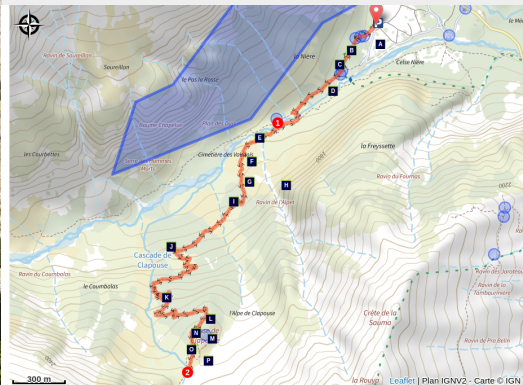


# La Bosse de Clapouse

Vallouise



Randonnée à la bosse de Clapouse (Thierry Maillet - Parc national des Écrins)



*Réunir à la fois la douceur du mélèze, la fraîcheur des ravins, la dimension de la haute montagne au milieu d'une faune emblématique, c'est ce que réussit cette randonnée vers la bosse de Clapouse.*

« Sous le charme lumineux du sous-bois de mélèze, obnubilé par les jeux des grimpeurs qui parcouraient à une vitesse folle les troncs à la recherche de quelque insecte caché au creux de l'écorce, je n'avais pas vu cette poule tétras qui paressait sur une branche basse. Nos regards se sont croisés dans une surprise partagée. La magie causa la fuite sonore de l'oiseau. J'étais l'intrus. »

