

# Gorges du Triège en boucle depuis Les Marécottes

Les gorges du Triège, avec ses passerelles et ses ponts, promettent une impressionnante balade. La visite peut se faire depuis le village du Trétien, mais pour faire un peu plus long nous avons fait une boucle depuis Les Marécottes.

## ☸ Détails du parcours

**Point de départ :** Les Marécottes, Gare du Mont-Blanc Express (1030 m).

**Accessible en transports publics :** Oui.

**Point culminant :** La Crêta (1310 m).

**Dénivelé :** montée et descente 475 m chacune.

**Distance :** 6.85 km.

**Temps de marche :** 2¾h.

☉ Les Marécottes, Gare – La Médettaz ¼h.

☉ La Médettaz – Le Trétien ½h.

☉ Gorges du Triège (visite) ½h.

☉ Gorges du Triège (sortie) – La Crêta ¾h.

☉ La Crêta – Les Marécottes, Gare ¾h.

**Durée :** 1 jour.

**Difficulté :** T1 [CAS12].

**Matériel :** Matériel de randonnée pédestre estivale.

**Date :** 25 avril 2020.

**Références :** [Sal].

## Accès

### Accès en voiture

Prendre l'autoroute A9 jusqu'à Martigny / Salvan, puis suivre les indications pour Salvan / Les Marécottes jusqu'à rejoindre la gare des Marécottes. Laisser la voiture sur le parking gratuit du Zoo Alpin.

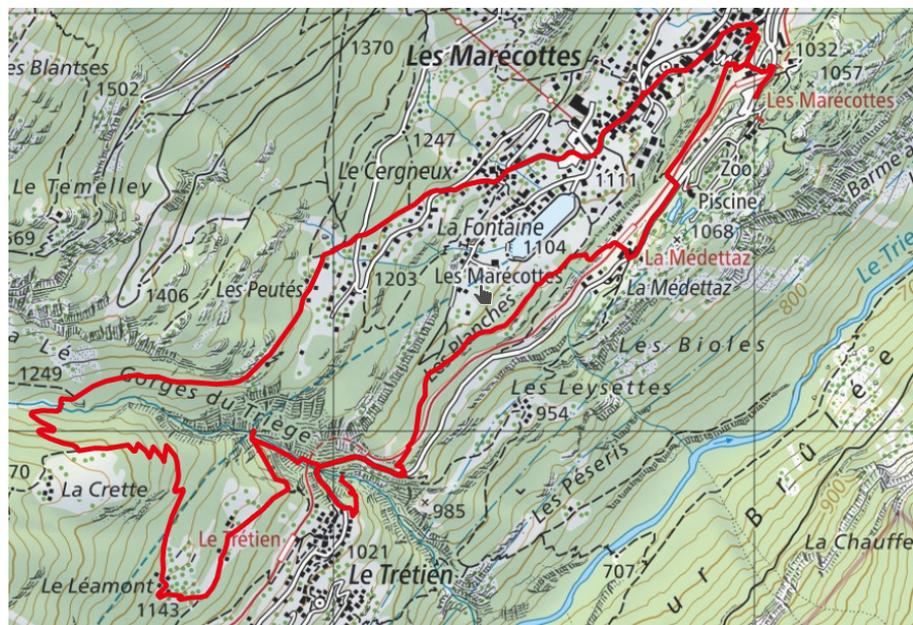
### Accès en transports publics

Depuis la gare de Martigny, prendre le train de la ligne du Mont-Blanc Express jusqu'à l'arrêt Les Marécottes.

## Des Marécottes au Trétien

Depuis la gare des Marécottes, partir NW est suivre le sentier qui remonte en forêt en longeant les voies du chemin de fer jusqu'à hauteur de l'entrée du Zoo des Marécottes. Continuer sur la route et gagner le hameau de La Médettaz.

Au milieu du hameau, à niveau de la fontaine, quitter la route. Un sentier passe entre les maisons, traverse les voies du train et remonte en direction des Marécottes.



Carte nationale (source swisstopo).



Dans la forêt entre *La Médettaz* et *Le Trétien*.

