



©CD74

Au départ du parking de La Panthiaz, vous cheminerez dans un premier temps le long de la Dranse avant de commencer votre ascension.

Arrivé au sommet de la Pointe des Mattes, vous pourrez apprécier la vue sur les montagnes de la vallée d'Abondance, ses villages ainsi que sur les Alpes suisses.

Vous terminerez ensuite cette première étape par une descente qui vous mènera au refuge de Trébentaz, une halte privilégiée par les itinérants du GR5.



Téléchargez l'appli officielle  
**RANDO SAVOIE MONT BLANC**  
Gratuit

Plus de 800 itinéraires rando et balades !



## NE RAPPORTONS QUE DES SOUVENIRS ...

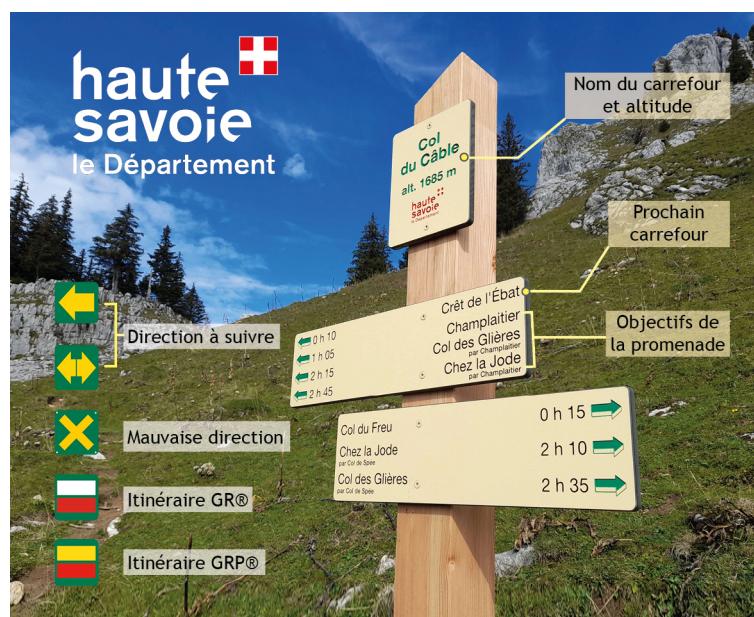
- Restons sur les sentiers
- Préservons nos sites naturels
- Ramenons nos déchets
- Partageons l'espace, soyons discrets et courtois
- Refermons les barrières
- Contournons les troupeaux et restons calmes face aux chiens de protection
- Portons des chaussures et des vêtements adaptés
- N'oublions pas 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  
04 50 73 51 41



BALADES ET RANDONNÉES



## ITINÉRAIRE PÉDESTRE : TOUR DE LA POINTE DES MATTES EN 2 JOURS - ÉTAPE 1

Cette première étape sportive vous mènera au refuge de Trebentaz situé à 1900 m d'altitude au cœur d'un site classé Natura 2000.

