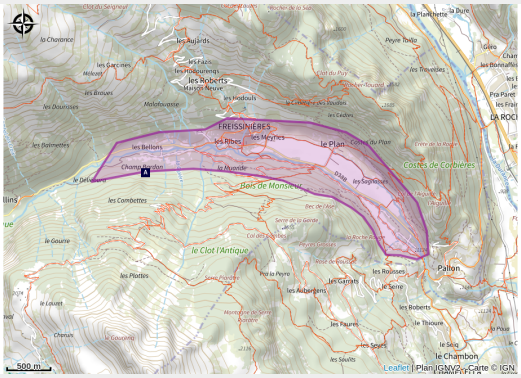
# Domaine nordique de Freissinières

Parc national des Ecrins

Panorama sur la plaine de Freissinières depuis l'itinéraire vers la Tête des Raisins (Thibaut Blais)




*Ouvert de mi-décembre à mi-mars suivant les conditions d'enneigement, le domaine dispose d'une quinzaine de kilomètres de pistes. Il peut accueillir le skating et le ski nordique.*

Le domaine nordique de Freissinières s'étend dans la grande plaine entre le Bois de Monsieur au sud, la Biaysse et la grande falaise de Freissinières au nord.

## Infos pratiques

Pratique : Ski de fond

Échelle de cotation :

Niveau : Piste débutants, Piste skieurs de bon niveau, Piste skieurs confirmés

Thèmes : Faune, Flore, Histoire et architecture

# Description

Pour consulter les conditions du domaine, cliquez ici.

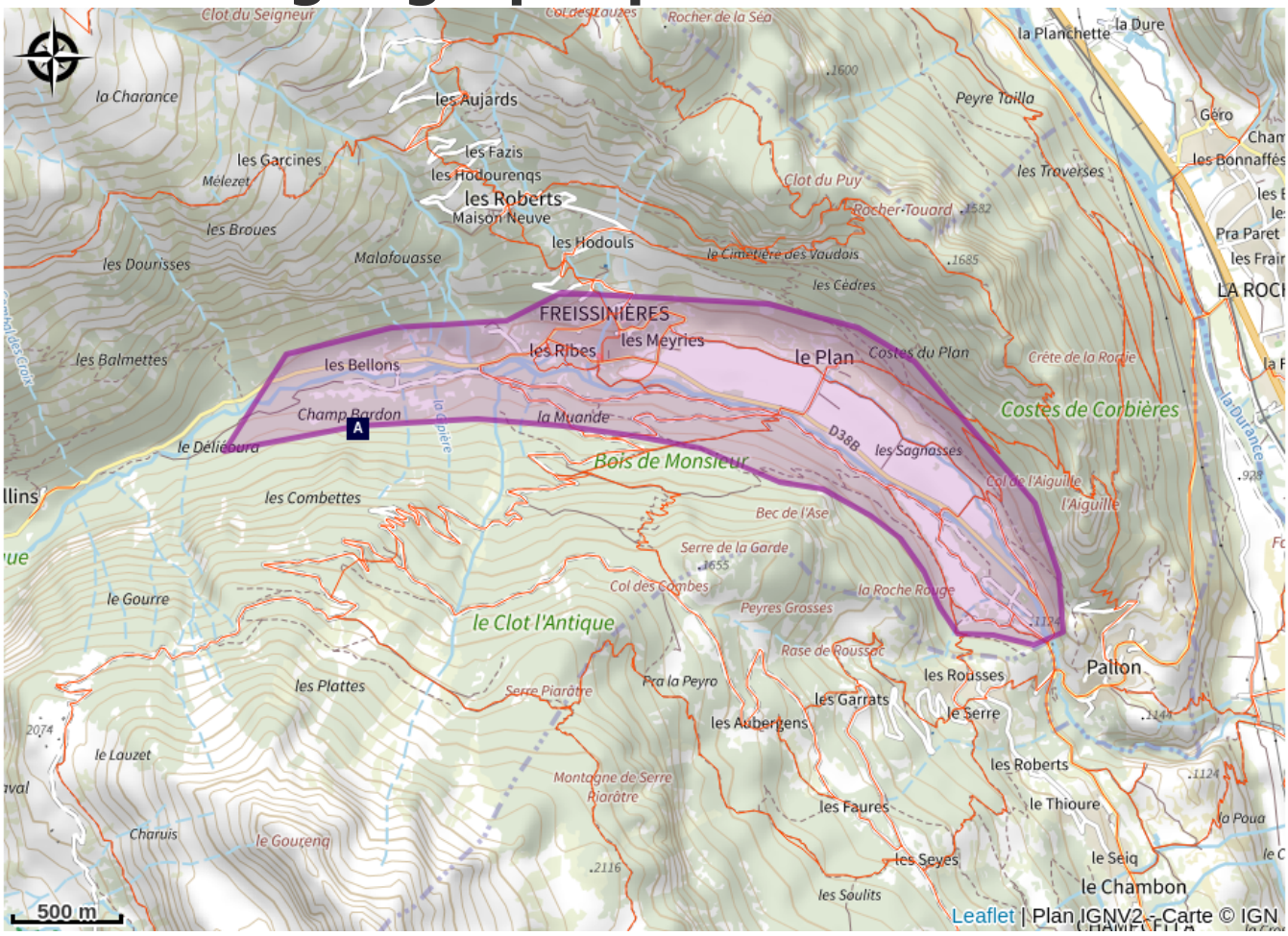
Le site ne présente pas de difficultés particulières. Les itinéraires sont principalement plats, parfois en pentes douces.

