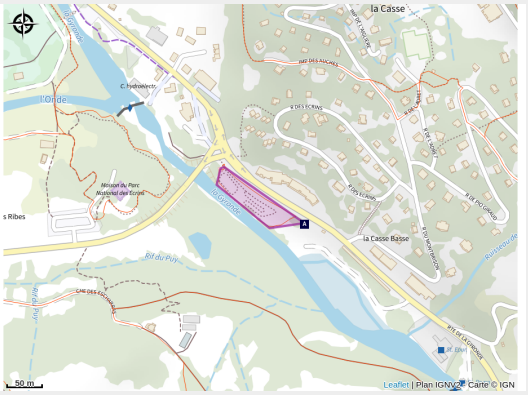
Pump Track de Vallouise

Parc national des Ecrins



(Rogier van Rijn)



Espace ludique VTT accessible à partir de 3 ans, idéal pour les sorties en famille.

Situé sur la commune de Vallouise dans l'aire de loisirs « St Genest », ce pump track est idéal pour progresser en toute sécurité. De quoi se faire plaisir pour les tout petits, et pour les grands aussi!

Infos pratiques

Pratique : Bike park

Échelle de cotation :

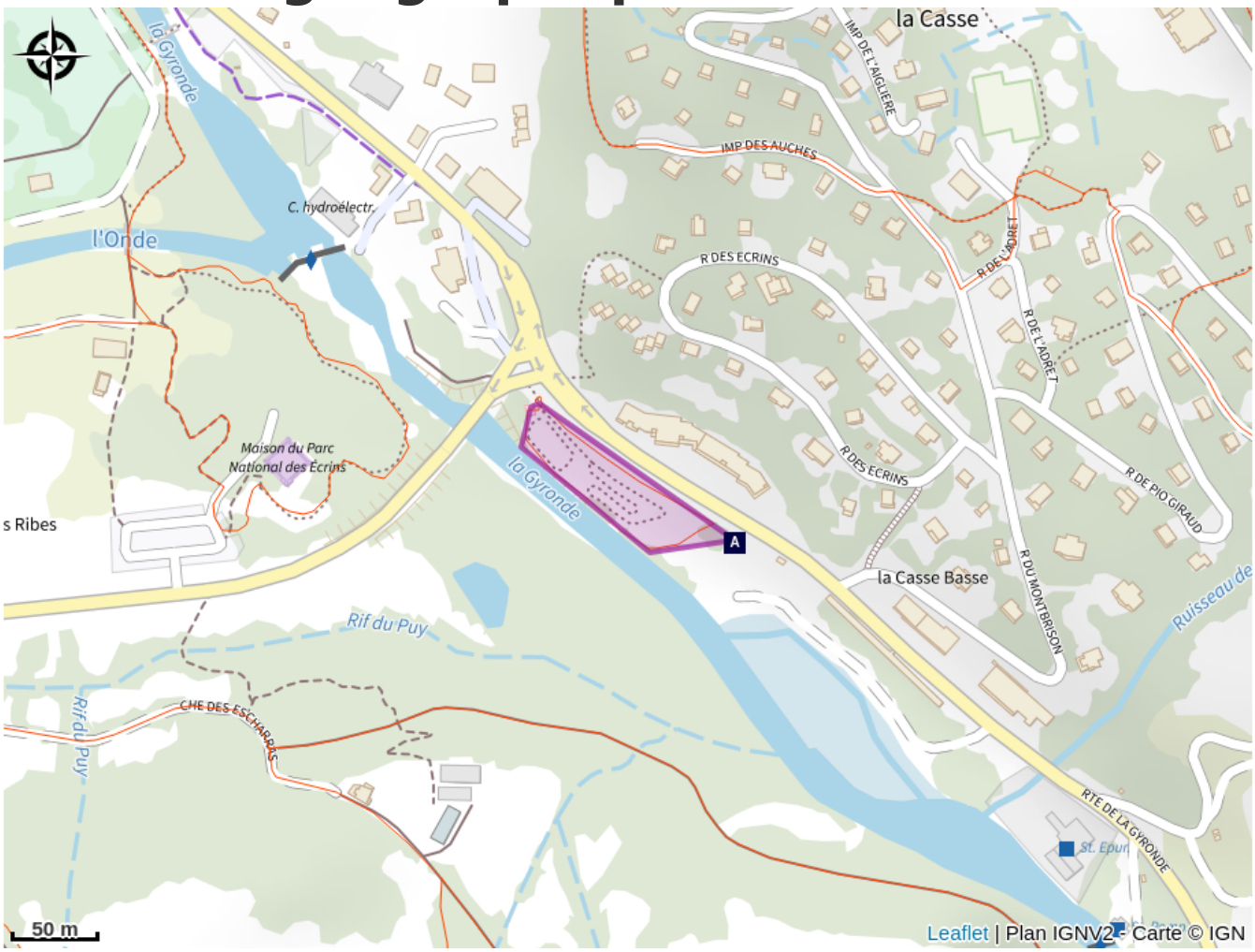
Niveau : Très facile

Description

À l’Argentière-la-Bessée, prendre à gauche sur la D994E en direction de Vallouise. Parking vers le Bureau des Guides des Écrins en face du pump track.

La première partie du pump track est consacrée aux enfants, à partir de 3 ans avec une aire de jeux entourée d’une petite boucle très facile avec des bosses et des virages relevés en bois. La seconde, quant à elle, appelée « Planète VTT », est accessible à partir de 6 ans. Elle est composée de plusieurs modules VTT en bois et en terre sur une boucle plus longue.

Situation géographique



- Géranium des bois (A)
- L'hélice des Alpes (C)
- Le frêne (E)
- La grenouille rousse (G)
- La sittelle torchepot (I)
- La coronelle lisse (K)
- La Maison du Parc de Vallouise (B)
- L’oiseau solaire (D)
- Le cincle plongeur (F)
- Le gerris (H)
- La mésange à longue queue (J)

Toutes les informations pratiques

⚠ Recommandations

Suivre et appliquer le règlement intérieur affiché à l’entrée.

Casque obligatoire, protection dorsale, genouillères et gants fortement conseillés.

Coordonnées des Secours en Montagne : 112

Rapporter tous ses déchets.

ℹ Lieux de renseignement

