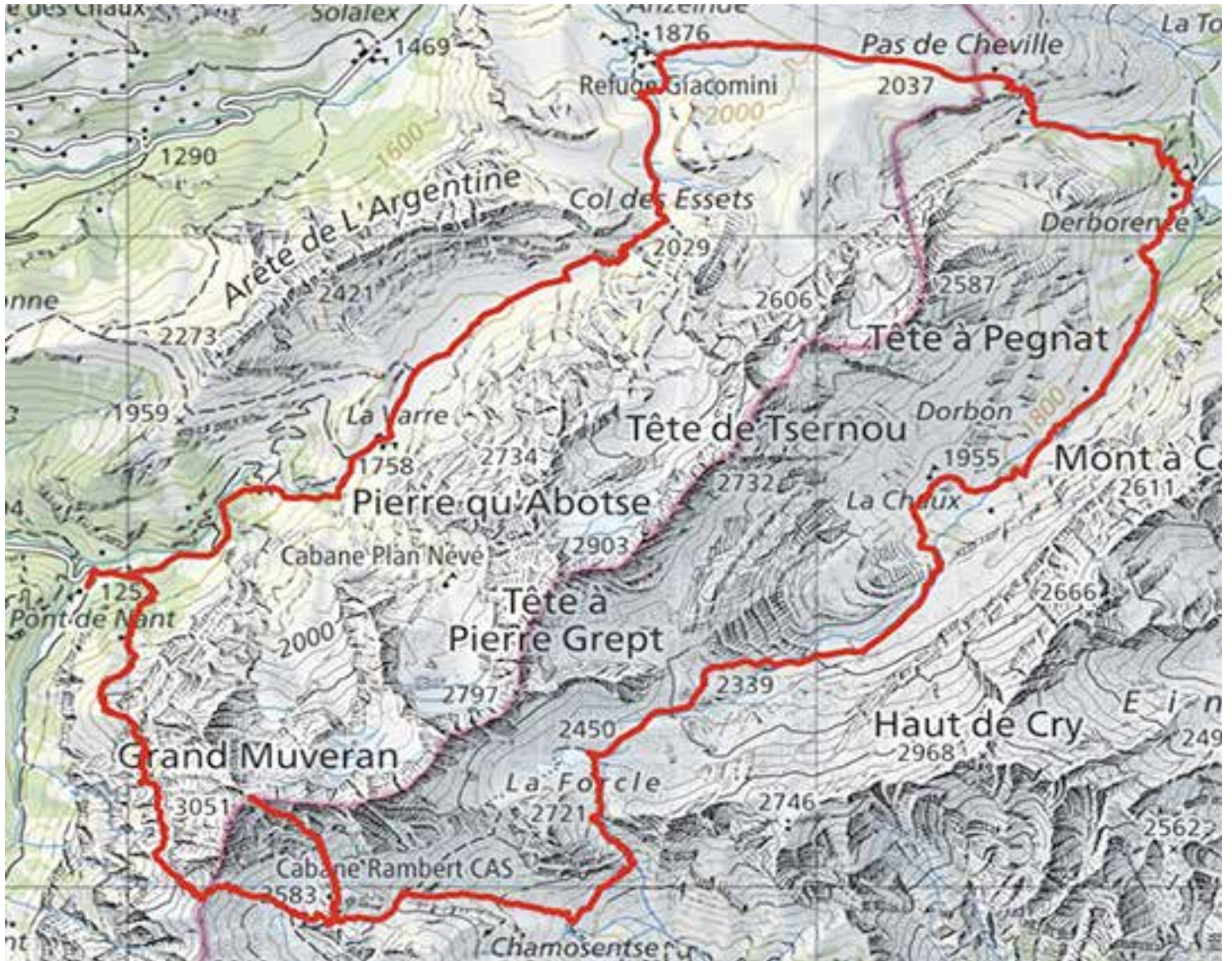




Rando-en-boucle.ch

## Tour des Muverans



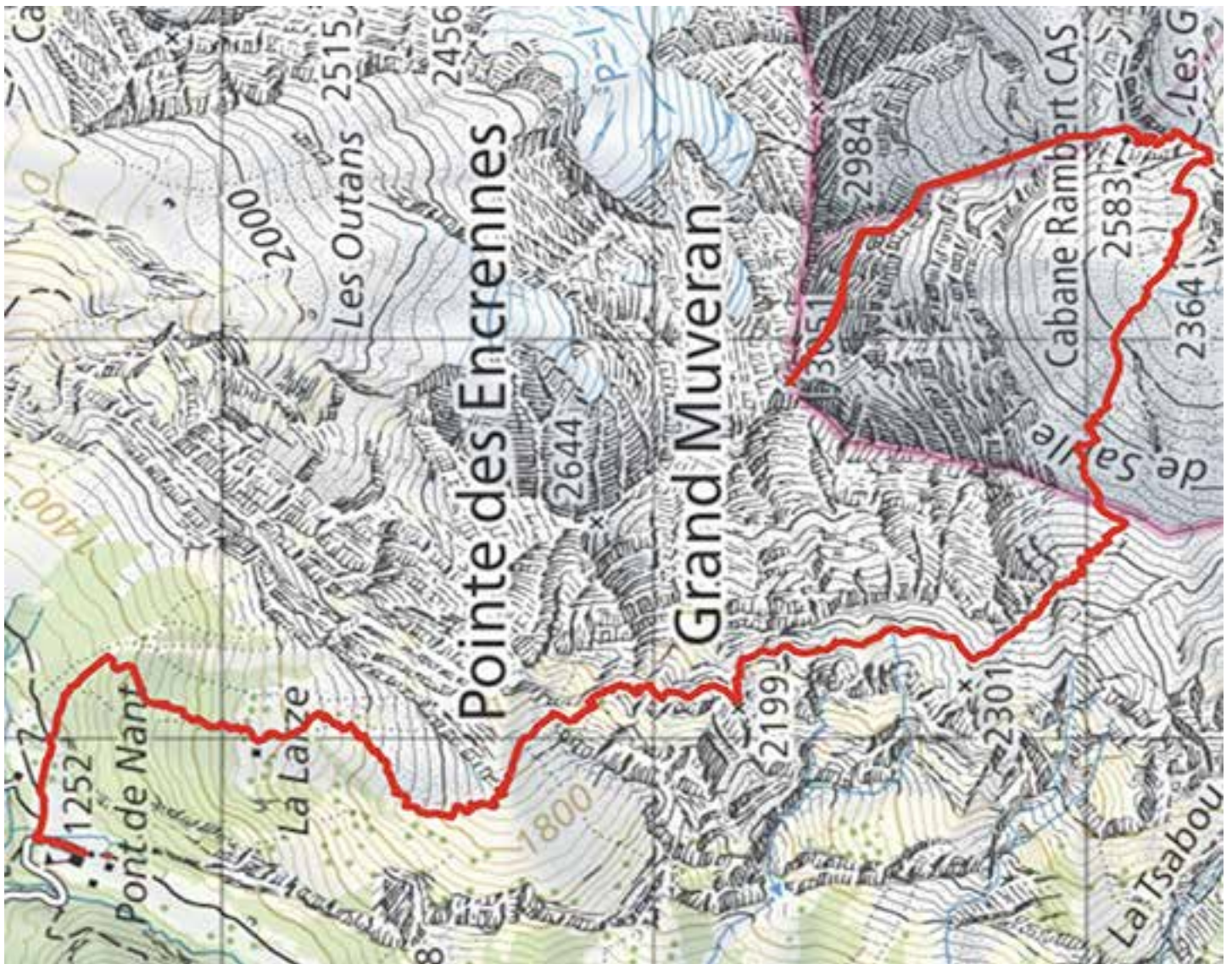
### Tour des Muverans

Autres	
Date	30.08.2020
Longueur	33.68 km
Mont. / Desc.	3'283 m/3'283 m
Alt. min/max	1'244 m/3'002 m
A pied en été	16 h 13 min



Première étape :

Pont de Nant (1'252 m) - cabane Rambert (2'590 m) - sommet du Grand Muveran (3'051 m) - Cabane Rambert



### TOur des Muverans étape 1

Autres	
Date	30.08.2020
Longueur	8.30 km
Mont. / Desc.	2'039 m/708 m
Alt. min/max	1'244 m/3'034 m
A pied en été	6 h 53 min



Départ de Pont de Nant en dessus des Plans-sur-Bex. La montée commence tranquillement puis dès le premier croisement (Panneau indicateur La Larze, Frête de Saille, Cabane Rambert), le sentier commence à zigzaguer et devient plus raide.