**Les itinéraires sont donc accessibles à tous types de pratiquants : débutants, amateurs ou entraînements.**

Le damage a généralement lieu le mardi et le vendredi soir, suivant les conditions météos (donnée variable d'une année à l'autre).

**Le site fonctionne avec un système de participation volontaire. Les pass sont vendus à la cabane nordique, au tarif journée à 7 euros pour les adultes et 5 euros pour les moins de 16 ans.**

# Situation géographique




- La vallée de Freissinières (AA)
- Le campagnol amphibie (AC)
- La goodyère rampante (AE)
- L'écureuil roux (AG)
- Le raisin d'ours (AI)
- Le lys orangé (AK)
- Le rougequeue à front blanc (AM)
- Le pouillot de Bonelli (AO)
- Le mélèze (AQ)
- Freissinières (AS)
- L'épine vinette (AU)
- La prêle (AW)
- Le cincle plongeur (AY)
- L'église Sainte Marie-Madeleine (BA)
- La vallée de Freissinières (BC)
- Le mélèze (BE)
- Petites et grandes migrations religieuses (BG)
- La plaine de Freissinières (BI)
- Le pin noir (AB)
- Le cincle plongeur (AD)
- Un tsunami médiéval ? (AF)
- Le sapin pectiné (AH)
- L'hirondelle de rocher (AJ)
- La grotte des Vaudois (AL)
- Le pétasite officinal (AN)
- Le genévrier sabine (AP)
- La forêt fraîche (AR)
- L'aristoloche pistoloche (AT)
- Le sapin (AV)
- La barbastelle (AX)
- Le pétasite officinal (AZ)
- Félix Neff (BB)
- L'huile de marmotte (BD)
- Freissinières (BF)
- Freissinières (BH)
- Le cincle plongeur (BJ)

- Le campagnol amphibie (BK)
- Le tichodrome échelette (BM)
- La plaine de Freissinières (BO)
- Le flambé (BQ)
- Le calcaire (BL)
- Le chêne pubescent (BN)
- La phalangère à fleurs de lys (BP)

# Toutes les infos pratiques

### ⚠ Recommandations

**Quelques règles :**

**→ Les pistes de ski de fond sont damées, balisées, sécurisées. Leur accès est payant et réservé aux skieurs nordiques.**

**→ Vous empruntez ces pistes sous votre propre responsabilité : informez-vous des conditions météo, des fermetures de pistes, ne surestimez pas vos possibilités.**

**→ Respectez la signalétique : sens des pistes, dangers, interdictions, fermeture.**

**→ Les chiens sont interdits sur les pistes de ski de fond.**

**→ La fréquentation des pistes en dehors des heures d'ouverture est dangereuse et interdite (présence d'engins de damage)**

**→ Emportez vos déchets**

Sachez que les circuits sont possibles en skating ou en technique classique (alternatif).

