



La Petite
Bambée

REFUGE DES CONSCRITS

Contamines-Montjoie



i DESCRIPTIF

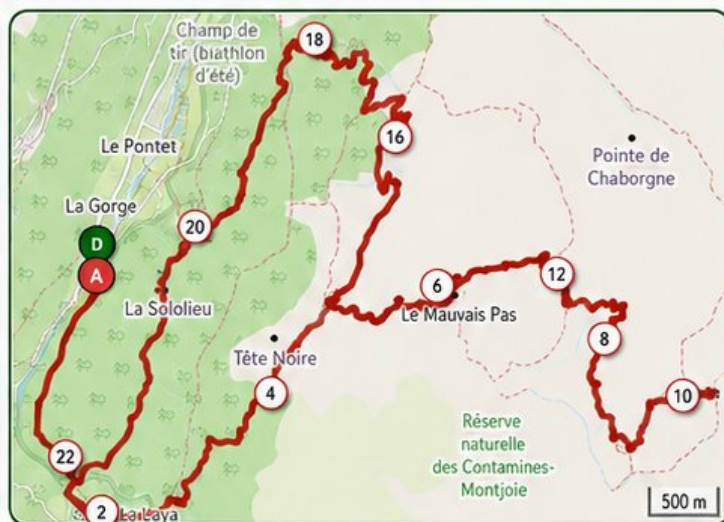
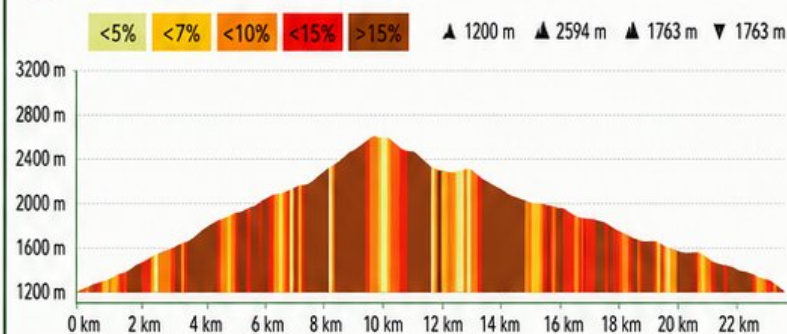
Magnifique randonnée dans la réserve naturelle des Contamines-Montjoie. Longue marche qui vous fera passer par le Refuge de Tré la Tête pour arriver au Refuge des Conscrits, surplombant le glacier de Tré la Tête. Le refuge est le point de départ de nombreuses sorties d'alpinisme comme les Dômes de Miage, l'Aiguille de Béragère ou encore le Mont Tondou.

Pour accéder au Refuge des Conscrits, vous devrez passer par des passages aériens et un pont suspendu.

📋 INFORMATIONS PRATIQUES

📍 Commune	Contamines-Montjoie	🏃 Difficulté	Aérien
📏 Distance	23,6 km	★ Intérêt	B B B B B 5/5
⬆️ Alt. Mini	1200 m	🏃 Départ	Notre Dame de la Gorge
⬆️ Alt. Maxi	2594 m	🏁 Arrivée	Notre Dame de la Gorge
🏠 Passage	Pont de la Têna / Laya / Tré la Tête / Mauvais Pas / Conscrits / Sodelieu	🏃 Trail	4h19min
📍 Code Google	QPV8+XX Les Contamines-Montjoie	🏃 Marche	11h24min
💧 Eau	Tré la Tête (aller/retour)	📏 D+	1763 m
		📏 D-	1763 m
		🔄 Type	Boucle
		🍷 Prévoir	3 L mini

🏔️ CARTE & DÉNIVELÉ



🚶 PARCOURS

Se rendre à Notre Dame de la Gorge, au fond des Contamines-Montjoie, et se garer au parking 500 m avant la Chapelle. **Panneau : Lac Jovet.** Emprunter la voie Romaine et traverser la rivière par le pont de la Têna (km 2,1). **Panneau : Tré la Tête.** Après le pont, prendre le sentier à gauche, descendre un peu, puis monter à la Laya (km 2,5), et terminer la montée au Refuge de Tré la Tête (km 4,8). **Panneau : Refuge des Conscrits.** Tourner à droite, entamer la traversée du pierrier et la montée finale avec pont suspendu pour le Refuge des Conscrits (km 9,7). **Panneau : Tré la Tête.** Redescendre à Tré la Tête par le même sentier (km 14,5). **Panneau : Sodelieu / Notre Dame de la Gorge.** Tourner à droite, chemin opposé de la montée, et débiter la descente jusqu'au Sodelieu (km 20,3). Terminer la descente vers Notre Dame de la Gorge en passant par le pont de la Têna et la Voie Romaine.

📍 VARIANTE

- 1- Redescendre par le même chemin
- 2- Différents sentiers à parcourir
- 3- Aller à la Combe d'Armencette



🔍 POINTS D'INTÉRÊTS & POINTS DE VUE

Les Contamines-Montjoie / Notre Dame de la Gorge et ses activités / Chapelle de Notre Dame / Miage / Saint Gervais les Bains / Thermes / Pays du Mont Blanc / Lac de Passy et ses activités

