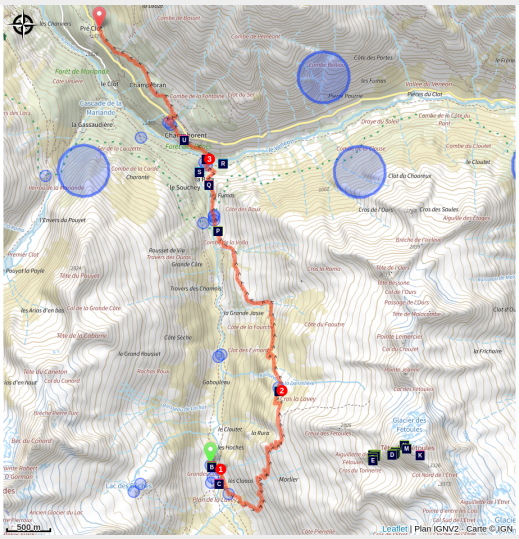
Du refuge de la Lavey à Pré-Clot par le lac des Fétoules

Oisans

Lac des Fétoules. (© Parc national des Ecrins - Thierry Maillet)



Pour se mettre en jambes rien de tel qu'une montée au lac des Fétoules qui domine le vallon de la Lavey avant de plonger vers le Vénéon et de retrouver l'adret ensoleillé.

Au-dessus du refuge de la Lavey, le lac des Fétoules offre au randonneur, heureux de s'y reposer, une vue ouverte sur tout le vallon et ses glaciers. L'ambiance est à la haute montagne, le silence règne en maître, la vie se fait discrète. Quelques heures plus tard, plus bas, à la Raja, l'ambiance a déjà radicalement changée. On renoue avec une montagne autrefois habitée, ses ruines et ses croyances au cœur d'une belle forêt aux essences variées. La nuit sera au gîte des Arias à Pré-Clot et ses spécialités de montagne.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 5 h

Longueur : 9.7 km

Dénivelé positif : 800 m

Difficulté : Moyen

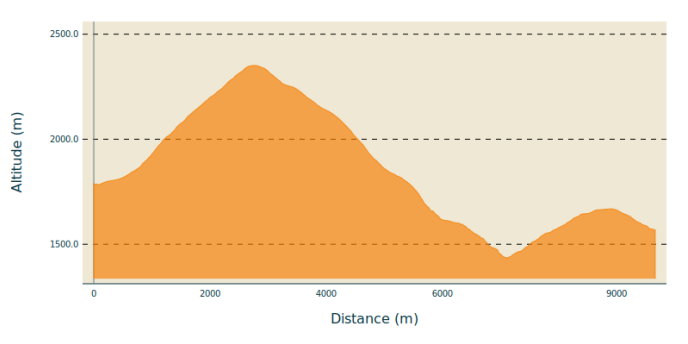
Type : Etape

Thèmes : Lac et glacier, Point de vue, Sommet

Itinéraire

Départ : refuge de la Lavey
Arrivée : Pré-Clot
Balisage : PR
Communes : 1. Saint-Christophe-en-Oisans

