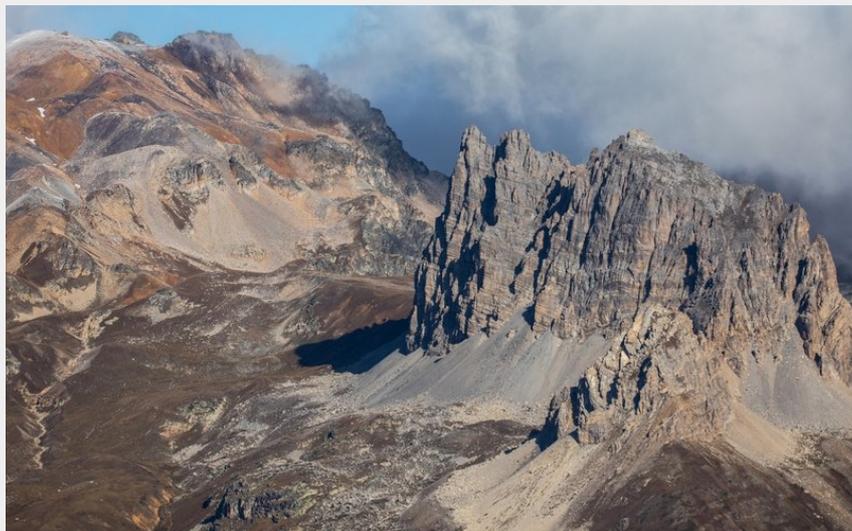
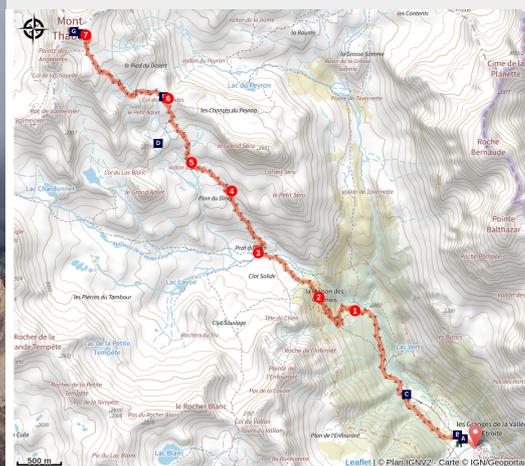


Le Mont Thabor depuis la vallée étroite

Briançonnais - Névache



Mont Thabor Vallée Étroite (©Thibaut Blais)



A la croisée des Hautes-Alpes et de la Savoie, le mythique et emblématique sommet du Mont Thabor, culminant à 3178 mètres d'altitude est un 3000 accessible, ne présentant pas de difficultés particulières sauf peut-être ses 18 km de distance à parcourir.

Depuis le parking des Granges de la Vallée Étroite, le Mont Thabor est déjà bien visible.

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 8 h

Longueur : 18.8 km

Dénivelé positif : 1451 m

Difficulté : Difficile

Type : Aller-retour

Thèmes : Col et sommet, Faune, Flore et forêt, Géologie, Pastoralisme, Patrimoine et histoire, Point de vue, Refuge

Itinéraire

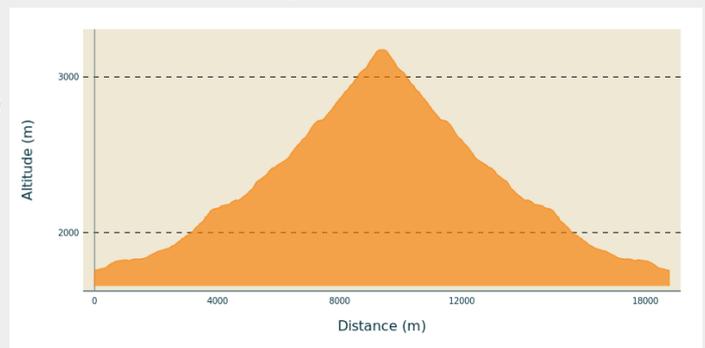
Départ : Parking des granges de la Vallée Étroite

Arrivée : Parking des granges de la Vallée Étroite

Balisage :  GR

Communes : 1. Névache

Profil altimétrique



Altitude min 1757 m Altitude max 3174 m

1. S'engager sur la large piste traversant le typique hameau à l'accent italien des Granges de la Vallée Étroite : cette piste est l'itinéraire du GR57 Tour de la Haute Clarée et du GR5 . Poursuivre cette piste sur environ 2km pour déboucher sur une bifurcation juste avant le pont de la Fonderie : prendre à gauche en direction du Mont Thabor et la Maison des Chamois que l'on aperçoit sur les hauteurs du sentier. (La piste de droite mène quant à elle en direction du Col de la Vallée Étroite, Refuge du Mont Thabor et permet de rejoindre Modane).
2. Rejoindre la Maison des Chamois en une montée sèche. Le carrefour à proximité de la Maison des Chamois est un peu brouillon , de nombreuses bifurcations apparaissent. A proximité de la Maison , quitter la piste pour prendre le sentier de gauche , passant au dessus de la construction annexe (suivre les indications " Mont Thabor")

