



Les trois lacs au printemps

## Le site des Cinq Lacs

### Un peu d'histoire

Le site des Cinq Lacs a été entièrement recouvert par les glaces de l'époque quaternaire, il y a 600 000 ans, et l'on peut imaginer que seuls les plus hauts sommets émergeaient (ex : la pointe de Combe Neuve).

Lorsqu'il y a 10 000 ans, les glaciers se sont retirés, ils ont laissé de profondes vallées en auge (vallée des Sapioux, parallèle à celle des Cinq Lacs), des moraines (amas de terre et de cailloux) et des cuvettes qui se sont remplies d'eau de fonte : les Cinq Lacs étaient nés !

### Les lacs et leur milieu

Aujourd'hui, ces plans d'eau étagés de 2310 m à 2532 m, constituent des écosystèmes complexes et très fragiles, que l'on peut classer en plusieurs catégories. Le lac Esola (lac étoilé) est un lac dit de pelouse. Les lacs Riondet, Cornu et Verdet connaissent des conditions climatiques plus rudes et un environnement plus minéral. Le lac Noir, le plus élevé et le

plus profond (12 m environ) dominé par des pentes de roches nues, est dans la catégorie des lacs froids (température maximum de l'eau : 9 degrés) avec une couverture neigeuse 7 à 8 mois par an.

Ces lacs possèdent une vie discrète et complexe : algues, planctons, invertébrés (mollusques, crustacés) et des insectes totalement aquatiques ou ceux qui, de larves à nymphes, quitteront l'eau au stade adulte. Au bout de cette chaîne alimentaire se situent les poissons introduits par l'homme : truites arc en ciel, ombles chevaliers, ombles de fontaine, vairons...

Leur croissance est limitée par les conditions de vie très difficiles qu'ils rencontrent en hiver, avec le déficit en oxygène sous la couche de glace. Ils cessent alors toute alimentation et tombent en léthargie (température au fond : de 1 à 4 degrés).

Les Cinq Lacs, comme tous ceux de montagne, évoluent très lentement vers une fin naturelle et inexorable. Suite à l'enrichissement en matières organiques (décomposition des organismes vivant dans l'eau et sur les rives), et à l'apport de sédiments extérieurs par ruissellement, ils vont devenir progressivement des lacs-tourbières.

Le sentier d'accès longe nombre de ces zones humides, très sensibles au piétinement, véritables conservatoires génétiques, avec une flore (sphaignes, linaigrettes...) et une faune (grenouille rousse, triton alpestre) en équilibre depuis des millénaires.



Pêcheur de truite des lacs

Couverture : Le lac Riondet au printemps - Crédit photos : Ph. Janin, Jean-Yves Vallat - Réalisation octobre 2005 : citygrafik 04 50 09 78 36

1€



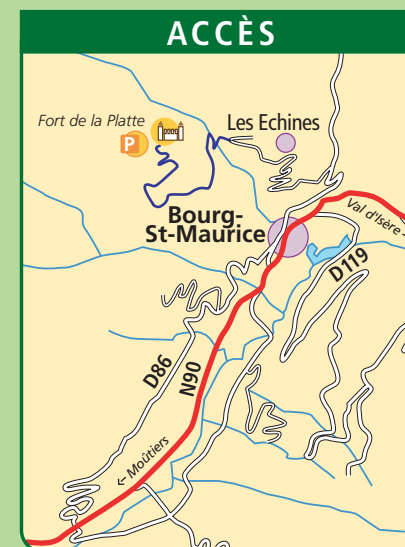
# Sentier des Cinq Lacs Bourg-Saint-Maurice

> Le Versant du Soleil

Randonnée pour marcheurs moyens

Aller-retour : 4 à 4 heures 30

Dénivelé : 640 m



### Intérêts

Superbe randonnée dans un cadre magnifique où vous découvrirez une succession de lacs d'origine glaciaire, royaume des pêcheurs. Le cadre est grandiose et la vue sur la vallée depuis le Fort de la Platte vaut le déplacement.

Superb hike in magnificent surrounding past a succession of glacial lakes, an anglers paradise. A great view of the surrounding vista is to be had from the "Fort de la Platte".

