



# BOTANIQUE PERFECTIONNEMENT



Exploration botanique du vallon de Doran, dans les Aravis, pour les personnes déjà initiées.

## RÉSUMÉ

Ce stage, qui s'adresse à des personnes aguerries, aborde le versant méridional des Aravis. Entre 800 et plus de 2000 m d'altitude, les adrets et ubacs sont marqués. Avec des substrats acides et calcaires, la géographie et la géologie locales offrent une mosaïque de milieux. Grâce au camp de base qui sera établi au confortable refuge de Doran, c'est l'exploration fine des différents écosystèmes présents dans le vallon qui sera possible.

## OBJECTIFS

- Ce stage s'adresse à toute personne désireuse d'approfondir ces connaissances de la flore en général et de la flore de montagne en particulier et motivée par l'observation des détails à la loupe de terrain, par la détermination des espèces à l'aide de flores et par l'acquisition du vocabulaire scientifique nécessaire à ce travail
- Comprendre les stratégies d'adaptation des plantes aux contraintes du milieu naturel (vent, sols, disponibilité en eau...).

## PROGRAMME PRÉVISIONNEL

**Mardi 8 juillet 2025 : de Sallanches au refuge de Doran (1495 m).**

- Rendez-vous à 9h au Centre de la Nature Montagnarde. Présentations.
- Trajet en covoiturage pour Outredière (4 km - 5 mn).
- Randonnée entre forêts et prairies sèches jusqu'au refuge de Doran. Observations et herborisation en chemin.
- Installation au refuge en fin d'après-midi.
- Identification d'échantillons avec usage des clés de détermination.

*Dénivelé positif : env. 700 m, sur pistes et sentiers de montagne.*

### DATES

Du 8 au 10 juillet 2025

### LIEU

Massif des Aravis,  
refuge de Doran

### ENCADREMENT

Pascal AMBLARD,  
botaniste au Conservatoire National du Bassin Parisien, Illustrateur.

### PUBLIC CONCERNÉ

Particuliers initiés,  
étudiants et chargés  
d'étude en botanique,  
professionnels de la  
montagne.

### PRÉ-REQUIS

Avoir de bonnes bases  
générales en botanique.

### DIFFICULTÉ

Physique ★★☆☆

Technique ▲▲▲▲

## Mercredi 9 juillet : explorations botaniques dans la vallon de Doran / Col des Arêtes Noires.

- Etude des milieux et des espèces propres aux substrat calcaire, aux éboulis et combes à neige.
- Bilan des observations et discussions. 2<sup>ème</sup> nuit au refuge.

*Dénivelé positif : jusqu'à 700 m. Parcours partiellement hors sentiers.*

## Jeudi 10 juillet : Passage de l'arête des Saix— Retour .

- Impacts du pastoralisme (ovins et bovins) sur les milieux, menaces sur les forêts locales.
- Espèces des zones humides.
- Retour en vallée dans l'après-midi (main courante).

*Dénivelé positif : env. 350 m..*



*Le refuge sous la Pointe Percée © Refuge de Doran*

## INFOS PRATIQUES

Les participants sont **obligatoirement inscrits au refuge de Doran en pension complète** (repas du soir, nuits en dortoir, petits-déjeuners et paniers pique-nique du J2 et J3). Le CNM se charge de la réservation. Prendre un drap de sac et nécessaire de toilette. Douche comprise. Eau potable à la fontaine.

Chaque participant règlera son hébergement (**134 €**) directement auprès du refuge (chèque / espèces).

Merci de nous prévenir de tout régime alimentaire particulier dès la réservation.

Il est nécessaire d'être en bonne forme physique, et aguerri à la marche sur sentier de montagne. L'itinéraire peut comporter des passages hors sentiers, ou aériens.

### Les plus :

La présence d'une accompagnatrice en montagne pour les randonnées.

La montée pittoresque (J1) et le panorama depuis l'arête des Saix (J3).

La convivialité du refuge, la tranquillité du vallon.

### Tarifs :

Plein tarif : 75€/J soit 225 € pour le stage.

Réduit (adhérents\* du CNM, étudiants, demandeurs d'emploi) : 65 €/J soit 195 € pour le stage.

Hébergement : +134 € en pension complète (**obligatoire**). Options fondue / raclette : 10 €.

*\* adhésion possible à tout moment.*

### Contact :

Equipe du CNM  
04 50 58 32 13  
contact@centrenaturemontagnarde.org

### Hébergement :

Refuge de Doran, en pension complète (sauf pique-nique du J1). Réservation par nos soins.

*Document non contractuel - v24/03/2025*



## ASSOCIATION CENTRE DE LA NATURE MONTAGNARDE

9 route de Doran  
74700 Sallanches  
France

☎ +33 (0)4 50 58 32 13  
✉ contact@centrenaturemontagnarde.org  
🌐 www.centrenaturemontagnarde.org