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/



Maison du Parc de Vallouise
vallouise@ecrins-parcnational.fr
Tel : 04 92 23 58 08
http://www.ecrins-parcnational.fr/



Sur votre route...



Géranium des bois (A)

Le sentier est bordé de grosses touffes d'une plante aux fleurs violettes, le géranium des bois. Les feuilles sont palmées et divisées en 5 à 7 lobes incisés-dentés. Cette plante commune vit dans les prairies et les bois frais. Les « géraniums » des balcons sont en réalité des pélargoniums, lointains cousins originaires d'Afrique du Sud et cultivés à des fins ornementales.

Attribution : Marc Corail - Parc national des Écrins



La Maison du Parc de Vallouise (B)

Rénovée en 2014, la Maison du Parc abrite les bureaux du personnel du Parc travaillant localement ainsi qu’une vaste surface d’accueil des visiteurs.
Elle propose une exposition permanente interactive invitant à la découverte du territoire et de ses patrimoines, un espace d'exposition temporaire à l'étage, ainsi qu'une salle audiovisuelle (projections et conférences).
Sa labellisation Tourisme et Handicap est en cours.
L’entrée est gratuite ainsi que la plupart des animations.

Attribution : Thierry Maillet - Parc national des Écrins



L'hélice des Alpes (C)

Sur le talus humide en bordure du ruisseau, caché dans les herbes, se trouve un escargot à la belle coquille mordorée et mouchetée de brun, ornée d'une bande spiralée sombre. Son corps est noir. L'hélice des Alpes n'est pas un escargot très commun et, comme son nom l'indique, il est inféodé aux Alpes. C'est une sous-espèce de l'Hélice des bois, qui est un escargot présent sur toute l'Europe.

