

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	3
Top-Touren	8
Touristische Hinweise	10
Schwierigkeitskategorien	11
Symbole	19
GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	20
Wandern in der Vanoise	22
Tour des Glaciers de la Vanoise	26
1 4.00 h La Roche Pourrie, 2037 m	32
2 7.30 h Le Grand Arc, 2484 m	34
3 3.45 h Les Lacs de la Tempête, 2131 m	36
4 9.30 h Pierra Menta – Refuge de Presset, 2514 m	38
5 2.00 h Le Grand Plan, 2127 m	42
6 3.30 h Crève-Tête, 2341 m	44
7 9.00 h Grand Perron des Encombres, 2825 m	46
8 6.30 h Col de la Vallée Etroite, 2732 m	49
9 7.00 h Refuge du Saut – Lac du Mont Coua, 2672 m	51
10 6.00 h Lacs Merlet, 2449 m	54
11 6.30 h Petit Mont Blanc, 2677 m	56
12 6.00 h Crête du Mont Charvet – Col de la Grande Pierre, 2403 m	58
TOP 13 5.00 h Col de la Vanoise, 2516 m – Lac des Vaches, 2318 m	60
TOP 14 7.30 h Les Cirques de Pralognan	64
TOP 15 5.00 h Cirque du Génépy, 2449 m	68
16 6.00 h Refuge de Pécllet Polset, 2459 m – Lac Blanc, 2429 m	70
TOP 17 2 Tage Tour de l'Aiguille des Aimes	74
18 6.30 h Pointe de la Vélière, 2467 m	78
19 5.00 h Mont Jovet, 2558 m	80
TOP 20 5.45 h Porte de Rosuel – Lac de la Plagne, 2145 m	82
21 4.00 h Lancebranlette, 2936 m	86
22 5.00 h Lac du Retour, 2397 m	88
23 5.00 h Tour du Montséti	90
24 8.00 h Col du Lac Noir, 2869 m – Col du Rocher Blanc, 2833 m	92
25 5.30 h Glacier de la Savinaz, 2565 m	94
26 1.45 h Lac de la Sassièrè, 2460 m	96
27 6.00 h Col de la Rocheure, 2911 m	98
28 5.00 h Col de la Galise, 2987 m	100
29 7.30 h Zum Refuge du Carro, 2759 m	102
TOP 30 5.30 h Cirque des Evettes, 2591 m	104
31 3.00 h Refuge d'Avérole, 2229 m	108
32 11.00 h Rochemelon, 3538 m	110

	33	7.00 h	Pierre aux Pieds, 2750 m	114
	34	4.30 h	Pointe de Lanserlia, 2909 m	116
TOP	35	2 Tage	Plan du Lac – Sentier Balcon de l'Arpont	118
TOP	36	2.45 h	Tour des Lacs de Bellecombe, 2414 m	122
	37	3.00 h	Le Sentier des Bâisseurs	124
	38	8.00h	La Turra – Trou de la Lune, 2650 m	126
	39	7.30 h	Pointe de l'Observatoire, 3015 m	128
	40	2 Tage	Le Rateau d'Aussois, 3131 m	132
	41	5.30 h	Signal du Petit Mont Cenis, 3162 m	135
	42	5.00 h	Lac de Savine, 2447 m – Lacs Giaset, 2664 m	138
	43	8.45 h	Vallon d'Ambin – Pas de la Coche, 2968 m	140
TOP	44	2 Tage	Mont Thabor, 3178 m	144
	45	4.30 h	Tour de la Fourche	148
	46	8.00 h	Col des Aiguilles d'Arves, 3163 m	150
	47	4.00 h	Basse du Gerbier, 2578 m	152
	48	8.45 h	Cime de la Valette, 2858 m	154
TOP	49	6.30 h	Glacier de St-Sorlin, 2715 m	158
	50	5.00 h	Lac de la Croix, 2415 m – Col du Sambuis, 2528 m	162
	51	2.00 h	Mont Rond d'en bas, 1522 m	164
	52	5.00 h	Pic de Fremezan, 2261 m	166
	53	9.30 h	Grand Coin, 2730 m	168
	54	4.30 h	Rocher de Sarvatan, 2510 m	170
			Stichwortverzeichnis	172