Carraye, Pointe du Van et Croix de Fer

La Croix de Fer est un sommet proche du col de Balme. Le coin est fréquenté mais on peut éviter les foules de randonneurs en sortant des sentiers battus en passant par le Carraye et la Pointe du Van. L'itinéraire décrit ici permet d'admirer des superbes panoramas et en bonus on visite aussi l'Arolette (ou Tête de Balme) et l'Aiguillette, deux sommets mineurs mais qui offrent des beaux points de vue.

Détails du parcours

Point de départ : Le Peuty (1327 m).

Accessible en transports publics : Oui.

Point culminant : Croix de Fer (2342 m).

Dénivelé : montée et descente 1200 m chacune.

Distance : 14.2 km.

Temps de marche : 6½h.

- Le Peuty – Tseppes 1¾h.
- Tseppes – Pas des Moutons ¼h.
- Pas des Moutons – Carraye ½h.
- Carraye – Pointe du Van ½h.
- Pointe du Van – Croix de Fer ¾h.
- Croix de Fer – Arolette / Tête de Balme ¼h.
- Arolette / Tête de Balme – Aiguillette ¼h.
- Aiguillette – Col de Balme ¼h.
- Col de Balme – Le Peuty 2h.

Durée : 1 jour.

Difficulté : T3 [CAS12].

Matériel : Matériel de randonnée pédestre estivale.

Date : 16 août 2019.

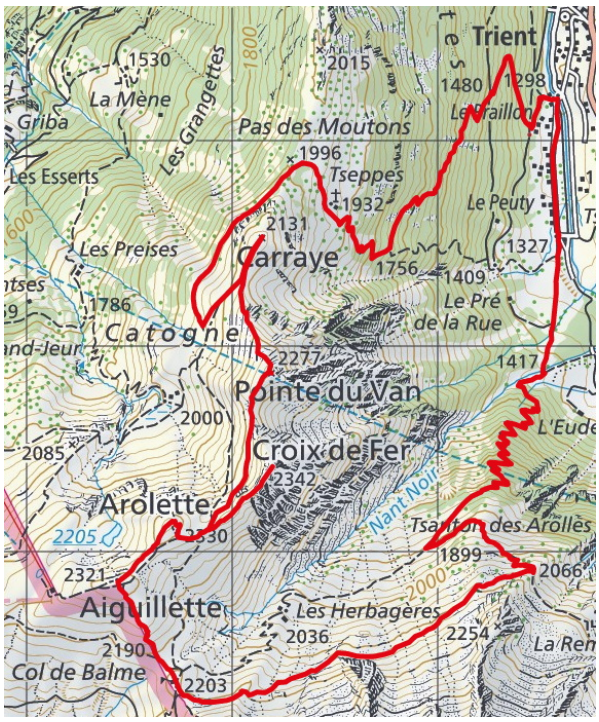
Accès

Accès en voiture

Prendre l'autoroute A9 jusqu'à *Martigny*, puis continuer sur la E27 en direction de *Chamonix*. Suivre les indications *Chamonix* jusqu'à *Trient*. À l'entrée du village poursuivre en direction du hameau du *Peuty* où il y a plusieurs endroits où laisser la voiture.

Accès en transport publics

Le village de *Trient* est accessible par bus depuis *Martigny*. Il faut ensuite marcher 5 à 10 minutes pour rejoindre *Le Peuty*.



Carte nationale (source swisstopo).

Une trouée dans les arbres permet d'observer ce qui reste du *glacier du Trient*.

Du Peuty aux Tseppes

La randonnée débute au *Peuty*, à hauteur du pont qui relie le hameau au village de *Trient*. À côté de ce pont, sur rive gauche, on trouve un poteau avec des panneaux du tourisme pédestre. Partir plein W en direction des *Tseppes*.

Le début de la randonnée est très agréable : le sentier monte d'une pente douce en sous-bois. On rejoint rapidement une route forestière, coincée entre le flanc de la montagne et une digue de protection. Un panneau « *Zone Dangereuse* », accompagné de plusieurs autres symboles (chutes de pierres, interdiction de pique-niquer), invite à ne pas s'attarder dans le coin. L'endroit n'as rien de séduisant alors nous avons suivi le conseil et nous avons sitôt poursuivi sur le sentier balisé.

Trient se trouve dans un vallon encaissé et le soleil s'était juste levé (il était passé 8h...). Malgré cela il faisait déjà très chaud. Nous avons donc été ravis de progresser dans la forêt, mais au détriment de la vue. Il faut en effet attendre les trouées dans les arbres pour pouvoir observer le glacier du Trient ou du moins ce qu'il en reste, car la langue

La première partie de la montée est en forêt.

Large vue sur le *barrage d'Emosson* et les montagnes autour.

se rétrécit inexorablement. Pour essayer d'adoucir un peu cette triste réalité j'ai savouré des framboises sauvages ramassés le long du chemin.

