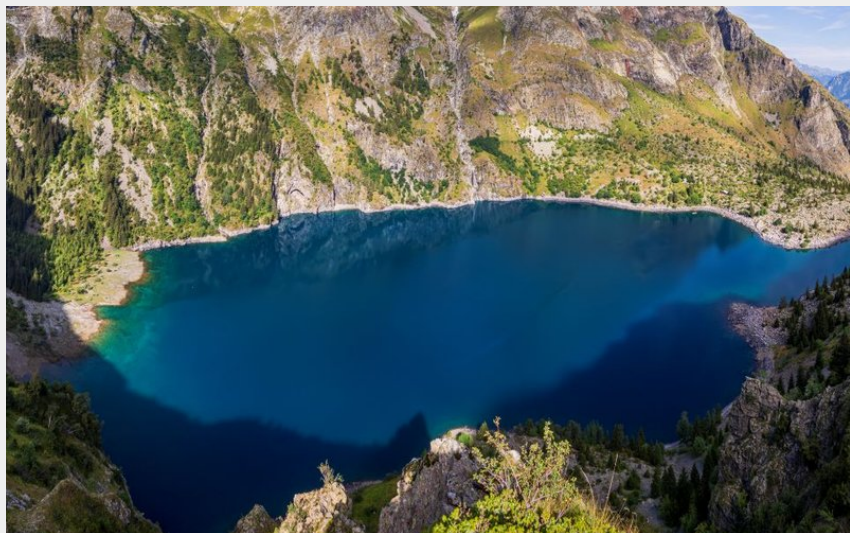


Les lacs de la Muzelle et du Lauvitel

Oisans - Les Deux Alpes



Lac du Lauvitel (Thierry Maillet - Parc national des Ecrins)



Attention ! Le sentier entre la Danchère et l'Alleau en rive gauche du vénéon est fermé suite à des éboulements. Pour boucler, depuis le Lac du Lauvitel, redescendre à la Danchère, prendre la passerelle des Etroits, la RD530 (attention aux engins) et rejoindre Venosc.

Pour plus d'informations : <https://www.oisans.com/catastrophe-naturelle-berarde-saint-christophe-en-oisans-venosc/>

Cette belle traversée alpine emprunte le GR54 et le col du Vallon pour offrir au regard du randonneur les lacs de la Muzelle et du Lauvitel.

Le col du Vallon est le point de rencontre de deux vallées qui, si elles ont en commun de posséder chacune un lac d'altitude, ont leurs caractéristiques propres. Réserve intégrale et sentier pavé font le charme du vallon du Lauvitel, tandis que pastoralisme, refuge et tourbière agrémentent la vallée de la Muzelle.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 7 h 30

Longueur : 18.4 km

Dénivelé positif : 1708 m

Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Thèmes : Faune, Lac et glacier

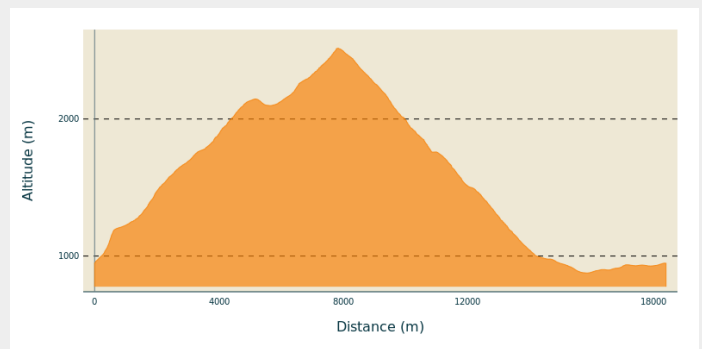
Itinéraire

Départ : L'Alleau

Arrivée : La Danchère

Communes : 1. Les Deux Alpes
2. Le Bourg-d'Oisans

Profil altimétrique



Altitude min 877 m Altitude max 2517 m

A la sortie du hameau de l'Alleau, passer le petit pont et prendre le sentier pavé qui monte en pente raide dans la forêt. Continuer sur le sentier qui longe sur sa rive gauche le torrent de la Muzelle. Arrivé au pied d'une grande pente de schistes, le sentier traverse le torrent et zigzague en de multiples lacets pour atteindre une belle pelouse, puis une cuvette comblée par une tourbière. Déboucher finalement sur une petite bosse pour voir le lac de la Muzelle et son refuge.