**Les conditions de pratique sont très agréables toute la journée en hiver. Cependant, dès le mois de mars, privilégiez la pratique le matin, certaines pistes peuvent être vite au soleil.**

**L'achat du Pass pour les pistes de ski de fond est possible au Chalet nordique. N'hésitez pas à vous munir du plan des pistes !**

**Attention : ces informations sont données à titre indicatif. Il est de votre responsabilité de vérifier le bulletin météo et les conditions avant votre départ. L'Office de tourisme et le PNE ne pourront aucunement être portés responsable en cas d'accident. En cas de doutes, s'adresser à des professionnels : moniteurs ou loueurs de matériels.**

### Accessibilité

**Accès :** depuis la N94 Gap-Briançon, prendre la D38 puis la D38b en direction de Freissinières.

Informations disponibles sur les accès et les transports via notre site : https://www.paysdesecrins.com/infos-pratiques-hiver/acces-et-transport

**Parkings :** il est conseillé de se garer au niveau du Chalet Nordique, situé en face de la mairie de Freissinières, pour l’achat de votre Pass au chalet. Les pistes de ski de fond de Freissinières partent de cet endroit.

Si vous avez déjà votre Pass, il est également possible commencer à partir du parking situé sur la droite 300 m après avoir traversé le pont en sortant du hameau de Pallon, en entrant dans la vallée de Freissinières. Le circuit de la Grande Plaine démarre de ce parking. Il est également possible de rejoindre le chalet nordique en continuant vers la piste de la Mini Plaine.

## Lieux de renseignement

**Bureau d'Information Touristique de L'Argentière-La Bessée**
23 Avenue de la République, 05120 L'Argentière-La Bessée

contact@paysdesecrins.com
Tel : +33(0)4 92 23 03 11
https://www.paysdesecrins.com/

**Bureau d'Information Touristique de Puy Saint Vincent 1400**
Les Alberts, 05290 Puy Saint Vincent 1400 m

contact@paysdesecrins.com
Tel : +33(0)4 92 23 35 80
https://www.paysdesecrins.com/

**Bureau d'Information Touristique de Vallouise**
Place de l'Eglise, 05340 Vallouise

contact@paysdesecrins.com
Tel : +33(0)4 92 23 36 12
https://www.paysdesecrins.com/

**Office de tourisme de Pelvoux**
Station de Ski de Pelvoux, 05340 Vallouise-Pelvoux

contact@paysdesecrins.com
Tel : 09 63 53 61 67
http://www.paysdesecrins.com/

**Office du tourisme Puy-Saint-Vincent 1600**
Les Alberts, 05290 Puy-Saint-Vincent

contact@paysdesecrins.com
Tel : 04 92 46 68 58
http://www.paysdesecrins.com/

## Source

Pays des Ecrins

https://www.paysdesecrins.com

# Sur votre chemin…

## La vallée de Freissinières (AA)

La vallée correspond à une zone de surcreusement lors des glaciations : le glacier freiné par le verrou de roche dure de Pallon, a creusé une dépression. Au retrait des glaciers, un lac est resté coincé derrière ce verrou, peu à peu comblé par des alluvions. Du point de vue historique, le pasteur protestant Félix Neff a “réveillé” la vallée en 1826 en faisant construire une “École normale” d’Instituteurs”, en développant des procédés d’irrigation, en enseignant de nouveaux modes de cultures…

Crédit photo : Office de tourisme Pays des Écrins

## Le pin noir (AB)

Le pin noir n’est pas venu ici naturellement. Il a été replanté par l’Office National des Forêts pour stabiliser les terrains de montagne érodés. Il se reconnaît à ses grandes aiguilles groupées par 2 et à ses gros cônes.

Crédit photo : Christian Baïsset - Parc national des Écrins

## Le campagnol amphibie (AC)

Des coulées dans les roseaux et des trous de 6 à 7 cm de diamètre… Un campagnol amphibie est passé par là ! Ce gros rongeur au pelage brun foncé sur le dessus creuse son terrier dans la berge du ruisseau. Cette espèce dont le lieu de vie est lié à l'eau ne cause pas de dommage aux cultures. N'ayant pas une reproduction avec de fortes pullulation, il est en faible effectif et est menacé de disparition.

