



# PRALOGNAN LA VANOISE

SAVOIE - FRANCE



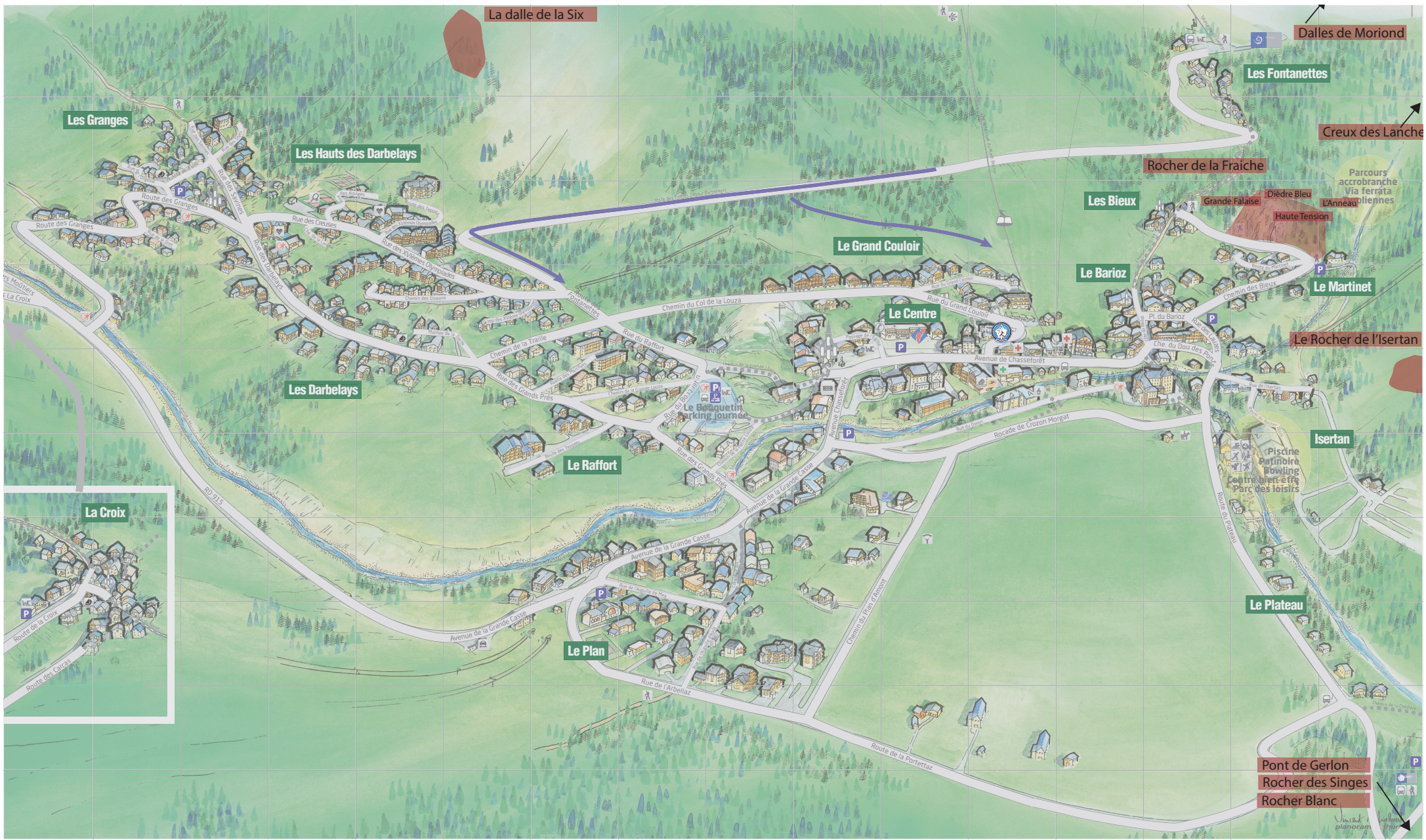
## ESCALADE

TOPO ROCHER DE LA FRAÎCHE

ROCHER D'ISERTAN

DALLE DE SIX





La dalle de la Six

Dalles de Moriend

Les Granges

Les Hauts des Darbelays

Les Fontanettes

Creux des Lanches

Rocher de la Fraîche

Les Bieux

Grande Falaise  
Dièdre Bleu  
Haute Tension

Parcours  
acrobranche  
Via ferrata  