*Christophe Albert, garde-moniteur en Vallouise*

## Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 3 h 15

Longueur : 8.0 km

Dénivelé positif : 650 m

Difficulté : Moyen

Type : Aller-retour

Thèmes : Faune, Flore

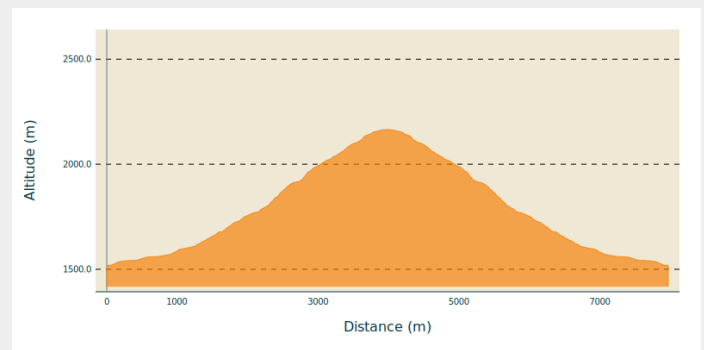
# Itinéraire

**Départ** : Ailefroide

**Arrivée** : Ailefroide

**Communes** : 1. Vallouise-Pelvoux

## Profil altimétrique

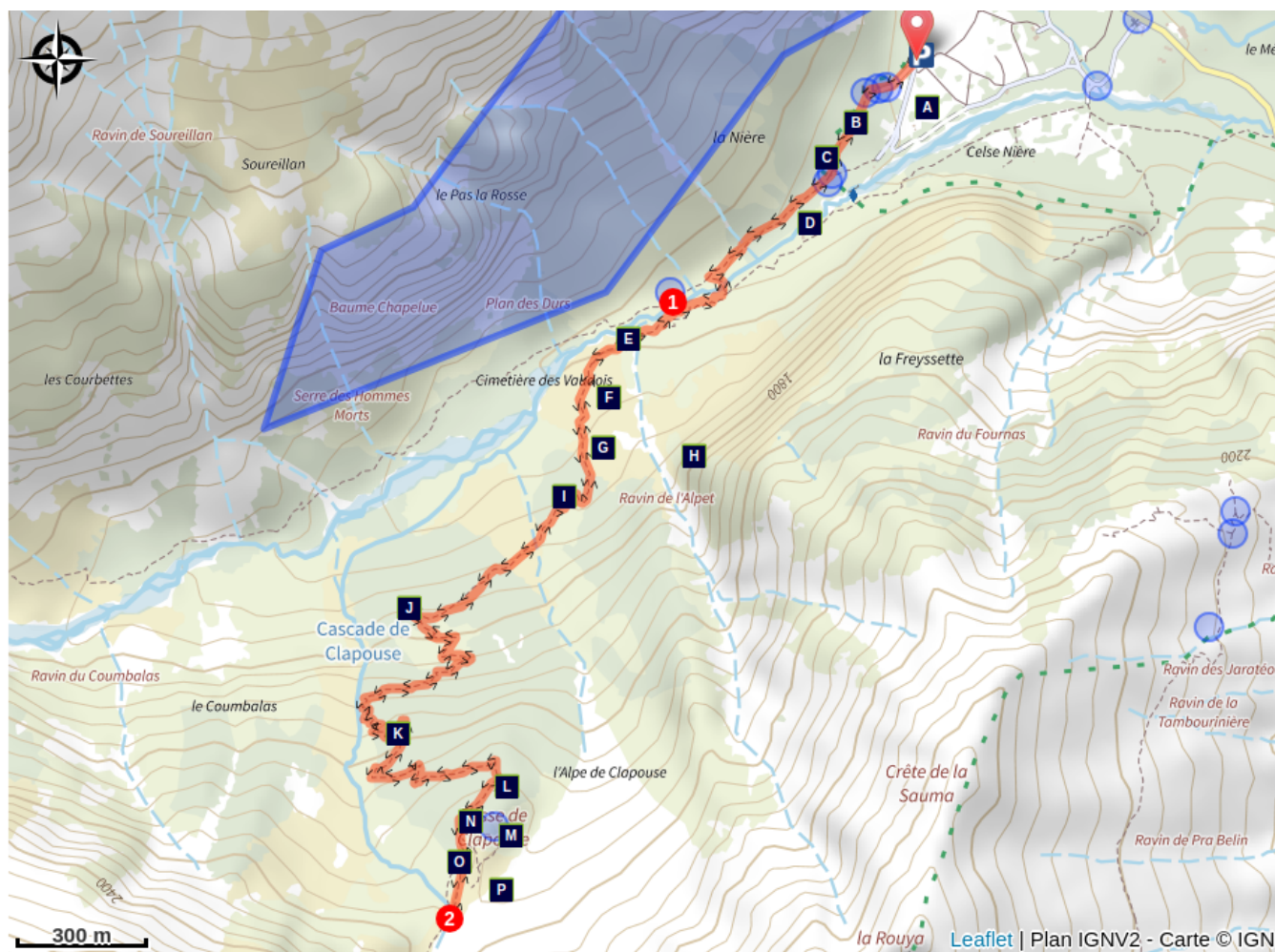


Altitude min 1517 m Altitude max 2165 m

Du parking, remonter la vallée du Sélé par le sentier qui suit la rive gauche du torrent de Celse Nière.

1. Au poteau 1572 m, franchir le torrent vers la gauche sur la passerelle (refaite en 2022). Remonter la rive droite du torrent par le sentier de Clapouse, puis celui-ci oblique à gauche et remonte les pentes en serpentant alternativement sous les mélèzes et les aulnes verts. L'itinéraire mène ensuite astucieusement dans les barres et les traversées de ravins, avant de déboucher dans le vallon de Clapouse. La Bosse est le petit sommet de gauche qu'on atteint par une sente.
2. Le retour s'effectue par le même itinéraire en sens inverse.

# Sur votre route...



-  Chevreuil (A)
-  Pouillot de Bonelli (C)
-  Epeorus (E)
-  Petite tortue (G)
-  Mélézin (I)
-  Tétrasyre (K)
-  Eboulis (M)
-  Gentiane ponctuée (O)
-  Grimpereau des bois (B)
-  Cincle plongeur (D)
-  Vêtratre blanc (F)
-  Tichodrome échelette (H)
-  Merle à plastron (J)
-  Orpin des infidèles (L)
-  Apollon (N)
-  Polystic en forme de lance (P)

# Toutes les informations pratiques

## En coeur de parc

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.



## **Recommandations**

Camping interdit après Ailefroide et bivouac autorisé à plus d'une heure de marche des limites du Parc national. Feu interdit.

## **Comment venir ?**

### Transports

Gare SNCF à L'Argentière-la-Bessée et navette de L'Argentière à Ailefroide en saison estivale (pensez à l'avance sur <https://zou.maregionsud.fr/>).