Crédit photo : Damien Combrisson - Parc national des Écrins

## Le cincle plongeur (AD)

Perché sur un bloc au milieu de la rivière, un oiseau trapu, à la queue courte, brun avec une grande bavette blanche, se balance de haut en bas avec la queue dressée. Puis il plonge et ne réapparaît que quelques instants plus tard. Cet oiseau chasse ainsi, plongeant puis marchant à contre-courant au fond de l'eau en quête de larves aquatiques d’insectes, de petits crustacés ou petits poissons, soulevant les galets avec son bec pour les déloger.

Crédit photo : Damien Combrisson - Parc national des Écrins

## La goodyère rampante (AE)

Cette petite orchidée discrète pousse sur la mousse, dans le sous-bois de la pinède. Ses feuilles, situées à la base de la tige, sont ovales et pointues, avec des nervures en réseau. La tige, dressée, porte seulement quelques écailles. Les fleurs blanches, couvertes d'un fin duvet sont disposées en un épi spiralé et tournées du même côté. Un petit bijou qu'il faut savoir admirer !

Crédit photo : Marie-Geneviève Nicolas - Parc national des Écrins

## Un tsunami médiéval ? (AF)

Pallon marque l’entrée dans l’ancienne vallée glaciaire de Freissinières, fermée derrière un verre de roches dures. En fondant, les glaciers avaient laissé un lac piégé par ce verrou. La tradition rapporte la rupture, à plusieurs reprises, de ce barrage naturel. Les eaux, libérées brutalement dans le gouffre de Gourfouran, auraient provoqué au Moyen-Âge la ruine du village de Rame, installé dans la plaine.

Crédit photo : Office de tourisme Pays des Écrins

## L’écureuil roux (AG)

Avec élégance et vivacité, un écureuil suivi de son long panache traverse la piste. Roux ? Celui-ci est plutôt brun foncé. En montagne, on adopte la stratégie du panneau solaire, noir pour mieux absorber la chaleur. Ce rongeur est actif le jour et n’hiberne pas, même s’il réduit son activité les jours de mauvais temps. C’est une espèce protégée.

Crédit photo : Marc Corail - Parc national des Écrins

## Le sapin pectiné (AH)

Sur ce versant exposé au nord, nommé ubac, le sapin se plaît. Ses aiguilles ont 2 bandes blanches en dessous. Elles sont implantées de part et d’autre des rameaux et non tout autour comme chez l’épicéa. Les cônes allongés sont dressés et non pendants. Il est ici bien présent, souvent mélangé à du mélèze, à l’ombre duquel il peut pousser. A l’inverse, le mélèze, arbre de lumière, ne peut pousser sous un couvert de sapins !

Crédit photo : Mireille Coulon - Parc national des Écrins

## Le raisin d'ours (AI)

Le sol de la pinède est tapissé d’un sous-arbrisseau rampant aux feuilles persistantes, ovales et vernissées. Au printemps, le raisin d’ours donne de jolies petites fleurs en forme de grelot, blanches bordées de rose. Elles vont donner des baies rouges, comestibles mais farineuses. Les ours les apprécient, d’où son nom. C’est une plante bien adaptée à la sécheresse.

Crédit photo : Cédric Dentan - Parc national des Écrins

## L’hirondelle de rocher (AJ)

Des oiseaux ne cessent de voltiger le long de la falaise. Des hirondelles de rocher. Elles sont brunes avec le dessous beige. Elles ont construit leur nid sous de petits surplombs. Cette espèce est très commune dans les Alpes. Migratrice partielle, elle rejoint en hiver la côte méditerranéenne où elle retrouve des populations sédentaires. Aussi est-elle la première à réapparaître dans les vallées du Pays des Écrins dès fin février et la dernière à partir en octobre !

Crédit photo : Mireille Coulon - Parc national des Écrins

## Le lys orangé (AK)

En juin et début juillet, de grandes fleurs oranges illuminent ça et là le rocher : le lys orangé est une splendide plante vivant dans les montagnes d’Europe. Elle pousse dans les rocailles, les buissons ou pourquoi pas en pleine falaise, dans les zones sèches. Elle est protégée.