1. De là, descendre au lac, le longer par la droite jusqu'à son déversoir et franchir le pont.
2. A la bifurcation, prendre à droite dans les pâtures. Traverser la zone de rochers en suivant les cairns. Le cheminement se poursuit jusqu'au col dans une pente herbeuse raide.
3. La descente sur le Lauvitel se fait en rive droite du ruisseau de l'Embernard, en empruntant de nombreux lacets et en franchissant quelques dalles rocheuses et une combe.
4. On arrive au lac du Lauvitel et ses chalets par le pré des Selles. De là, rejoindre la Danchère en prenant à droite à la bifurcation. La descente se fait le long d'un vieux chemin pavé et encadré de murettes. Remarquer l'oratoire Ste Croix juste avant l'arrivée aux premières maisons de la Danchère.
5. Pour rejoindre Le Bourg d'Arud à pied, traverser la Danchère et récupérer à la sortie du hameau le sentier longeant le Vénéon en rive gauche.

Sur votre chemin...



- | | |
|---|---|
|  Un peu d'histoire du vallon de la Muzelle (A) |  Un vallon de pastoralisme (B) |
|  Tourbière de la Muzelle (C) |  Faille de Ser Barbier (D) |
|  Faune et flore de la tourbière (E) |  Le botryche lunaire (F) |
|  Le refuge de la Muzelle (G) |  Lac de la Muzelle (H) |
|  Vautours fauves (I) |  Aigles royaux (J) |
|  Réserve intégrale du Lauvitel (K) |  Marmottes (L) |
|  Pavage traditionnel (M) |  Le hameau de la Danchère (N) |
|  La chapelle de la Danchère (O) | |

Toutes les infos 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.



i 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

Circuit non accessible l'hiver car exposé aux avalanches.

Comment venir ?

Transports

Arrêt de bus à l'Alleau sur la ligne Les Deux Alpes-Bourg d'Oisans-Grenoble.

Accès routier

Prendre la D530 en direction de La Bérarde. A Bourg d'Arud, prendre à droite vers l'Alleau et se garer dans le hameau.

Parking conseillé

Au hameau de l'Alleau

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.

Réserve intégrale du Lauvitel

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre, Octobre, Novembre, Décembre

Contact : Parc national des Écrins.

Réserve intégrale, accès interdit.

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>

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>

Circaète Jean-le-Blanc

Période de sensibilité : Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre

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

Nidification du Circaète-Jean-le-Blanc

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec le Circaète-Jean-le-Blanc en période de nidification sont principalement les pratiques aériennes comme le vol libre ou le vol motorisé.

Attention le survol motorisé dans la zone cœur Parc National des Écrins est interdit en-dessous de 1000m sol et une réglementation spécifique s'applique au survol non-motorisé.

Voir la réglementation pour les survols non-motorisés : <https://www.ecrins-parcnational.fr/les-survol-non-motorises>

Voir la réglementation pour les survol motorisés: <https://www.ecrins-parcnational.fr/les-survol-non-motorises>

Lieux de renseignement

Maison du Parc de l'Oisans
Rue Gambetta, 38520 Le Bourg d'Oisans
oisans@ecrins-parcnational.fr
Tel : 04 76 80 00 51
<http://www.ecrins-parcnational.fr/>



Source



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

Sur votre chemin...



Un peu d'histoire du vallon de la Muzelle (A)

A la fin du XIXe siècle la forêt était quasi inexistante, réduite pour favoriser l'activité pastorale (sur les hauteurs) et la culture des céréales, principalement de l'orge, au dessus des zones habitées. Vers 1945, les hameaux les plus hauts, comme celui de Laffreyte au dessus du Bourg-d'Arud, se sont vidées de leurs habitants. Aujourd'hui la forêt a repris le dessus, dissimulant le souvenir de quelques ruines au bas du sentier. Avant l'avènement de l'automobile et la création des routes, cet itinéraire du lac puis du col de la Muzelle était très emprunté par les habitants de Venosc pour passer dans la vallée voisine du Valbonnais.

