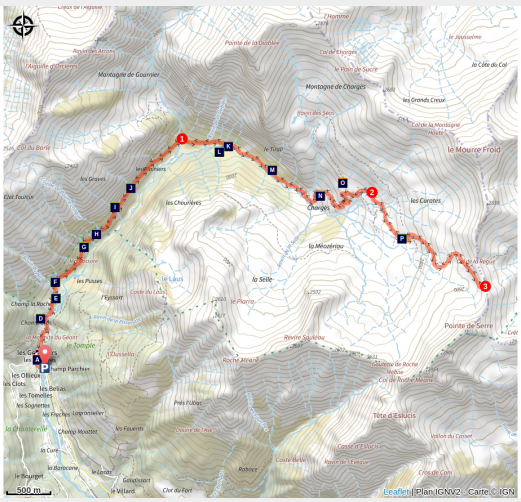
Col de la Règue par le vallon de Chargès

Parc national des Ecrins



Vallon de Chargès (Kinaphoto - Parc national des Ecrins)



Au printemps, le vallon fleuri se pare de toutes les couleurs. Il mène au col de la Règue qui signifie en patois «troupeau».

Le bas des versants de couleur verte contraste avec le haut des sommets gris-marron. La fraîcheur de l'herbe accentue l'austérité de la roche, parfois encore saupoudrée de neige. Quant au torrent, il anime le creux du vallon où il n'est pas rare de rencontrer une vache s'y abreuvant.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 9 h

Longueur : 18.9 km

Dénivelé positif : 1283 m

Difficulté : Difficile

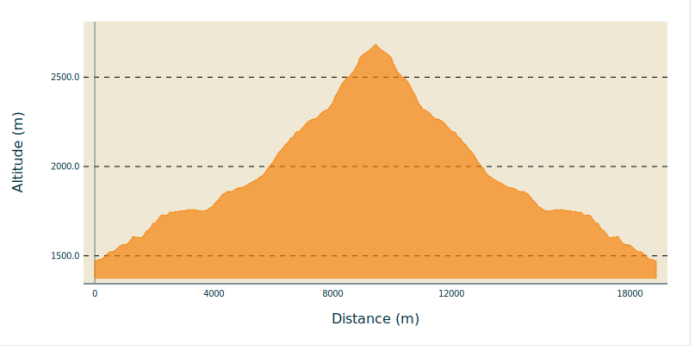
Type : Aller-retour

Thèmes : Col, Faune, Pastoralisme

Itinéraire

Départ : Les Gourniers, Réallon
Arrivée : Les Gourniers, Réallon
Communes : 1. Réallon