L'Anneau  
Hierines

Le Grand Couloir

Le Barioz

Le Martinet

Le Rocher de l'Iserstan

Les Darbelays

Le Raffort

Le Centre

Iserstan

Le Plateau

La Croix

Le Plan

Pont de Gerlon  
Rocher des Singes  
Rocher Blanc

Visuel  
planocam



# Rocher de la Fraîche Secteur Grande Falaise

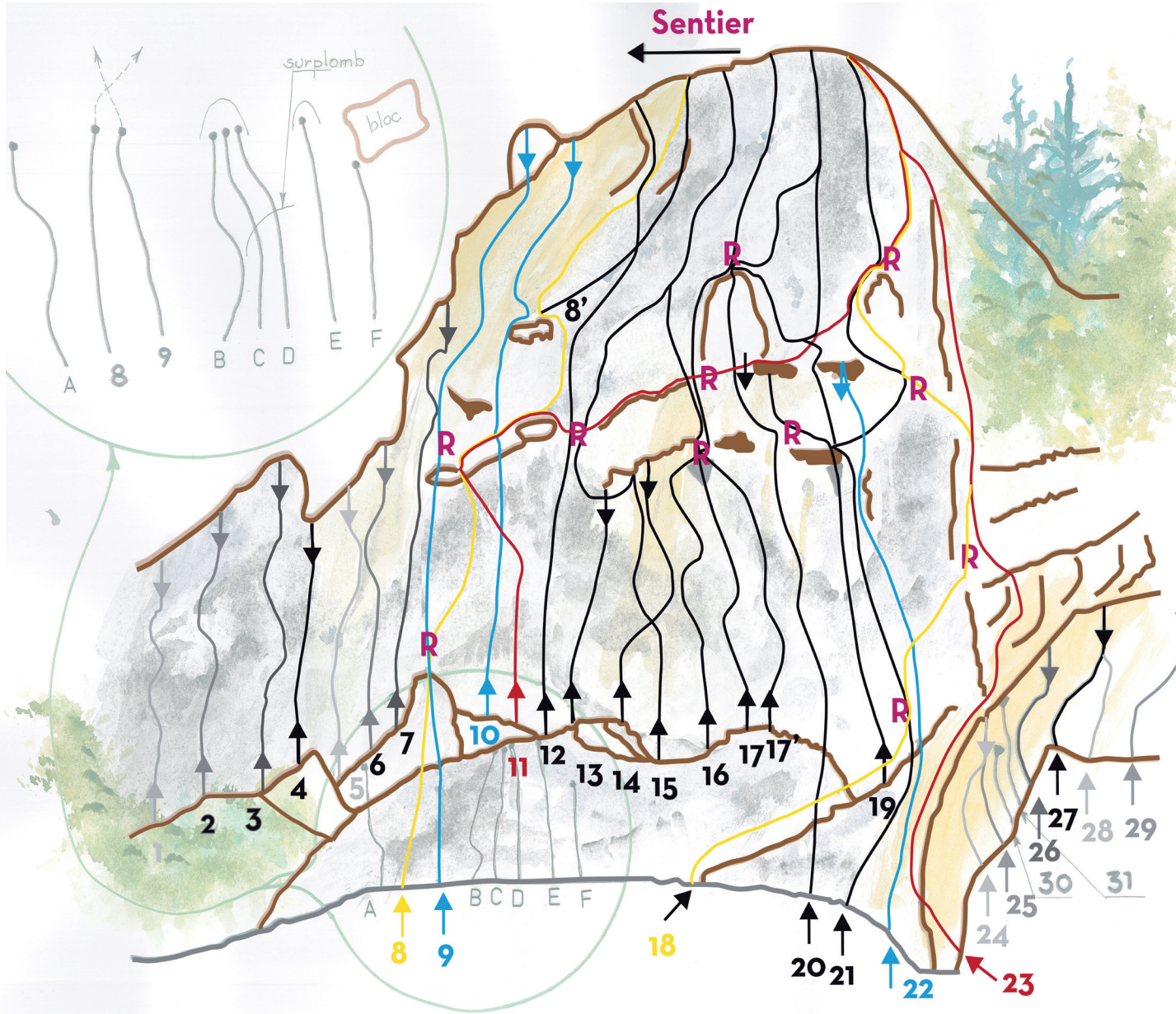
Belle falaise de 20 à 70m de hauteur, très fréquentée durant l'été.