Crédit photo : Collection PNE



Un vallon de pastoralisme (B)

La configuration du site en fait un territoire très favorable au pastoralisme depuis plusieurs siècles. Cette zone d'alpages est louée au XIXe et XXe siècles à des transhumants du sud de la France. Les troupeaux locaux de Venosc et en particulier du hameau de Laffreyte s'y rendent également. A l'époque, les premiers animaux emmontagnés chaque année sont les vaches, puis par la suite les ovins. Depuis les années 1980, un troupeau de moutons d'environ 1200 têtes transhume en provenance des Hautes-Alpes dès le mois de juin et passe l'été sur cet alpage.

Crédit photo : PNE - Brun André



Tourbière de la Muzelle (C)

La zone humide, traversée peu avant d'arriver au lac de la Muzelle, regorge d'une étonnante biodiversité. Reste d'un grand lac issu du retrait glaciaire, ce marécage s'est peu à peu comblé de végétaux formant ainsi une tourbière, la plus grande de la vallée du Vénéon. Depuis de nombreuses générations, les bergers ont utilisé la tourbe comme combustible. Aujourd'hui son extraction est prohibée. Le lieu est protégé par des clôtures dans le cadre d'une mesure agri-environnementale.

Crédit photo : PNE - Nicollet Jean-Pierre



Faille de Ser Barbier (D)

La faille de Ser Barbier met en contact un socle cristallin (aiguille de Venosc) et un dépôt marneux (col du Vallon). Elle s'est formée au jurassique lors de l'ouverture de la mer Téthys, par cassure et effondrement du massif cristallin. Le frottement des deux parties a créé un beau miroir strié bien dégagé par l'érosion.

Crédit photo : PNE - Albert Christophe



Faune et flore de la tourbière (E)

La tourbière est un milieu très particulier qui, par définition produit de la tourbe. Elle se présente sous l'aspect d'un tapis spongieux de sphaignes, végétaux gorgés d'eau proches des mousses qui s'accumulent au fil du temps. Leur étude scientifique permet de retracer l'évolution des climats en même temps que celle de la végétation. Les tourbières se repèrent de loin quand la linaigrette est en fleur. Ethymologiquement son nom désigne un "portelaine" : ses touffes duveteuses et son aspect cotonneux en font une plante aisément identifiable. Vous pourrez également rencontrer alentours un animal très actif par temps humide : la grenouille rousse. Résistant au froid, c'est un batracien fort bien adapté au milieu montagnard. Le ventre jaune et la grande tache sombre à l'arrière de l'œil englobant le tympan sont deux caractéristiques bien observables de l'espèce.

Crédit photo : PNE - Coulon Mireille



Le botryche lunaire (F)

Botrychium lunaria

Ouvrez les yeux pour repérer cette discrète fougère qui se cache dans les prairies avoisinant le refuge. Doté de différents pouvoirs, le botryche lunaire permettrait d'ouvrir les serrures rouillées, serait utile aux nécromanciens pour lire l'avenir, aux alchimistes pour changer le mercure en argent et pourrait vous rendre invisible les soirs de pleine lune !

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



Le refuge de la Muzelle (G)

Le fond du vallon vient buter contre les parois de la roche de la Muzelle, du pic du Clapier du Peyron et de la tête de la Muraillette. L'histoire moderne de ce lieu est marquée par l'alpinisme. C'est le 2 Juillet 1875 que Coolidge guidé par Almer père et fils ouvrit la voie normale à la Roche de la Muzelle par la face est-nord-est et l'arête nord-est. A cette époque, même si une cabane pastorale servait d'abri aux alpinistes, le bivouac était encore de mise dans le vallon de la Muzelle. En 1967, c'est dans ce cirque rocailleux que la commune a édifié le refuge au bord du lac de la Muzelle.

