

Sex des Granges

Le Sex des Granges est sommet qui paraît insignifiant quand on regarde une carte, mais il mérite d'être gravi : peu fréquenté, il offre une vue splendide sur toute la région de Martigny et du Mont Blanc.

☸ Détails du parcours

Point de départ : Les Marécottes (1110 m).

Accessible en transports publics : Oui.

Point culminant : Sex des Granges (2082 m).

Dénivelé : montée et descente 1160 m chacune.

Distance : 12.3 km.

Temps de marche : 6h.

☉ Les Marécottes – Col de la Matze 1½h.

☉ Col de la Matze – Sex des Granges 2½h.

☉ Sex des Granges – La Creusaz 1h.

☉ La Creusaz – Les Marécottes 1h.

Difficulté : T3 [CAS12].

Matériel : Matériel de randonnée pédestre estivale.

Date : 11 octobre 2014.

Tracé GPS disponible : Oui.

Références : [Vis13]

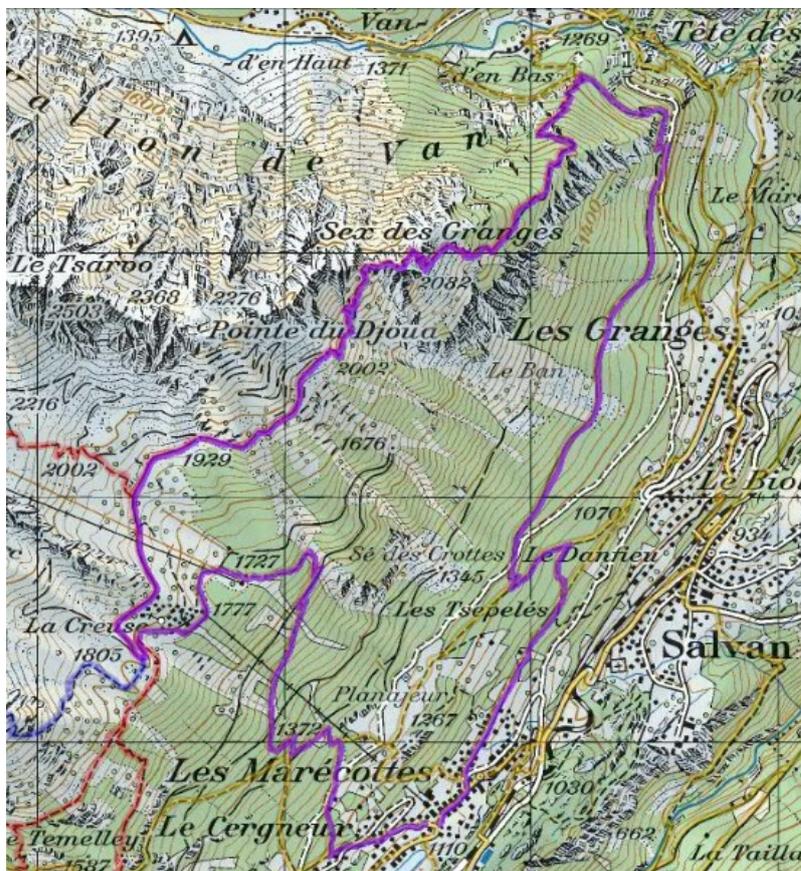
Accès

En voiture

Prendre l'autoroute A9 jusqu'à la sortie Martigny-Fully / Salvan. Suivre ensuite les indications pour Salvan, puis poursuivre jusqu'au parking des remontées mécaniques des Marécottes.

En transports publics

À la gare CFF de Martigny, prendre le train Mont-Blanc Express qui monte en direction du Chatélard. Descendre aux Marécottes. Depuis la gare, suivre les panneaux et remonter jusqu'au parking des remontées mécaniques.



Carte nationale 1:50'000 (source swisstopo).



L'accès au col entre le sommet et la petite antécime (à droite).