Exposition sud-ouest (très chaud en juillet et août)

Escalade intéressante pour tout grimpeur

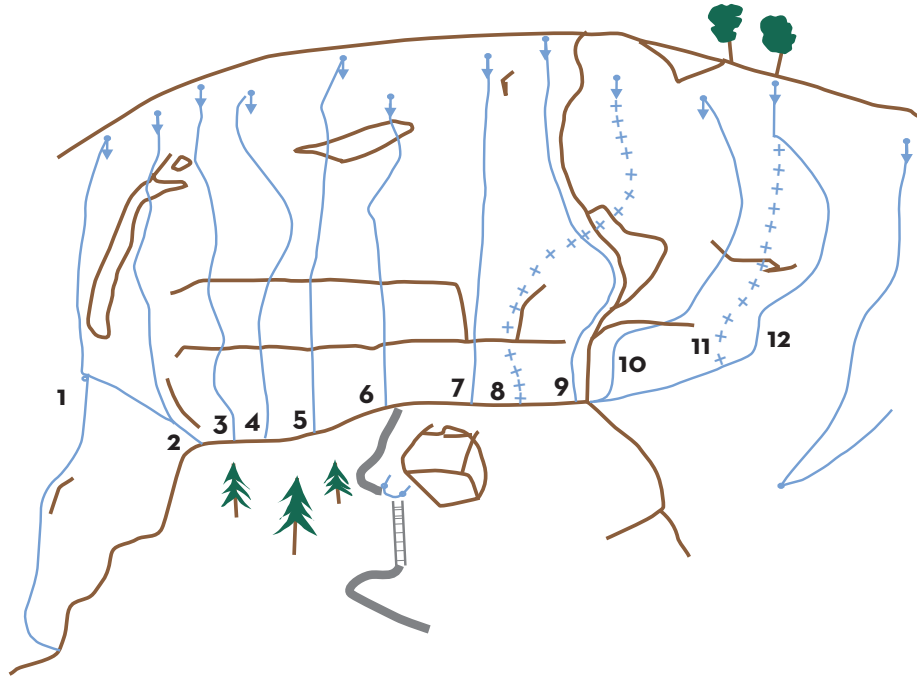
Difficulté de 2 à 7b.

**ATTENTION**, il est déconseillé de descendre en rappel (utiliser de préférence le sentier) ainsi que de stationner au pied de la falaise (chute de mousquetons).