Crédit photo : PNE - Albert Christophe



Lac de la Muzelle (H)

Le lac de la Muzelle est un lac glaciaire aux eaux froides et pauvres. La population de poissons se limite aux salmonidés (ombles, saumons de fontaines, etc.). Leur période active se réduisant à l'été. L'apport de nourriture étant faible, ils sont atteints de nanisme. Chaque année, des suivis scientifiques sont réalisés par diverses universités et par le Parc national : prélèvements de poissons, phytoplancton, zooplancton, mesures physiques.

Crédit photo : PNE - Telmon Jean-Philippe



Vautours fauves (I)

Du col du Vallon, il est possible d'observer des vautours fauves. Cet oiseau est en effet de retour depuis quelques années sur le massif. Plus grand que l'aigle, beige et brun de plumage, son vol est généralement plané, et ses mouvements amples et lents. Mais ce qui caractérise surtout l'espèce, c'est sa grégarité : les vautours fauves aiment être ensemble, que ce soit en vol ou au sol. Cette adaptation comportementale facilite la découverte des cadavres d'animaux dont ils se nourrissent.

Crédit photo : Damien Combrisson - PNE



Aigles royaux (J)

Nombre de rapaces parcourent le ciel de l'Oisans. Parmi les différentes espèces observables, deux couples d'aigles royaux se partagent les vallons de la Muzelle et du Lauvitel. De belle envergure (2,30 m en moyenne), globalement bruns, ils chassent volontiers les marmottes en rase-motte.

Crédit photo : Mireille Coulon - PNE



Réserve intégrale du Lauvitel (K)

La réserve intégrale du Lauvitel, créée le 9 mai 1995, est la première de France dans un Parc national. Elle se situe au fond du vallon, qui est propriété de l'Etat depuis 1980. Cet espace, soustrait à toute activité humaine, sert de pôle d'observation scientifique de l'évolution des milieux à long terme. Végétation, animaux, eau, climat... y sont étudiés et comparés aux données d'autres sites. L'accès à la réserve est donc strictement interdit, sauf pour les besoins scientifiques.

Crédit photo : Denis Fiat - PNE



Marmottes (L)

Les marmottes comptent parmi les habitants permanents des pelouses de l'étage alpin. La vue y est dégagée, la nourriture herbacée abondante et le sol suffisamment meuble pour y creuser les terriers nécessaires à leur survie. Cet animal, bien que sauvage, peut s'habituer à la présence humaine, et certaines marmottes ont même pris la mauvaise habitude de venir quémander auprès du randonneur quelques biscuits, chips et autres pommes. Surtout ne les nourrissez pas ! Ces aliments, inadaptés à leurs besoins, nuisent à leur santé et à leur survie. Vous viendrait-il à l'idée de manger de l'herbe pour vous nourrir ?

Crédit photo : Jean-Philippe Telmon - PNE



Pavage traditionnel (M)

Le sentier du Lauvitel est très emprunté, notamment durant l'été. Pour limiter les phénomènes d'érosion liés à la fréquentation humaine, mais aussi au ruissellement des eaux de fonte et pluviales, il est recouvert d'un pavage traditionnel, maintenu en état par des restaurations annuelles.

Crédit photo : Cyril Coursier - PNE



Le hameau de la Danchère (N)

Avec ses ruelles pavées, ses fontaines et lavoirs de pierre, la Danchère offre un point de départ idéal vers le Lauvitel qui attire près de 30 000 visiteurs par an. C'est un des nombreux hameaux qui constitue la commune de Vénosc.

Crédit photo : PNE



La chapelle de la Danchère (O)

Dédiée à Saint Louis et à Saint Claude, la chapelle de la Danchère offre au regard du visiteur ses agréables proportions. Les pierres situées en arc de cercle au dessus de l'entrée et de la fenêtre n'ont pas qu'une vertu esthétique. Elles sont à juste titre appelées "décharge" puisqu'elles permettent de répartir le poids de la façade de part et d'autre des ouvertures. Dans la niche grillagée se cache un Saint Louis en céramique créé dans le Tarn.

Crédit photo : Cyril Coursier - PNE