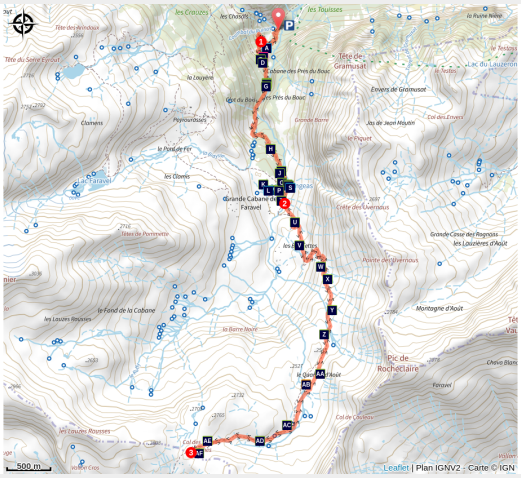
Le col des Terres Blanches depuis Dormillouse

Vallouise - Freissinières

Montée au col des Terres Blanches depuis Dormillouse (Thierry Maillet - Parc national des Ecrins)



Une longue randonnée jusqu'aux hauts plateaux du col des Terres Blanches, bulle de gypse posée sur une crête : ambiance nordique et sauvage garantie !

« Enfin parvenus au plateau qui domine le lac du Fangeas et l'alpage de Faravel, au pied de Rochelaire, un immense oiseau à l'allure élancée surgit dans le ciel. Pas de doute, avec sa queue en losange, c'est un gypaète barbu de passage dans le secteur ! »
Blandine Delenatte et Jean-Philippe Telmon, gardes-moniteurs