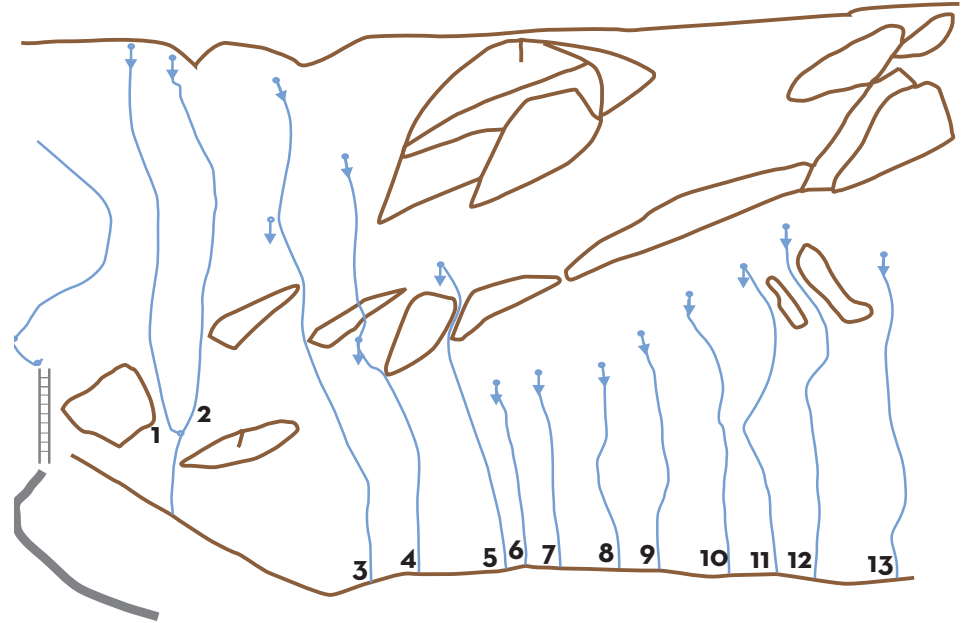
A Les flèches	4a
B Zig zag	4c
C Le pic	4c
D Petit surplomb	4c
E Les écureuils	4b
F Les paresseux	4a
1 Marche à l'ombre	5b+ (1 pas de 6a)
2 La Belle en cuisse	6a
3 Carol line	6a+
4 Fais gaffe, j'suis mûr	6b
5 La Grande Jaja	6b
6 C'est quoi le texte	6a+
7 Vas y toi, t'es bon	6b+
8 Le Dièdre jaune	L1: 4b ; L2: 4c ; L3: 4b ; L4: 4c
8' Variante	4c
9 La jungle de pierres	L1: 5c ; L2: 5b+ ; L3: 6a+
10 Killdozer	L1: 6a+ ; L2: 5c
11 La Traversée	L1: 3c (1 pas de 4a) ; L2: 3a ; L3: 3c ; L4: 3c
12 Macadam cowboy	L1: 6a ; L2: 5c
13 L'Artif	7b
14 De la Terre à la Lune	6b
15 En jaune et noir	L1: 7a ; L2: 5b ; L3: 6c
16 Clin d'œil	L1: 5c+ ; L2: 5b+ ; L3: 5a
17 Tchao Pantin	L1: 5c+ ; L2: 5b ; L3: 6b
17' Dark Vador	5c
18 Cool Raoul	L1: 2 ; L2: 4a ; L3: 3c ; L4: 3c ; L5: 4a
19 Mascarade City	L1: 5c ; L2: 5b
20 Le Zéro et l'Infini	L1: 3b ; L2: 4c ; L3: 5c ; L4: 7b
21 La Diva	L1: 4c ; L2: 4c ; L3: 5a ; L4: 5c
22 Captain Suicide	L1: 5b ; L2: 5c
23 L'Arête	L1: 4b+ ; L2: 4c ; L3: 3c ; L4: 4c
24 Mystère	6a+
25 Boule de gomme	6a
26 Réta	6c
27 Surbacabras	6c
28 Prise mobile	6c+
29 Le Nid	7b
30 Bretzel	6a+
31 Banzaï	6a

Secteur calme et peu fréquenté. Exposition Sud  
Escalade intéressante pour grimpeurs de bon niveau.  
Voies de 5c à 7a.