Profil altimétrique

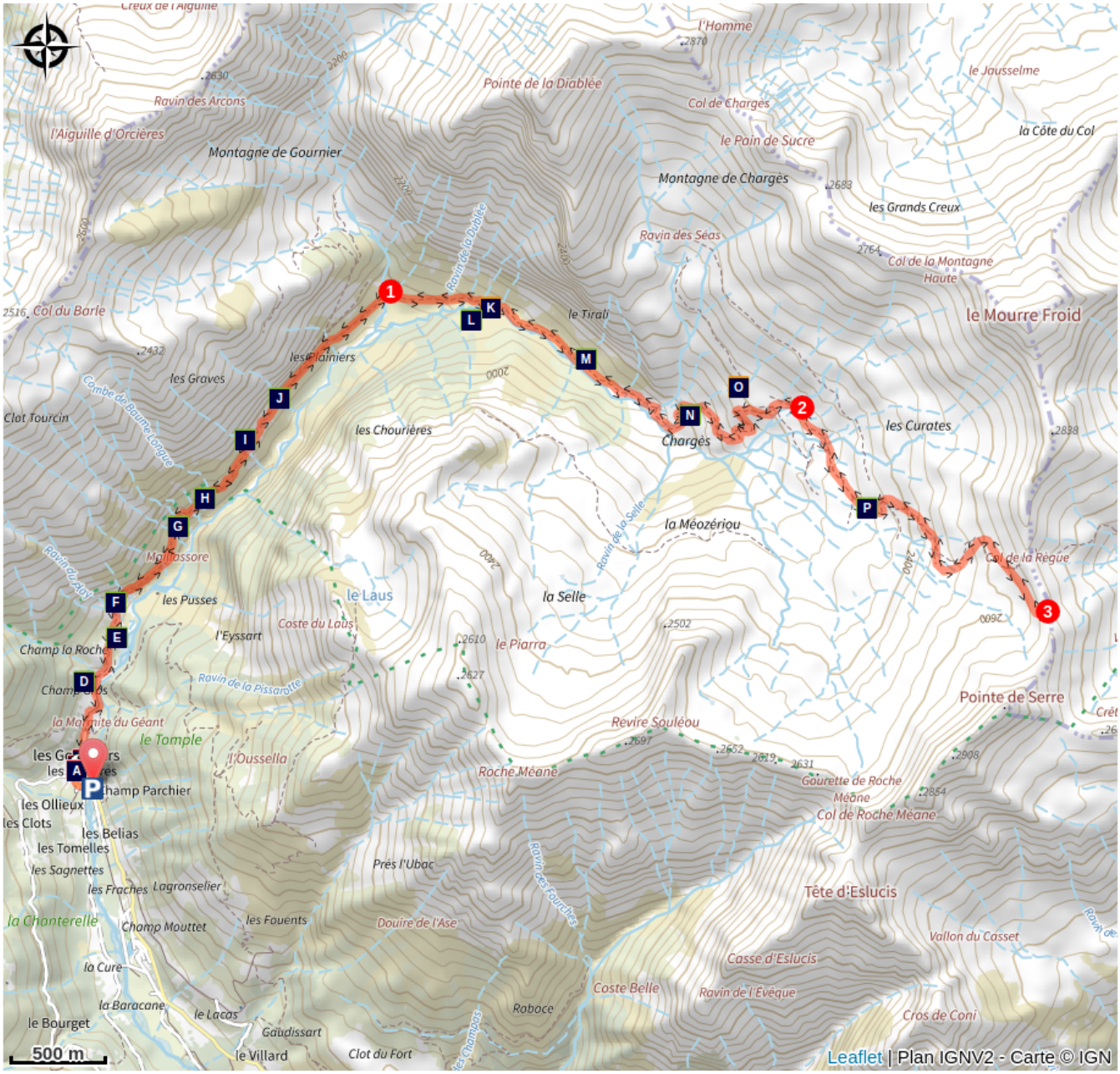


Altitude min 1472 m Altitude max 2683 m

Du parking des Gourniers, traverser le hameau et suivre le sentier jusqu'à la Chapelle-Saint-Marcellin.

1. Le sentier chemine ensuite à flanc jusqu'à une passerelle (Pont la Claie) puis remonte à la cabane de Pré d'Antoni. Poursuivre jusqu'à un torrent (passerelle). Remonter une pente gazonnée pour accéder à un replat et à la source de Chargès.
2. De la source, suivre les drailles (sentiers créés par le passage des troupeaux) et franchir un petit ruisseau issu d’une cascade. Le chemin louvoie jusqu’au col, balisé de losanges rouges et de cairns.
3. Le retour se fait par le même chemin.

Sur votre route...



- Four banal (A)
- Hameau des Gourniers (B)
- Chapelle de la nativité (C)
- Pic noir (D)
- Mésange à longue queue (E)
- Bruant fou (F)
- Tichodrome échelette (G)
- Circaète Jean-le-Blanc (H)
- Crave à bec rouge (I)
- Hirondelle de rochers (J)
- Cabane du Pré d'Antoni (K)
- Chamois (L)
- Cincle plongeur (M)
- Pipit spioncelle (N)
- Drailles (O)
- Traquet motteux (P)

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.



Recommandations

Entre la Chapelle Saint-Marcellin et le torrent de Reyna, des chutes de pierre sont à craindre, particulièrement lors de fortes pluies et des périodes de gel-dégel au printemps. L'itinéraire est alors déconseillé.
La fin du sentier traverse l'alpage et n'est pas toujours très visible : suivre les cairns.
Être vigilant face aux névés persistants au bas du col.
Les deux passerelles situées sur l'itinéraire peuvent être absentes en début de saison ou ponctuellement endommagées suite à un orage ou une crue.

Comment venir ?

Accès routier

Depuis Savines-le-lac, prendre la D41 jusqu'à Réallon. Suivre ensuite la D241 jusqu'au hameau des Gourniers au fond de la vallée.