A partir de l'altitude 1950 mètres, l'itinéraire longe les parois rocheuses sur un sentier très escarpé.

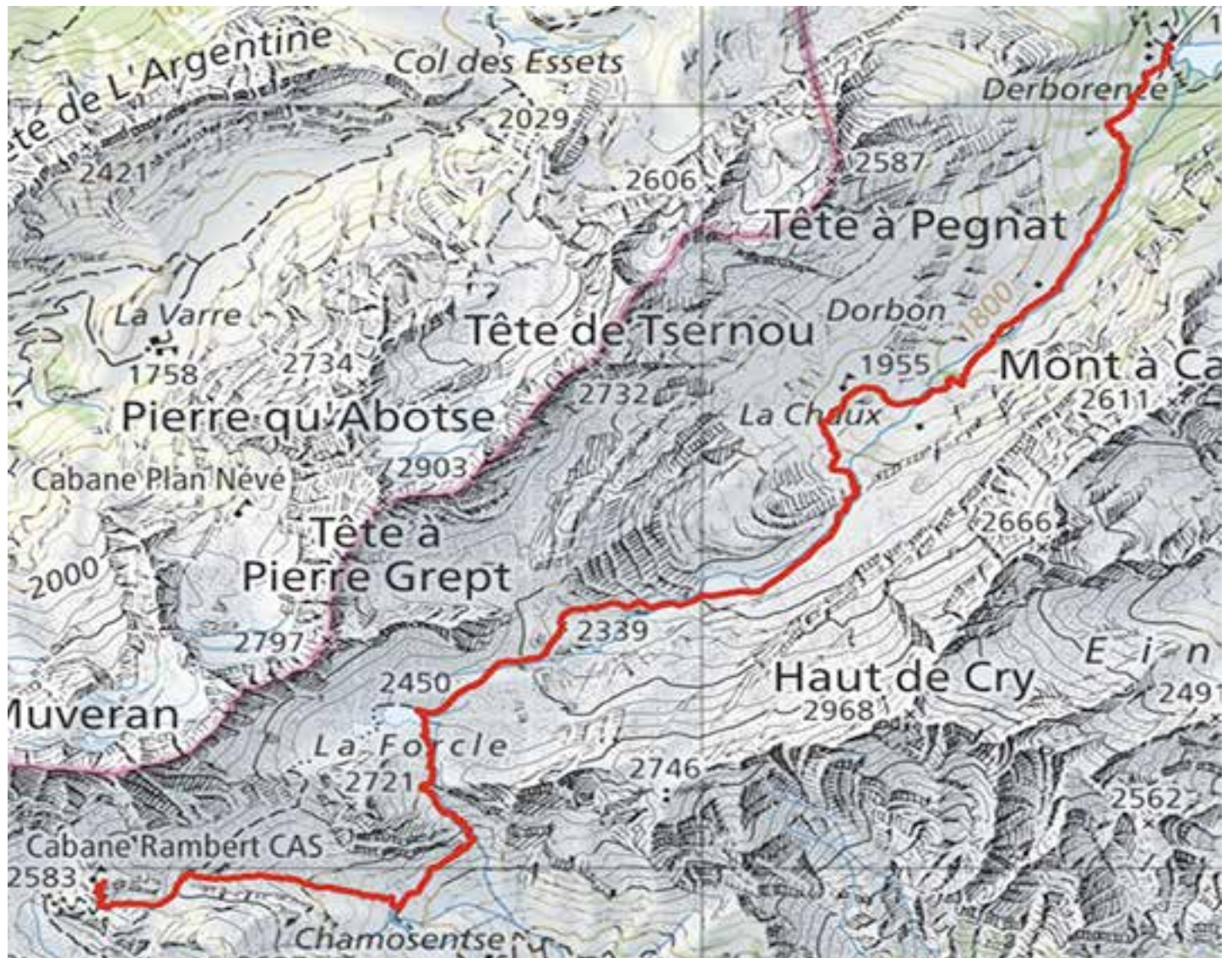
Être à son affaire car certains passages sont assez raides et techniques. Avoir le pied sûr et des bâtons. Le sentier est étroit par endroits, certains passages sont équipés d'une main courante.