Aller/itinérance

DIFFICILE

3h35

6.79 km

+ 956 m

- 97 m

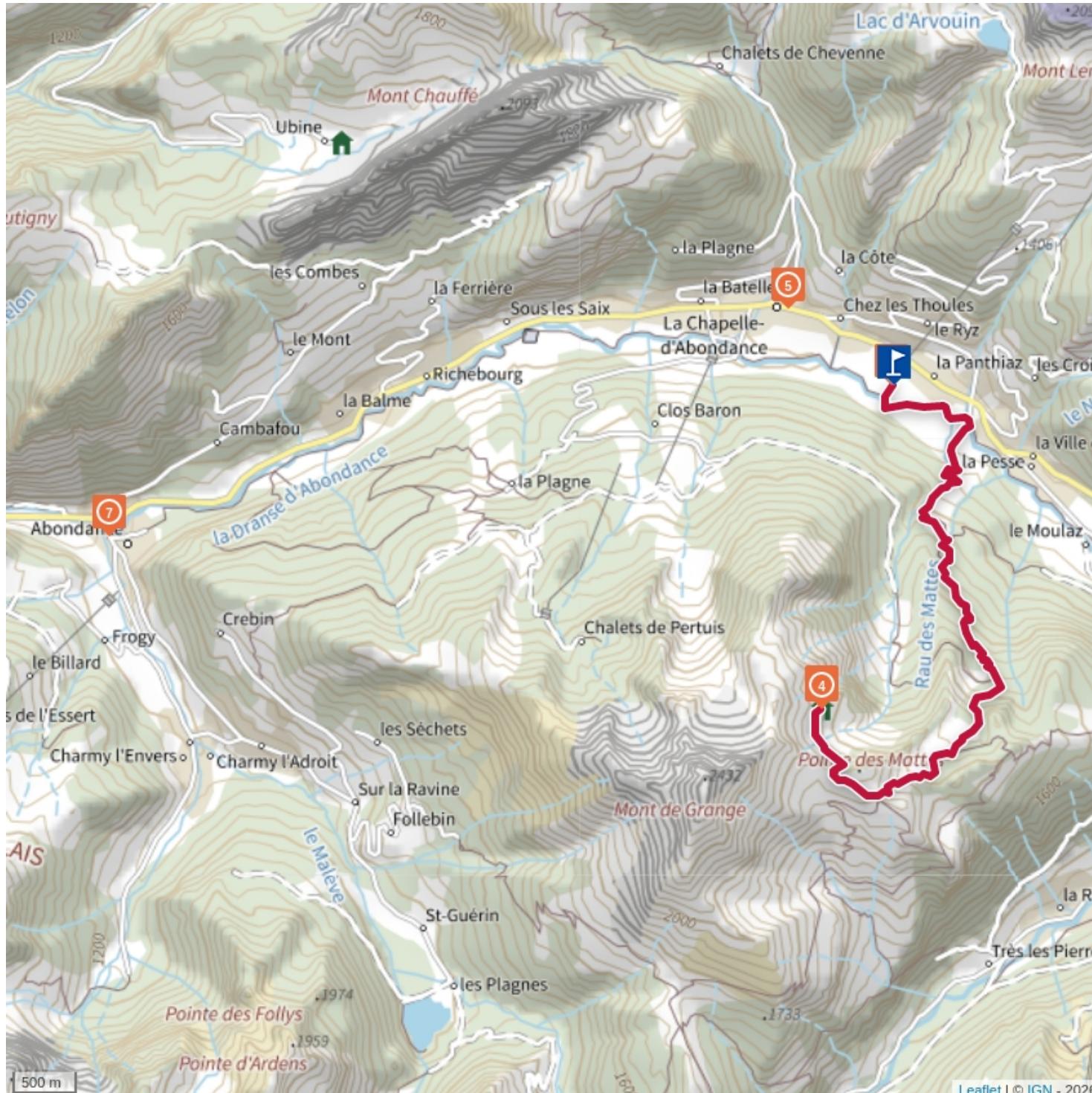
2120 m

Animaux tenus en laisse

**DÉPART :** Route des Frasses

**COMMENT S'Y RENDRE :** Accès (Voiture) : Depuis Abondance prendre direction La Chapelle d'Abondance (D22), puis Châtel (D22). Après avoir traversé le village de la Chapelle d'Abondance, la télécabine de la Panthiaz et son parking se trouveront à votre droite.

LA CHAPELLE-D'ABONDANCE



## ITINÉRAIRE

- 1 Au départ du Parking de la Panthiaz suivre la direction « La Panthiaz ».
- 2 A « La Panthiaz » suivre « Pont du Moulin ».
- 3 A partir de « Pont du Moulin », toujours suivre « Les Mattes », puis « Les Mattes par Chalet de Torrens ». Vous passerez par « Sur Bayard », et « Les Crottes » avant d'atteindre le chalet de Torrens.
- 4 Au « Chalet Torrens » continuez en direction de « Les Mattes ».
- 5 Arrivé au sommet des Mattes, suivez la direction « Pont du Moulin par Les Ravières », pour arriver au « Refuge de Trébentaz ».

**PASSAGES DÉLICATS :** Certains passages sont raides, avoir de bonnes chaussures de marche.

**ACCUEIL :** Quelle que soit votre randonnée, pensez à prendre dans votre sac à dos, des barres de céréales, de l'eau en quantité suffisante, des lunettes de soleil, de la crème solaire, une petite trousse à pharmacie, ainsi que des vêtements adaptés à votre sortie en fonction de la saison et de la météo annoncée.