Sés du Coeur / Pointe d'Arvouin

Le Sés du Coeur (anciennement Sex du Coeur) est un sommet sur la frontière franco-suisse et nos voisins l'ont d'ailleurs nommé Pointe d'Arvouin. Mais peu importe comment on l'appelle, il offre dans tous les cas une magnifique arête sur laquelle on peut crapahuter facilement tout en profitant du panorama sur les Cornettes de Bise, Le Linleu ou le Mont de Grange.

Détails du parcours

Point de départ : Le Flon (1046 m).

Accessible en transports publics : Oui.

Point culminant : Sés du Coeur (2020 m).

Dénivelé : montée et descente 1100 m chacune.

Distance : 14.1 km.

Temps de marche : 6h-6½h.

- Le Flon – La Bataille ½h.
- La Bataille – Col du Blanc Sé 1h.
- Col du Blanc Sé – Savalene ½h.
- Savalene – Col de Savalene ¾h.
- Col de Savalene – Sés du Coeur ½h.
- Sés du Coeur – Pointe de Vernaz ½h-1h.
- Pointe de Vernaz – Col du Serpentin ¼h.
- Col du Serpentin – Col de Resse ¼h.
- Col de Resse – Col de Verne ¼h.
- Col de Verne – Le Coeur ¼h.
- Le Coeur – En Verne ½h.
- En Verne – Plan de l'Ortie ¼h.
- Plan de l'Ortie – La Bataille ¼h.
- La Bataille – Le Flon ¼h.

Durée : 1 jour.

Difficulté : T4 [CAS12] avec des passages d'escalade en III [CAS].

Matériel :

- Matériel de randonnée pédestre estivale.
- Corde selon les acteurs.

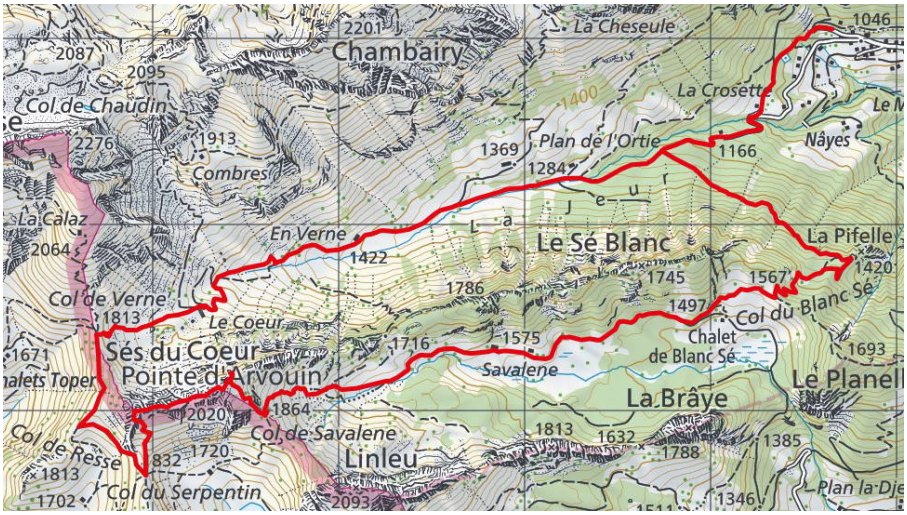
Date : 23 août 2019.

Références : [Cam18].

Accès

Accès en voiture

Sortir de l'autoroute A9 à *Villeneuve* et gagner *Vouvry*. Une fois dans le village, monter en direction de *Miex* (panneaux). Continuer vers *Le Flon*, puis suivre les panneaux *Taney* jusqu'au parking à la fin de la route goudronnée.



Carte nationale (source swisstopo).

Panorama sur le *Linleu* (au centre) et le *Sés du Coeur* (à droite) depuis le *col du Blanc Sé*.

Note

Le *Lac de Tanay* est un lieu très prisé lors des week-ends d'été. Le parking se remplit extrêmement vite et les voitures sont garées ensuite le long de la route sur plusieurs kilomètres. Bien évidemment c'est tout ça en plus à remonter (et à descendre…).

