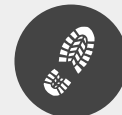
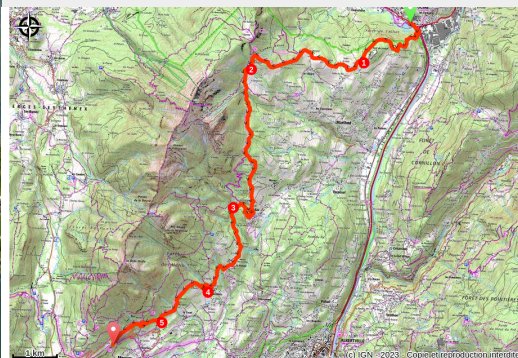


# Au départ de Ugine

Secteur Arlysère - Marthod



Ugine, base de loisirs



*Cette longue liaison GRP vers les Hautes-Bauges nécessite de dormir au fort de la batterie de Marthod (hors G>RP de 20 mn) ou de légèrement redescendre au chef-lieu de Mercury pour y trouver gîte ou chambre d'hôte.*

## Infos pratiques

Pratique : Randonnée pédestre

Durée : 7 h 55

Longueur : 17.6 km

Dénivelé positif : 1254 m

Difficulté : Intermédiaire

Type : Traversée

# Itinéraire

**Départ** : Office du Tourisme, UGINE

**Arrivée** : Sur la Roche, Mercury

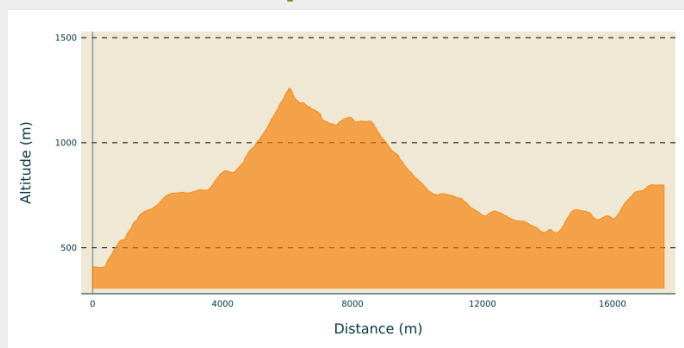
**Communes** : 1. Marthod

2. Thénésol

3. Allondaz

4. Mercury

## Profil altimétrique



Altitude min 405 m Altitude max 1259 m

De l'OT d'Ugine (ancienne gare), se diriger vers le rond-point au sud-ouest, traverser le pont et prendre à droite le sentier qui monte dans la forêt, contourne par la droite le monticule du fort de Lestal et rejoint un large chemin.

**1** - Laisser à gauche le fort et suivre le chemin de droite. À la bifurcation suivante, aller à droite sur la route du Bulles-du-Haut. Après le hameau, prendre à droite le sentier de Merut. Au débouché (857 m), tourner à droite et peu après, laisser à droite le circuit botanique. Suivre toujours à gauche le sentier jusqu'au parking du Raffort.

**2** - Continuer sur le chemin sud-ouest. À 200 m, descendre à gauche le sentier de la Fouettaz. Avant d'y arriver, bifurquer à droite sur un sentier à plat, puis en montée régulière dans la forêt des Molliets. Redescendre sur la route forestière et la suivre à gauche pour rejoindre, à 300 m, la route d'Allondaz. L'emprunter à droite jusqu'à son terme.

