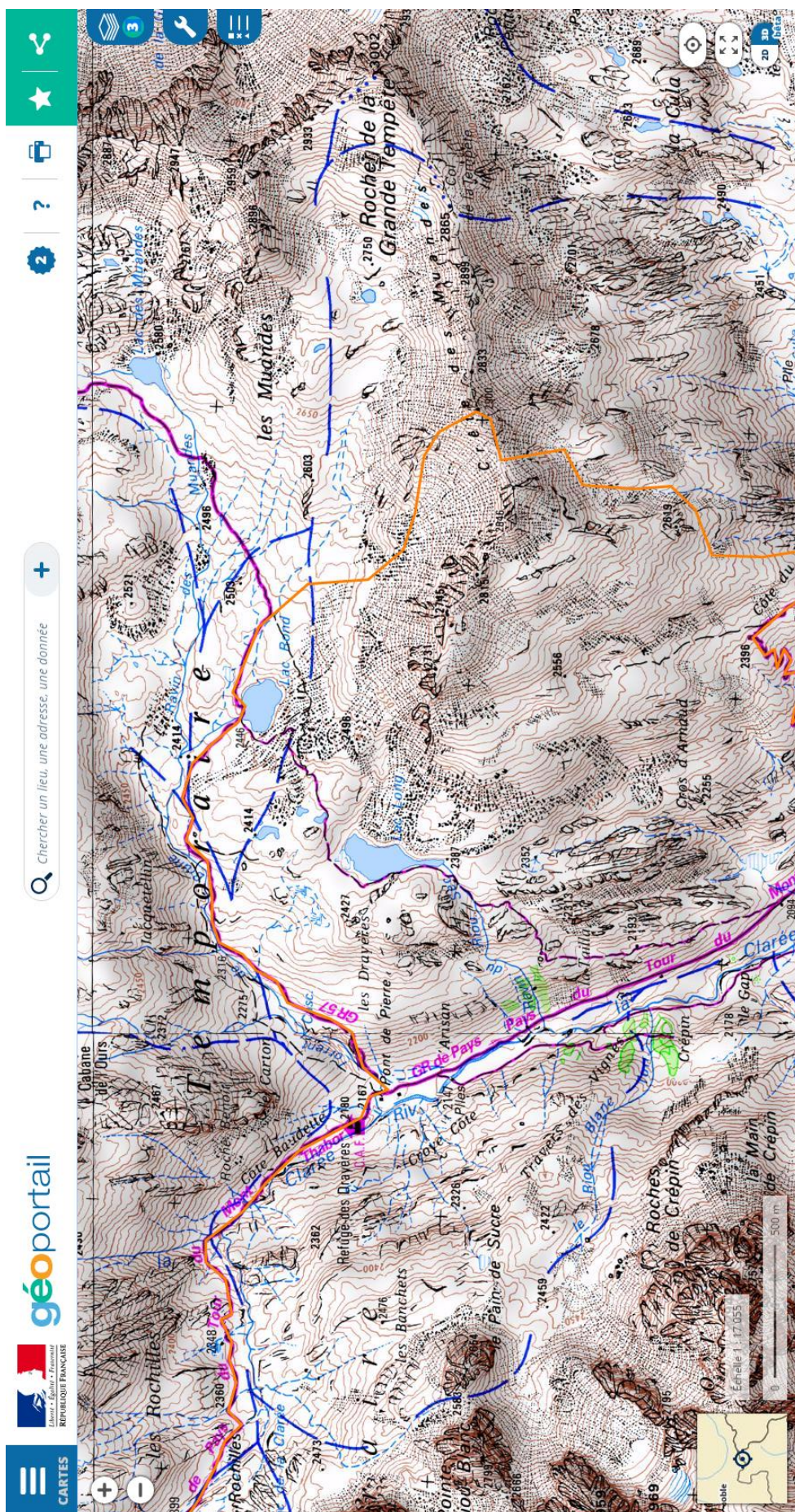
Données cartographiques : © Planet Observer, IGN



Données cartographiques : © IGN, RGD 73-74, CRIGE-PACA, Région Provence-Alpes-Côte d'Azur, Département des Hautes-Alpes



Données cartographiques : © IGN, RGD 73-74, CRIGE-PACA, Région Provence-Alpes-Côte d'Azur, Département des Hautes-Alpes



Données cartographiques : © IGN, RGD 73-74, CRIGE-PACA, Région Provence-Alpes-Côte d'Azur, Département des Hautes-Alpes