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 7 h 30

Longueur : 16.5 km

Dénivelé positif : 1271 m

Difficulté : Difficile

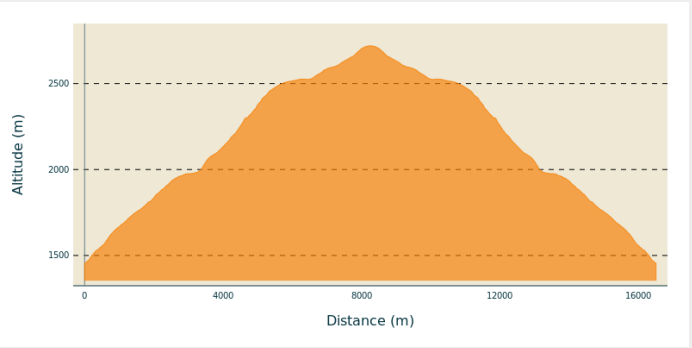
Type : Aller-retour

Thèmes : Faune, Flore, Géologie

Itinéraire

Départ : Parking des Cascades, Freissinières
Communes : 1. Freissinières

Profil altimétrique

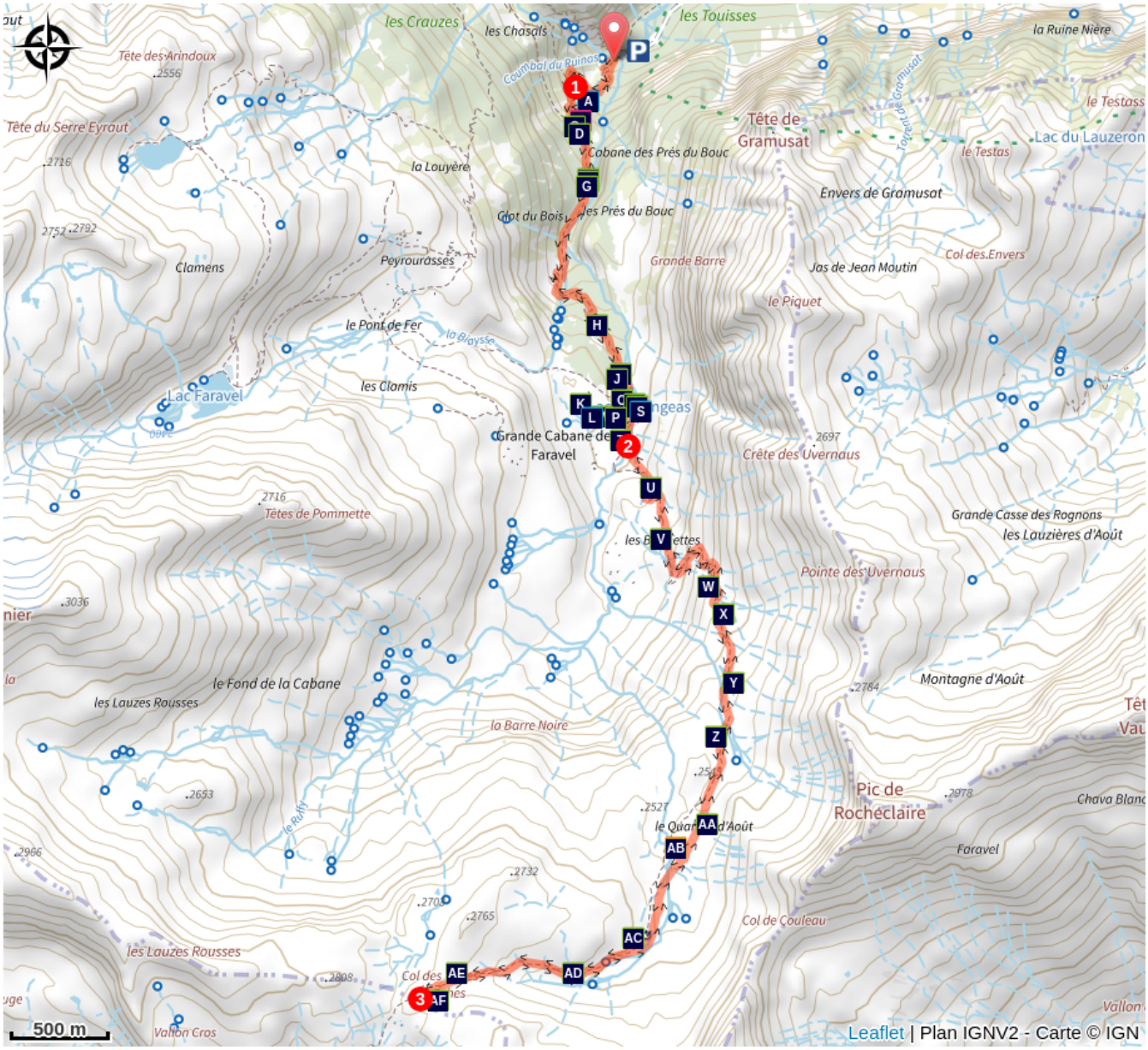


Altitude min 1454 m Altitude max 2721 m

Se garer au parking des Cascades, au terminus de la route, tout au fond de la vallée de Freissinières. Prendre le sentier de gauche où se trouve la porte d'entrée du Parc national, ensemble de trois panneaux explicatifs (laisser sur la droite la passerelle qui mène au sentier d'hiver). 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, prendre le sentier à gauche « Lac du Fangeas, Col des Terres Blanches » et continuer le chemin unique qui longe le torrent des Oules jusqu'au lac du Fangeas. Longer le lac.
2. Prendre à gauche la passerelle en amont du lac. A partir de là, le sentier du col des Terres Blanches est balisé par des cairns et des points blancs. Par endroits, avant le « passage » des brebis, le tracé peut se perdre dans les hautes herbes : bien suivre les cairns et franchir en grands zigzags la succession de barres rocheuses pour atteindre le premier plateau. Continuer à suivre les cairns pour traverser le plateau et le torrent puis suivre le sentier bien marqué jusqu'au col.
3. Le retour se fait par le même chemin ou par Prapic puis col de Freissinières en 2 jours.

Sur votre chemin...