Parking conseillé

Les Gourniers

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 et de privilégier un survol de la zone à une distance de survol de 300m sol soit à une altitude minimale de 2400m.

Lieux de renseignement

Centre d'information des Gourniers (ouverture estivale)
Les Gourniers, 05160 Réallon

embrunais@ecrins-parcnational.fr
Tel : 04 92 44 30 36
http://www.ecrins-parcnational.fr/



Maison du Parc de l'Embrunais
102 rue Saint-Irénée, 05380 Châteauroux-les-Alpes

embrunais@ecrins-parcnational.fr
Tel : 04 92 43 23 31
https://www.ecrins-parcnational.fr



Source

Parc national des Ecrins

https://www.ecrins-parcnational.fr

Sur votre route...



Four banal (A)

Il est situé au sous sol de l'ancienne école (centre d'information du Parc), il est régulièrement utilisé dans le cadre des fêtes locales et des animations.

Attribution : Victor Zugmeyer - PNE



Hameau des Gourniers (B)

Les anciennes maisons du hameau sont d'aspect modeste. Elle sont en pierres aux toitures de tôle. Autrefois c'étaient les ardoises extraites dans les carrières aux alentours qui couvraient les toits.

Attribution : PNE- Mireille Coulon



Chapelle de la nativité (C)

Sa date de construction est difficile a déterminer mais elle existait en 1700. La cloche a été installée en 1870 mais le clocher construit en 1956. En 2013 une toiture neuve en bardeau de mélèze a remplacée la tôle ondulée .

Attribution : Mireille Coulon



Pic noir (D)

Ce drôle d'oiseau noir avec un casque rouge et un long bec clair est le plus grand pics des Alpes. Il est difficile à observer car il est très solitaire et méfiant. Cependant, grâce aux nombreux indices qui révèlent sa présence, il est possible de repérer son chant et ses cris très typiques et sonores. Il tambourine sans relâche pour défendre son territoire ou pour trouver des scolytes ou des fourmis charpentières.

Attribution : PNE - Chevalier Robert



Mésange à longue queue (E)

Cette mésange se reconnaît aisément grâce à sa petite boule de plumes teintée de blanc, noir, brun et rose, prolongée par une très longue queue. Peu sélective, elle s'adapte à toutes sortes de milieux forestiers pourvu qu'ils soient denses. Bien qu'elle soit plus commune en plaine, elle est néanmoins présente en montagne jusqu'à 2 000 m d'altitude dans les Alpes. Contrairement aux autres mésanges, la mésange à longue queue niche dans un nid sphérique et élastique qui s'agrandit au fur et à mesure de la croissance des jeunes.

Attribution : PNE - Coulon Mireille



Bruant fou (F)

Le bruant fou est une espèce plutôt montagnarde et méridionale. A la mauvaise saison, il migre vers les vallées ou les plaines. Au printemps, du haut d'un buisson, le mâle lance son chant, agréable mais guère remarquable ni bien sonore. A condition d'être discret et attentif, il est possible d'entendre parfois ses petits "tsip", cris aigus et brefs.

Attribution : PNE - Combrisson Damien



Tichodrome échelette (G)

Discrètement accroché à une falaise grâce à ses longs doigts pourvus de griffes, le tichodrome échelette prospecte, à la recherche d’insectes et d’araignées que son long bec fin et recourbé lui permet de déloger. Unique représentant de la famille des tichodromadidés, le « grimpeur de murs » est inféodé aux parois verticales de montagne où il trouve gîte et couvert. Espèce peu farouche, emblématique des régions de montagne, le tichodrome échelette se rapproche parfois des villages en l’hiver.

Attribution : PNE - Combrisson Damien



Circaète Jean-le-Blanc (H)

Le printemps est à peine de retour que résonnent à l'aplomb du clocher des cris perçants. Il faut lever la tête pour admirer deux grands oiseaux volant de concert, alternant voltige et surplace dans le ciel comme deux cerfs-volants argentés jouant avec le vent. Leur silhouette claire, trapue et leur tête plus sombre permettent d'identifier le Circaète Jean-le-Blanc. Il se nourrit principalement de reptiles (lézard et serpent) qu'il capture par la tête, qu'il peut régurgiter ensuite au poussin lors de l'élevage du jeune.