La montée en direction de la Frête de Saille (point d'altitude 2'468 m) n'est pas longue mais raide, il ne faut pas la sous-estimer. Depuis la Frête de Saille, il y a un magnifique panorama ainsi qu'une vue dégagée sur la cabane Rambert, le Grand et le Petit Muveran. On aperçoit également le sentier sur l'autre côté du versant qui mène à la cabane Rambert. La descente pour rejoindre la cabane Rambert comporte des passages délicats et glissants.

Depuis la cabane Rambert, pour accéder au sommet du Grand Muveran (3'047 m), emportez avec vous le strict minimum (boisson, barres énergétiques). L'itinéraire pour le Grand Muveran est coté T5. Suivre les marques rouges et jaunes et par la suite bleues et vertes. Comptez 3 heures aller et retour.

Deuxième étape :

Cabane Rambert (2'590 m) - Pas de Chamosentse (2'454 m) - Derborence (1'464 m)

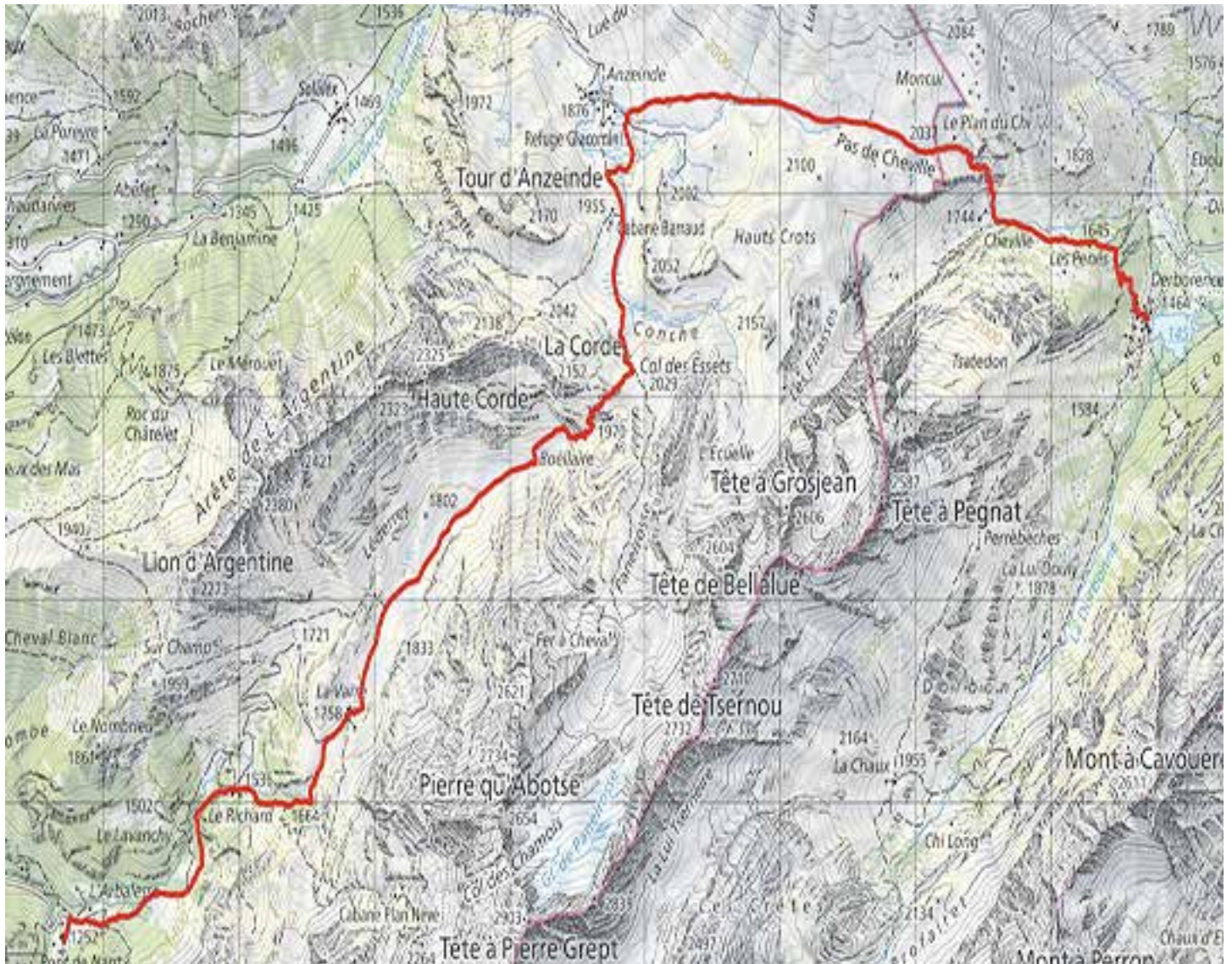


Depuis la cabane Rambert prendre la direction Ovronnaz, Mayens de Chamoson, Derborence. Au point d'altitude 2386, il y a deux possibilités d'itinéraire. Soit suivre directement en direction du col de la Forcle (est), soit se diriger au sud (direction Chamosentse, Ovronnaz) et au point d'altitude 2042, bifurquer en direction du lac de la Forcle, Derborence en passant pas le Pas de Chamosentse (est) pour une montée d'environ 400 mètres de dénivelé. Sur cette variante de parcours un passage délicat avec main courante. Depuis le Pas de Chamosentse il reste 0,5 km pour rejoindre le magnifique lac de la Forcle situé au pied du Pacheu et du Tita Naire.

La descente depuis le lac de la Forcle sur Derborence est facile et suit un agréable sentier qui traverse des prairies d'alpages.

### Troisième étape :

Derborence (1'464 m) - Pas de Cheville (2'037 m) - col des Essets (2'029 m) - Pont de Nant (1'252 m)



