

Tour des Dents du Midi sur quatre jours

Avec l'ascension de la Haute Cime

Le tour des Dents du Midi « classique » est une boucle d'une quarantaine de kilomètres qui est généralement faite sur trois jours. Plusieurs points de départ existent, mais le plus usuel est Champéry. Les sentiers qui composent la boucle sont balisés et bien entretenus. Tout au long du parcours on peut admirer des ruisseaux et des cascades aux eaux transparentes, des lacs, quelques petits glaciers. La faune et la flore sont aussi superbes. Bien évidemment on a l'occasion d'admirer les sept sommets des Dents du Midi sous toutes leurs faces. Le tour proposé ici est une variante du tour de base avec une nuitée dans un refuge non gardée et l'ascension de la Haute Cime.



Détails du parcours

Point de départ : Mex (VS) (1118 m).

Point d'arrivée : Gare de St-Maurice (422 m).

Accessible en transports publics : Oui.

Point culminant : Haute Cime (3257 m).

Dénivelé : montée 5073 m, descente 5766 m.

Distance : 56.6 km.

Temps de marche : 24¼h-29h.

☉ Mex – Refuge de Chalin 6h-7¼h.

☉ Refuge de Chalin – Cabane de Susanfe
7h-8½h.

☉ Cabane de Susanfe – Auberge de Salanfe
6½h-7½h.

☉ Auberge de Salanfe – Gare de St-Maurice 4¾h-5¾h.

Difficulté : T4 [CAS12].

Matériel : Matériel de randonnée pédestre estivale.

Lieu de rendez-vous : Mex (VS).

Date : 10-13 juillet 2009.

Tracé GPS disponible : Oui.

