



## 4 jours au pied du Mont Thabor - de la Savoie aux Hautes-Alpes

Départ Modane » Arrivée Le Monétier les Bains - Randonnée de Modane à Le Monétier les Bains

4 Jours | 3 nuits | Difficulté | Difficulté max.

Une randonnée accessible à tous dans des paysages splendides, avec la possibilité de monter au sommet du Mont Thabor pour les plus sportifs !

Période conseillée : mi-juin à mi-septembre

### Transports public au point de départ

Liaisons train fréquentes avec Chambéry, certaines depuis Lyon et Turin (Italie).

[www.ter-sncf.com/Region/rhone\\_alpes/gare/Modane.aspx](http://www.ter-sncf.com/Region/rhone_alpes/gare/Modane.aspx)

### Transports public au point d'arrivée

Liaisons bus vers les gares ferroviaires de Grenoble et Briançon.

[www.05voyageurs.com/](http://www.05voyageurs.com/)

### Hébergement au point de départ

- [Gîte d'étape l'Aiglier](#) ~ +33 4 92 23 52 52 ([gite.aigliere.vallouise@gmail.com](mailto:gite.aigliere.vallouise@gmail.com))
- [Refuge CAF de Maljasset](#) ~ +33 4 92 31 55 42 ([caf.maljasset@gmail.com](mailto:caf.maljasset@gmail.com))
- [c/o Mairie de Modane-Valfréjus](#)

### Cartes topographiques utiles

Réf. / Titre	Editeur	Echelle
<a href="#">TOP25 3535OT</a>	IGN	1:25.000
<a href="#">TOP25 3536OT</a>	IGN	1:25.000

Jour 1 : Modane - Refuge Mont Thabor

Difficulté | Temps de marche 5h30 min | 1500 m | 50 m

Étapes liées :

[R125](#)

L'itinéraire emprunte le GR® 5 puis le GR® 57. Il monte à travers la forêt pour déboucher sur le massif du Mont Thabor. Étape au refuge du même nom.

### Sites internet relatifs au patrimoine naturel et culturel

- Mairie de Modane - Valfréjus : <http://www.modane-valfrejus.com>
- Canton de Modane : <http://www.canton-de-modane.com>

### Hébergements

Refuge du Mont Thabor +33 4 79 20 32 13 +33 6 34 13 18 30 <http://refugethabor.free.fr/>

Jour 2 : Refuge Mont Thabor - Granges de la Vallée Étroite

Difficulté | Temps de marche 2h30 min | 90 m | 830 m

Étapes liées :

[R125](#)

Suivant toujours le GR® 5-GR® 57, après avoir atteint le col de la Vallée Étroite, l'itinéraire redescend vers les Granges de la Vallée Étroite, enclave française en territoire italien.

### Sites internet relatifs au patrimoine naturel et culturel

- Office de tourisme Clarée-Thabor : <http://www.accueil-tourisme-nevache.com/fr/>

### Hébergements

Tre Alpini +39 1 22 90 20 71 +39 33 56 17 91 82 E-mail : [terzoalpini@terzoalpini.com](mailto:terzoalpini@terzoalpini.com) <http://www.terzoalpini.com>  
I re magi +39 3 49 61 12 920 +39 368 91 79 52 E-mail : [refuge@iremagi.it](mailto:refuge@iremagi.it) <http://www.iremagi.it>

Jour 3 : Granges de la Vallée Étroite - Refuge de Buffère

Difficulté | Temps de marche 7h00 min | 1030 m | 740 m

**Etapas liées :**[R126](#) [R127](#)

L'itinéraire quitte les Granges de la Vallée Étroite pour s'élever par le GR® 5-57 vers le lac Chavillon situé au col des Thures. Il redescend ensuite vers la vallée préservée de la Clarée pour rejoindre le village traditionnel de Névache, avant de remonter vers les Chalets de Buffère, point d'étape.

**Hébergements**

Refuge de Buffere

+33 4 92 21 34 03 +33 6 77 32 59 62

E-mail : [buffere@wanadoo.fr](mailto:buffere@wanadoo.fr)<http://www.refugebuffere.com>**Jour 4 : Refuge de Buffère - Le Monétier les Bains**Difficulté  | Temps de marche 4h00 min |  460 m |  1050 m**Etapas liées :**[R127](#)

L'itinéraire bascule dans la vallée de la Guisane par le col de Buffère, qui offre une vue panoramique sur le massif des Ecrins. En contrebas, le sentier délaïsse le GR® 57 pour descendre directement sur Le Monétier-les-Bains, station thermale de l'époque romaine, où vous terminerez votre randonnée.

**Sites internet relatifs au patrimoine naturel et culturel**

- Office de tourisme de Serre-Chevalier : <http://www.serre-chevalier.com/>

**Hébergements**

Gite le Flourou

+33 4 92 24 41 13 +33 6 80 95 43 96

E-mail : [flourou@cegetel.net](mailto:flourou@cegetel.net)<http://www.leflourou.com>**Avertissement**

Ces données reflètent les informations publiées sur le site internet [www.via-alpina.org](http://www.via-alpina.org) à la date de téléchargement. Les données de ce site ont été relevées par un grand nombre de partenaires locaux dans chacune des régions alpines. Elles sont actualisées avec une fréquence variable selon les régions. Nous sommes conscients qu'il subsiste des inexactitudes et des différences de qualité et nous vous invitons à nous signaler celles que vous détecterez par le biais de la fonction « Commentaires » proposée sur chaque fiche-étape du site.

Crédits : voir [www.via-alpina.org/fr/credit](http://www.via-alpina.org/fr/credit)

Date d'exportation : 17/06/2019