### Accès routier

De la N94 à L'Argentière, prendre la direction de Vallouise, puis de Pelvoux. Rejoindre ensuite le hameau d'Ailefroide par la D994F.

### Parking conseillé

Parking d'Ailefroide en été

# 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.

## 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 !

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>

## 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...

---

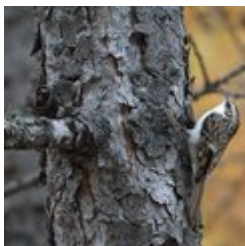


## Chevreuil (A)

Caché dans les bois de mélèzes, le chevreuil montre parfois sa fine tête à l'aube et au crépuscule. Pas toujours aisé de voir cet animal discret mais quelques traces peuvent trahir sa présence tels l'empreinte en forme de cœur de ses frêles sabots ou les troncs d'arbustes écorcés par le frottement des jeunes bois du brocard pour en ôter les derniers lambeaux de velours. Et parfois, c'est un aboiement sonore et guttural qui résonne dans le bois.

Crédit : Christophe Albert - PNE

---



## Grimpereau des bois (B)

Le grimpereau des bois est un petit oiseau compact et agile. Son bec est long et recourbé, sa queue constituée de plumes raides. Ses longs doigts sont pourvus d'ongles acérés. Autant d'adaptations à l'exploration des écorces des mélèzes dans lesquelles il chasse insectes et autres araignées qui constituent son régime alimentaire tout au long de l'année.

Crédit : Mireille Coulon - PNE

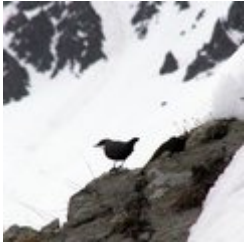
---



## Pouillot de Bonelli (C)

Ce petit passereau commun est rarement vu mais souvent entendu. Il est l'interprète d'un chant de quelques secondes, d'une dizaine de notes répétitives, qui devient rapidement identifiable, voire obsédant. Le mâle chante presque toute la journée d'avril à juin, puis seulement le matin en juillet. L'orage s'éloigne et les arbres s'égouttent, qu'il recommence déjà à chanter. Fin août, mâles et femelles partent pour les savanes arborées africaines, suivis par les jeunes de l'année.

Crédit : Mireille Coulon - PNE



## Cincle plongeur (D)

Trapu, queue courte, bec effilé, le cincle plongeur est souvent perché au milieu du torrent, sur un bloc au ras de l'eau. Reconnaissable à sa tache blanche du menton à la poitrine et au reste de son plumage entre roux et gris ardoise, cet oiseau plonge dans les eaux glacées à la recherche de larves aquatiques qui constituent l'essentiel de son menu.

Crédit : Christophe Albert - PNE



## Epeorus (E)

Ce bel insecte vole au ras de l'eau pour pondre des œufs qui se transformeront en larves aquatiques. Ces dernières vivront jusqu'à deux ans dans le ruisseau avant de se métamorphoser en un insecte parfait, l'imago qui, incapable de se nourrir, ne vivra que quelques jours mais assurera sa descendance.

Crédit : Christophe Albert - PNE



## Vérate blanc (F)

Le vératre blanc est un végétal qui semble entièrement vert, mais on distingue ses fleurs d'un blanc verdâtre dès que l'on s'en approche. Ses grandes et larges feuilles alternées le long de la tige permettent de le différencier de la gentiane dont les feuilles sont opposées. Il est impératif pour les amateurs d'apéritifs « maison » de faire la différence car si les racines de la gentiane servent à faire un breuvage apprécié des montagnards, celles du vératre sont toxiques.

Crédit : Bernard Nicollet - PNE



## Petite tortue (G)

Cet animal, qui n'a rien d'un reptile « carapacé », arbore des atours plutôt flamboyants. Le dessus de ses ailes orange vif, incrustées d'ébène et ourlées de lunules bleues cernées de noir, compose sa parure. Précoce, la petite tortue est le premier papillon à fréquenter les fleurs à peine sorties de la neige sur les versants les mieux exposés des montagnes.

