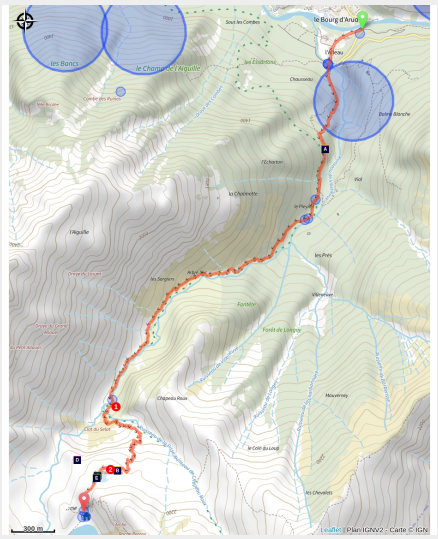
Du Bourg d'Arud au refuge de la Muzelle

Oisans

Contemplation de cascade en allant au Lac de la Muzelle (© Parc national des Écrins - Thibaut Blais)



Cette première journée est courte mais tient toutes ses promesses : accéder rapidement à des hauteurs sauvages et tranquilles, profiter des bords d'un lac, et admirer un glacier.

Départ ombragé et humide en forêt, avant de déboucher dans des alpages, puis d'apercevoir le lac de la Muzelle, encaissé et dominé par le glacier éponyme. Entouré de cols élevés, on se sent tout petit, comme dans un trou d'une beauté incroyable.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 3 h 30

Longueur : 5.8 km

Dénivelé positif : 1212 m

Difficulté : Moyen

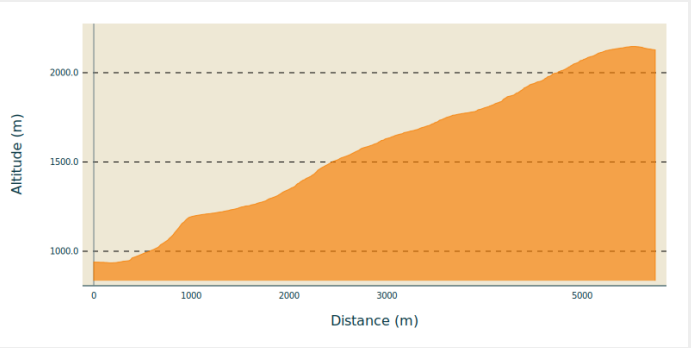
Type : Etape

Thèmes : Lac et glacier, Pastoralisme, Refuge

Itinéraire

Départ : Bourg d'Arud
Arrivée : Refuge de la Muzelle
Balisage : GR
Communes : 1. Les Deux Alpes