Profil altimétrique

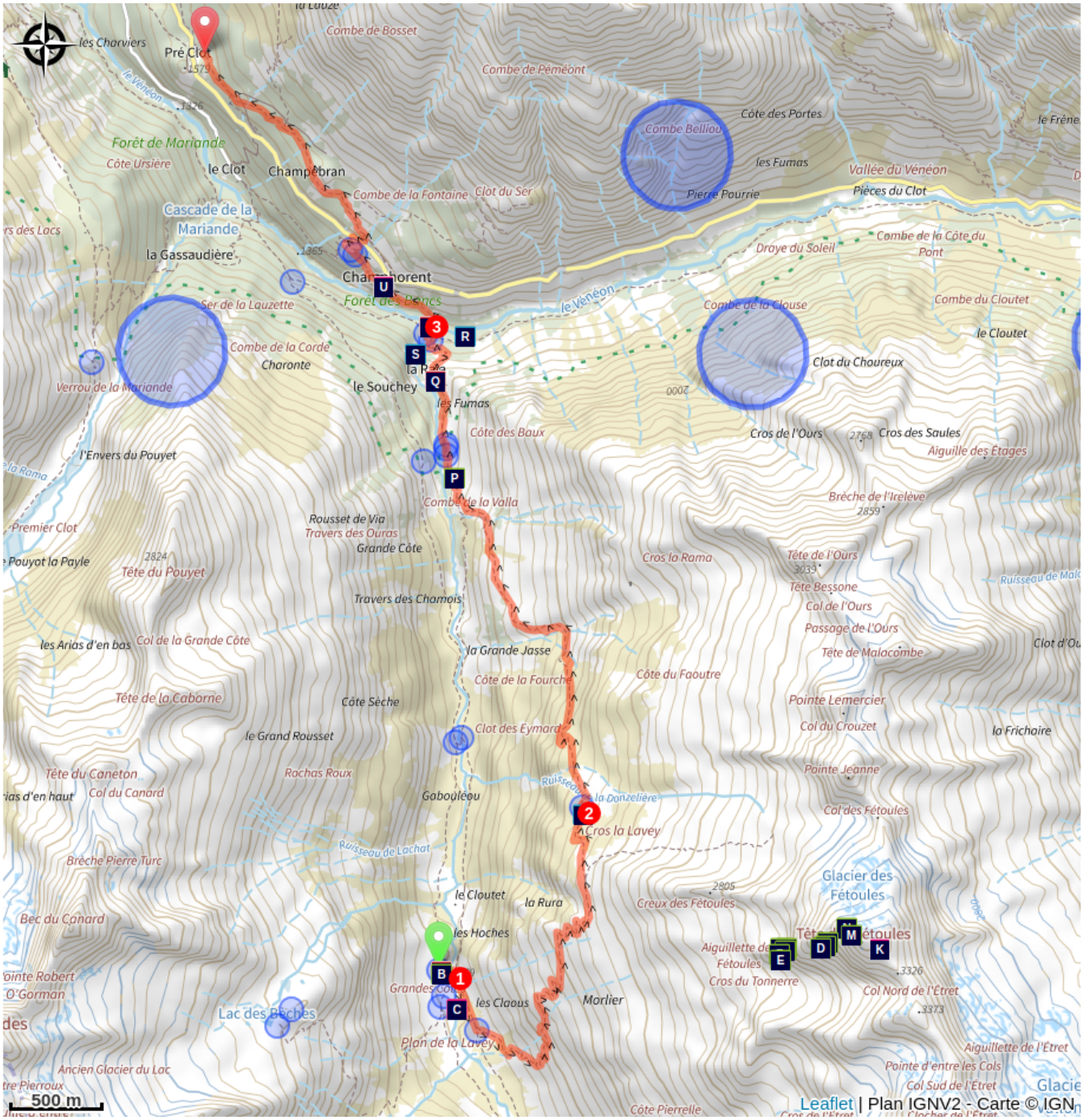


Altitude min 1436 m Altitude max 2351 m

Devant le refuge de la Lavey, partir à gauche vers le lac des Fétoules (panneau) et franchir le petit pont de bois.

1. Remonter en direction du haut du vallon sur 200 m environ et prendre à gauche toujours vers le lac de Fétoules (panneau). Le sentier est étroit et grimpe parfois rudement jusqu'au point le plus haut de la journée à 2 323 m d'altitude. Passage un peu aérien. Suivre les cairns et bien suivre le balisage jaune jusqu'au petit lac des Fétoules déjà bien visible.
2. Continuer de descendre jusqu'au vallon principal, rejoindre le sentier principal et prendre à droite. La descente est soutenue par endroits.
   Passer devant l'oratoire et les maisons de la Raja puis continuer sur le large sentier qui serpente jusqu'au pont en pierre sur le Vénéon.
3. Remonter en face jusqu'au parking de Champhorent, le dépasser et traverser la route pour rejoindre le hameau de Champébran (panneaux). De Champébran, poursuivre tout droit jusqu'à Pré-Clot par un bon chemin que l'on sent chargé d'histoire.

Sur votre route...



- Le refuge de la Lavey (A)
- Vue sur le fond de la Muande (C)
- L'arabette des Alpes (E)
- La saxifrage fausse mousse (G)
- Le génépi jaune (I)
- Vue sur la Tête des Fétoules (K)
- La linaire alpine (M)
- Lac des Fétoules (O)
- La grenouille rousse (B)
- La saxifrage à feuilles opposées (D)
- La saxifrage musquée (F)
- La drave douteuse (H)
- L'androsace du Dauphiné (J)
- La marguerite des Alpes (L)
- L'éritriche nain (ou roi des Alpes) (N)
- La myrtille commune (P)

Oratoire de la Vierge à l'Enfant de la Raja. (Q)
Cascade de la Lavey (S)
La Tête des Fétoules (U)
Le torrent de montagne (R)
Pont du Vénéon (T)

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

En cas de pluie, les pierres peuvent être très glissantes, prudence à la descente. En cas de météo trop mauvaise, ne pas monter au lac des Fétoules mais descendre directement à la Raja par le sentier en rive droite du torrent de la Lavey.