Crédit photo : Marie-Geneviève Nicolas - Parc national des Écrins

## La grotte des Vaudois (AL)

L’histoire de Freissinières est liée à celle des Vaudois, qui trouvèrent refuge dans cette vallée, comme dans d’autres vallées alpines, au XIIIème siècle. Les adeptes de ce mouvement religieux - qui plus tard se ralliera à la réforme - étaient jugés comme hérétiques et persécutés. Cette grotte où se réfugièrent des Vaudois pris de court fut le témoin de massacres opérés par l’inquisition.

Crédit photo : Thierry Maillet - Parc national des Écrins

## Le rougequeue à front blanc (AM)

Le rougequeue à front blanc, cousin du rougequeue noir, s’en distingue par… son front blanc, ainsi que par son poitrail orange. Du moins chez le mâle, la femelle de l’un comme de l’autre étant plus terne et brunâtre, mais avec une queue orangée également. Il revient d’Afrique début avril et trouve dans les alentours une cavité dans un arbre ou dans un vieux mur pour nicher.

Crédit photo : Damien Combrisson - Parc national des Écrins

## Le pétasite officinal (AN)

Les fossés de la plaine de Freissinières sont bordés d’une plante aux très larges feuilles : le pétasite officinal, nommé également chapeau du diable. Le « pétase » (petasos) était en Grèce ancienne un chapeau de feutre rond. Nul ne sait si le diable porte ce chapeau mais la plante est bel et bien utilisée en phytothérapie. Très commune en plaine, elle est peu présente dans le pays des Ecrins où poussent cependant d’autres espèces de pétasite.

Crédit photo : Ludovic Imberdis - Parc national des Écrins

## Le pouillot de Bonelli (AO)

D’avril à juin, un chant d’oiseau bien peu mélodieux, un trille court et sonore, retentit dans la forêt. C’est celui du pouillot de Bonelli, revenu de migration. C’est un oiseau au plumage assez terne, vert olive avec le ventre blanc. Bien pratique pour se dissimuler dans les branches mais beaucoup moins pour se faire remarquer par une femelle. Une seule solution : chanter fort ! Il vit dans les forêts claires et les landes sur les versants chauds.

Crédit photo : Mireille Coulon - Parc national des Écrins

## Le genévrier sabine (AP)

Arbuste s’étalant au sol, le genévrier sabine est très commun dans les prairies rocailleuses et les friches des versants chauds. Ses feuilles d'un vert sombre et mat, en forme de petites écailles, sont imbriquées le long des rameaux. Il ne pique donc pas… mais est plus redoutable car très toxique. Pour assaisonner les plats, mieux vaut ramasser les fruits du genévrier commun !

Crédit photo : Bernard Nicollet - Parc national des Écrins

## Le mélèze (AQ)

Emblème des Alpes du sud, ce résineux perdant ses aiguilles en hiver, se pare d’or et illumine la montagne à l’automne. Les mélézins sont entretenus par le pâturage des troupeaux. Sans eux, d’autres arbres comme le sapin ou différents pins peuvent pousser pour donner un autre type de forêt. Espèce pionnière, le mélèze ne craint pas la lumière pour s’installer. Son bois résistant et imputrescible a toujours servi pour la construction des maisons.

Crédit photo : Robert Chevalier - Parc national des Écrins

## La forêt fraîche (AR)

Ici, le sapin, arbre craignant les fortes sécheresses, s’est installé parmi les mélèzes. Cette forêt cache des trésors, telle que l’épipogon sans feuille, une très rare orchidée ou la buxbaumie, une petite mousse originale, rare également, poussant sur le bois en forte décomposition et témoignant ainsi du bon fonctionnement du cycle naturel de la forêt.

Crédit photo : Mireille Coulon - Parc national des Écrins

## Freissinières (AS)

Freissinières vient de freisse nière qui signifiait : frêne noir. Cette commune s’étalant jusqu’au col des Terres blanches ainsi que celui de Freissinières, donnant tous les deux sur le Champsaur, est constituée de treize hameaux, mais aucun ne se nomme Freissinières ! Des fouilles archéologiques menées depuis 20 ans démontrent que des sites d’altitude (Faravel…) ont été occupés de manière saisonnière dès le retrait des glaciers il y a 12 000 ans (Paléolithique supérieur) et que cette occupation s’est poursuivie plus tard.