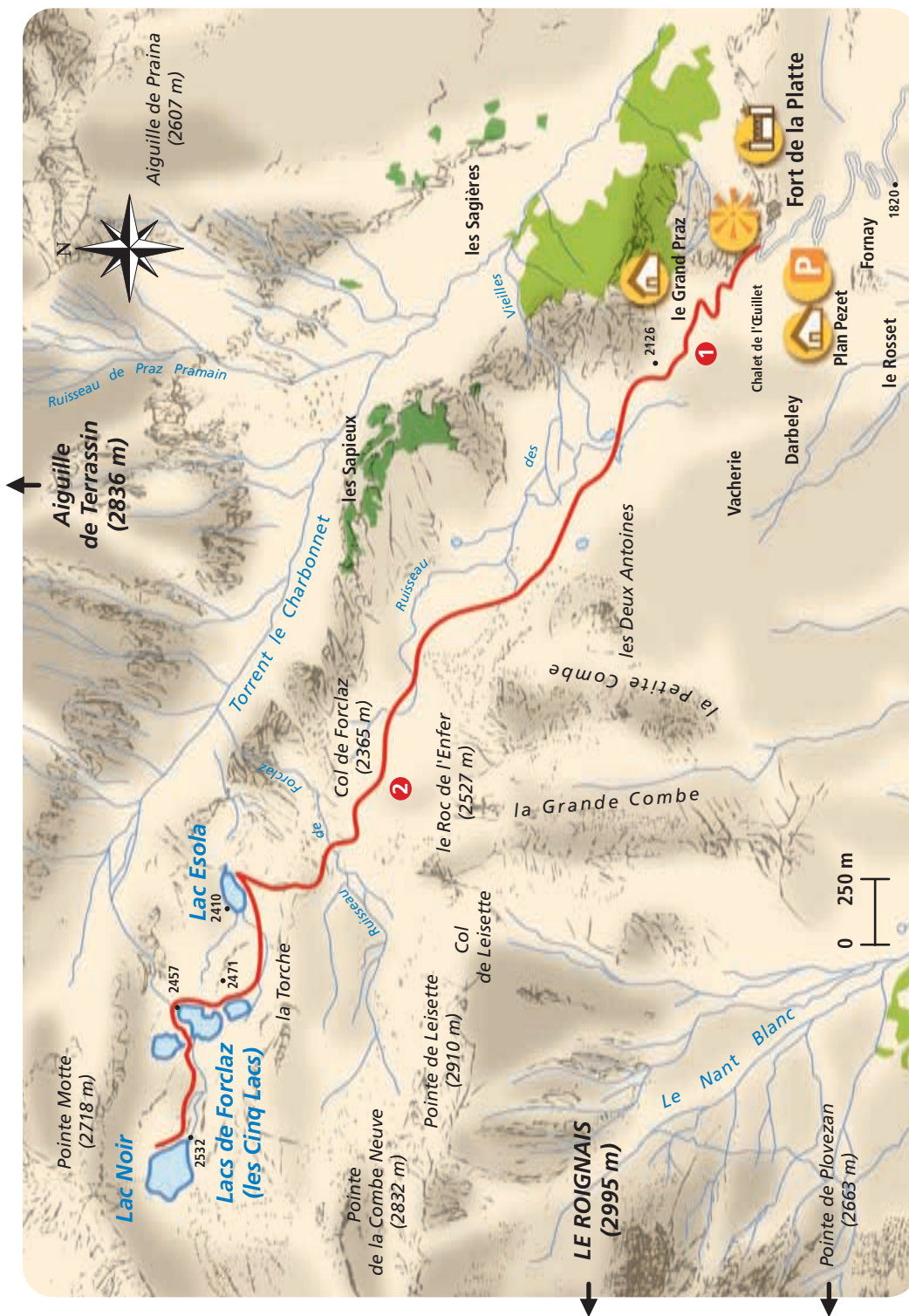
### Renseignements


Office de Tourisme de Bourg-Saint-Maurice les Arcs :

04 79 07 12 57







**Départ :** Plan Pezet (parking du Fort de la Platte)  
**Accès voiture :** depuis Bourg-Saint-Maurice, monter jusqu'aux Échines Dessus (8km) et de là, l'accès aux voitures est délicat et se fait par une piste en terre (7km)  
**Altitude maximale :** 2530 m  
**Balisage :** panneaux jaunes   
**Carte IGN :** les Arcs la Plagne Top 25 – 3532 ET, Massif du Beaufortain Top 25 – 3532 OT

**ITINÉRAIRE**

À la première barrière, garer obligatoirement votre voiture sur le parking et prendre la piste en terre pour arriver au fort. Le chemin commence peu après la deuxième barrière. Une table d'orientation vous permettra de mettre un nom sur les sommets de la Vanoise. Après les 200 mètres de piste, le chemin prend sur la droite et grimpe un peu raide pour arriver au point ① : le chalet du Grand Praz. À partir d'ici, le chemin serpente régulièrement à travers les alpages et après une heure trente, vous arrivez au point ② : le Col de Forclaz. Une petite descente et vous trouvez le gué pour traverser le torrent. En vingt minutes, vous voici au petit col qui surplombe le premier lac : Esola (lac étoilé). Le sentier repart sur votre gauche et se raidit à nouveau, et bientôt apparaissent les trois lacs suivants : le Rondet : il est rond ; le Cornu, en forme de corne et le Verdet car son eau est verte. Le paysage est superbe : le sentier longe les lacs, passe sur des gués bringuebalants, court au milieu des gentianes... Un dernier effort ! Une grimpette le long du déversoir du lac Noir et ça y est, vous êtes au bout de vos peines, voilà le cinquième lac. La descente se fait par le même itinéraire.

**CONSEILS ET RECOMMANDATIONS**

- ➔ **Accès au Fort de la Platte :** depuis Les Échines c'est une piste en terre sur 7 km environ. Le parking de Plan Pezet (à 10 minutes du Fort) est obligatoire pour éviter les embouteillages au bout de la route...
- ➔ **Météo France Savoie :** 08 92 68 02 73
- ➔ **Secours :** 112 et 04 79 08 29 30
- ➔ **Conseils de prudence :** ne pas partir seul, avoir de bonnes chaussures...
- ➔ **Respecter l'environnement, les troupeaux et le travail des agriculteurs :** tenir son chien en laisse, refermer les clôtures derrière soi...



Fort de la Platte vu de dessus

**À voir à proximité :**  
**Le Fort de la Platte :** promenade autour des fortifications et vente de produits locaux tels que la tomme de Savoie, la tomme de chèvre ou le Beaufort.