Attribution : PNE - Saulay Pascal



Crave à bec rouge (I)

La falaise qui surplombe le sentier au-delà de la chapelle Saint Marcellin abrite plusieurs couples de crave à bec rouge, fidèles à leur territoire. De la famille des corvidés, il ressemble beaucoup au chocard à bec jaune. Les différencier par la silhouette demande un peu d’expérience mais le bec est le bon critère : rouge, long et incurvé pour le crave, jaune et court pour le chocard. Jouer avec l’air en piqués, vrilles et loopings est sa spécialité.

Attribution : Christian Couloumy - PNE



Hirondelle de rochers (J)

L'hirondelle des rochers est habillée d'un plumage aux tons beiges guère contrastés. Elle est capable de véritables prouesses en vol, une qualité indispensable pour capturer la multitude d'insectes dont elle se nourrit. Au printemps, une fois une barre rocheuse sûre repérée, l'hirondelle des rochers transporte sans relâche, avec son bec, boue et brins de végétaux. A l'aide de cet unique outil, elle fixe solidement chaque élément de l'édifice à la roche grâce à un savant mélange de salive et d'eau.

Attribution : PNE - Coulon Mireille



Cabane du Pré d'Antoni (K)

Posée au-dessus du torrent bouillonnant, cette cabane pastorale est utilisée par le berger en complément de celle de Chargès, pendant l’estive des vaches de la vallée de Réallon. Traditionnellement, le 14 juillet, un troupeau de 370 bêtes quitte au petit jour les Gourniers et gagne l’alpage de Chargès pour 2 mois. Ce jour-là, appelé « l’amontagnage », tout le monde peut participer.

Attribution : PNE - Coulon Mireille



Chamois (L)

Animal emblématique des Alpes, le chamois ou « chèvre des rochers » porte de courtes cornes noires et crochues. Comme le bouquetin, il est plus facilement observable avec des jumelles. 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’hiver, le chamois aspire à beaucoup de tranquillité car il va survivre en économisant ses réserves de graisse.

Attribution : PNE - Nicollet Jean-Pierre



Cincle plongeur (M)

Le cincle plongeur est facile à observer à condition d'être discret. Il vit le long des rivières et des torrents de montagne. Petit oiseau roux et gris, à la queue courte, il a le bec effilé, une tache blanche du menton à la poitrine. Cet étonnant passereau a la particularité de marcher au fond de l'eau à contre-courant, en quête de nourriture. Il s’aplatit et s’agrippe au fond avec ses doigts, ouvre ces yeux, protégés des flots par une fine membrane et repère alors vers, larves, petits crustacés et poissons.

Attribution : Mireille Coulon - PNE



Pipit spioncelle (N)

Ce petit oiseau de la famille des Passériformes peut rester invisible en voletant à contre jour dans le bleu du ciel. Il est donc très discret. Par contre, il sait se faire entendre en criant son nom : « pi-pit-pipit-pipit-pipit » et tout à coup, à l'apogée de son vol, il se laisse glisser vers le sol, les ailes déployées en parachute tout en émettant un « piiiiii » jubilatoire ! Posé dans l'herbe de l'alpage, il devient difficile à distinguer parmi les touffes de la grande fétuque.

Attribution : Damien Combrisson - PNE



Drailles (O)

Visibles aux alentours de la cabane de Chargès, les drailles sont des sentiers formés par le passage des troupeaux d'ovins ou de bovins. Dans cet alpage, elles ont été tracées par les vaches appartenant à plusieurs éleveurs de Réallon. A l'occasion de la montée des bêtes en alpage, le 14 juillet, une messe est célébrée à la cabane de Chargès avec la participation d'environ 80 personnes.

Attribution : Coursier Cyril



Traquet motteux (P)

Fin avril, sur le sol de l'alpage, la neige fond progressivement. Les rochers servent de perchoirs au traquet motteux, tout juste revenu de sa migration. Le mâle apparaît le premier : en plumage nuptial, il a la tête et le dos gris, un masque de Zorro sur les yeux, ventre blanc et ailes sombres. Il se reconnaît facilement en vol à son croupion blanc et au T noir qui se dessine sur sa queue. La femelle est plus pâle et moins contrastée. Souvent postés sur une proéminence, ils surveillent les alentours à la recherche d'insectes.

Attribution : Damien Combrisson - PNE