Crédit photo : Office de tourisme Pays des Écrins

## L’aristoloche pistoloche (AT)

Le hameau de Pallon est installé dans un endroit bien exposé au soleil. Autour du village, une curieuse plante aux fleurs aux longues trompettes brunes pousse en bordure des clapiers d’épierrement des champs et prairies : c’est l’aristoloche pistoloche. Cette plante, à affinité méditerranéenne bénéficiant ici d’un climat chaud et sec, se trouve quasiment à sa limite septentrionale. C’est la plante hôte des chenilles d’un papillon rare et protégé : la Proserpine.

Crédit photo : Damien Combrisson - Parc national des Écrins

## L’épine vinette (AU)

L’épine vinette est un buisson aux longues épines groupées par trois et aux feuilles ovales et dentées. Il donne au printemps des grappes de petites fleurs jaunes, lesquelles deviendront plus tard des baies rouges, ovales et allongées. Ces fruits aigrelets sont comestibles et peuvent être transformés en gelées… si on a la patience de les ramasser ! Cet arbuste pousse un peu partout.

Crédit photo : Mireille Coulon - Parc national des Écrins

## Le sapin (AV)

Sur ce versant exposé au nord, nommé ubac, le sapin se plaît. Ses aiguilles ont 2 bandes blanches en dessous. Elles sont implantées de part et d’autre des rameaux et non tout autour comme chez l’épicéa. Les cônes allongés sont dressés et non pendants. Il est ici bien présent, souvent mélangé à du mélèze, à l’ombre duquel il peut pousser. À l’inverse, le mélèze, arbre de lumière, ne peut pousser sous un couvert de sapins !

Crédit photo : Parc national des Écrins

## La prêle (AW)

En bordure du ruisseau, en bordure du fossé, pousse une plante ressemblant à un gros écouvillon… ou à une queue de cheval, selon son imagination. C’est la prêle des champs, plante proche des fougères. Elle est connue pour ses propriétés médicinales, car elle contient beaucoup de silice, un puissant reminéralisant pour les os, les cartilages et la peau. Il existe plusieurs espèces de prêles.

Crédit photo : Cédric Dentan - Parc national des Écrins

## La barbastelle (AX)

Au village, des oiseaux font leur nid dans les vieux murs et des chauves-souris occupent les greniers. Certaines se cachent derrière les volets ouverts et bloqués contre le mur. Le barbastelle, une espèce de chauve-souris rare, et protégée comme toutes ces espèces. Le hameau des Ribes a le privilège d’en accueillir en été. Ce petit mammifère mangeant bon nombre d’insectes chaque nuit « déménage » souvent s’il est dérangé ou par simple précaution.

Crédit photo : Mireille Coulon - Parc national des Écrins

## Le cincle plongeur (AY)

Perché sur un bloc au milieu de la rivière, un oiseau trapu, à la queue courte, brun avec une grande bavette blanche, se balance de haut en bas avec la queue dressée. C’est le cincle plongeur ! Il plonge et ne réapparaît que quelques instants plus tard : il chasse ainsi, plongeant puis marchant à contre-courant au fond de l'eau en quête de larves aquatiques d’insectes, de petits crustacés ou petits poissons.

Crédit photo : Mireille Coulon - Parc national des Écrins

## Le pétasite officinal (AZ)

Au bord du ruisseau, une plante aux très larges feuilles : le pétasite officinal, nommé également chapeau du diable. Le « pétase » (petasos) était en Grèce ancienne un chapeau de feutre rond. Nul ne sait si le diable porte ce chapeau mais la plante est bel et bien utilisée en phytothérapie. Commun en plaine, il est généralement peu présent en montagne où poussent cependant d’autres espèces de pétasite. En tout cas, voilà de quoi se faire une belle coiffure !

Crédit photo : Mireille Coulon - Parc national des Écrins

## L’église Sainte Marie-Madeleine (BA)

L’église Sainte Marie-Madeleine a été construite au XVIIème siècle. Il s’agirait d’un ancien temple protestant qui n’aurait pas été détruit en 1684 alors que Louis XIV menait une politique anti-protestante. Le temple aurait alors subi des transformations pour être réaménagé en église.