- Torrent des Oules (AA)
- Vue sur le village de Dormillouse (AB)
- Troglodyte mignon (AC)
- Pouillot véloce (AD)
- La mégaphorbiaie (AE)
- Digitale à grandes fleurs (AF)
- Berce commune (AG)
- Sanglier (AH)
- Chevreuil (AI)
- Vératre blanc (AJ)
- Bartsie des alpes (AK)
- Zones humides (AL)
- Swertie vivace (AM)
- Criquet jacasseur (AN)
- Grassette commune (AO)
- Libellule déprimée (AP)
- Gomphocère des alpages (AQ)
- Grenouille rousse (AR)
- Lac du Fangeas (AS)
- Le bouleau verruqueux (AT)
- Le trolle d'Europe (AU)
- La chrysomèle des adénostyles (AV)
- Le pipit spioncelle (AW)
- La renouée vivipare (AX)

La linotte mélodieuse (AY)
La soldanelle des Alpes (BA)

La miramelle des morraines (BC)
Le vautour fauve (BE)

La renoncule des Pyrénées (AZ)
Plateau sous le col des Terres Blanches (BB)
La silène acaule (BD)
Le gypaète barbu (BF)

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.

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

Camping interdit sur le parking des cascades, bivouac autorisé à plus d'une heure de marche des limites du parc. Les feux sont également interdits dans le cœur du Parc.

Comment venir ?

Transports

Gare SNCF la plus proche : l'Argentière les Ecrins - www.voyages-sncf.com puis taxi. (Taxi Pellegrin 06 98 88 17 78 / Taxi Billau 06 08 03 45 90)

Accès routier

De la RN 94, 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

Eté : Parking des Cascades, Freissinières. Terminus de la route, au fond de la vallée de Freissinières.

Source

Parc national des Ecrins

https://www.ecrins-parcnational.fr

Sur votre chemin...

Torrent des Oules (AA)

Suite de cascades et de vasques, il est l’un des torrents les plus difficiles à descendre pour les adeptes de canyoning en France. Le sentier qui mène au lac du Fangeas le suit sur la majeure partie du tracé et le sourd bouillonnement des hautes eaux du printemps et du début d'été accompagne la randonnée.

Vue sur le village de Dormillouse (AB)

Unique en son genre, le village de Dormillouse s'étage en plusieurs quartiers ou hameaux, chacun autour d'un équipement public : le moulin aux Enflous, en bas du village ; le temple, l'école et la fontaine aux Escleyers ; le four aux Romans, en haut du village. Les habitations de pierres et de bois sont caractéristiques de l'architecture de montagne sur un site isolé.

Crédit photo : Jean-Philippe Telmon - PNE

Troglodyte mignon (AC)

Petite boule de plumes de 10 cm, bandeau blanc sur l'oeil, c'est lui le « pétabouillou » ou la « pétouse » qui lance son chant puissant d'une branche où il se tient queue dressée à la verticale. Il remue sans cesse dans le fatras végétal, insaisissable.

Crédit photo : Pascal Saulay - PNE

Pouillot véloce (AD)

Ce petit passereau commun est rarement vu mais si souvent entendu. « Tchiff-tchaff, tchiff-tchaff, chiff-tchaff... ». Son chant évoque le bruit des pièces d'or qui tombent dans une caissette une par une. Les anglais le nomment Chiffchaff, les allemand Zilpzalp. C'est dire si ce chant retient l'attention ! Migrateur, il arrive dans les Ecrins fin mars-début avril et niche dans les forêts buissonnantes. Il se nourrit d'insectes tout l'été avant de rejoindre le pourtour méditerranéen dès l'automne.

Crédit photo : Pascal Saulay - PNE

La mégaphorbiaie (AE)

C'est une formation végétale de hautes herbes qui se développe sur un sol humide. Le long du sentier du Fangeas qui borde le torrent des Oules, ces hautes herbes frôlent cuisses et mollets.

Crédit photo : Pierre-Emmanuel Dequest - PNE

Digitale à grandes fleurs (AF)

Cette grande fleur Elle ne passe pas inaperçue avec sa grappe de corolles jaunes. Son nom de digitale vient de la ressemblance de ses fleurs avec des dés à coudre dans lesquels ont peut glisser les doigts. Dans le langage populaire, elle prend le nom de « gant de sorcière » car c'est une plante extrêmement toxique.

Crédit photo : Olivier Warluzelle - PNE

Berce commune (AG)

Cette grande ombellifère qui peut atteindre 1m60, affectionne les sols riches et humides. Un peu froissée, elle dégage une odeur de mandarine. Au printemps, les boutons floraux sont cachés dans une gaine de feuilles et quand les fleurs s'ouvrent, les ombelles attirent de nombreux insectes.