À plusieurs reprises le sentier traverse des couloirs tout aussi escarpés qu'impressionnants. Lors d'une averse, l'eau doit emporter pas mal de matériel dans la vallée, du coup on comprend mieux pourquoi il y a une digue de protection…

Vers 1800 mètres d'altitude la forêt laisse la place aux pâturages. La vue s'ouvre et on gagne rapidement le *plateau des Tseppes* avec ses chalets. Aux alentours des jolies vaches broutaient paisiblement.

Un des impressionnants couloirs qu'il faut traverser.

Des Tseppes au Carraye

Le sentier remonte tout en douceur jusqu'au *Pas des Moutons*, un petit col au pied du *Carraye*. Le chemin entre ensuite à nouveau en forêt et contourne le sommet par l'W. La forêt devient de plus en plus éparse et la vue s'ouvre. Sur la droite (plein W) on repère très vite le *barrage d'Emosson*, ainsi que quelques sommets tel que *Le Perron* et *Le Buet*.

Dans les pentes herbeuses recouvertes de myrtilliers, genévriers et rhododendrons. Sur la gauche on aperçoit le col (P. 2116) à rejoindre.

Environ 1 km après le Pas des Moutons, vers 2050 m d'altitude, le chemin commence à s'élever de nouveau. C'est le moment de quitter le sentier balisé et de partir NNE sur les pentes herbeuses recouvertes de myrtilliers, genévriers et rhododendrons. Des sentes permettent de franchir les petits arbustes sans trop trébucher.

Rejoindre un large col (P. 2116) puis continuer sur la large arête, toujours en direction NNE, jusqu'à la belle croix de fer posée au milieu du large sommet du *Carraye*. Depuis là on a une vue complètement dégagée sur le *glacier du Trient* et la vallée qui porte le même nom. Tout en admirant le pano-

La jolie arête N de la *Pointe du Van* qu'il faut remonter.

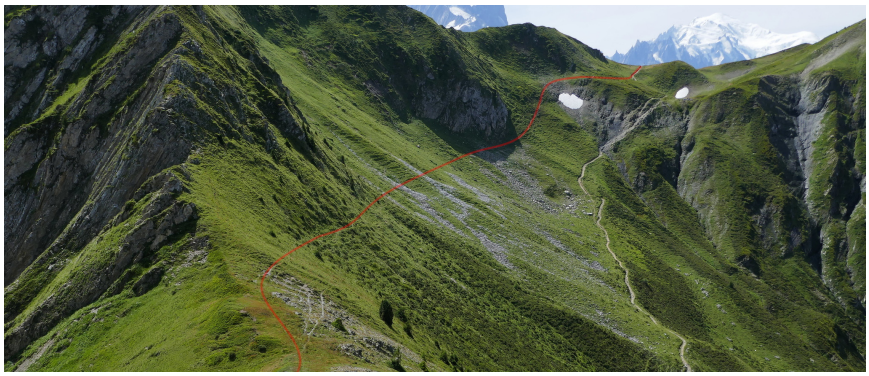
rama nous nous sommes aperçus que nous aurions pu atteindre le sommet du *Carraye* en montant par les pentes herbeuses de la face NE qu'à première vue ne présentent aucune difficulté technique.

Du Carraye à la Pointe du Van

Du *Carraye* retourner au col (P. 2116) puis remonter l'arête N de la *Pointe de Van* par une jolie sente bien marquée. La montée est agréable (surtout si on prend le temps de ramasser et savourer des myrtilles…) et les 150 m de dénivelé pour rejoindre une antécime sont vite gravis.

La courte arête relativement aérienne qui permet de rejoindre la *Pointe du Van*.

Suivre la crête sur quelques dizaines de mètres puis, par une courte arête relativement aérienne, rejoindre la Pointe du Van avec son gros cairn. Depuis ce sommet on a un autre magnifique point de vue sur le glacier du Trient et sur l'étape suivante : la *Croix de Fer*.



Pour rejoindre le *col de l'Arolette*, suivre la sente la plus élevée qui part à flanc de coteau.

De la Pointe du Van à la Croix de Fer

Descendre par l'arête SW de la Pointe du Van en zigzaguant entre les innombrables fourmilières. Rejoindre ainsi le col entre la *Pointe de Van* et la *Croix de Fer* puis suivre la sente la plus élevée qui part à flanc de coteau. Traverser la

La sente sur l'arête SW de la *Croix de Fer* est étroite et escarpée.

face E de la *Croix de Fer* en gardant la même altitude jusqu'à rejoindre le chemin balisé à quelques dizaines de mètres du *col de l'Arolette* (P. 2277, sans nom sur CNS).

Gagner ledit col puis partir sur le chemin de gauche. Au début la crête est assez large, mais rapidement elle devient étroite et le chemin est escarpé. L'ascension du sommet de la *Croix de Fer* présente plusieurs passages aériens et est déconseillé aux personnes sujettes au vertige. On a d'ailleurs vu un plusieurs personnes faire sagement demi-tour devant les premières difficultés.

