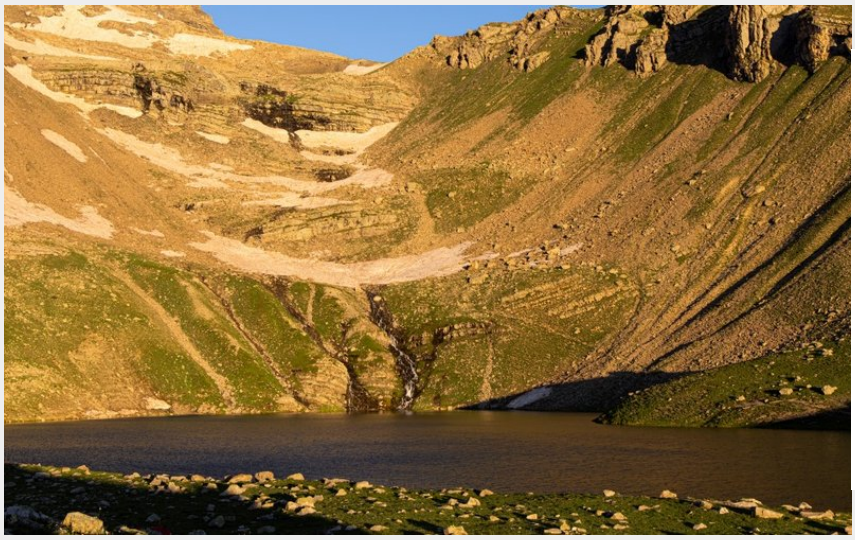
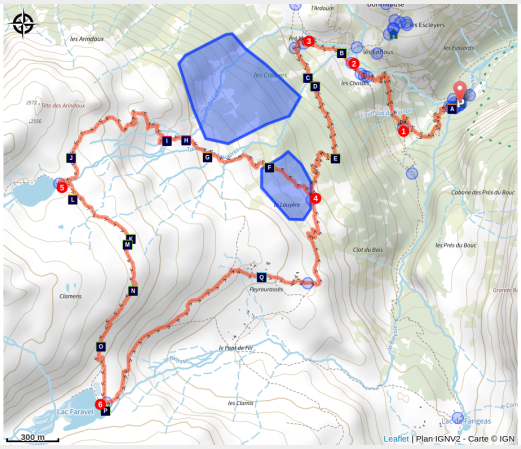
Le circuit des lacs

Vallouise



Le lac Palluel au lever du soleil (Thierry Maillet - Parc national des Ecrins)



Une agréable boucle entre forêt de mélèzes, alpages, dalles rocheuses et à la clé, deux lacs nichés au creux de cirques sauvages.

"Une nuit d'été, vers 4h du matin, nous avons été réveillés par le chant rauque et insistant d'un lagopède alpin. Dominant la vallée, le petit plateau herbeux où nous avions installé notre bivouac était son territoire et il nous le faisait savoir !"

Jean-Philippe Telmon et Blandine Delenatte, Gardes-moniteurs

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 6 h

Longueur : 13.1 km

Dénivelé positif : 1051 m

Difficulté : Difficile

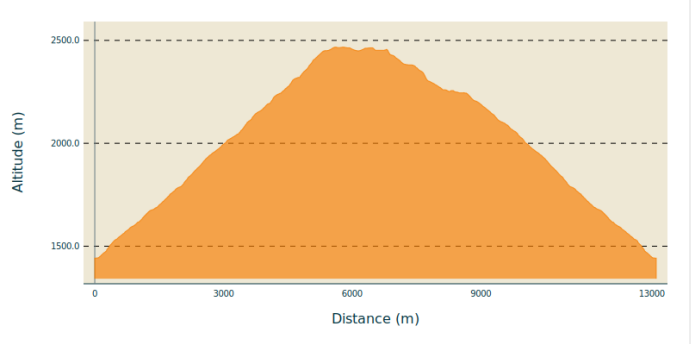
Type : Boucle

Thèmes : Faune, Lac et glacier

Itinéraire

Départ : Les cascades, Dormillouse (Freissinières)
Arrivée : Les cascades, Dormillouse (Freissinières)
Balisage : PR
Communes : 1. Freissinières

