

Au départ du sommet de la télécabine de La Panthiaz (si fermeture de la télécabine, prendre la route du Rys jusqu'au sommet de la télécabine, environ 4km), vous emprunterez une route goudronnée sur 1,5km, ce qui constitue un bon échauffement. Le sentier continue ensuite en ascension légère progressivement vers la crête à travers bois, jusqu'au col de Recon... Vous traverserez et continuerez en direction de Plan de Croix en descente. Vous arrivez alors au pied du télésiège du Tronchey, où deux possibilités s'offrent à vous : la première consiste à emprunter la remontée mécanique pour éviter le dénivelé important du sentier sous le télésiège ; la seconde option, pour les plus sportifs, consiste à remonter sous le télésiège le long du ruisseau. Le point culminant du parcours est le col de croix après 9km, à 1800m d'altitude. La descente vers La Chapelle d'Abondance se fait par les sentiers forestiers et chemins à travers les chalets du Douert, puis Sevant devant et Sevant derrière avant d'arriver au pied de la télécabine par la même portion goudronnée qu'au départ.



Téléchargez l'applic officielle  
**RANDO SAVOIE MONT BLANC**  
Gratuit  
Plus de 800 itinéraires rando et balades!



## NE RAPPORTONS QUE DES SOUVENIRS ...

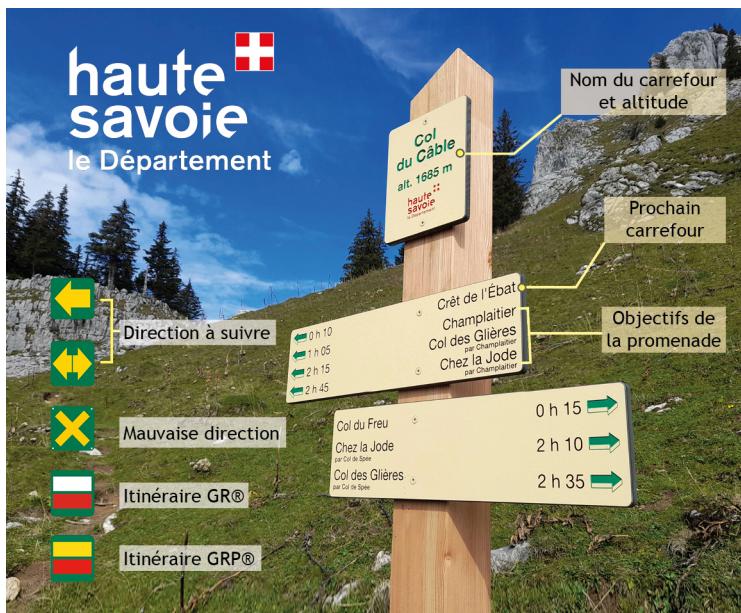
- Restons sur les sentiers
- Préservons nos sites naturels
- Ramenons nos déchets
- Partageons l'espace, soyons discrets et courtois
- Refermons les barrières
- Contournons les troupeaux et restons calmes face aux chiens de protection
- Portons des chaussures et des vêtements adaptés
- N'oublions pas eau et encas

## ... NE LAISSONS QUE DES TRACES DE PAS

**SECOURS :** 112 ou 18 ou 114 par SMS  
**MÉTÉO :** 3250 (2,99 €/appel + prix de l'appel) - [www.meteofrance.com](http://www.meteofrance.com)

### INFORMATION

[lachapelledabondance@ot-peva.com](mailto:lachapelledabondance@ot-peva.com)  
**04 50 73 51 41**



## BALADES ET RANDONNÉES



© Trail running Portes du Soleil

## TRAIL CIRCUIT 43 ROUGE – SENTIER DU DOUANIER

Une boucle rouge avec un dénivelé plus conséquent, qui vous offre à son point culminant une vue sur Aigle, Montreux et le Lac Léman.

Boucle



14.3 km

+ 870 m

- 870 m

1807 m

Animaux tenus en laisse

**DÉPART :** Route des Frasses

**COMMENT S'Y RENDRE :** Accessible par la télécabine de La Panthiaz en fonction des jours et horaires d'ouverture ou par la route du Rys en voiture, jusqu'à la gare d'arrivée de la dite télécabine. Parking gratuit.

## LA CHAPELLE-D'ABONDANCE

## ITINÉRAIRE