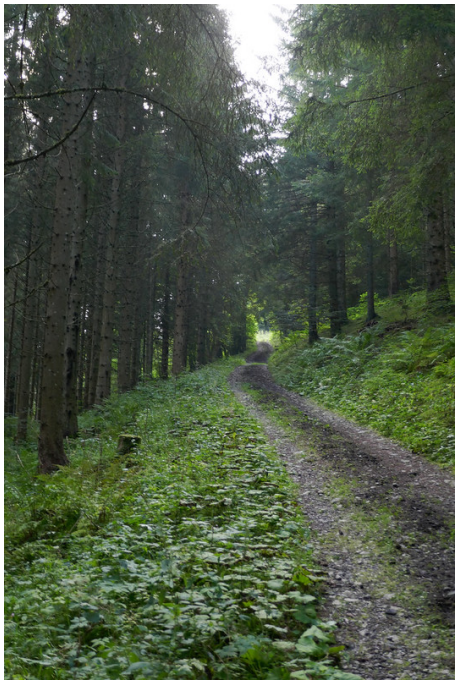
Accès en transports publics

En été il est possible de rejoindre le parking par car postal depuis *Vouvry*, mais le nombre de correspondances est très limité.

Du Flon au Col du Blanc Sé

Du parking du *Flon*, monter en direction de *Taney* sur la route carrossable, interdite à la circulation, jusqu'au premier virage en épingle (P. 1124) où un sentier part en légère descente et traverse une forêt.

On rejoint rapidement une clairière. La sente se perds dans l'herbe, mais il suffit de viser le chalet de *La Crosette* et de rejoindre ensuite la route goudronnée qu'on remonte jusqu'au chalet de La Bataille. Continuer sur la route forestière sur environ 400 m puis bifurquer à gauche en direction du *chalet de Blanc Sé* (*Blancsex* sur les panneaux). Entre la forêt touffue et l'épais brouillard il faisait sombre. Après une



La montée en forêt vers le *col du Blanc Sé*.

Dans le vallon de *Savalene* peu avant le chalet. Au font on distingue le *Sés de Coeur* (au milieu) et le *col de Savalene* (un peu plus à gauche).

bonne demi-heure de montée en sous-bois on rejoint une nouvelle bifurcation : la route continue tout droit tandis que le sentier balisé monte à droite. Ce dernier était boueux et ravagé après le passage de mules (ou cheveux). Nous avons donc décidé de poursuivre par la route car le détour qu'elle fait est négligeable, mais juste sur la carte : à deux reprises nous avons dû franchir au mieux des arbres tombés sur la piste.

Vers le *Plan d'Amont* le sentier n'est plus très visible. Après avoir contourné la petite bute on retrouve une sente tracée.

Peu à peu nous sommes passé par-dessus le brouillard et quand nous sommes sortis de la forêt au *col du Blanc Sé*, nous avons eu devant nous un splendide panorama sur le *vallon de Savalene* et *Le Linleu*.

Du Col du Blanc Sé au Col de Savalene

Entamer la descente vers le *chalet de Blanc Sé*. Quelques minutes plus tard on se retrouve face à une bifurcation : à gauche la route descend au chalet d'alpage, tandis que tout droit un sentier, pas répertorié sur les cartes nationales de la Suisse (CNS), traverse la forêt. Bien évidemment nous avons décidé d'emprunter le mystérieux sentier qui rejoint, sans vraiment de surprise, la route forestière quelques centaines de mètres plus loin.

Suivre la route qui mène d'une pente très douce au *Savalene*. Nous profitons d'une table en bois installée devant le chalet pour faire une courte pause et nous hydrater : au-dessus du brouillard le soleil brille et il fait nettement plus chaud…

Continuer sur un chemin qui se perd ensuite dans le *Plan d'Amont*, mais le *col de Savalene* est juste en face et un peu plus haut on aperçoit à

Une sente traverse le pierrier puis mène jusqu'au sommet du *Sés de Coeur*.

nouveau le chemin qui mène au col. Progressivement la pente se redresse et la partie finale est assez raide (et les mollets chauffent...).

Le *col de Savalene* est situé à la frontière franco-suisse et sur les cartes IGN il est nommé *col d'Arvouin* ou encore *col de Savalenaz*. Cela dit on y trouve que des panneaux du tourisme pédestre suisse à moitié illisibles et qui n'indiquent que la direction du *vallon de Savalene*.