Profil altimétrique



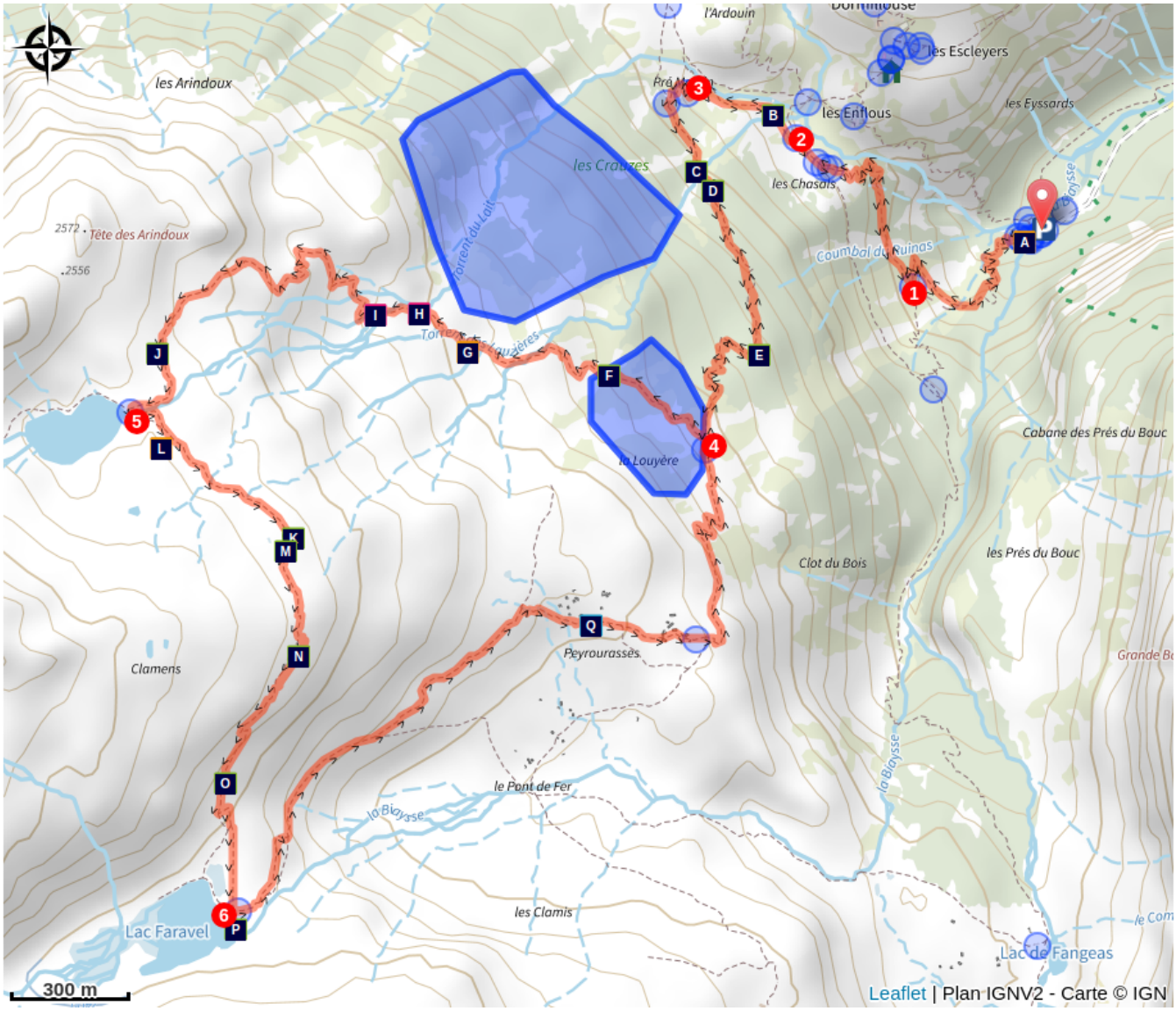
Altitude min 1442 m Altitude max 2467 m

Du parking, prendre le sentier de gauche où se trouve la porte d'entrée du Parc national, signalé par un ensemble de trois panneaux explicatifs (laisser sur la droite la passerelle qui mène au sentier d'hiver). Suivre l'itinéraire du lac Palluel. Passer le pont au-dessus du torrent des Oules et continuer le sentier en lacets qui longe une grande cascade puis traverse une zone d'éboulis. Ce sentier “d'été” est situé sur une zone d'avalanche et n'est pas emprunté en hiver. Il est large et taillé en douceur, permettant aux habitants de Dormillouse de se ravitailler à l'aide de brouettes à chenilles.