Crédit : Christophe Albert - PNE



## Tichodrome échelette (H)

Le tichodrome échelette inspecte la falaise en s'accrochant à la paroi grâce à ses pattes munies de longs doigts aux griffes efficaces. Son long bec effilé lui permet de capturer les insectes les mieux dissimulés dans les plus infimes fissures du rocher. Cette aptitude n'a d'égal que son plumage d'un rouge profond qui, lors de ses acrobaties aériennes, lui confère une allure de papillon.

Crédit : Mireille Coulon - PNE



## Mélézin (I)

C'est une forêt accueillante qui change de parure selon les saisons : d'un doux vert au printemps au roux d'or en automne, elle est gracile et dépouillée lorsque la neige recouvre la vallée. Toujours lumineux, le mélézin accueille troupeaux et randonneurs, tamise pour eux la lumière et encourage herbage et riche floraison.

Crédit : Christophe Albert - PNE



## Merle à plastron (J)

Il s'identifie facilement car, s'il endosse le plumage du merle noir, il s'en distingue par sa grosse bavette blanche sur la poitrine et des liserés clairs sur les plumes des ailes et du ventre. Ce merle de montagne, farouche, au vol rapide, habite les lisières des forêts de mélèzes, de pins sylvestres, d'épicéas et de pins cembro, de 1000 à 2500 m d'altitude.

Crédit : Mireille Coulon - PNE



## Tétrás lyre (K)

Présent dès 1200 m d'altitude, le tétras lyre ne se rencontre en France que dans les Alpes. On repère le mâle à son plumage noir et à sa queue en lyre qui a donné son nom à l'espèce. Tandis qu'en hiver il passe le plus clair de son temps réfugié dans des igloos creusés dans la neige pour se protéger du froid, au printemps le mâle se livre à des parades spectaculaires pour attirer les poules.

Crédit : Rodolphe Papet - PNE



## ✿ Orpin des infidèles (L)

Il est des plantes qui se traînent à vos pieds et d'autres qui s'élèvent vers les cieux. L'orpin des infidèles fait partie des premières. Ses feuilles épaisses forment de petites rosettes éparses entre les blocs de rochers du grand éboulis sur lequel serpente le sentier. Ses nombreuses petites fleurs d'un rouge vineux sont rassemblées au sommet de la tige.

Crédit : PNE

## ✿ Eboulis (M)

Pour le botaniste, les éboulis sont une mosaïque de milieux bien contrastés et finement enchevêtrés. Des plantes issues des milieux environnants se partagent ce territoire, profitant des moindres îlots d'humus. On distingue les éboulis grossiers, définis par leur stabilité, des éboulis fins qui sont mouvants en raison des éléments les plus petits (graviers, sables, limons).



## 🦋 Apollon (N)

L'apollon est un grand papillon protégé, d'une blancheur translucide parsemée de taches noires avec quatre ocelles d'un rouge lumineux. Il a besoin de la chaleur du soleil pour voler. Qu'un nuage passe et il se pose sur un chardon ou quelque centauree dont il appréciera le nectar. Fermeture des milieux et hivers anormalement chauds ont entraîné sa disparition de certaines régions françaises. A défaut, il semble élire domicile dans les éboulis rebelles à tout boisement dense.

Crédit : Cyril Coursier - PNE



## ✿ Gentiane ponctuée (O)

La gentiane ponctuée, tout comme sa grande sœur la gentiane jaune, se reconnaît à son port altier et à ses fleurs jaunes. Ces dernières présentent toutefois la différence d'être tachetées de marron et situées à l'aisselle des feuilles. Poussant par petits groupes, cette gentiane s'étend des Alpes aux Carpates et colonise les éboulis en compagnie de toutes les espèces amatrices de pierres et d'espace.

Crédit : Christophe Albert - PNE



## ✿ Polystic en forme de lance (P)

Cette fougère élancée, raide et coriace, affectionne particulièrement les éboulis grossiers où elle prend pied dans les anfractuosités fraîches que les blocs et rochers entremêlés lui ménagent. Au Moyen Âge, elle était considérée comme une plante particulièrement bienfaisante pour l'homme. Capable de guérir toutes les affections, elle était également nantie d'un véritable caractère divin : là où elle pousse, la foudre et le tonnerre ne peuvent frapper, et le Diable lui-même est mis en déroute.

Crédit : Bernard Nicollet - PNE