

## Haute Tarentaise – Sassièrre - Lac noir

<b>Massif</b>	Haute Tarentaise	<b>Niveau technique</b>	● ○ ○ ○
<b>Département</b>	Savoie	<b>Niveau physique</b>	● ● ○ ○
<b>Commune</b>	Sainte Foy Tarentaise	<b>Dénivelé cumulé</b>	J1 : +300 (+300) J2 : + 500 - 600
<b>RDV</b>	14h Parking Pierre Giret (usine hydroélectrique)	<b>Distance</b>	15 km
		<b>Durée</b>	2 jours
<b>Nuitée</b>	Refuge du Ruitor	<b>Saison</b>	Juillet à septembre

### Descriptif

Le premier jour nous monterons tranquillement au refuge du Ruitor sur le plateau de la Sassièrre, il y aura peu de distance et de dénivelé. Une fois au refuge, on pourra laisser quelques affaires (et manger une bonne tarte à la myrtille) et monter monter jusqu'au lac du petit, lac Longet ou même le col du Tachuy.

Le deuxième jour nous ferons une boucle pour rejoindre notre point de départ en passant par le lac noir et le vallon de Mercurel.

Une jolie boucle pour une découverte de la montagne sur 2 jours : hauts alpages, glaciers, faune sauvage, nuit en refuge !



### Côté technique



Pas de difficultés particulières

Sortie accessible aux familles (enfants à partir de 7 ans)

### A prévoir

- Chaussures de randonnées crantées
- sac à viande ou drap léger (couvertures dans le refuge)
- lampe frontale
- papier toilette
- nécessaire de toilette succinct (mini serviette microfibre, petits flacons, boules quies..)
- eau : minimum 1,5L (à adapter selon la météo et votre consommation)
- pique-nique pour le 2<sup>e</sup> jour
- vivres de course (barres de céréales, fruits secs, ...)



### Informations

Nuitée au refuge en demi-pension (nuitée + repas du soir + petit dej) : 40€/adulte, 28€/13 ans.

Encadrement par une Accompagnatrice en Montagne, groupe maximum de 15

Signaler avant la sortie les soucis de santé ou informations utiles à l'accompagnatrice