1. Au croisement suivant, laisser le sentier à gauche (lac du Fangeas, col des Terres Blanches) et garder celui de droite. Continuer le chemin qui mène au village de Dormillouse.
2. Avant le pont, prendre à gauche en suivant le panneau lac Faravel, lac Palluel, col de Freissinières.
3. A la bifurcation suivante, laisser le sentier qui monte à droite (col de Freissinières) et suivre celui de gauche. Prendre toujours sur la gauche et entrer dans la forêt de mélèzes.
4. Au-dessus de la forêt, suivre le sentier de droite vers le lac Palluel.
5. Du lac Palluel, prendre le sentier en rive droite du torrent vers le lac Faravel. Suivre le sentier en balcon qui domine la vallée et passe des ressauts rocheux, une étendue de cairns et descendre vers le lac Faravel.
6. Devant le lac, descendre le verrou et suivre le sentier à flanc de montagne pour rejoindre le croisement au-dessus de la forêt. Laisser à gauche le sentier qui monte au lac Palluel et redescendre dans la forêt par le même chemin qu'à l'aller.

Un crochet (3/4 d'heures) par le village de Dormillouse est possible en empruntant un ancien pont de pierre qui mène au hameau des Romans, en haut du village.

Sur votre route...



- Mines (A)
- Mésange nonnette (B)
- Chevreuil d'Europe (C)
- Géranium des bois (D)
- Tétras-lyre (E)
- Lièvre variable (F)
- Cabane Palluel (G)
- Grand Pinier (H)
- Petit Pinier (I)
- La palynologie ? (J)
- Benoîte rampante (K)
- Champ de cairns (L)
- Lagopède alpin (M)
- Silène acaule (N)
- Chamois (O)
- Omble chevalier (P)
- Reliefs glaciaires (Q)

Toutes les informations pratiques

En coeur de parc

Cet itinéraire est situé dans le cœur du Parc national des Écrins. Le Parc national est un territoire naturel, ouvert à tous, mais soumis à une **réglementation** qu'il est nécessaire de connaître pour préparer son séjour.

Les chiens de protection des troupeaux

En alpage, les chiens de protection sont là pour protéger les troupeaux des prédateurs (loups, etc.).

Lorsque je randonne, j'adapte mon comportement en contournant le troupeau et en marquant une pause pour que le chien m'identifie.

En savoir plus sur les gestes à adopter avec le dossier Chiens de protection : un contexte et des gestes à adopter.
En cas de problème, racontez votre rencontre en répondant à cette enquête.

Recommandations

Le sentier d'accès à Dormillouse ne s'emprunte que l'été.
Rappel : le camping et les feux sont interdits y compris à proximité du parking.
La cabane de Palluel est occupée par un berger de juin à octobre et n'est pas

ouverte aux randonneurs durant cette période, merci de respecter le travail et de ne pas utiliser pendant la période d'estive.

Comment venir ?

Accès routier

De la RN94, au nord de la Roche de Rame suivre la direction Freissinières par la D38 puis la D38B jusqu'à Freissinières. Traverser Freissinières puis suivre la D238 qui part à droite jusqu'au parking des cascades, au fond de la vallée. Terminus de la route, au fond de la vallée de Freissinières en dehors de la période de neige où la route est fermée.

Parking conseillé

Parking des Cascades, au terminus de la route, tout au fond de la vallée de Freissinières.

Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d’une espèce ou d’un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d’informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

Tétras lyre - hiver

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Décembre

Contact : Parc national des Ecrins - 0492402010

Tétras lyre - hiver

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Décembre

Contact : Parc national des Ecrins - 0492402010

Tétras lyre - hiver

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Décembre

Tétras lyre - hiver

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Décembre

Aigle royal

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août

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 et de privilégier un survol de la zone à une distance de survol de 300m sol soit à une altitude minimale de 2430m.

Lieux de renseignement

Maison du Parc de Vallouise

vallouise@ecrins-parcnational.fr
Tel : 04 92 23 58 08
http://www.ecrins-parcnational.fr/

Source

Parc national des Ecrins

https://www.ecrins-parcnational.fr

Sur votre route...

Mines (A)

Quelques vestiges d'exploitation minière ancienne sont disséminés sur le secteur du Fangeas. Ces mines remontent au Moyen-Age, période à laquelle on y exploitait le plomb argentifère et le cuivre. C'était une exploitation de petite taille, sans doute associée aux mines du Fournel. Le métal récolté permettait la frappe de monnaie féodale. Les travaux miniers sont actuellement comblés et inondés, ce qui a permis de retrouver des vestiges bien conservés : échafaudages, bol en bois tourné, semelle de chaussure. Les archéologues fouillent ces mines depuis une dizaine d'années en commençant par siphonner l'eau qui inonde les galeries. Les mines ne sont pas accessibles au public et leur localisation est ici volontairement décalée. Pour plus d'information sur ce patrimoine, s'adresser au musée des mines de l'Argentière la Bessée.

