

# 08 – LA PINEA (1771 m)

## depuis la route de la Charmette (1125 m) POMARAY

Montée: par le sentier Vermorel - 2 h 30 - Cat. 1  
Descente: par les crêtes de Montfromage et le versant Ouest 2 h 30- Cat. 1  
Dénivellation: 800 m  
Carte IGN : TOP25 3334OT

La route de Girieu interdite et la sente de retour dans le flanc du Montfromage ayant pratiquement disparu. Voici une nouvelle boucle dans ce versant ouest de La Pinéa.

Randonnée à ne réaliser qu'en saison tardive et sèche. L'exposition Nord de la montée garde longtemps la neige et l'humidité. Le long retour par les crêtes puis dans le versant ouest permet une boucle agréable. Il remplace l'ancien presque disparu dans le flanc du Montfromage.

Vidéo : [La Pinéa, 1771m](#)

Départ: Prendre la D105 du col de la Charmette. Au-delà de Pomaray, environ trois kilomètres avant le col. Stationner devant une piste forestière montant à droite (panneaux : 1165 m)

### MONTÉE

---

1125m		La piste remonte la forêt pour aller rejoindre celle venant du col de la Charmette dans la zone de <b>Fontaine Claire</b> (panneau et cabane privée trois minutes à gauche).
1260m	0h25	
1278m	1h00	Poursuivre la piste à droite, plein sud, jusqu'au point 1321 m. Là, un sentier encaissé plonge sous bois pour rejoindre <b>la prairie de Girieux</b> .
		Au-delà de la cabane prendre à gauche un sentier dans les herbages. Pénétrant dans la forêt, au bout de quelques minutes se présente à droite un autre sentier : c'est le Vermorel.
1380m	1h15	Il grimpe régulièrement, <b>coupe une piste herbeuse</b> , et va rejoindre la base d'une paroi rocheuse qu'il contourne par la gauche pour la surmonter plus haut en lacets.
1715m	2h20	Contournant le pied du rocher sommital le sentier revient à gauche sur <b>l'arête Nord</b>
1771m	2h30	qu'il remonte à droite par une sente escarpée jusqu'au <b>sommet rocheux</b> atteint par deux à trois mètres de varappe aérienne.

### DESCENTE

---

1710m	0h10	Dégringoler le sentier dans la pente Est. Il attrape <b>une vire</b> franchissant le ressaut rocheux et revient vers la crête nord qu'il descend.
1615m	0h20	Parvenu au <b>carrefour de Plénom (panneau)</b> conserver le sentier sur la croupe. Lui rester longuement fidèle dans ses montées et descentes. Après une dernière pointe herbeuse : 1703 m, il dévale en direction de l'Oratoire d'Orgeval. Sans y aller, dès que <b>parvenu sur le plat, on domine une combe à gauche</b> .
1640m	1h00	Descendre sa rive gauche sur des traces pour aller trouver au-delà du bois le départ d'un sentier qui revient au sud. Après quelques minutes de montée il parvient sur un <b>plateau herbeux</b> dominé par les rochers <b>au bout duquel virant à droite il débouche sur une piste</b> .
1640m	1h10	
1125m	2h30	Elle descend longuement rejoindre le point 1321 m d'où on revient à Fontaine Claire et à la <b>route de la Charmette</b> .