Profil altimétrique



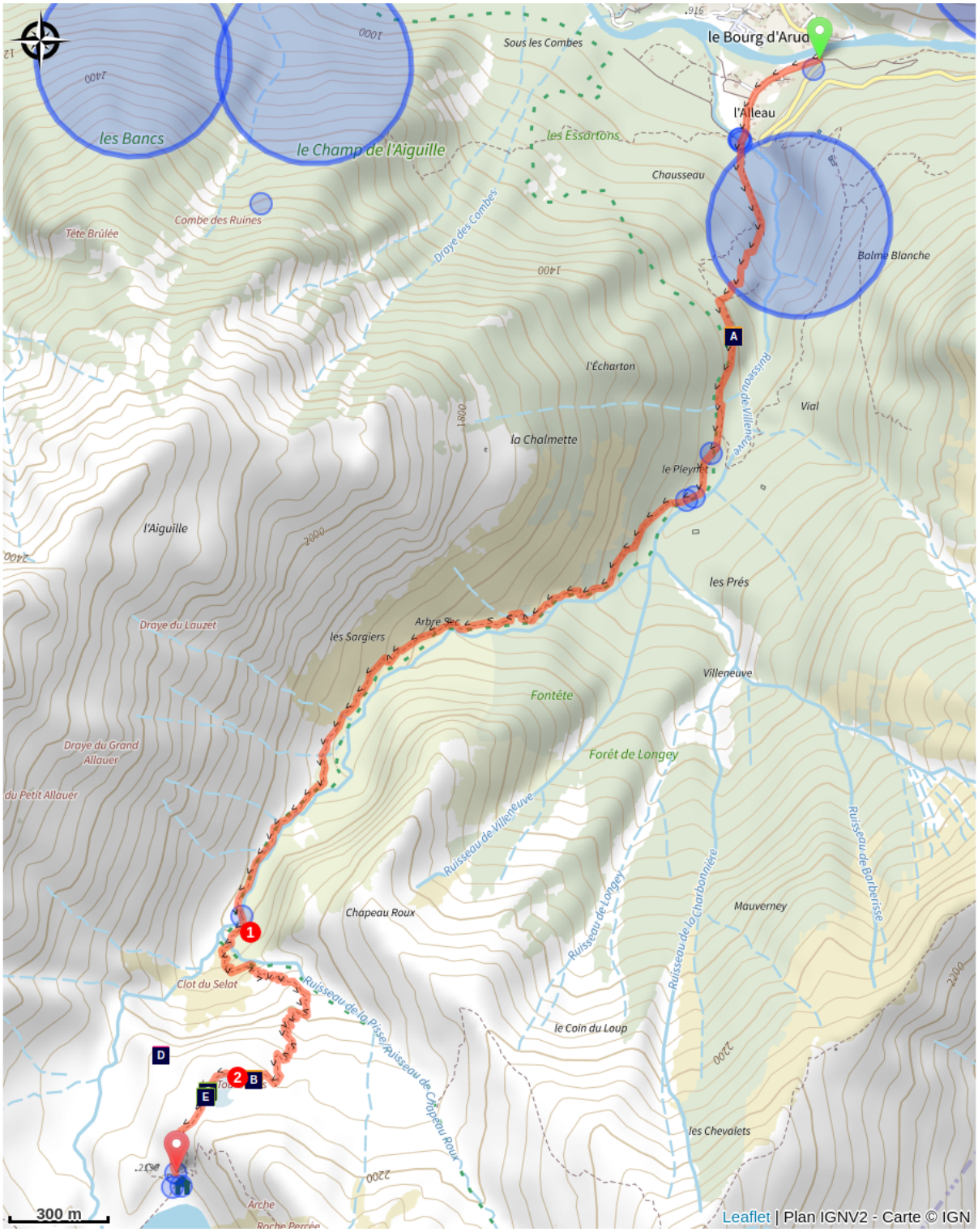
Altitude min 935 m Altitude max 2147 m

Après avoir remonté l'étroite ruelle vers le haut du hameau de l'Alleau, la montée commence par un ancien chemin large et dallé, qui va se poursuivre par un sentier en forêt. Celui-ci domine la rive gauche du torrent de la Pisse que l'on approche progressivement puis qu'on traverse après avoir quitté la forêt pour aborder des alpages.

1. Monter sur un sentier technique en zigzag, sous l'impressionnant Clot du Selat, au noir profond.
2. Le sentier arrive aux tourbières (dans lesquelles il reste des trous témoins des extractions d'antan), puis le chemin débouche en surplomb du lac de la Muzelle, avant de descendre sur quelques mètres vers le refuge du même nom, presque accolé à une cabane de berger.

Si vous arrivez assez tôt, il y a possibilité d'aller se balader au-dessus du refuge pour voir de plus près la Roche Percée et les cheminées de fées et de se rapprocher du glacier de la Muzelle.

Sur votre route...



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

Tourbière de la Muzelle (C)

Faune et flore de la tourbière (E)

Un vallon de pastoralisme (B)

Faille de Ser Barbier (D)

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

L'étape est courte mais il y a possibilité d'aller se balader au-dessus du refuge pour voir de plus près la Roche Percée et les Cheminées de Fées.
Etape courte mais dénivelé conséquent, prenez votre temps pour l'ascension, et ne partez pas trop tard.

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.

Faucon pèlerin

Période de sensibilité : Février, Mars, Avril, Mai, Juin

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

Nidification du Faucon pèlerin.

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec le Faucon pèlerin 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 !

En cas de survol merci de rester au-dessus de 1910m d’altitude à une distance de 300m sol.

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-survols-non-motorises

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

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/

Source

Parc national des Ecrins

https://www.ecrins-parcnational.fr

Sur votre route...

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.

Attribution : 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.

Attribution : 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 lsa tourbe comme combustible. Aujourd’hui son extraction est prohibée. Le lieu est protégé par des clôtures dans le cadre d’une mesure agri-environnementale.

Attribution : 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.

Attribution : 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.

Attribution : PNE - Coulon Mireille