Pour les plus courageux, la montée au lac des Fétoules s'impose car elle permet de profiter du panorama du vallon de la Lavey. Pour les autres, redescendre depuis le refuge le sentier en direction de Champhorent qui emprunte successivement les rives gauche et droite du vallon et passe par le hameau de la Raja.

Lieux de renseignement

Maison de l'Oisans et du Parc national des Ecrins
45 avenue de la République, 38520 Le Bourg d'Oisans

oisans@ecrins-parcnational.fr
Tel : 04 76 80 03 25
https://www.bourgdoisans.com/

Office de tourisme de Saint-Christophe-en-Oisans / La Bérarde

infos@berarde.com
Tel : 04 76 80 50 01
http://www.berarde.com/

Source

Parc national des Ecrins

https://www.ecrins-parcnational.fr

Sur votre route...

Le refuge de la Lavey (A)

C'est un refuge du massif des Ecrins situé à 1 797 m d'altitude dans le vallon de la Lavey, qui donne sur la vallée du Vénéon. En 1881, la section de l'Isère du CAF (Club Alpin Français) achète deux bâtiments au hameau de la Lavey. Le refuge a été réaménagé et surélevé d'un étage en 1949 (24 places) et agrandi en 1972. Il compte actuellement 44 couchages. Ce refuge donne accès au lac des Bèches, au lac des Rouies et à celui de la Muande, celui-ci en cours de formation, suite au retrait du glacier du fond de La Muande. C'est également le point de départ pour la Tête des Fétoules, les Rouies, l'Olan, la pointe Maximin, l'aiguille d'Olan ou l'aiguille des Arias et pour passer la brêche de l'Olan vers le Valjouffrey. De même par le col de la Lavey vers le vallon du Chardon. Durant l'hiver 2011, un éboulement spectaculaire, encore visible aujourd'hui, de plusieurs milliers de m3 de roche a eu lieu à proximité du refuge. Ce refuge, lui-même objectif d'une très belle randonnée, est réputé pour sa cuisine.

A noter, un joli site de blocs d'escalade autour du refuge !

Attribution : Bertrand Bodin

La grenouille rousse (B)

Chaque année, fin mars, début avril, lorsque la petite mare située devant le refuge de la Lavey est en eau, celle-ci accueille une quarantaine de grenouilles rousses venant se reproduire. Parmi cette quarantaine d’amphibiens, une partie hiberne dans la vase de la mare tandis que les autres arrivent dans celle-ci en marchant sur la neige. Cette grenouille fait partie des « grenouilles brunes » et possède donc à ce titre, comme sa cousine de plaine, un masque brun qui va de l'arrière du tympan jusqu'à l'avant de l’œil. En Europe, la grenouille rousse est considérée comme l'espèce d'amphibien atteignant les plus hautes altitudes. La ponte de cette grenouille se présente sous forme d’une boule compacte pouvant contenir plusieurs centaines d’œufs flottant ou posés au fond de la mare. Ce nombre d’œufs très important est nécessaire pour assurer la survie de l’espèce car très peu d’entre eux atteindront l’état adulte.

Attribution : Ludovic Imbertis

Vue sur le fond de la Muande (C)

Le lac de la Muande est un lac glaciaire à 2 380 m dans le vallon de la Lavey, qui débouche sur celui du Vénéon.
Il est apparu au début des années 1990, du fait du recul du glacier du Fond de la Muande. L'absence de gorge de raccordement lui permet d'occuper le petit plan situé en arrière du gradin de confluence.
Le lac est encore en cours d'apparition faisant du site une sorte de laboratoire où la nature exerce sa puissante créativité.

Attribution : © Parc national des Ecrins - Martial Bouvier

La saxifrage à feuilles opposées (D)

Saxifraga oppositifolia
Cette saxifrage se distingue par ses fleurs d'un beau rose et ses feuilles vert sombre. Elle possède le record d'altitude pour les Alpes françaises : à 4070 m, dans la face sud de la Barre des Écrins (4102 m), et plus largement pour l'ensemble des Alpes, à 4504 m, dans la face sud du Dom des Mischabel (4545 m, Alpes suisses).

Attribution : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins

L’arabette des Alpes (E)

Arabis alpina
Voilà une plante discrète dont le nom présente toutefois une certaine singularité : il renvoie au mot « arabe », en lien avec l'époque des croisades. L'origine de ce nom se perd ainsi dans des temps assez lointains. On sait juste qu'il est lié à une petite plante proche de celle-ci, oublié depuis dans le lot des innombrables récoltes rapportées par les croisés.

