


# Recommandations




- S'équiper au départ de la via ferrata.
- Prudence, ne sortez pas des sentiers balisés.
- Respectez la faune et la flore.

 **Attention !** Il y a un risque mortel à s'engager dans une via ferrata sans matériel alpin et sans la parfaite connaissance de son utilisation. Itinéraire alpin équipé de câbles, rampes, échelons, à caractère aérien et parfois athlétique. Respectez le sens de l'itinéraire. N'en sortez pas.

**Vous pratiquez cet itinéraire sous votre propre responsabilité.**

Tenez compte des conditions de la montagne avant de vous engager. N'hésitez pas à faire appel aux services professionnels.

 **Caution !** Embarking on a via ferrata without alpine equipment and experience of its use may be very dangerous (it's a mortal risk). Via ferrata are alpine routes, fitted out with cables, handrails, rungs. They may be very airy and sometimes athletic. You have to respect the way of the route, don't go out.

**This route is done under your own responsibility.**

You have to take care concerning the climate conditions of the mountains before going on via ferrata. Do not hesitate to use professional services.



# Via Ferrata des Saix de Miolène

La vallée d'Abondance se situe au sud du lac Léman, à la frontière suisse dans le domaine des Portes du Soleil.

## Accès à la vallée d'Abondance :

Depuis la France :

- En voiture, depuis Thonon-les-Bains, prendre la RD 902 direction Châtel, Morzine. Au tunnel de Bioge, direction Châtel par RD22. À la sortie d'Abondance, au panneau de bienvenue de la Chapelle d'Abondance, le parking se trouve à gauche.
- Gare de Thonon-les-Bains à 35 mn (correspondance Thonon - Abondance - La Chapelle d'Abondance - Châtel) : Autocars S.A.T. tél 04 50 71 00 88
- Gare d'Evian-les-Bains à 35 mn
- Aéroport de Genève-Cointrin à 1h30

Depuis la Suisse :

- De Monthey, par la route de Morgins suivre la RD22 jusqu'à la sortie de La Chapelle d'Abondance, le parking se trouve sur la droite.



# Renseignements

Une liste des professionnels de l'encadrement et des loueurs de matériel est à votre disposition dans les lieux suivants :

Syndicat intercommunal de la vallée d'Abondance  
Chef-lieu - 74360 La Chapelle d'Abondance  
Tél. 04 50 73 57 31 - Fax 04 50 73 57 32  
E-mail : vallee.abondance@wanadoo.fr

Office de tourisme d'Abondance  
Chef-lieu - 74360 Abondance  
Tél. 04 50 73 02 90 - Fax 04 50 73 04 76  
Internet : www.abondance.org www.portesdusoleil.com  
E-mail : ot.abondance@valdabondance.com

Office de tourisme de La Chapelle d'Abondance  
Chef-lieu 74360 La Chapelle d'Abondance  
Tél. 04 50 73 51 41 - Fax 04 50 73 56 04  
Internet : www.lachapelle74.com  
E-mail : ot.lachapelle@valabondance.com

Office de tourisme de Châtel  
B.P. 40 - 74390 Châtel  
Tél. 04 50 73 22 44 - Fax 04 50 73 22 87  
Internet : www.chatel.com  
E-mail : touristoffice@chatel.com

**SECOURS**  
18 ou 112

**MÉTÉO**  
08 92 68  
02 74

Ce dépliant a été réalisé par le syndicat intercommunal de la vallée d'Abondance grâce au concours de :



# Vallée d'Abondance

## Via Ferrata des Saix de Miolène



## Haute-Savoie





# Vallée d'Abondance

## Via Ferrata des Saix de Miolène



- 1 Le pont du Goléron (2 pers. maxi)
- 2 Le pscheu de l'Orge - tronçon du Chamois
- 3 La traversée du Coucou
- 4 Le jardin de Miolène
- 5 La Para nera
- 6 Sortie "le Vionnet" - tronçon du Bouquetin
- 7 La traversée des poupées
- 8 Le mur du Saix Rouge
- 9 Sentier retour à l'An que vint

- Tronçon du Cabri
- Tronçon du Chamois
- Tronçon du Bouquetin
- Échappatoire

Cette paroi est fréquentée par les faucons pèlerins, espèce protégée. D'une année sur l'autre, le(s) 2<sup>e</sup> et/ou 3<sup>e</sup> tronçon(s) peuvent être fermés au public le 15 mars au 10 juillet. Une information est faite sur place.