Crédit photo : Office de tourisme Pays des Écrins

## 🕐 Félix Neff (BB)

Félix Neff est un pasteur protestant suisse. Il est à l'origine du Réveil protestant  de la vallée de Freissinières au XVIIème siècle. Il a créé également la première “École normale” d’Instituteurs  de France en 1826, à Dormillouse. Il est aussi à l’initiative de nouveaux procédés d’irrigation et de construction des habitats, des aménagements qui améliorent la vie quotidienne des Freissinièrois.

Crédit photo : Manuel Meester - Parc national des Écrins

## 🕐 La vallée de Freissinières (BC)

La vallée correspond à une zone de surcreusement lors des glaciations : le glacier freiné par le verrou de roche dure de Pallon, a creusé une dépression. Au retrait des glaciers, un lac est resté coincé derrière ce verrou, peu à peu comblé par des alluvions. Du point de vue historique, le pasteur protestant Félix Neff a “réveillé” la vallée en 1826 en faisant construire une “École normale” d’Instituteurs”, en développant des procédés d’irrigation, en enseignant de nouveaux modes de cultures...

Crédit photo : Office de tourisme Pays des Écrins

## 🍀 L’huile de marmotte (BD)

D’antan, l’huile permettait aux habitants de Freissinières de cuisiner mais aussi de s’éclairer. L’huile de noix ou d’amandes était difficile à produire du fait de l’altitude. Le prunier de Briançon résiste en montagne et les prunes jaunes de cet arbre fruitier contiennent des amandes. Ces amandes étaient pressées dans des moulins pour produire une huile aux vertus médicinales : l’huile de marmotte.

Crédit photo : Bernard Nicollet - Parc national des Écrins

## 🍀 Le mélèze (BE)

Emblème des Alpes du sud, ce résineux perdant ses aiguilles en hiver, se pare d’or et illumine la montagne à l’automne. Les mélézins sont entretenus par le pâturage des troupeaux. Sans eux, d’autres arbres comme le sapin ou différents pins peuvent pousser pour donner un autre type de forêt. Espèce pionnière, le mélèze ne craint pas la lumière pour s’installer. Son bois résistant et imputrescible a toujours servi pour la construction des maisons.

Crédit photo : Robert Chevalier - Parc national des Écrins

## 🕐 Freissinières (BF)

La commune de Freissinières s’étend depuis la Durance (940 m) jusqu’à la tête de Soulaure (3243 m). Le relief de la commune est de ce fait extrêmement diversifié : plaine, falaises, aiguilles, gouffre, verrou rocheux, versants forestiers abruptes, sommets a plus de 3000m composent les paysages du territoire communal. A l’image de ses paysages, l’histoire de la commune est elle mouvementée : d’une première présence humaine datée du néolithique à aujourd’hui, les mouvements de populations (immigrations, émigrations, invasions ...) ont de tout temps façonné l’histoire de ses hameaux !

Crédit photo : Parc national des Écrins - Thibaut Blais

## 🕐 Petites et grandes migrations religieuses (BG)

Du fait de son implantation stratégique, l’histoire de Pallon est riche et mouvementée. A la croisée des chemins, Pallon est aujourd’hui une étape du GR 653D Montgenèvre – Arles qui suit la voie domitienne empruntée par les pèlerins d’Italie en route pour Compostelle et les pèlerins français en route pour Rome !

Crédit photo : Parc national des Écrins - Robert Chevalier

## 🕐 Freissinières (BH)

Le nom de la commune vient de freisse nière qui signifiait : frêne noir. Dans les communautés montargnardes, le frêne était un auxiliaire précieux de l'homme. Les feuilles servaient de fourrage pour les chèvres et les lapins, les branches étaient utilisées pour fabriquer des manches d'outils, c'était aussi un excellent bois de chauffage et on l'utilisait pour ses vertus médicinales.

Crédit photo : Maillet Thierry

## 🌍 La plaine de Freissinières (BI)

Elle correspond à une zone de surcreusement lors des glaciations : le glacier freiné par le verrou de roche dure de Pallon, a creusé une dépression. Au retrait des glaciers, un lac est resté coincé derrière ce verrou, peu à peu comblé par des alluvions. C'est maintenant un espace agricole facilement mécanisable.