Attribution : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins

La saxifrage musquée (F)

Saxifraga moschata
Cette saxifrage, parsemée de petites glandes, est très collante au toucher (pas assez toutefois pour vous retenir d’une chute). Ses fleurs sont d’une couleur vert jaunâtre, relativement discrètes, tandis que ses feuilles sont vaguement découpées. C’est une des plantes les plus souvent notées dans les parois et sur les sommets des Écrins.

Attribution : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins

La saxifrage fausse mousse (G)

Saxifraga bryoides
Les tapis denses que forme cette saxifrage feraient assurément penser à de la mousse s'il n'était la beauté de ses fleurs. Contrairement aux mousses – et comme toutes les plantes vasculaires – la saxifrage fausse mousse puise l'eau par ses racines. Ces dernières, pour échapper au gel, sont à la fois épaisses et profondément ancrées dans la roche.

Attribution : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins

La drave douteuse (H)

Draba dubia
Cette plante est une des plus petites représentantes, en altitude, de la famille des Brassicacées. C’est à cette dernière qu’appartiennent choux, radis, moutarde et autre colza. Ses membres se caractérisent tous par des fleurs à 4 pétales, disposés en croix. Ceux de la drave douteuse sont blancs. Ses feuilles sont quant à elles constellées de petits poils étoilés.

Attribution : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins

Le génépi jaune (I)

Artemisia umbelliformis
On ne présente plus cette plante duveteuse, dégageant une forte odeur épicée. Lointaine descendante de plantes originaires des steppes asiatiques, le génépi est une armoise, comme l'absinthe. Et comme cette dernière, elle porte en elle une substance neurotoxique : la thuyone. Cette molécule rendait fou les consommateurs invétérés de la fée verte. La concentration est moindre dans le génépi, mais vos neurones vous remercieront d'une consommation modérée.

Attribution : Cyril Coursier - Parc national des Ecrins

L'androsace du Dauphiné (J)

Androsace delphinensis
Ce n'est que tout récemment que cette belle plante en coussin de haute altitude a été décrite pour la science (2021). Endémique de l’Oisans, les curieux verront avec une loupe que les poils des feuilles de cette espèce sont pour partie fourchus, parfois en forme de « bois de cerf ». Et oui, toutes les plantes ne s’offrent pas toujours au premier regard !

Attribution : Mireille Coulon - Parc national des Ecrins

Vue sur la Tête des Fétoules (K)

La Tête des Fétoules, sommet du massif des Écrins, culmine à 3459 mètres d'altitude. Celle-ci appartient, avec la Tête de l'Etret entre autres, à une série de sommets qui séparent le vallon des Étages (à l'est) du vallon de la Lavey (à l'ouest). La première ascension a été réalisée le 29 août 1876 par Emmanuel Boileau de Castelmau avec Pierre Gaspard et son fils.

Attribution : Thierry Maillet - Parc national des Ecrins

La marguerite des Alpes (L)

Leucanthemopsis alpina
La marguerite des Alpes est inconfondable. Elle aime les moraines, éboulis et parois d'altitude. Ses feuilles sont un bon exemple d'adaptation à l'altitude : petites mais épaisses, elles captent toute la lumière nécessaire pour produire le sucre de la plante tout en limitant ses pertes en eau et en la protégeant de l'impact des UV sur ses tissus. Efficaces !

Attribution : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins

La linaire alpine (M)

Linaria alpina
La forme en gueule de loup et les couleurs criardes de sa fleur (orange et bleu) la rendent immanquable. Ce côté clinquant sert, comme toujours dans le vivant, à se faire remarquer… Et ce dans l'inaltérable optique de se reproduire ! Présentement, les pigments serviront à séduire les insectes, qui se chargeront de transporter bien malgré eux le pollen de cette belle.

Attribution : Mireille Coulon - Parc national des Ecrins

L'éritriche nain (ou roi des Alpes) (N)

Eritrichium nanum
Si vous l'avez manqué avant (il est présent ça et là plus bas), le voilà, le fameux roi des Alpes. Ses fleurs sont d'un bleu éclatant, tandis que sa tige et ses feuilles sont densément velues. Cette pilosité lui assure un manteau protecteur contre le froid ou l'extrême sécheresse. Le roi des Alpes est une des espèces qui est restée accrochée aux sommets des montagnes pendant toute la période glaciaire.