Mésange nonnette (B)

Cette mésange discrète est souvent confondue avec la mésange boréale, plus montagnarde. L'identification de visu est délicate : la bavette de la mésange nonnette est plus réduite que celle de la mésange boréale, les ailes sont brun uni alors qu'elles présentent une plage légèrement plus claire chez la boréale. La calotte est plus brillante. Sédentaire, elle fréquente les forêts de feuillus plutôt fraîches, les bosquets ou les jardins, pourvu qu'il y ait de vieux arbres à cavités pour nicher. Elle ne dépasse guère l'étage montagnard hormis dans les secteurs les mieux exposés. Le printemps venu, elle se laisse peu apercevoir dans le vieux frêne. Le plus sûr est de l'écouter : cris et chants de la nonnette sont très sonores, toniques. Mais là encore, elle ne fait pas dans la simplicité, diversifiant ses chants comme pour mieux tromper l'ornithologue amateur.

Attribution : PNE - Coulon Mireille

Chevreuil d'Europe (C)

Les chevreuils sont nombreux autour du village de Dormillouse. Cachés dans les buissons le jour, au coin des près à l'aube et à l'aurore, ils broutent paisiblement l'herbe tendre. La tache blanche sur le derrière des chevreuils s'appelle le « miroir ». Celui de la chevrette, la femelle, est en forme de cœur et celui du brocard, le mâle, en forme de haricot. Très visible, ce miroir s'agrandit en cas de danger par hérissement des poils pour avertir les congénères.

Attribution : PNE - Chevalier Robert

Géranium des bois (D)

C'est en traversant le mélézin sur le sentier qui monte aux lacs que l'œil peut être attiré, en été, par la vive couleur du géranium des bois. Plus tard, la plante est moins voyante mais toujours intéressante. Ses graines à maturité sont surmontées par les cinq styles de la fleur qui ressemblent au bec de la grue (géranos en grec). Ce long bec se dessèche et s'arque brusquement comme une lame de ressort pour catapulter les graines à la ronde.

Attribution : PNE - Coulon Mireille

Tétras-lyre (E)

Pour observer le tétras-lyre en été, il faut se lever de très bonne heure. En France, le tétras-lyre ou coq des bruyères ne se rencontre que dans les Alpes. C'est à la limite supérieure du mélézin que l'emblématique tétras lyre effectue l'ensemble de son cycle biologique : parades printanières où les coqs roucoulent et s'affrontent, nichées estivales surveillées par les poules et hivernage dans une loge creusée dans la neige. En hiver, le tétras-lyre est particulièrement sensible au dérangement, car il ne peut pas compenser l'énergie dépensée lorsqu'il quitte précipitamment son igloo au passage d'un skieur hors piste ou d'un randonneur en raquettes.

Attribution : PNE - Papet Rodolphe

Lièvre variable (F)

Nombreux sont les lièvres variables ou blanchons qui vous ont observés… l’inverse est rarement vrai. Champion du camouflage, il est rare de le rencontrer mais ses crottes en billes rondes et sèches attestent de sa présence ! Autre indice : des branches basses écorcées qu'il a grignotées pendant l'hiver. Brun l’été, blanc l’hiver, le blanchon est naturellement présent dans toutes les Alpes. Comme le lièvre d'Europe dont il diffère par une taille plus petite, une queue blanche et des oreilles plus courtes, il laisse dans la neige des traces en Y dues à son mode de déplacement par bonds (il ramène les pattes arrière devant les pattes avant).

Attribution : PNE - Corail Marc

Cabane Palluel (G)

Construite sur un plateau, la cabane Palluel est utilisée en été par un berger. Veuillez respecter son logis et ne pas l'occuper durant tout la période d'estive (de juin à octobre). Il garde son troupeau de brebis sur les alpages de Palluel et Chichin loués par la commune de Freissinières aux transhumants. Les bergers ont une autorisation particulière pour avoir des chiens de conduite et de protection dans le cœur du Parc national. Il est conseillé aux randonneurs de contourner largement le troupeau quand cela est possible et d'éviter de le traverser. Ce contournement permet de ne pas déranger le troupeau. Si les chiens de protection s'approchent, rester calme, s'arrêter, le laisser vous identifier, ne pas le caresser et ne pas faire de gestes brusques.