1	Happy years	L1 : 6b ; L2 : 6a
2	Le plaisir des yeux	6a
3	La Valise	6a
4	Telegraph road	6b
5	Echec aux nains	6c+
6	Les pieds nicklés	6b/c
7	Sénilité précoce	6c+
8	A bout de doigts	6c+
9	Dièdre bleu	5c
10	Herminator	6b/c
11	La légende de Jimmy	6b+
12	La rampe	6a

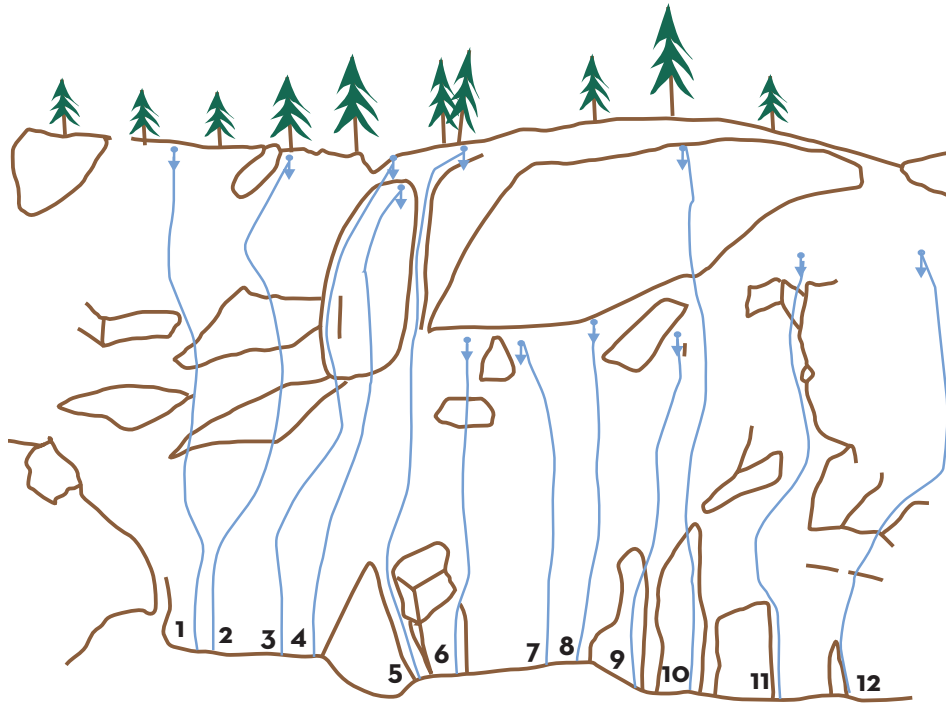
Secteur ombragé l'après-midi.  
A éviter après la pluie.  
Voies de 5a à 7b/c



1	Un autre Monde	6c
2	No Man's land	7b+
3	Bienvenue chez moi	L1 : 6a ; L2 : 6b
4	Super crampe	L1 : 6a ; L2 : 6b
5	Chiquita	6a+
6	Jolie Gazelle	5c
7	Le bal des chamois	5a
8	Marchande de cailloux	5a
9	Fatima couscous	5b
10	On ira	5b
11	Tapis volant	5c
12	Quand la musique est bonne	6a
13	Inchallah	5c