(Possibilité de poursuivre la large piste passant juste devant la maison des chamois , celle-ci se poursuit alors en longeant le torrent (on distingue ici deux sentiers surplombant le torrent , tous les deux mènent à la passerelle de Prat du Plan , qui traverse ce torrent.)
3. Le sentier s'élève à travers l'alpage pour rejoindre la passerelle de Prat du Plan . Ce magnifique replat , en partie zone humide est surplombé par le petit Séru, et l'imposant Grand Séru.
4. Franchir la passerelle, poursuivre une courte montée le long d'un ruisseau pour rejoindre un second replat : le Plan du Dîner et son vallon.
5. Poursuivre l'itinéraire, celui-ci traverse le vallon du Dîmer en direction du Col des Méandes et du Mont Thabor que l'on aperçoit au loin.
6. Sous le petit Adret , ignorer le sentier de gauche et poursuivre l'ascension jusqu'au col des Méandes (le GR57 sur la gauche permet de rejoindre le Col des Muandes et la vallée de la Clarée).
7. Une fois au col des Méandes, ignorer le sentier de droite , et poursuivre la montée par la gauche. Cette dernière partie de l'ascension quitte les dernières

parcelles herbeuses pour un décor plus minéral ,puis lunaire. Le sentier , s'élève raide jusqu'à rejoindre la Chapelle du Mont Thabor et son sommet.

Un panorama exceptionnel s'ouvre alors : Les Agneaux et le Pelvoux, La Barre des Écrins , la Meije, les Aiguilles d'Arves, le Mont Blanc au loin (pouvant être caché par le Pic du Thabor selon votre emplacement), le Massif de la Vanoise au Nord (Aiguille de Péclet, la Dent Parrachée) et ses glaciers, les sommets italiens avec le Mont Viso au Sud-Est, puis le Briançonnais au Sud, et le Queyras...

Attention : par mesure de sécurité, le bâtiment menaçant de s'effondrer, l'accès à l'intérieur de la chapelle du Thabor est désormais impossible.

Sur votre chemin...



Fontaine (A)

Oratoire San Bartolomeo (C)

Col des Méandes (E)

Mont Thabor (G)

Chapelle San Giacomo (B)

Lac sans nom (D)

Chapelle du Mont Thabor (F)

Toutes les infos pratiques

i Les chiens de protection des troupeaux

En alpage, les chiens de protection sont là pour protéger les troupeaux des prédateurs (loups, etc.).

Lorsque je randonne, j'adapte mon comportement en contournant le troupeau et en marquant une pause pour que le chien m'identifie.

En savoir plus sur les gestes à adopter avec le dossier [Chiens de protection : un contexte et des gestes à adopter](#).

En cas de problème, racontez votre rencontre en répondant à cette [enquête](#).



! Recommandations

En début de saison, renseignez vous sur l'état d'enneigement du Thabor avant de vous engager.

Nous conseillons en règle générale son ascension à partir de Juillet.



Matériel

Chapeau/casquette pour se protéger du fort ensoleillement. Lunettes de soleil, crème solaire, plusieurs litres d'eau, bâtons de marche, veste coupe-vent.

Comment venir ?

Parking conseillé

Parking des granges de la Vallée Étroite

Lieux de renseignement

Bureau d'Information Touristique de la Clarée

Hameau de Ville-Haute, 05100 Névache

claree@hautesvallees.com

Tel : (+33) 4 92 20 02 20

<http://www.claree-tourisme.fr>



Source



Apidae

<http://www.apidae-tourisme.com>



**HAUTES
VALLEES**
LA GRASSE - LA CLARÉE - L'ESTRÉE

Office de Tourisme des Hautes Vallées

<https://www.hautesvallees.com>

Sur votre chemin...



Fontaine (A)

Eau de source non contrôlée au niveau des deux refuges

Crédit photo : CDRP05



Chapelle San Giacomo (B)

La Chapelle San Giacomo et sa fontaine se trouvent dans le centre du hameau des Granges de la Vallée Étroite.

Crédit photo : CDRP05



Oratoire San Bartolomeo (C)

Cet oratoire se situe dans la Vallée Étroite, au-dessus du hameau des Granges (lieu-dit les Serres). Le sentier passe juste devant l'oratoire à 1806 m d'altitude.

Crédit photo : CDRP05



Lac sans nom (D)

Petit lac sans nom situé dans le Vallon du Dîner où vivent de nombreuses marmottes. Ce petit vallon verdoyant invite à la détente.

Crédit photo : CDRP05



Col des Méandes (E)

Le col des Méandes (2727 m) offre un beau panorama sur le massif du Thabor, le vallon du Dîner et le Grand Seru. C'est le lieu de départ pour l'ascension vers le Mont Thabor.

Crédit photo : CDRP05



Chapelle du Mont Thabor (F)

Les archives révèlent peu de choses sur les origines de la construction de la Chapelle du Thabor. Il est seulement écrit que cet édifice existe de temps immémorial.

En 1487, la paroisse du Mélézet devient responsable de l'entretien de la Chapelle. Elle est entièrement reconstruite en bois en 1694, puis refaite en dur en 1897 grâce à la générosité des paroissiens de Mélézet, et enfin restaurée en 1951.

Les habitants de Mélézet sont également à l'origine du chemin de croix implanté en 1860 sur les dernières pentes du Thabor. Cette année là, une épidémie de typhoïde fait de nombreuses victimes. Les populations montèrent en procession implorer la protection de la vierge du Thabor et lui promirent publiquement de faire chaque année cette pénitence. Début août, c'est l'occasion d'un grand rassemblement de pèlerins venus de Mélézet, Valmeinier, Modane et Névache.

Source : <http://refugedumontthabor.ffcam.fr>

Crédit photo : CDRP05



Mont Thabor (G)

Depuis le sommet du Mont Thabor, profitez du magnifique panorama à 360 degrés sur la Maurienne, la Vanoise, les aiguilles d'Arves, les Cerces et les Écrins...

Crédit photo : CDRP05