Attribution : PNE - Meester Manuel

Grand Pinier (H)

Avec ses 3 117m d'altitude, le Grand Pinier ou Pic Brun, est le sommet emblématique de la vallée de Freissinières dont il constitue la toile de fond. Il domine le lac Palluel
de son sommet rocheux arrondi qui attire les randonneurs avertis été comme hiver.

Attribution : PNE - Telmon Jean-Philippe

Petit Pinier (I)

Comme son grand frère, le Petit Pinier sépare le Champsaur de la vallée de Freissinières. Il culmine à 3 100 mètres et montre fièrement sont sommet pointu vers le sud-ouest, sur la gauche du lac Faravel.

Attribution : PNE - Telmon Jean-Philippe

La palynologie ? (J)

Dans le secteur, de récentes études de la composition des pollens (palynologie) et des charbons de bois conservés dans le sol ont mis en avant la présence, à l'âge du Bronze ancien, du mélèze et de l'épicéa mais aussi du pin cembro, du bouleau et de genevriers... avec une limite de la forêt bien plus élevée qu'aujourd'hui : 2300 m d'altitude.

Attribution : Bertrand Bodin - Parc national des Ecrins

Benoîte rampante (K)

Plante d'altitude, la benoîte rampante pousse dans les éboulis rocheux et se propage en déployant de longs stolons rougeâtres. Allongés et velus, ses fruits groupés forment un joli chignon spiralé roux. Dans ce chignon, chaque akène (fruit contenant une seule graine) est prêt à s'envoler pour aller coloniser un autre coin de caillou.

Attribution : PNE - Dentant Cédric

Champ de cairns (L)

Sous le lac Palluel, est né il y a quelques années un champ de cairns qui domine la vallée. Construit petit à petit par les randonneurs, chacun y voit ce qu'il veut : œuvre de land art, simple jeu ou trace humaine surprenante dans un espace protégé.

Attribution : PNE - Delenatte Blandine

Lagopède alpin (M)

La partie haute de ce circuit est le territoire incontesté du lagopède alpin, appelé parfois perdrix des neiges. Oiseau emblématique des zones d'altitude, il compte parmi les 10 oiseaux à préserver prioritairement dans le cœur du Parc national. Son avenir est préoccupant du fait des changements climatiques, du pâturage dans ses zones de reproduction, du dérangement et de son faible taux de reproduction.

Attribution : PNE - Chevalier Robert

Silène acaule (N)

Sur les roches lissées par le temps autour des lacs Palluel et Faravel, le silène acaule forme des coussinets serrés qui lui donnent une allure de mousse piquetée de fleurs roses. Ce port en boule lui permet de résister au froid et à la dessiccation liée au vent. En effet, la disposition serrée des rameaux les uns contre les autres lui permet d'exposer la plus petite surface possible par rapport au volume qu'ils occupent, ce qui limite la transpiration foliaire. De plus, le coussinet piège la chaleur du jour, offrant à la plante des conditions de température favorables à la croissance à des altitudes où la période de végétation est très courte. Enfin, le coussinet accumule en son sein les feuilles mortes qui enrichissent en éléments nutritifs les solutions absorbées par les racines.

Attribution : PNE - Coulon Mireille

Chamois (O)

Le matin dès l'aube, il n'est pas rare d'observer les chamois sur ce circuit. En juin, les jeunes jouent sur les névés. Les chèvres et éterlous (jeunes mâles d'un an) aiment à constituer de grandes hardes ; a contrario, les boucs restent plutôt isolés pour ne rejoindre les femelles qu’à la saison des amours. L'automne, avec le rut, est alors un autre moment privilégié. Mais une bonne observation du chamois doit respecter sa quiétude : jumelles ou longue vue indispensables.

Attribution : PNE - Chevalier Robert

Omble chevalier (P)

Chaque année, des sacs de centaines de petits ombles chevalier sont transportées jusqu'au bord des lacs Palluel et Faravel pour l'alevinage. Ce salmonidé aime les fonds froids des lacs alpins où il trouve vers, mollusques et petits crustacés. Peu farouche, il vient régulièrement à la surface et complète son menu de quelques vairons.

Attribution : PNE - Dequest Pierre-Emmanuel

Reliefs glaciaires (Q)

L'empreinte des glaciers est visible dans le paysage : les lacs glaciaires de Palluel et Faravel, le verrou de Dormillouse, la vallée en auge, les cirques glaciaires, les dépôts morainiques, les blocs erratiques et quelques lapiaz formés de rigoles étroites et parallèles aux arêtes aiguës, mis à nu par les glaces et eaux de fonte.

Attribution : PNE - Delenatte Blandine