Depuis le refuge de Derborence prendre la direction du Pas de Cheville pour environ 500 mètres de dénivelé positif. Jusqu'au Grenier la montée ne pose pas de problème particulier. Par la suite, le chemin est plus raide mais sans problème également.

Le Pas de Cheville offre un décor vaste et particulier. Le trajet en direction d'Anzeinde et la cabane Barrault est facile, ainsi que la montée au col des Essets. La descente depuis le col est plus délicate et suit un sentier escarpé.

A la fin de la descente du col des Essets, l'itinéraire traverse une vallée alluvionnaire jusqu'à la Buvette de la Vare (1'758 m). Par la suite, suivre Le Richard et Pont de Nant pour rejoindre le point de départ.

### Infos pratiques

Cette randonnée est déconseillée par temps pluvieux ou humide, particulièrement la première étape.

Ce descriptif comporte 3 jours de marche. Pour ceux qui ne veulent pas enchaîner avec l'ascension du Grand Muveran lors de la première étape, il est possible de rester un jour de plus à la cabane Rambert et effectuer l'ascension le lendemain. Dans ce cas, comptez un jour de plus pour la randonnée.

La restauration et le couchage sont excellents à la cabane Rambert (tél. 027 207 11 22). Il est également possible de commander le pic-nic pour le lendemain sur réservation.

Lors de l'étape Rambert-Derborence, l'itinéraire de la deuxième variante croise le refuge Jules Biollaz (quelques centaines de mètres avant le lac de la Forcle) qui n'offre aucune commodité. Sur le parcours des deux variantes d'itinéraires, se trouve le gîte d'alpage de Dorbon (après le lac de la Forcle) dans un cadre magnifique et qui propose aux randonneurs produits du terroir et boissons diverses. Dortoirs à disposition.

Le refuge de Derborence (tél. 346 14 28) est très accueillant, les dortoirs sont grands, spacieux et propres. Douche à disposition pour CHF 4.00. Le souper est très bon.

Buvette de la Vare (1'758 m). Accueil très chaleureux, restauration excellente et copieuse. Lieu idéal pour le repas de midi de la troisième étape.