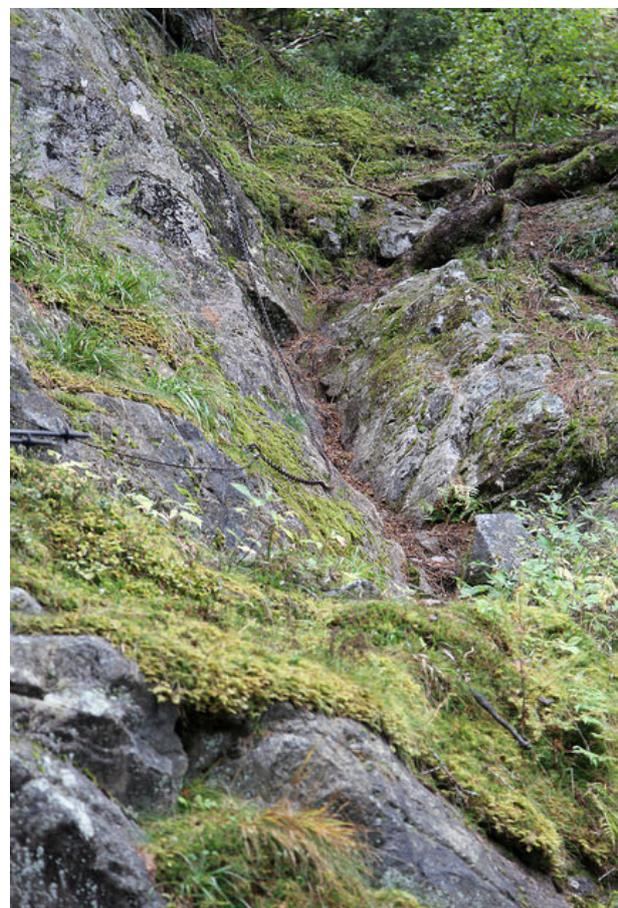
Des Marécottes au Col de la Matze

Depuis le bas (SE) du parking des remontées mécaniques des *Marécottes*, partir en direction des *Granges* : suivre la *Rue Principale* sur 200 mètres environ, jusqu'à la bifurcation, puis laisser la *Rue Principale* à droite et poursuivre sur le chemin qui monte en direction de *Van d'en Bas*. Gagner P. 1113, puis bifurquer à gauche, remonter jusqu'à P. 1217, traverser la route et poursuivre tout droit sur le chemin.

Le chemin poursuit sur un faux plat. Un peu plus loin il passe sur une digue dont le but est de retenir les rochers qui dévalent en direction des *Granges*. Le chemin continue ensuite en légère descente jusqu'à rejoindre la route qui monte à *Van*. Remonter celle-ci sur une cinquantaine de mètres, puis bifurquer à gauche et suivre l'ancien chemin de *Van* jusqu'au *Col de la Matze* (indiqué sur les panneaux mais pas sur la carte...), un croisement de chemins au S de *Van d'en Bas* à environ 1370 mètres d'altitude.

Du Col de la Matze au Sex des Granges

Du le *Col de la Matze*, suivre sur le sentier qui monte dans la forêt au *Sex des Granges* d'une pente très raide. Plusieurs passages ont été équipés de chaînes. Par temps sec elles



Un des passages sécurisés.



Le sommet vu depuis le pierrier.

sont superflues, mais elles sont d'une grande utilité quand le terrain est humide (et les dalles glissantes...).

Après environ 200 mètres de rude montée, la sente devient (un peu) moins raide. La progression se fait toujours en sous-bois jusqu'à 1800 mètres d'altitude environ, puis les arbres deviennent de plus en plus épars. Le sentier mène à un pierrier au contrebas d'une petite antécime à NE du sommet principale. Il faut remonter sur le pierrier avant de le traverser. La sente sur la caillasse n'est pratiquement pas visible. Il faut impérativement localiser et suivre les traces



Vue depuis le sommet sur la vallée du Rhone.

de peinture afin de ne pas se retrouver sur une fausse sente et devoir remonter dans des éboulis très instables.

Après la traversée on se retrouve en bas d'un col qu'on rejoint en remontant un court couloir par le sentier en lacets. Du col, gagner la croix sommitale du *Sex des Granges* qui se trouve à une petite centaines de mètres.



Vue sur le Dents du Midi.

Du Sex des Granges à La Creusaz

Depuis le sommet du *Sex des Granges*, suivre le sentier qui part sur l'arête plein E en direction de *La Creusaz* (*La Creuse* sur les cartes). La première partie de la descente présente quelques courts passages très raides, mais ils sont aussi équipés de chaînes...

Par une courte montée, gagner P. 2002 où on trouve plusieurs cairns et une table en bois, puis bifurquer sur le chemin de gauche et gagner P. 1929. Poursuivre la descente et rejoindre *La Creusaz*. Traverser le petit hameau et continuer à descendre en direction des *Marécottes* jusqu'à rejoindre le parking des remontées mécaniques.

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).
- [Vis13] Alain Visinand. *Le Sex des Granges via son sentier sécurisé*. 2013. url : http://www.visinand.ch/rando/pieds/Sommets/Valais/Sex_des_Granges/2013_aout/Sex_des_Granges_intro.htm (visité le 27/07/2017).