Du Col de Savalene au Sés du Coeur

Depuis le *col de Savalene* un chemin monte NW. On gravit rapidement les 100 mètres de dénivelé qui nous séparent de l'antécime où est installée une croix métallique jaune. De là on a une vue surplombante sur *vallon de Verne* et les *Cornettes de Bise* ! Le seul problème c'est qu'il n'y a pas beaucoup de place autour de la croix.

L'antécime du *Sés de Coeur* avec la croix et une vue surplombante sur *vallon de Verne*.

L'arête W *Sés de Coeur* est composée d'une série de ressauts qu'on gravi généralement sans soucis.

Poursuivre l'ascension SW par une sente qui traverse des blocs d'un pierrier. Quelques crapahutages faciles mènent rapidement au sommet du *Sés du Coeur*.

Sur l'arête W du Sés du Coeur

La descente de l'arête W du *Sés du Coeur* est la partie la plus intéressante et ludique. Le parcours est composé d'une série de ressauts qu'on gravi généralement sans soucis. Il y a également plusieurs courts passages aériens. Ceux qui souffrent de vertiges ont donc intérêt à choisir une autre randonnée…

Deux ressauts sortent du lot et pourraient potentiellement poser des difficultés si on a pas des notions de base d'escalade. Les deux passages sont d'une difficulté d'escalade moyenne (III). Le premier est un ressaut vertical pourvu de bonnes prises. La majeure difficulté est sa hauteur : une petite dizaine de mètres. Si ce passage vous pose des problèmes, il faut sérieusement envisager de rebrousser chemin ou de contourner le ressaut par la gauche (à priori il y a une sente…). Le deuxième passage est aussi un ressaut vertical qui demande un peu plus de dex-

Le premier ressaut en III, d'une dizaine de mètres, est pourvu de bonnes prises.

Pour franchir le deuxième passage en III monter d'abord dans le couloir (photo de gauche) puis partir à gauche sur une vire (photo de droite) et contourner le bloc rocheux.

térité à cause d'un léger surplomb. Là aussi une sente semble contourner la difficulté par la gauche. Comme on peut le voir sur les photos, nous avons suivi l'arête. Je n'ai donc aucune certitude qu'on puisse contourner les deux ressauts !

Peu après le deuxième passage en III on arrive à une antécime (sans nom sur CNS, *Pointe de Vernaz* sur les cartes IGN) qui indique la fin de l'arête. Nous avons profité de l'endroit pour piqueniquer tout en profitant de la magnifique vue sur le *lac d'Arvouin* et le *Mont de Grange*.

Retour par les cols du Serpentin, de Resse et de Vernaz

Depuis l'antécime on dévale dans les pentes herbeuses de la face S. Se diriger plutôt vers SE pour récupérer plus rapidement la sente qui mène au *col du Serpentin*.

Sur le sentier qui mène au *col de Verne*.

De là emprunter le sentier, sécurisé par quelques chaînes, qui se dirige NW en direction du *col de Resse*. Poursuivre jusqu'au *col de Verne* (*Vernaz* sur les panneaux et les cartes IGN). Étant encore une fois sur la frontière, on trouve les panneaux pédestres suisses et français qui ne comportent pas les même inscriptions (au moins ils restent fidèles aux cartes de leur pays…).

Amorcer la descente en direction de l'*étable du Coeur*, puis continuer vers celui de *Verne* et finalement gagner le *Plan de l'Ortie*. De là poursuivre sur la route forestière. Quelques centaines de mètres plus loin on rejoint un croisement à partir duquel on peut retourner au point de départ par le même parcours qu'à la montée.

Bibliographie

[Cam18] Camptocamp. *Pointe d'Arvouin / Sex du Coeur : Traversée E-W depuis le col de Savalène*. 21 mai 2018. url : https://www.camptocamp.org/routes/130237/fr/pointe-d-arvouin-sex-du-coeur-traversee-e-w-depuis-le-col-de-savalene (visité le 05/06/2019).

[CAS] CAS. *Cotation UIAA / cotation française / cotation d'ensemble*. url : https://www.sac-cas.ch/fileadmin/Ausbildung_und_Wissen/Tourenplanung/Schwierigkeitsskala/Comparison-of-grades-systems-UIAA.pdf (visité le 16/05/2020).

[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 (visité le 16/05/2020).