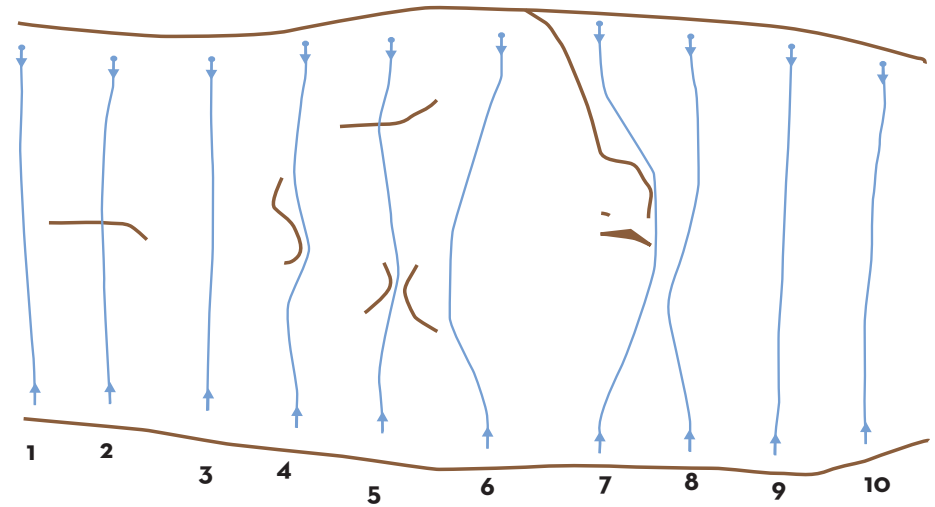


Secteur au soleil dès le matin.  
Voies de 5b à 6b+



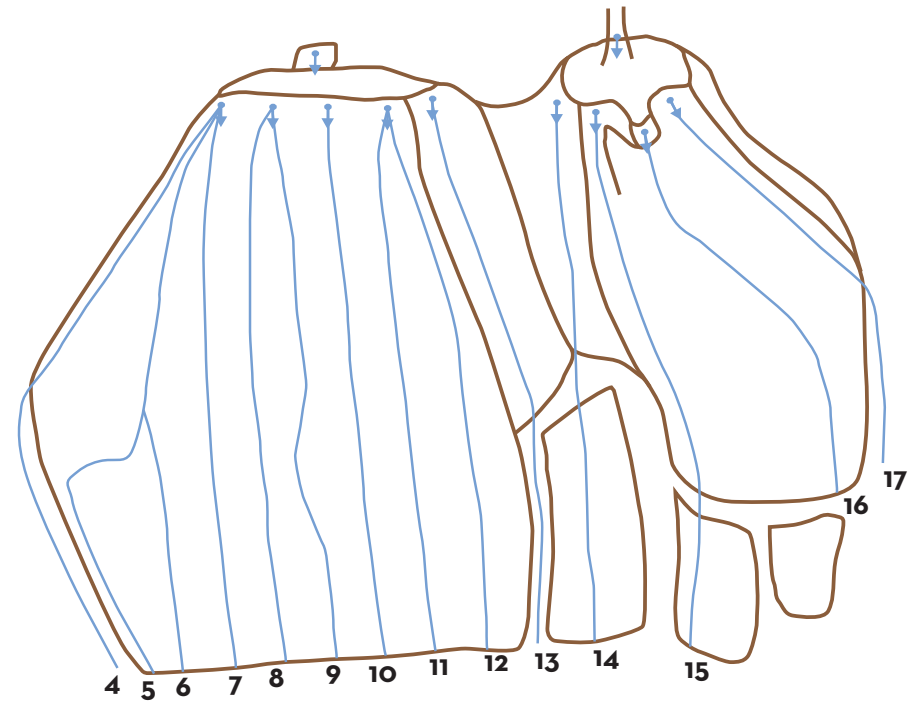
1	Tam-tam boy	6b
2	Niagara	5c/6a
3	Les barbares	6a+
4	Traffic	6a+
5	On the road again	6b
6	La salsa	5c/6a
7	Noir et blanc	5c
8	Mélodie	5b
9	Que demande le peuple	5c
10	Duel au soleil	6b+
11	L'anneau	5c
12	Mouche à bière	6a+

Secteur peu fréquenté.  
Escalade pour bons grimpeurs.  
Orientation Nord (agréable l'été).