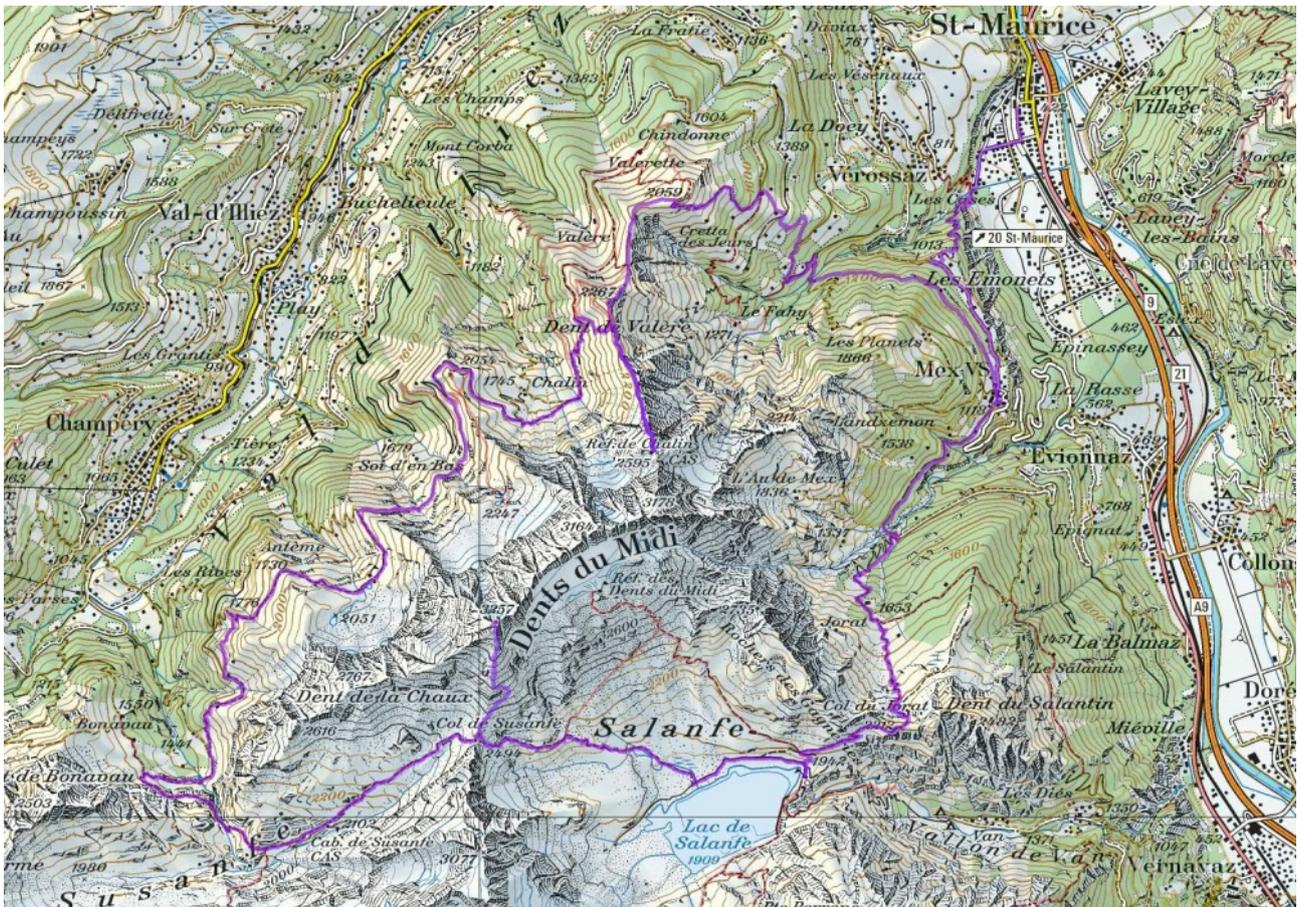
Accès

Prendre le train jusqu'à *St-Maurice*, puis rejoindre *Mex (VS)*, un petit village valaisan qui compte moins de 150 habitants, en car postal (départ devant la gare de St-Maurice).



Attention

Il n'y a que quatre cars postaux par jour au départ de *St-Maurice* pour rejoindre *Mex* : un le matin, un deuxième vers midi, un autre en milieu d'après-midi et le dernier en fin d'après-midi. Bien consulter les horaires avant le départ !



Carte nationale 1:100'000 (source swisstopo).

Jour 1 : Montée au Refuge de Chalin

✿ Jour 1

Point de départ : Mex (VS) (1118 m).

Point d'arrivée : Refuge de Chalin (2595 m).

Point culminant : Refuge de Chalin (2595 m).

Dénivelé : montée 1920 m, descente 450 m.

Distance : 11.6 km.

Temps de marche : 6h-7¼h.

☉ Mex – La Satchia 1½h-1¾h.

☉ La Satchia – Châlabagne ¾h-1h.

☉ Châlabagne – Pointe de l'Erse 1½h-1¾h.

☉ Pointe de l'Erse – Dent de Valère ¾h-1h.

☉ Dent de Valère – Refuge de Chalin 1½h-1¾h.

Difficulté : T3+ [CAS12].

Hébergement : Refuge de Chalin (pas de gardien!). Pour toute information, contacter Jacques Amiguet, ☎ 024 466 31 24.

De Mex au Chalet à Bagne

Depuis le terminus du car postal à Mex, partir plein E sur 100 m environ, puis tourner à droite (N) et traverser village de Mex.

À la sortie du petit village, emprunter le chemin forestier qui part en direction N. Après 500 m environ, le chemin entre dans la forêt. Continuer sur 600 m environ, puis, à la bifurcation, suivre le chemin de droite (en légère descente).

Le chemin traverse la *forêt de Ceintaneire* et rejoint un premier pont qui permet de passer au-dessus du *torrent du Draversa*, puis, quelques dizaines de mètres plus loin, rejoint un deuxième pont qui passe au-dessus du *torrent du Cleusey*. Ces deux torrents se joignent une cinquantaine de mètres plus bas pour former *Le Mauvoisin*.

Après avoir traversé les deux ponts, remonter le chemin sur 300 m environ, puis tourner à gauche (SE). Continuer sur 500 m environ, ensuite, à la bifurcation, emprunter le sentier de droite et gagner *La Satchia*. Poursuivre l'ascension en passant à *La Biôle* et au *Chalet à Bagne* (*Châlabagne* sur la carte).



L'arête du Dardeu et le Refuge de Chalin (au milieu).

Du Chalet à Bagne au Refuge de Chalin



Le Refuge de Chalin.

Du *Chalet à Bagne*, continuer sur le chemin qui monte entre les deux constructions et longer la lisière de la forêt à gauche jusqu'aux *ruines du Teret* (1735 m). Suivre alors la sorte d'arête qui monte E en direction du sommet de la *Dent de Valerette* sur 100 m environ, ensuite suivre la sente sur la face E d'abord, puis sur la face S.

Une dernière montée permet de gagner l'arête entre la *Pointe de l'Erse* et la *Dent de Valerette*.

Suivre l'arête et gagner le sommet de la *Pointe de l'Erse*, ensuite poursuivre au S, toujours en suivant la crête, et gagner le sommet de la *Dent de Valère*.

Depuis la *Dent de Valère*, descendre le long de la crête S, puis suivre les traces qui longent l'*Arête du Dardeu*. Gagner la *Tête de Chalin* avec son refuge en suivant les traces de peinture bleue dans la caillasse.



