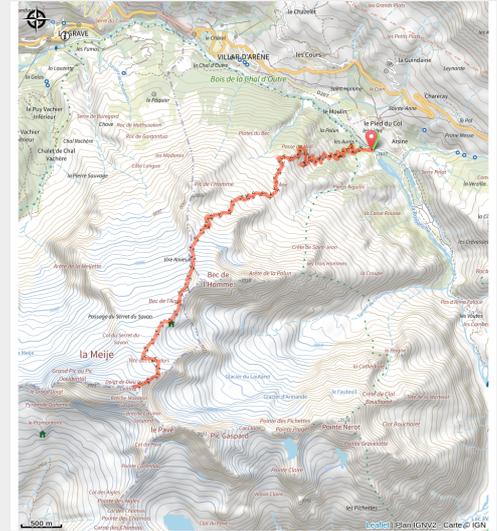


# Meije Orientale (3891 m)

Parc national des Écrins - Villar-d'Arêne



Doigt de Dieu, Meije Orientale (Thibaut Blais - PNE)



*L'ascension de la Meije Orientale est la plus courante de ce sommet emblématique des Écrins. À l'arrivée, la vue sur ses arêtes très esthétiques et le célèbre Doigt de Dieu est saisissante.*

Le lever du jour au refuge de l'Aigle, la forte ambiance glacière, la vue vers le lointain Mont Blanc, une arête de neige parfaite... Tout concourt à être en symbiose avec les éléments. S'approcher de la grande Meije est une expérience marquante, une étape vers l'autonomie, un voyage en altitude. Tout ce qui fait l'alpinisme, et l'engagement qu'il requiert, sont réunis dans cet objectif.

## Useful information

---

Practice : Mountaineering

---

Duration : 2 days

---

Length : 15.3 km

---

Trek ascent : 2685 m

---

Difficulty : Hard

---

Type : Multi-day trekking

---

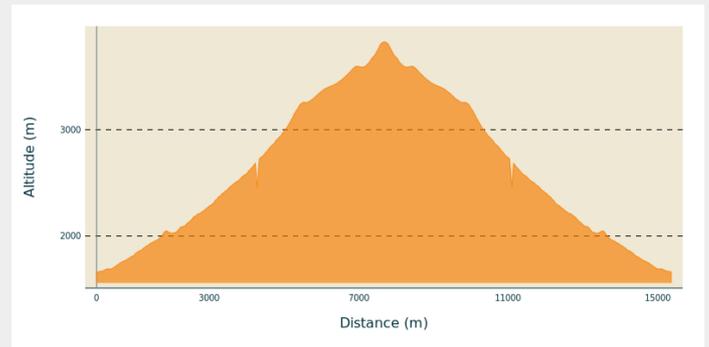
# Trek

**Departure** : Villar-d'Arène

**Arrival** : Villar-d'Arène

**Cities** : 1. Villar-d'Arène  
2. La Grave

## Altimetric profile



Min elevation 1660 m Max elevation 3827 m

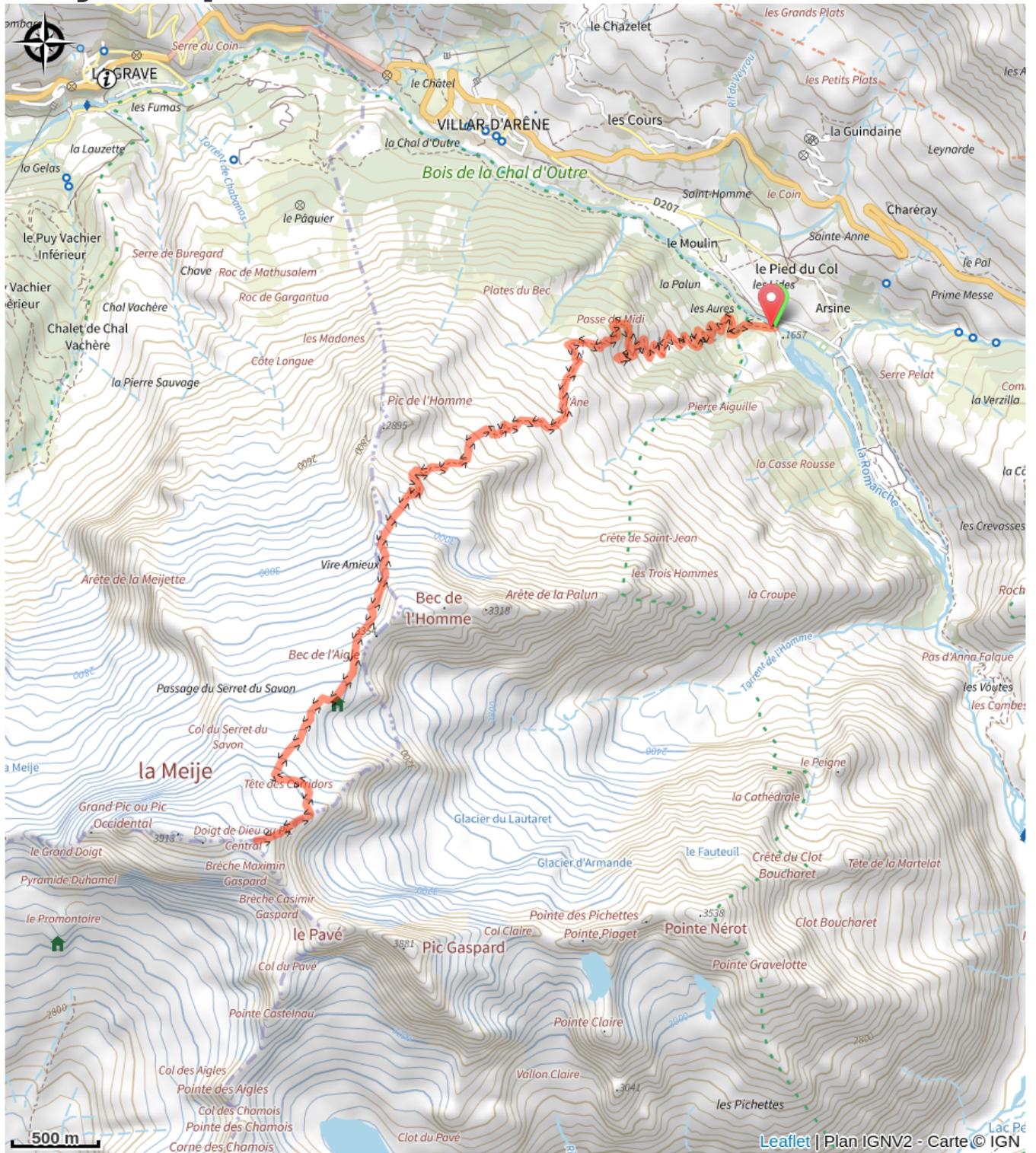
Au départ de Villar-d'Arène, la montée vers le refuge de l'Aigle et son rocher se fait par de raides lacets. On s'élève en traversant successivement le Glacier du Bec, le Bec de l'Homme et le Glacier du Tabuchet.