Crédit photo : Cédric Dentant - PNE

Sanglier (AH)

Peu de chance de croiser la bête mais ses vermillis (couche superficielle de la terre retournée) ou ses boutis (quand il laboure plus profondément le sol) ne passent pas inaperçus. Le sanglier fouille le sol avec son groin à la recherche de vers, de larves de coléoptères, de bulbes et de racines.

Crédit photo : Christophe Albert - PNE

Chevreuil (AI)

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 : l’empreinte en forme de coeur de ses frêles sabots, les troncs d’arbustes écorcés par le frottement des jeunes bois du brocard pour en ôter les derniers lambeaux de velours, le sol gratté par le brocard qui marque son territoire à la période du rut. Et parfois c’est un aboiement sonore et guttural qui résonne

Crédit photo : Robert Chevalier - PNE

Vératre blanc (AJ)

Sans les fleurs, on pourrait le confondre avec la grande gentiane jaune. Mais les grandes et larges feuilles du vératre sont alternées sur la tige, celles de la gentiane opposées (formant une coupe). Et si la gentiane est un apéritif réputé, le vératre est toxique.

Crédit photo : Bernard Nicollet - PNE

Bartsie des alpes (AK)

Elle se repère de loin dans l'herbe verte avec ses bractées violacées qui cachent presques ses petites fleurs. C'est une espèce arctico-alpine vivant sur les hauteurs des alpes et au nord de l'Europe.

Crédit photo : Marie-Geneviève Nicolas - PNE

Zones humides (AL)

Le lac du Fangeas est entouré de zones humides. C'est de là qu'il tire son nom puisqu'une fange est une zone marécageuse.

Crédit photo : Jean-Philippe Telmon - PNE

Swertie vivace (AM)

Au début du mois d'août, les étoiles violettes de la swertie s'ouvrent sous le soleil. A la base de chacun des cinq pétales, deux fossettes luisantes emplies de nectar attirent les insectes. De la famille des gentianes, cette belle fleur est une vivace qui résiste à la mauvaise saison grâce à son bourgeon hivernal persistant au ras du sol, entouré d'une rosette de feuilles protectrices.

Crédit photo : Bernard Nicollet - PNE

Criquet jacasseur (AN)

Dès le milieu de l'été, ce criquet frotte ses élytres sombres aux nervures échelonnées avec ses pattes postérieures et empli l'air du son répétitif qui en résulte : dsch-trrrrrrrrrr dsch-trrrrrrrrrr dsch-trrrrrrrrrr... Qu'on le dérange de nos pas et le voilà qui s'envole bruyamment comme s'il n'était pas content.

Crédit photo : Blandine Delenatte - PNE

Grassette commune (AO)

Ce sont ses feuilles d'un vert clair presque jaune qui permettent de la repérer sur le sol détrempé. Le dessus de ces feuilles, gluant, est un vrai piège pour les moucherons qui s'y aventurent. La plante est carnivore pour combler le manque d'azote des terrains humides.

Crédit photo : Jean-Pierre Nicollet - PNE

Libellule déprimée (AP)

Elle n'est pas déprimée au sens psychologique du terme mais au sens physique : son abdomen est aplati. C'est surtout le mâle à l'abdomen bleu que l'on voit voler au-dessus des zones humides.

Crédit photo : Damien Combrisson - PNE

Gomphocère des alpages (AQ)

Dans la pelouse autour du lac de Fangeas, au mois d'août, plusieurs criquets se fondent dans l'herbe. Parmi eux, le gomphocère des alpages ou criquet de Sibérie, a une particularité : il a des gros bras, comme Popeye ! Enfin, ce sont juste ses tibias antérieurs qui sont dilatés comme des ampoules. Sans ce détail et sans son chant long et uniforme « crè-crè-crè-crè », il pourrait passer inaperçu avec sa couleur verte et brune.

Crédit photo : Bernard Nicollet - PNE

Grenouille rousse (AR)

Parfois, une grenouille saute dans les zones humides qui bordent le lac du Fangeas et notamment dans les ruisselets qui serpentent dans l'herbe. Jeune ou adulte, il s'agit de la grenouille rousse, la plus commune en montagne. Elle peut vivre jusqu'à 2800 m d'altitude, un record ! Elle hiberne dans la terre ou dans la vase au fond de l'eau. Au printemps, ses oeufs flottent à la surface de l'eau en amas compacts.