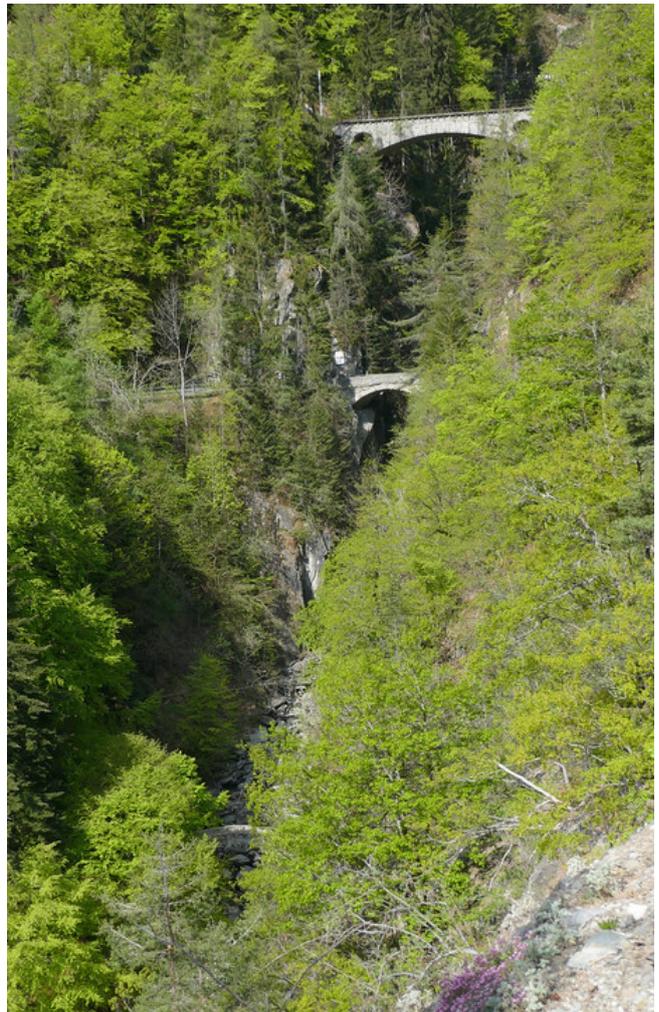
Rejoindre la route principale et la suivre en direction du *Trétien*. Quelques 200 mètres plus loin, à la sortie du tunnel, on met pied sur le pont routier depuis lequel on peut observer le *Torrent du Triège*. Il prend sa source à environ 2100 m d'altitude sous les *Pointes d'Aboillon* et il s'écoule dans le *Vallon d'Emaney* avant de former les *Gorges du Triège* pour se jeter ensuite dans le *Trient*. Ce pont a été bâti en 1855 lors de la construction de la *Route des Diligences*. Il y a deux autres ponts qui traversent le *Triège* : en levant la tête on ne peut pas rater le pont ferroviaire construit en 1905. En contrebas, plus discret, on aperçoit le vieux pont muletier.

### Le vieux pont muletier

Il est possible de visiter le pont muletier. Pour cela continuer jusqu'au hameau du *Trétien*. Juste après le parking, sur la gauche, un sentier assez escarpé descend dans la forêt jusqu'au pont qui date du début du 19ème siècle. Le pont a été restauré et quand on est dessus on a une vision complètement différente sur le *Triège*. Hélas le chemin qui remontait sur la rive gauche du torrent n'existe plus aujourd'hui. C'est donc par le même raide chemin qu'on retourne au pont routier.

On gagne rapidement le pied de « *La Fontaine* », dont on voit que les hauts murs, remplis avec l'eau captée dans les *Gorges du Triège*. L'eau de cette retenue coule ensuite jusqu'à la centrale des CFF à *Vernayaz* où elle est turbinée.

À la bifurcation continuer en direction du *Trétien* (panneaux). Un sentier remonte en forêt d'une pente douce. Quelques fenêtres nous permettent d'admirer *L'Arpille*. Environ 500 mètres plus loin, continuer sur le branchement de gauche. Par une courte descente on rejoint les voies du chemin de fer. Sur la droite on peut admirer la jolie petite *gare du Trétien*, percée tout en haut du hameau. Il faut traverser (précautionneusement) le voies et poursuivre la descente afin de pouvoir voir ledit hameau.



Les 3 ponts qui traversent le *Torrent du Triège* : le vieux pont muletier (en bas, caché par les arbres), le pont routier (au milieu) et le pont ferroviaire (en haut).