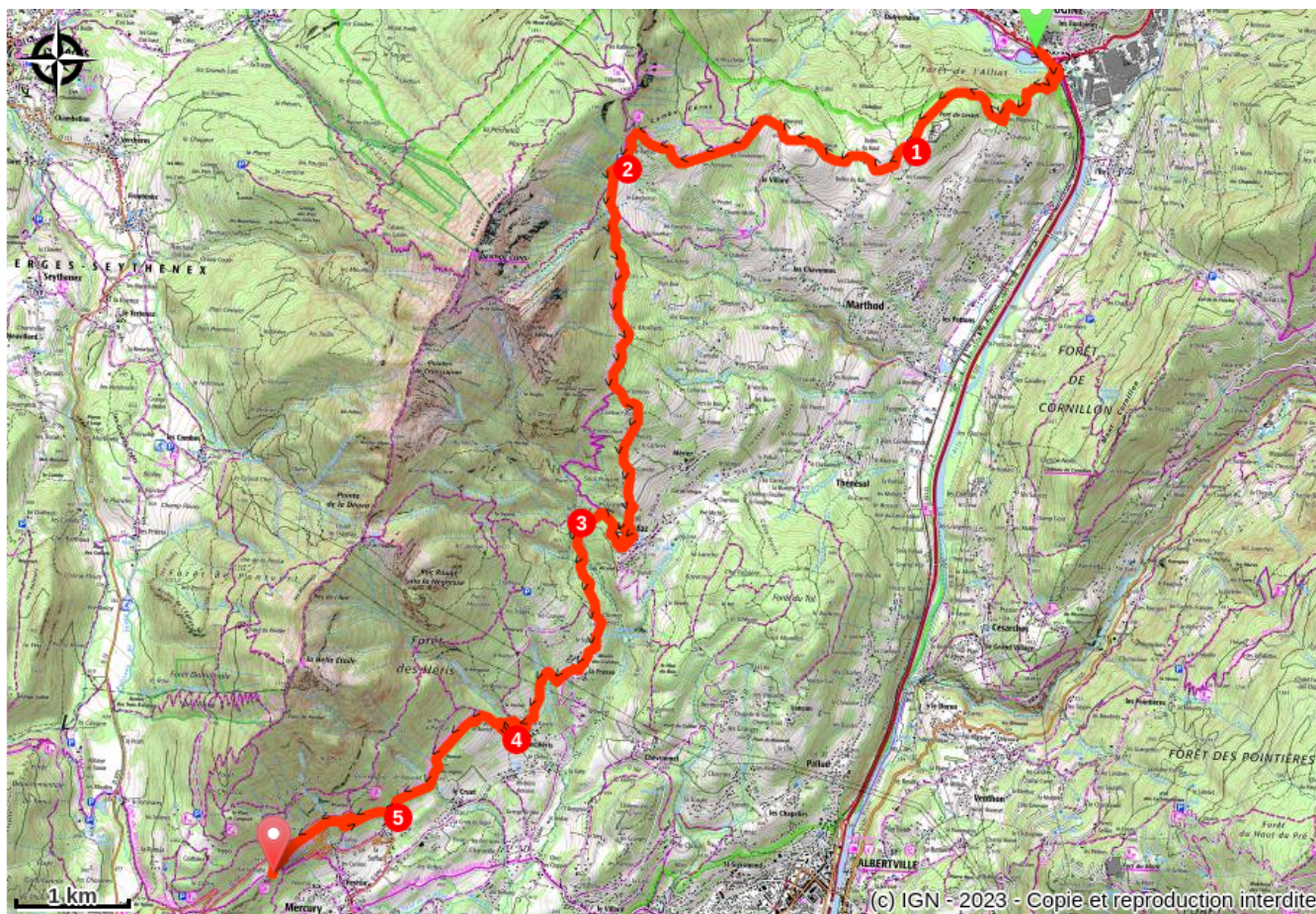
**3** - Partir au sud sur le sentier de la Frasse. À l'entrée du hameau, suivre la première route à droite, puis le chemin des Hérés.

**4** - Aux Hérés, monter de suite à droite sur un sentier qui coupe une large épingle de la route et atteint le Bontet. Faire quelques mètres sur la route et reprendre un sentier sur la droite sur 200 m. Tourner alors à gauche vers Mercury. Avant la Soffaz (628 m).

**5** - Bifurquer à droite sur le sentier des Grangettes. Virer à droite sur un sentier qui rejoint la D104. Peu avant la route, tourner à gauche sur un sentier qui traverse la D104 plus loin et rejoint, à Sur la Roche (800 m), l'accès d'Albertville.



# Sur votre chemin...



# Toutes les infos pratiques

## Comment venir ?

### Accès routier

L'office du tourisme d'Ugine se trouve au centre ville sur la D1508, route d'Annecy.

# Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d'une espèce ou d'un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d'informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

## Faucon pèlerin

Période de sensibilité : Février, Mars, Avril, Mai, Juin

Nidification d'un couple de Faucons Pèlerins en cours

Merci de RESPECTER la bulle de quiétude