Crédit photo : Jean-Philippe Telmon

## Le cincle plongeur (BJ)

On peut souvent observer le cincle plongeur, qui comme son nom l'indique plonge ! Puis il marche à contre-courant au fond de l'eau pour chasser des larves aquatiques d'insectes ou des petits crustacés, soulevant les galets avec son bec pour les déloger. C'est un indicateur de la présence de ces petits animaux et donc de la bonne qualité des eaux.

Crédit photo : Coulon Mireille

## Le campagnol amphibie (BK)

Un des adoux de Freissinières accueille ce gros rongeur qui creuse son terrier dans la berge du ruisseau. Cette espèce dont le lieu de vie est lié à l'eau ne cause pas de dommage aux cultures. N'ayant pas une reproduction avec de fortes pullulation, il est en faible effectif. Il a subi un déclin notable dans toute son aire de répartition et est menacé de disparition. Il est inscrit sur la liste des espèces protégées en France.

Crédit photo : Combrisson Damien

## Le calcaire (BL)

Formé au début de l'ère secondaire, il y a plus de 200 millions d'années, par l'accumulation de sédiments dans des fonds marins situés à l'est de l'actuel pays des Écrins, ce calcaire fait partie de la « nappe briançonnaise ». Cette nappe de sédiments a été charriée vers l'ouest par les forces tectoniques rapprochant l'Europe de l'Afrique et qui sont à l'origine de la formation des Alpes. Cette nappe est venue chevaucher d'autres roches.

Crédit photo : Maillet Thierry

## Le tichodrome échelette (BM)

Un sifflement aigu dans la falaise. Un très bel oiseau rouge, blanc et noir volette le long du rocher, d'un vol papillonnant : un tichodrome échelette. Défiant la verticalité, il s'aide de ses pattes aux longs doigts pourvus de griffes pour prospecter les parois à la recherche d'insectes et d'araignées. Son long bec fin lui permet ensuite de les déloger des anfractuosités du rocher.

Crédit photo : Coulon Mireille

## Le chêne pubescent (BN)

Un chêne s'accroche sur les vires de la via ferrata : c'est le chêne pubescent, aux feuilles marcescentes : elles sèchent l’automne mais restent sur l’arbre tout l’hiver. Il a été nommé pubescent car ses jeunes rameaux, ses bourgeons et parfois le dessous de ses feuilles est pubescent, c'est-à-dire recouvert d’un fin duvet. La forêt de pin sylvestre et de chêne pubescent est une forêt typique des adrets montagnards dans les vallées intra-alpines.

Crédit photo : Baïsset Christian

## La plaine de Freissinières (BO)

La vallée correspond à une zone de surcreusement lors des glaciations : le glacier freiné par le verrou de roche dure de Pallon, a creusé une dépression. Au retrait des glaciers, un lac est resté coincé derrière ce verrou, s'étendant jusqu'aux Ribes (« les rives ») et peu à peu comblé par des alluvions propices à l'agriculture.

Crédit photo : Jean-Philippe Telmon

## La phalangère à fleurs de lys (BP)

Ses fleurs rappellent celle du lys, d’où son nom. On peut en effet la confondre avec le lys des Alpes, encore nommé lys de Saint-Bruno. Touts les deux ont des belles fleurs blanches à six tépales (sortes de pétales) mais, alors que celles du lys des Alpes sont grandes et peu nombreuses, celles de la phalangère sont plus petites (environ 2 cm de long) et nombreuses. Elle pousse sur les coteaux secs, pierreux et ensoleillés.

Crédit photo : Nicollet Bernard

## Le flambé (BQ)

Un grand papillon jaune pâle rayé de bandes noires vole de buissons en buissons. L’extrémité des ailes postérieures, marquée d’une tache bleue et orange, porte une queue. Le flambé  vit dans les milieux chauds et secs. Il affectionne les friches où poussent prunelliers et aubépines, sur lesquels la femelle pond ses œufs et où se développent ses chenilles.

Crédit photo : Delenatte Blandine