Attribution : Marie-Geneviève Nicolas - Parc national des Ecrins

Lac des Fétoules (O)

Le Lac des Fétoules est un tout petit lac d’environ 300 m² situé à 2249 m d’altitude, au pied de la tête des Fétoules (3459m). Depuis le lac, le panorama s'étend sur le cirque de l'Aiguille d'Olan, l’Aiguilles d'Arias, en face, l’Aiguille du Plat de la Selle (3596m), sur la droite et juste au-dessus, la tête des Fétoules et le glacier des Fétoules.
Ce petit lac est bordé de pelouses.

Attribution : PNE

La myrtille commune (P)

Tout comme le raisin d'ours, la canneberge, l'airelle rouge et l'airelle à petites feuilles, la myrtille commune appartient à la famille des Ericacées. Il s'agit d'un sous-arbrisseau touffu de 20 à 60 cm de haut dont les petites feuilles sont souples, alternes, ovales et finement dentées. Dès le mois d'août, apparaîtront des baies comestibles à la pulpe rouge violacé, d'où son appellation populaire de « gueule noire », qui donnent une belle couleur rouge aux pentes des prairies subalpines à la fin de l’été. Elle peut être voisine avec l'airelle à petites feuilles (Vaccinium myrtillus) dont la chair est blanche et les feuilles non dentées.
La cueillette de cette baie est soumise à une réglementation particulière : Dans le cœur du parc national des Ecrins, elle est limitée à 1 kg par personne et par jour et l'utilisation du peigne est interdite.
Dans l'aire d'adhésion du parc national des Ecrins et dans tout le département de l'Isère : 1 kg par personne et par jour et l'utilisation du peigne interdite avant le 15 août.

Attribution : © Parc national des Ecrins - Christophe Albert

Oratoire de la Vierge à l'Enfant de la Raja. (Q)

En montagne où les hameaux sont parfois isolés les uns des autres et trop petits pour avoir une chapelle, les oratoires sont nombreux. Généralement petits, construits en pierre locale avec en leur cœur une niche où est déposée une statuette, une plaque ou une image pieuse, ils constituent un élément important de la vie religieuse. Lieu de culte de proximité, ils sont souvent dédiés à la vierge ou à un saint. Ils deviennent alors un but de procession ou de fête votive pour la population locale.

Attribution : Parc national des Ecrins - Thierry Maillet

Le torrent de montagne (R)

Les torrents de montagne sont caractérisés par une pente souvent forte et un cours tumultueux. Ici dans le Vénéon, du fait de son brassage continu, l'eau est très oxygénée et favorable à certaines espèces animales (truite fario, invertébrés aquatiques...) adaptées aux conditions écologiques de ces écosystèmes (même la prise de glace !). Les torrents sont aussi un grand facteur d'érosion de part leur rôle dans le concassage et le transport de sédiments depuis les hauts bassins versants jusqu'aux grands fleuves. Milieux très fragiles et menacés, notamment par l'aménagement, ils font partie des écosystèmes à protéger !

Attribution : © Parc national des Ecrins - Thierry Maillet

Cascade de la Lavey (S)

Le vallon de La Lavey est parcourue par le torrent de la Muande. Cent cinquante mètres en amont de la confluence de ce torrent avec celui du Vénéon, le vallon se termine par une gorge et par la cascade de La Lavey.

Attribution : Daniel Roche - PNE

Pont du Vénéon (T)

Franchissant le Vénéon, ce superbe pont de pierres en dos d'âne date du XVIIe siècle. Il est un exemple du savoir-faire des anciens et le fait de sa mise en œuvre considérable permet de concevoir l'importance de ce vallon. Ce pont fait aussi partie des témoignages bâtis de l'occupation humaine de la vallée de la Lavey autrefois.
La voûte de ce pont a été restaurée en 1972. L'ouvrage a été décrépi et l'ensemble des joints ont été repris. Au franchissement du pont, remarquer la couleur de l'eau du Vénéon qui provient de fines particules en suspension issues de l'érosion des glaciers du Haut-Vénéon et également de la silice dissoute, provenant du feldspath contenu dans les roches cristallines.

Attribution : Parc national des Ecrins - Thierry Maillet

La Tête des Fétoules (U)

La Tête des Fétoules, sommet du massif des Écrins, culmine à 3 459 mètres d'altitude. Celle-ci appartient, avec la Tête de l'Etret entre autres, à une série de sommets qui séparent le vallon des Étages (à l'est) du vallon de la Lavey (à l'ouest).
La première ascension a été réalisée le 29 août 1876 par Emmanuel Boileau de Castelmau avec Pierre Gaspard et son fils.

Attribution : Thierry Maillet - Parc national des Ecrins