Attribution : Damien Combrisson - Parc national des Écrins



L’oiseau solaire (D)

Qui est donc cet oiseau solaire ? Il est royal, l’aigle bien sûr ! Si ici il permet d’indiquer l’heure, dans la nature, tout autour, il chasse les marmottes. Mais qu’advient-il en hiver où les marmottes hibernent au fond de leur terrier ? C’est période de disette. Un lièvre ou un lagopède fait l’affaire et surtout des cadavres de chamois, n’ayant pu résister à l’hiver ou morts dans une avalanche.

Attribution : Cyril Coursier - Parc national des Écrins



Le frêne (E)

Même en hiver, on peut reconnaître le frêne à ses gros bourgeons noirs. Ses feuilles sont composées. Espèce pionnière, poussant facilement, le frêne a toujours accompagné l’homme dans la vie d’autrefois : son feuillage était utilisé pour nourrir le bétail et son bois dur et flexible pour la réalisation de différents objets tels que des manches d’outils. Son nom se retrouve d’ailleurs souvent dans la toponymie : Freissinières (Frêne noir), le Freney… preuve de son importance pour les hommes.

Attribution : Marie-Geneviève Nicolas - Parc national des Écrins



Le cincle plongeur (F)

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.

Attribution : Mireille Coulon - Parc national des Écrins



La grenouille rousse (G)

La grenouille rousse s'adapte à l'altitude et peut profiter de l'eau jusqu'à 2800 m. Elle est capable de subsister à la rudesse hivernale en se mettant à l'abri du gel sous un rocher, une souche... Cet amphibien est la grenouille la plus commune en montagne et est reconnaissable à son masque chocolat qui met en valeur ses yeux d'or. À noter, la croissance des têtards est lente, ce n'est qu'au bout de deux ans qu'ils deviennent adultes.

Attribution : Mireille Coulon - Parc national des Écrins



Le gerris (H)

De drôles de bestioles glissent sur l’eau par saccades : des gerris, insectes proches des punaises. En bons insectes, ils ont 6 pattes, mais c’est avec les pattes intermédiaires et postérieures, munies de poils les rendant hydrofuges, qu’ils « patinent » sur l’eau. Ce sont des carnassiers et tout ce qui est à la surface de l’eau, mort ou vif, est bon à manger ! Ils attrapent leurs proies avec les pattes antérieures et les sirotent tranquillement avec leur puissant rostre !

Attribution : Bernard Nicollet - Parc national des Écrins



La sittelle torchepot (I)

Avec ses cris sonores, ce petit acrobate se fait remarquer. Un dos gris bleu, un poitrail orangé, un bandeau noir sur l’œil, elle descend le long des troncs tête en bas à la recherche d’insectes. Elle niche dans de vieux trous de pics, mais si l’entrée est trop grande, elle en réduit le diamètre à l’aide de boue, pour protéger ses petits des prédateurs. D’où son nom de torchepot !

Attribution : Damien Combrisson - Parc national des Écrins



La mésange à longue queue (J)

Des oiseaux s’agitent dans un arbre, et ne cessent d’aller et venir en poussant de petits cris. Ils sont rondouillards, tout en noir et beige rosé, avec une longue queue, ce qui leur a valu leur nom de mésange à longue queue. Elle est sédentaire et vit toujours en petits groupes. Elle loge dans les forêts, les fourrés et même dans les jardins. Elle tisse un nid en boule, composé de lichens, de mousses et d’herbes sèches.

Attribution : Robert Chevalier - Parc national des Écrins



La coronelle lisse (K)

La coronelle lisse est une couleuvre qui a la mauvaise idée de ressembler à une vipère aspic, ce qui lui vaut d’être tuée à tort et à travers. Rappelons cependant que la vipère aspic, comme la coronelle lisse, sont des espèces protégées. Nous la reconnaissons notamment par son bandeau noir sur l’œil, et bien sûr par sa pupille ronde (ce qui permet de distinguer les couleuvres des vipères qui ont une pupille en fente).

Attribution : Damien Combrisson - Parc national des Écrins