Crédit photo : Jean-Philippe Telmon - PNE

Lac du Fangeas (AS)

Le lac du Fangeas n'est pas un lac d'altitude au sens strict du terme, ce qui ne gâche en rien son charme. Formé dans les années 60 par un éboulement qui a barré le torrent, il est peu profond et toujours traversé par le courant.

Crédit photo : Jean-Philippe Telmon - PNE

Le bouleau verruqueux (AT)

De chaque côté de la passerelle qui franchit le torrent en amont du lac du Fangeas, l'arbre conquérant est reconnaissable à son écorce blanche, à ses rameaux parsemés de verrues et à son attitude pleureuse. Dans toutes les vallées de montagne, les jeunes rameaux de bouleau coupés avant la neige servaient à confectionner des balais. Porteur pour certains de pouvoirs magiques, il repoussait à l'extérieur les mauvais esprits...

Crédit photo : Blandine Delenatte - PNE

Le trolle d'Europe (AU)

Boules d'or piquées sur de longues tiges et agitées par le souffle du vent, les trolles égayent les riches prairies autour du sentier. A la fois fières et pudiques, ces fleurs referment leurs pétales et cachent à nos regards leur intimité. Elles la réservent à une petite mouche, la mouche du trolle, qui profite de la mystérieuse chambre jaune pour se reproduire et s'abreuver de nectar en toute tranquillité. La mouche dissémine le pollen de trolle en trolle et la fleur fournit gîte et couvert aux larves de l'insecte. Chacun est gagnant : c'est le mutualisme.

Crédit photo : Mireille Coulon - PNE

La chrysomèle des adénostyles (AV)

Ce petit coléoptère aux reflets brillants est un montagnard spécialiste en dentelles. Sa matière favorite pour cet ouvrage : les grandes feuilles des adénostyles que l'on frôle des mollets lorsqu'on suit les cairns qui indiquent le passage. Plus la feuille est grignotée, plus elle émet une odeur attractive pour les chrysomèles qui s'y retrouvent en bande. Mais attention, une chrysomèle sur un adénostyle n'est pas forcément la chrysomèles des adénostyles... car plusieurs espèces de chrysomèles s'y côtoient !

Crédit photo : Blandine Delenatte - PNE

Le pipit spioncelle (AW)

Pas la peine de chercher à l'apercevoir : s'il le désire, le pipit spioncelle peut rester invisible en voletant à contre-jour dans le bleu du ciel. En revanche, il sait se faire entendre ! Il crie longuement son nom « pi-pit-pipit-pipit-pipit » et tout d'un coup, à l'apogée de son vol, il se laisse glisser vers le sol, ailes déployées en parachute en émettant un bruyant « piiiii ». Ce cri raisonne contre les barres rocheuses que contourne le sentier du col des Terres Blanches.

Crédit photo : Damien Combrisson - PNE

La renouée vivipare (AX)

Cette renouée est une endurante qui résiste au froid et sait s'adapter de l'étage montagnard à l'étage alpin. Sa reproduction aussi est adaptée aux rudes contrées : alors que les fleurs blanches à rosées sont regroupées en épi en haut de l'inflorescence, de petites bulbilles se forment en dessous, le long de l'épi. Cette renouée est donc vivipare, capable de produire sans aucune fécondation des embryons prêts à germer.

Crédit photo : Blandine Delenatte - PNE

La linotte mélodieuse (AY)

Trilles, chants flûtés, sons vifs et saccadés : le chant de la linotte semble imprévisible. Alpages et landes parsemées de broussailles et d'herbes folles sont ses terrains favoris en altitude. Elle y trouve des graines pour se nourrir et des buissons où construire son nid, proche du sol et sans effort de dissimulation. La linotte serait-elle étourdie ? La montagne est un refuge déterminant pour cette espèce en déclin suite à la diminution de ses ressources alimentaires ; les petites graines d'herbacées souvent considérées comme de mauvaises herbes étant éliminées des zones cultivées.