La deuxième étape vous permet de réaliser l'ascension de la Meije Orientale et d'accéder à son panorama privilégié avant de redescendre à Villar-d'Arène par le même chemin que celui emprunté à l'aller.

## Stages :

1. De Villar-d'Arène au refuge de l'Aigle (alpinisme)  
6.3 km / 2001 m D+ / 6 h
2. De refuge de l'Aigle à Villar-d'Arène par la Meije Orientale (alpinisme)  
9.1 km / 686 m D+ / 8 h 30

# On your path...



# All useful information



## Is in the midst of the park

The national park is an unrestricted natural area but subjected to regulations which must be known by all visitors.



## ⚠️ Advices

**DIFFICULTÉ** : PD (40/45° en neige et II en rocher/mixte), course courte mais en haute altitude, glacier crevassé, itinéraire souvent tracé, la rimaye peut être ouverte et la première pente d'accès à l'arête en glace.

Dès que la glace affleure sur la pente d'accès et sur l'arête, la course est nettement plus technique et exposée. Il convient donc pour rester dans les cotations annoncées de réaliser cette course en bonne condition d'enneigement. Comprenez en début de saison (renseignements auprès du gardien du refuge et/ou du bureau des guides). Cet itinéraire se fait en aller-retour, si vous n'imaginez pas cramponner à la descente les passages de la montée, mieux vaut renoncer et se rabattre sur le plan B de la tête des Corridors. Pour bien profiter de la longue montée au refuge de l'Aigle pourquoi ne pas rester deux jours pour gravir, deux sommets de la Meije, le Pic Oriental et le Pic Central dit Doigt de Dieu.



Matériel classique pour itinéraire en neige, mixte et terrain glaciaire : Bâtons télescopiques, crampons, piolet, casque, baudrier, corde d'attache 50m, matériel d'assurage et de progression, sac de 30 litres, vêtements chauds, kit de de sécurité...

## How to come ?

### Access

De Villar-d'Arêne accessible par la D1091 depuis Le Bourg d'Oisans ou Briançon, prendre la petite route D207 en direction du Pied du Col, à la première intersection prendre à droite sur 850m jusqu'au parking du pont vieux ou des Brebis.

### Advised parking

Parking du Pont Vieux

# Environmental sensitive areas

Along your trek, you will go through sensitive areas related to the presence of a specific species or environment. In these areas, an appropriate behaviour allows to contribute to their preservation. For detailed information, specific forms are accessible for each area.

## Golden eagle

Sensitivity period: January, February, March, April, May, June, July, August

Contact: Parc National des Écrins  
Julien Charron  
julien.charron@ecrins-parcnational.fr

Nidification de l'Aigle royal

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec l'Aigle royal en période de nidification sont principalement le vol libre et les pratiques verticales ou en falaise, comme l'escalade ou l'alpinisme. Merci d'éviter cette zone !

Attention en zone cœur du Parc National des Écrins une réglementation spécifique aux sports de nature s'applique : <https://www.ecrins-parcnational.fr/thematique/sports-de-nature>

## Information desks

**Maison du Parc du Briançonnais**  
Place Médecin-Général Blanchard, 05100  
Briançon

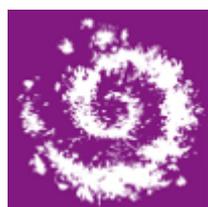
brianconnais@ecrins-parcnational.fr  
Tel : 04 92 21 08 49  
<http://www.ecrins-parcnational.fr/>



**Tourism Office of La Grave, La Meije  
- Villar d'Arène**

RD 1091, 05320 La Grave  
ot@lagrave-lameije.com  
Tel : +33 (0)4 76 79 90 05  
<http://www.lagrave-lameije.com/>

## Source



Parc national des Ecrins  
<https://www.ecrins-parcnational.fr>