Dans la partie initiale des *Gorges du Triège*.

## Les Gorges du Triège

À côté du pont routier il y a un petit cabanon en bois. Sur sa droite un portail métallique permet d'accéder (gratuitement) aux *Gorges du Triège*. Le parcours a été construit dans le lointain 1870, mais il est en très bon état car il a été entièrement restauré entre 2011 et 2014. Un sentier remonte dans ces magnifiques gorges modelées au cours des siècles par l'eau. Des passerelles et des ponts en bois permettent d'admirer l'endroit sous plusieurs angles.



L'escalier en colimaçon.

On arrive ainsi au pied d'un escalier en colimaçon. Il est suivi par une étroite passerelle où il faut se contorsionner légèrement et se baisser pour ne pas taper la tête sur le rocher. Étonnamment mon fils n'a pas eu autant de problèmes que moi à franchir ce court passage...

Une série d'escaliers métalliques mènent ensuite jusqu'à une bifurcation entre deux tunnels. En partant à droite on accède à la prise d'eau des CFF qui capture la grande majorité de l'eau du *Torrent du Triège* pour l'amener dans *La Fontaine des Marécottes*.

La prise d'eau se situe au milieu des gorges. En regardant en amont on aperçoit des très vieux éléments du parcours complètement rouillés qui permettaient, à une époque, de remonter encore plus haut dans les gorges.



Dans l'alpage de *La Crêta*.

Retourner jusqu'à la bifurcation par les mêmes tunnels, puis continuer tout droit. Un dernier tunnel débouche dans la forêt.

## Des Gorges du Triège à La Crêta

Suivre le chemin sur une centaine de mètres jusqu'à une bifurcation. Le branchement de gauche permet de descendre jusqu'aux voies du chemin de fer, tandis que celui de droite se dirige vers Les *Grands Raccards*. Suivre ce dernier. Après une centaine de mètres on tombe face à un petit panneau « *Chemin sans issue* ». J'ai ignoré le panneau et j'ai poursuivi tout droit. Dans les pâturages le chemin se perd et se mélange aux multiples sentes à vaches. En suivre une et remonter en direction des chalets où on retrouve un chemin bien marqué.

Continuer SW jusqu'à un branchement avec des panneaux du tourisme pédestre. Partir à droite et continuer l'ascension en direction de *La Crêta* (*La Crette* sur les cartes topographiques).

Après avoir passé les chalets du *Léamont* on marche à nouveau dans la forêt. Quelques zigzags plus tard on met pied sur les pâturages de *La Crêta*. Les chalets ont été installés dans la partie supérieure de l'alpage. Nous avons profité qu'il n'y ait pas encore du bétail pour prendre notre pique-nique sur un caillou au milieu des pâturages.

## De La Crêta aux Marécottes

Rejoint la bifurcation dans la partie basse de l'alpage, puis continuer en direction des *Marécottes* (panneaux). Un sentier descend jusqu'au bord du *Triège*. Des jolies balustrades, vraisemblablement installées lors de la remise en état du chemin en 2018, ornent le sentier. Hélas plusieurs sont déjà branlantes. Le travail effectué pour construire ces jolies rambardes n'as malheureusement pas tenu longtemps. Dommage !

Un pont permet de traverser le *Triège*. Sur l'autre rive le sentier remonte légèrement avant de poursuivre en forêt en longeant le bas d'un pierrier.

Quelques 500 mètres plus loin on sort de forêt. Traverser le hameau dans la banlieue des *Marécottes* puis continuer sur le chemin pédestre jusqu'à retourner au point de départ.

## Bibliographie

- [CAS12] CAS. *Echelle CAS pour la Cotation des Randonnées*. 2012. url : [https://www.sac-cas.ch/fileadmin/Ausbildung\\_und\\_Wissen/Tourenplanung/Schwierigkeitsskala/Cotation-CAS-des-randonnees.pdf](https://www.sac-cas.ch/fileadmin/Ausbildung_und_Wissen/Tourenplanung/Schwierigkeitsskala/Cotation-CAS-des-randonnees.pdf) (visité le 16/05/2020).
- [Sal] Commune de Salvan. *Sentier des Gorges du Triège*. url : <http://salvan-rando.ch> (visité le 16/05/2020).