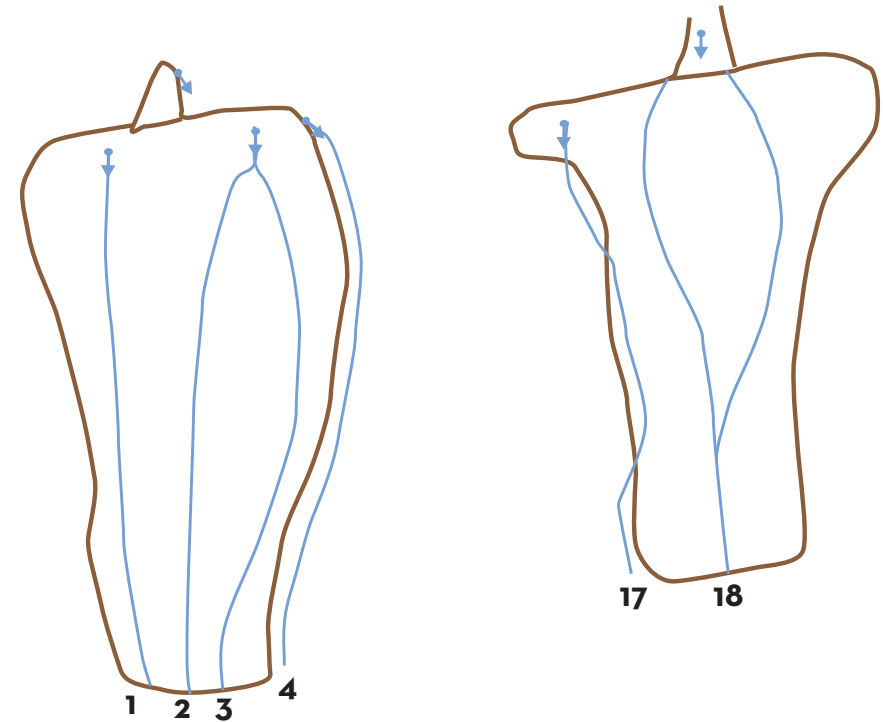


1	Le pilier des Pariettes	6a
2	Le trou	6b
3	Mano à Manu	6b
4	Les bras de Morpho	7a
5	L'entonnoir	6a+
6	John Wayne	7a
7	Les deux gars	6c+
8	Virgule	5c
9		
10	Petit Mais	6a

Secteur assez calme. Exposition nord (agréable l'été)  
 Escalade pour bons à très bons grimpeurs.  
 Voies de 4c à 7b.



1 La Dalle	5b
2 Le Sentier	4c
3 Le Belvédère	4c
4 L'Arête	5c (1 pas de 6b)
5 La traversée des Dieux	7b
6 L'A4	(crochet + pitons rasoirs)
7 Le Dièdre	6c (1 pas de AO)
8 La Prise	7b
9 Petit pied	7a+
10 La Facile	6c
11 Le Fil à Plomb	7a
12 Rétabs	6c+
13 La Fissure	6a (athlé.)
14 Le Pilier	6b+
15 Touchons du bois	7a+
16 Le nez de Zmutt	7a
17 L'Arête du Lion	5c
18 Rando	4c
18' Rando'	4b





**Equipements :**

Les voies décrites dans ce topo son entièrement équipées.

**Cotations :**

Elles ont données pour un enchaînement sans repos , ni aide sur les points d'assurance/ L1 : 5c correspond première longueur en 5c

**Encordement :**

Longueur maximale des voies 30m.

**Sécurité :**

Attention, il s'agit de sites «école de montagne», donc soumis à un important phénomène de gel et dégel, ce qui peut entraîner le descellement de blocs. Le risque de chutes de pierres n'est donc pas inexistant. Soyez vigilants.

**Responsabilité :**

Les personnes utilisant les voies le font à leurs risques et périls, et ne sauraient en aucun cas se retourner contre les ouvriers, la commune, les propriétaires des falaises, le bureau des guides et l'auteur du présent topo guide.

**Initiation, perfectionnement, tests :**

Le Bureau des Guides de Pralognan-la-Vanoise propose des initiations et des stages pour tous les niveaux.

**CONTACT :**

Bureau des Guides et Accompagnateurs

04 79 08 71 21 - [guidepralo@wanadoo.fr](mailto:guidepralo@wanadoo.fr)

[www.guides-pralognan.com](http://www.guides-pralognan.com)

Autres topos du secteur disponibles au Bureau des Guides et Accompagnateurs ainsi qu'à l'Office de Tourisme.