



# PRALOGNAN LA VANOISE

SAVOIE - FRANCE



## VIA FERRATA

FICHE TECHNIQUE

## FICHE TECHNIQUE

### VIA FERRATA DE LA CASCADE DE LA FRAÎCHE

EXPOSITION : Sud-Ouest

LONGUEUR TOTALE : 200m + variantes

ALTITUDE DE DÉPART : 1 500m

ALTITUDE SOMMET : 1 580m

DÉNIVELÉE : 80m

DIFFICULTÉ : D+

TEMPS DU PARCOURS : 1h30 environ

- 1 La Fraîche
- 2 Le Pas de la Chèvre (autre départ)
- 3 Le Nid d'Aigle
- 4 Le Grand Toit
- 5 Sortie Anti-Stress
- 6 La Conque
- 7 Le Pont de Singe
- 8 La Traversée des Dieux



## MATÉRIEL NÉCESSAIRE

Casque, baudrier équipé d'une longe de via ferrata avec absorbeur de choc et 2 mousquetons de grande ouverture à verrouillage automatique.

**Ne jamais utiliser de sangles seules : danger mortel en cas de chute.**

### ■ 2 TECHNIQUES POSSIBLES

**1/ Progression en autonomie :** mousquetonnage permanent du câble et des échelons pour les parties verticales.

**2/ Progression en cordée :** vivement recommandé avec des enfants ou des débutants. Technique classique de progression avec un premier de cordée compétent. Passage de la corde dans les broches en complément de l'utilisation des longes.

**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 des professionnels.**

**SECOURS : 18 OU 112**

**POSTE DE SECOURS DE COURCHEVEL : 04 79 08 29 30**

**ENTRETIEN DE LA PAROI**

Merci de signaler toute anomalie à la Mairie de Pralognan : 04 79 08 71 23

**ENCADREMENT : VIA FERRATA, TYROLIENNES**

Contactez le Bureau des Guides & Accompagnateurs de Pralognan : 04 79 08 71 21

---

Office de Tourisme  
290 avenue de Chasseforêt - 73710  
Tel. +33 (0)4 79 08 79 08 - info@pralognan.com

**WWW.PRALOGNAN.COM**