Important

Le *Refuge de Chalin* n'est pas gardienné et aucune réservation n'est possible. Les 8 places sont donc attribuées selon la règle du premier arrivé, premier servi ! Il est recommandé d'éviter le vendredi et le samedi soir... Le refuge est équipé d'une petite poêle à bois, d'ustensiles de cuisine et de vaisselle. Il n'y a pas d'eau courante, mais un réservoir a été aménagé pour y récolter l'eau de pluie qu'il faut absolument faire bouillir quelques minutes avant toute consommation !

Jour 2 : Le long de la face N des Dents du Midi

✦ Jour 2

Point de départ : Refuge de Chalin (2595 m).

Point d'arrivée : Cab. de Susanfe (2102 m).

Point culminant : Refuge de Chalin (2595 m).

Dénivelé : montée 1363 m, descente 1851 m.

Distance : 19.1 km.

Temps de marche : 7h-8½h.

☉ Refuge de Chalin – Cabane d'Antème
3½h-4h.

☉ Cabane d'Antème – Pas d'Encel 3h-3½h.

☉ Pas d'Encel – Cabane de Susanfe ¾h-1h.

Difficulté : T3 [CAS12].

Hébergement : Cabane de Susanfe, ☎ 024
479 16 46.

Du Refuge de Chalin à l'Alpage de Rossétan

Depuis le *refuge de Chalin* redescendre, par le même chemin que la veille, dans la caillasse en suivant les traces de peinture, puis suivre la sente qui longe l'*Arête du Dardeu*. Au pied de la *Dent de Valère* (P. 2225) quitter la crête et suivre le sentier qui descend à gauche (E).

Vers 2060 m d'altitude emprunter le sentier de droite qui part au N presque à plat jusqu'aux *Sives*. Poursuivre la descente jusqu'à P. 2014, puis gagner P. 1787.

Depuis le P. 1787, partir au S et suivre le sentier du tour des Dents du Midi (TDM), un faux plat qui contourne le *Signal de Soi* et rejoint la *cabane d'Antème*. Poursuivre jusqu'au *chalet de Mettecui*, puis descendre jusqu'à l'*alpage de Rossétan*.



Le matin les sentiers sont peu courus et parfois on a la chance d'apercevoir des animaux sauvages.

De l'Alpage de Rossétan à la Cabane de Susanfe

De l'*alpage de Rossétan* partir plein S, rejoindre le torrent impétueux de *La Saufla* et le traverser grâce à un petit pont amovible, posé en début d'été et mis sur le côté en fin de saison, puis gagner P. 1542.



Montée au Pas d'Encel.

Suivre ensuite le sentier qui monte en écharpe sous l'arête E de la *Dent de Bonavau*. L'entrée dans la gorge de *La Soufla* présente quelques passages aériens et exposés mais sécurisés avec des chaînes. Par temps sec on peut très bien s'en passer. Utiliser les chaînes et vos mains sur le rocher pour gagner le *Pas d'Encel*, puis continuer à longer le torrent jusqu'à la passerelle qui passe sur *La Saufla*. La franchir et poursuivre jusqu'au *barrage du Giétroz*. Suivre le chemin sur la rive droite du *vallon de Susanfe* jusqu'à la *Cabane de Susanfe*.



Le sommet de la *Haute Cime* (en arrière plan) depuis le *Col de Susanfe*.

Jour 3 : La Haute Cime

✦ Jour 3

Point de départ : Cab. de Susanfe (2102 m).

Point d'arrivée : Auberge de Salanfe (1925 m).

Point culminant : Haute Cime (3257 m).

Dénivelé : montée 1285 m, descente 1450 m.

Distance : 11.1 km.

Temps de marche : 6½h-7½h.

☉ Cabane de Susanfe – Col de Susanfe
1¼h-1½h.

☉ Col de Susanfe – Haute Cime 2¼h-2½h.

☉ Haute Cime – Col de Susanfe 1¼h-1½h.

☉ Col de Susanfe – Auberge de Salanfe
1¾h-2h.

Difficulté : T4 [CAS12].

Hébergement : Auberge de Salanfe, ☎ 027 761 14 38.

Références : [Not]

De la Cabane de Susanfe au Col de Susanfe

De la *Cabane de Susanfe* suivre le sentier balisé en direction NE sur la rive droite du *vallon de Susanfe*. En fin de vallon, revenir sur la droite pour gagner le *Col de Susanfe*.

Du Col de Susanfe au sommet de la Haute Cime (et retour)

Du *col de Susanfe*, prendre la direction N sur les traces de sente. La trace n'est pas toujours visible, mais des marques de peinture bleue sont visibles par-ci et par-là. Il faut juste les yeux de temps à autre pour voir la suite...



On peut trouver des névés et/ou de la neige fraîche même en été.



La vue depuis le sommet de la *Haute Cime*.