Le sommet n'est pas très large mais, avec un peu de chance, on arrive à trouver un caillou pour s'assoir et profiter du panorama sur le *col de Balme*, *Les Grandes Otanes* et le *Mont Blanc*, sans oublier la vue vertigineuse sur le *vallon des Herbagères*.

Variante : Ascension dans la face E (T5)

Pendant qu'un compagnon montait au sommet de la *Croix de Fer* par la voie normale décrite ci-dessus, avec un autre compère nous avons remonté directement dans les pentes herbeuses et rocailleuses de la face E. L'ascension de ce couloir est nettement plus difficile (T5) et à entreprendre que si le terrain n'est pas humide. Cela dit, je ne conseille pas cette variante plus que ça : le compagnon qui a suivi la voie normale est arrivé au sommet juste après nous !

Depuis l'*Aiguillette* on a une vue splendide sur le *Mont Blanc* et la *vallée de Chamonix*.

De la Croix de Fer au Col de Balme par l'Arolette et l'Aiguillette

Depuis la *Croix de Fer* retourner au *col de l'Arolette* (P. 2277) par le même chemin puis continuer tout droit (SW) sur un chemin bien marqué mais non balisé. Environ 150 m plus loin bifurquer à droite et gagner rapidement le sommet de l'*Arolette* (CNS) / *Tête de Balme* (IGN). Partir ensuite SW et suivre une des sentes qui mènent rapidement à l'*Aiguillette*. Descendre finalement sur la crête SE (qui délimite la frontière franco-suisse) jusqu'au large *col de Balme*.

Devant le refuge du *col de Balme* le vas et viens de randonneurs est assez impressionnant et pour cause : du village du *Tour* (France) des remontées mécaniques mènent jusqu'à 2200 mètres d'altitude. Depuis l'arrivée du *télésiège des Autannes* il ne faut qu'un bon quart d'heure de marche pour rejoindre le *col de Balme*. Du coup toutes les tables sur la terrasse du refuge étaient occupées par les touristes qui se désaltéraient tout en admirant le panorama. Nous avons profité du départ d'une famille pour prendre leur table et nous asseoir à notre tour.

Dans la descente de l'arête SW de la *Croix de Fer*.

Pour rejoindre le *col de l'Arolette*, suivre la sente la plus élevée qui part à flanc de coteau.

Du Col de Balme au Peuty

Du *col de Balme*, le parcours le plus rapide pour retourner au point de départ est de suivre le chemin qui descend aux *Herbagères*, mais cet itinéraire a plusieurs défauts. Tout d'abord le chemin est une route carrossable caillouteuse sans aucun charme. Deuxièmement ce tronçon est très (trop) fréquenté car il fait partie du *Tour du Mont Blanc*.

À P. 2066 il faut laisser le chemin balisé (qui continue à flanc de coteau) à droite et amorcer la descente…

Pour éviter le plus possible la foule nous sommes partis plein E en direction *Des Grands* et du *Col de la Forclaz*. En plus d'y rencontrer peu de randonneurs, comme espéré, ce sentier à flanc de coteau est très plaisant et offre un beau panorama sur la vertigineuse face SE de la *Croix de Fer* et le *vallon des Herbagères*.

Suivre le sentier, qui alterne montées et descentes à travers rhododendrons et myrtilliers, jusqu'à une bifurcation (P. 2066) environ 2 km plus loin. Laisser à droite le sentier balisé

Pendant la descente dans la forêt on peut entrevoir plusieurs lacets au-dessous.

et amorcer la descente qui comporte quelques courts passages pentus mais sans difficulté particulière.

Rejoindre le chemin balisé à P. 1899 puis poursuivre la descente à droite. Le chemin entre dans une forêt de mélèzes et c'est le début de la torture tortueuse : 400 mètres de dénivelé à dévaler sur un chemin caillouteux en zigzags. Les genoux n'apprécient pas beaucoup. Le plus déprimant c'est que la plupart du temps on peut entrevoir plusieurs lacets au-dessous de nous. On a donc l'impression que la descente est interminable…

La traversée du *Nant Noir*ldots

En sortant de la forêt on se retrouve au bord du *Nant Noir*. Le chemin est de nouveau plus agréable et longe le cours d'eau sur une centaine de mètres avant de le traverser. Il n'y a pas de pont, mais le lit est large et il n'y a pas beaucoup d'eau.

Poursuivre ensuite sur une route forestière jusqu'au *Peuty*. De là retourner au point de départ par la route goudronnée.

Bibliographie

[CAS12] CAS. *Echelle CAS pour la Cotation des Randonnées*. 2012. url : http://www.sac-cas.ch/fr/nc/en-chemin/echelles-de-difficultes.html?cid=1512&did=1001583&sechash=5ff34771 (visité le 20/07/2017).