## Fiche technique

Accès en 15 mn par le "sentier du menhir".  
 Depuis le parking en bordure de la RD 22 à l'entrée de La Chapelle d'Abondance, au pied de la carrière, suivre le sentier en forêt direction Abondance.  
 Temps de parcours (montée et descente) : de 3 à 5 h dont 15 mn d'accès.  
 Temps de retour : de 30 mn à 45 mn

**Pour adultes et enfants minimum 1m40**

Orientation de la face : Sud-Est  
 Longueur : 900 m (+ 2 échappatoires) Dénivellation : 220 m  
 Altitude de départ : 1 030 m - Altitude de sommet : 1 250 m  
 Difficulté de l'itinéraire : AD à TD Via Ferrata  
 1<sup>er</sup> tronçon "le cabri" : AD+ Longueur : 350 m  
 Temps de parcours : 1h30 à 2 h dont retour 20 à 30 mn.  
 2<sup>ème</sup> tronçon "le chamois" : TD Longueur cumulée : 700 m  
 Temps de parcours cumulé : 2 à 3 h dont retour 25 à 35 mn.  
 3<sup>ème</sup> tronçon "le bouquetin" : TD Longueur cumulée : 900 m  
 Temps de parcours cumulé : 3 à 5 h dont retour 30 à 45 mn.

L'accès à la via ferrata est gratuit ; à votre charge, la location du matériel et éventuellement, l'encadrement par un spécialiste.



La via ferrata des Saix de Miolène, située au centre de la vallée d'Abondance, porte bien son nom car littéralement cela signifie "le rocher du milieu de la vallée". Cette situation centrale lui ouvre des panoramas remarquables sur la vallée et ses villages, et à l'inverse, les non-pratiquants pourront observer les ferraristes à l'œuvre depuis le bas !

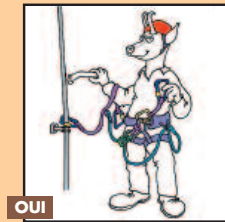
Quelques passages méritent qu'on s'y arrête :  
 Le "sentier du menhir" que vous empruntez depuis le parking jusqu'au bas de la paroi, tire son nom du menhir situé sous la paroi, qui aurait connu en des temps lointains des pratiques druidiques.

- 1- Le "pont du goléron" : passerelle étroite à sensations pour les cabris.
- 2- Le "pscheu de l'orge" correspond à la première sortie. Les anciens disent qu'en cet endroit lorsque la résurgence d'eau apparaissait, il était temps de semer l'orge.
- 3- La "traversée du coucou" est une magnifique dalle dans laquelle la roche a fait de petits trous où auraient pu loger des coucous.
- 4- Le "jardin de Miolène" est une jolie vire herbeuse au-dessus du vide.
- 5- La "para-néra" ou paroi noire est une belle combinaison de passages rocheux.
- 6- Le "vionnet" (sentier) vous évite de vous engager sur le tronçon du bouquetin et vous permet de terminer la via ferrata (sortie 2).
- 7- La "traversée des poupées", très aérienne et à fortes sensations, est une succession de barrières rocheuses.
- 8- Le mur du "Saix Rouge" est athlétique et gazeux à souhait... 200 mètres à pic sous vos pieds !
- 9- A "l'an que vint" (à l'année prochaine) sortie du tronçon du bouquetin et sentier de retour.

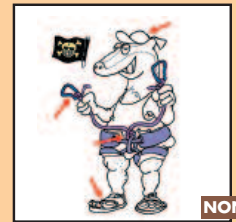
## Matériel nécessaire / Necessary gear

- CASQUE
- HARNAIS
- MOUSQUETONS GRANDE OUVERTURE A VERROUILLAGE AUTOMATIQUE
- LONGES AVEC ABSORBEUR

- HELMET
- SIT HARNESS
- WIDE APERTURE AUTOLOCK GATE KARABINERS
- ROPE SECTIONS WITH SHOCK ABSORBER



OUI

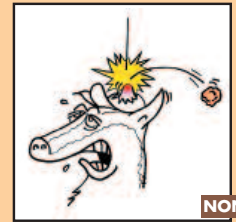


NON

CASQUE OBLIGATOIRE - HELMET OBLIGATORY

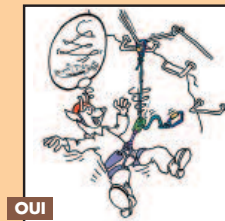


OUI



NON

ABSORBEUR OBLIGATOIRE  
 SHOCK ABSORBER OBLIGATORY



OUI



NON

PROGRESSION EN CORDÉE CONSEILLÉE  
 TRADITIONAL ROPED-UP PROGRESSION RECOMMENDED

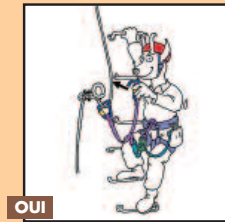


OUI

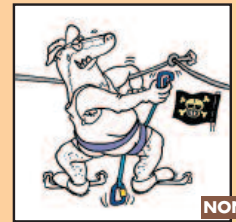


NON

PROGRESSION EN AUTONOMIE - SELF BELAYING



OUI



NON

## Descriptif technique

L'itinéraire évolue dans une paroi très raide et aérienne. Il emprunte de jolis passages rocheux formés d'une succession de vires, de dièdres et de surplombs. Il comporte trois tronçons distincts : le cabri, le chamois et le bouquetin correspondant au niveau de difficulté de la via ferrata, qui peuvent ou non être enchaînés. De nombreux passages athlétiques, plus ou moins soutenus dans les 2<sup>ème</sup> et 3<sup>ème</sup> parties doivent être abordés par des ferraristes accomplis ou très bien encadrés.