Crédit photo : Pascal Saulay - PNE

La renoncule des Pyrénées (AZ)

Quand la neige vient de fondre sur les hauts plateaux que traverse le sentier du col des Terres Blanches, la pelouse devient d'un blanc soyeux et vivant, celui des pétales d'une multitude de petites renoncules. Au centre d'un cercle formé de cinq pétales blancs, une guirlande d'étamines jaunes entoure les nombreux akènes verts qui forment un cône hérissé de becs crochus.

Crédit photo : Cédric Dentant - PNE

La soldanelle des Alpes (BA)

Cousine des primevères, la fragile et tenace soldanelle annonce le retour des beaux jours. La neige à peine fondue, la voilà qui pointe ses clochettes violettes souples et frangées telles des tutus de ballerine dans les hautes pelouses. La forme ronde de ses feuilles, toutes groupées à la base de la tige évoque une pièce de monnaie, un sou, *soldus* en latin.

Crédit photo : Thierry Maillet- PNE

Plateau sous le col des Terres Blanches (BB)

Le plateau sous le col des Terres Blanches est le quartier d'août du troupeau de Faravel qui pâture les abords du lac du Fangeas au début de l'été. Sur la droite, au-dessus du sentier, un jas de pierres sèches sert au berger de lieu de stockage pour les filets.

Crédit photo : Mireille Coulon - PNE

La miramelle des morraines (BC)

Témoin de l'ancienne expansion des glaciers, ce criquet ne vit qu'au delà de 2000m d'altitude : c'est une espèce orophile. Le mâle se reconnaît aisément à son abdomen jaune rayé de noir, ses ailes minuscules, ses fémurs rouges et tibias bleus. La femelle, pourtant bien plus grosse que lui, se fait plus discrète avec ses couleurs grisées. La randonnée à pied ne fait pas peur à la miramelle des moraines dont le nom latin évoque doublement la marche à pied *Podisma pedestris*. Normal, avec ses toutes petites ailes, elle ne peut pas voler ! A cette altitude, les beaux jours sont courts et le développement des organes sexuels passe avant celui des ailes.

Crédit photo : Mireille Coulon - PNE

La silène acaule (BD)

Communément appelé silène des glaciers, il pousse sur des terrains rocailleux entre 1800 et 3700m d'altitude. En été, il ressemble à des touffes de mousse piquetées de petites fleurs roses. Son port en coussinet est une adaptation tant morphologique que physiologique pour résister aux conditions climatiques extrêmes de la haute altitude. A l'intérieur du coussinet, le climat est plus doux pour l'activité biologique de la plante et les feuilles mortes enrichissent en nutriments les solutions absorbées par les racines.

Crédit photo : Mireille Coulon - PNE

Le vautour fauve (BE)

Dans le ciel, sa silhouette en vol est typique : rectangulaire, monolithique et contrastée avec de longues et larges ailes et une queue très courte. D'une envergure d'environ 2,70m, c'est un grand rapace qui suit les troupeaux en estive. Exclusivement charognard, il tient une place fondamentale dans la chaîne alimentaire en éliminant rapidement les cadavres, limitant les risques de dispersion microbienne. Les vautours fauves sont grégaires et il est rare de n'en voir voler qu'un seul à la fois au-dessus du col des Terres Blanches !

Crédit photo : Mireille Coulon - PNE

Le gypaète barbu (BF)

Voici l'un des plus grands oiseaux d'Europe. Avec ses 2,80m d'envergure et sa queue en losange, il ne passe pas inaperçu. Les juvéniles sont plutôt sombres avec des ailes larges alors que les adultes ont un corps clair et des ailes étroites. La couleur orangée de leur poitrine vient des bains qu'ils prennent dans des eaux ferrugineuses. En captivité, un gypaète a le corps blanc. Son régime alimentaire essentiellement constitué d'os lui vaut le surnom de « casseur d'os ». En effet, lorsque un os est trop gros, il l'emporte dans les airs et le lâche au-dessus d'un pierrier. Il n'aura plus qu'à ingérer les morceaux éparpillés, digérés par ses puissants sucs gastriques.

Crédit photo : Mireille Coulon - PNE