Suivre le tracé sur le flanc E (côté Salanfe) jusqu'au pied d'un éperon rocheux. Le contourner par la droite, puis poursuivre l'ascension sur l'arête jusqu'au *Col des Paresseux*. Un court replat permet de récupérer les forces avant d'attaquer, dans un décor lunaire, les derniers 200 m qui mènent au sommet de la *Haute Cime*.



Important

Du *Col des Paresseux* on peut voir deux tracés. À la montée, suivre les traces qui longent l'arête. À la descente, « glisser » sur la caillasse au milieu de la face W.

Retourner au *col de Susanfe* par le même chemin.



Conseil

Avant de monter au sommet de la *Haute Cime*, il est possible de laisser une partie des sacs à dos juste au-dessus du col et de tout récupérer à la descente...

Du Col de Susanfe à l'Auberge de Salanfe

Du *Col de Susanfe*, descendre en direction E dans les éboulis en suivant la trace jusqu'à une bifurcation. L'ancien sentier (dont les traces sont de moins en moins visibles) descend à gauche, tandis que le nouvel itinéraire part à gauche. Environ 300 m plus loin, le sentier s'engage sur une vire et franchit une falaise. Le passage est sécurisé par des chaînes. C'est la dernière difficulté technique de la marche.

La descente se poursuit à flanc de coteau jusqu'à une bifurcation à 2200 m d'altitude environ. Laisser à gauche le chemin du Refuge de Dents du Midi et continuer la descente sur une crête. Passer le P. 2132, puis continuer jusqu'à ce que la crête disparaisse.

Gagner le P. 1988 puis contourner le *Lanvoussent* (le « lac sec »). Descendre ensuite jusqu'à la rive du *Lac de Salanfe* (P. 1932). Un chemin forestier longe la rive N du lac et permet d'atteindre l'*auberge de Salanfe* et le barrage de retenue du lac.



Le lac de Salanfe.

Jour 4 : De l'Auberge de Salanfe à St-Maurice



Le matin et le soir il n'est pas rare de croiser des animaux sauvages.

✿ Jour 4

Point de départ : Auberge de Salanfe (1925 m).

Point d'arrivée : Gare de St-Maurice (422 m).

Point culminant : Col du Jorat (2212 m).

Dénivelé : montée 505 m, descente 2015 m.

Distance : 14.8 km.

Temps de marche : 4¾h-5¾h.

☉ Auberge de Salanfe – Col du Jorat 1h-1¼h.

☉ Col du Jorat – Torrent de St-Barthélemy 1½h-1¾h.

☉ Torrent de St-Barthélemy – Mex ½h-¾h.

☉ Mex – Gare de St-Maurice 1¾h-2h.

Difficulté : T3 [CAS12].



La montée au col du Jorat.

part en faux plat en direction NE. Après 1 km environ le chemin forestier se transforme en piste goudronnée. Continuer à suivre la piste et gagner *Mex*.

De l'Auberge de Salanfe à Mex

Depuis l'*auberge de Salanfe*, partir plein N sur le chemin balisé. Après 250 m environ, à la bifurcation, poursuivre sur le sentier qui s'élève au N et gagner P. 2004. Laisser à gauche la sente de la *cabane des Dents du Midi*, continuer l'ascension sur le chemin qui monte au NE et gagner le *col du Jorat*.

Du col, suivre le sentier qui descend en lacets sur le versant N. Le chemin passe par *Jorat d'en Haut*, *Jorat d'en Bas* puis, vers 1400 m d'altitude, entre dans la forêt.

Au P. 1182 bifurquer à gauche (NW) et franchir le *torrent de St-Barthélemy* grâce à une petite digue, ensuite suivre le chemin forestier qui

De Mex à la gare CFF de St-Maurice

Traverser *Mex*, puis, à la sortie du village, suivre la route goudronnée qui part au N en légère descente sur 1.9 km environ. À la bifurcation à la fin de la route goudronnée, partir à droite (NE) sur le sentier qui descend. Après 500 m environ, le sentier entre dans une forêt et par une série de lacets rejoint la plaine.

Traverser *Le Mauvoisin* grâce au pont, puis bifurquer à droite. Suivre la route qui traverse le hameau des *Cases* sur 50 m environ, puis tourner à gauche et suivre la route goudronnée qui longe la lisière de la forêt à droite. Après 500 m environ, à la bifurcation, tourner à droite (E) et suivre la route à nouveau sur 450 m. Juste après avoir traversé les rails du train (pont) tourner à gauche (N) et gagner la gare CFF de *St-Maurice*.

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).
- [Not] Philippe Noth. *Haute Cime, Lac de Salanfe, Col de Susanfe*. url : <http://www.noth.ch/fr/randos/haute-cime-lac-de-salanfe-col-de-susanfe.html> (visité le 26/07/2017).