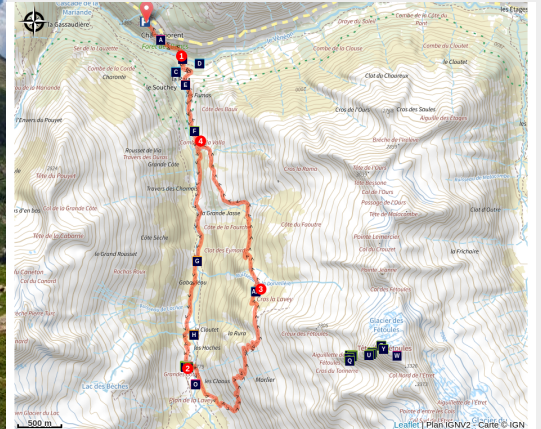


Le lac des Fétoules et la Lavey

Oisans - Saint-Christophe-en-Oisans



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



La montée au lac des Fétoules est une belle randonnée qui permet de dominer le vallon de la Lavey et d'observer les hauts sommets de l'Oisans.

Un sentier pour profiter de la fraîcheur des torrents de montagne, et s'élever vers le monde des alpages et du lac des Fétoules. A l'ancien hameau de la Raja, on renoue avec une montagne autrefois habitée, ses ruines et ses croyances. au cœur d'une belle forêt aux essences variées. 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.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 6 h

Longueur : 12.9 km

Dénivelé positif : 1065 m

Difficulté : Difficile

Type : Boucle

Thèmes : Lac et glacier,
Pastoralisme, Refuge

Itinéraire

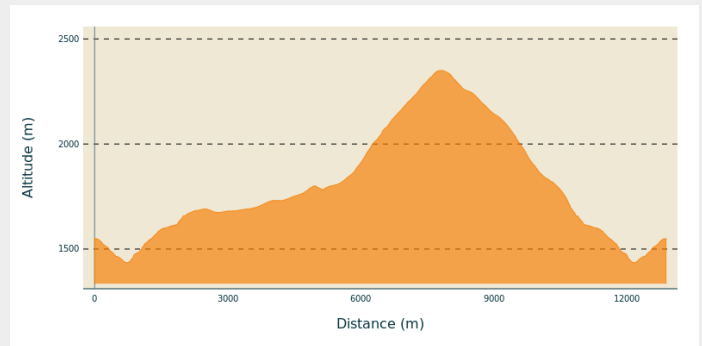
Départ : Champhorent

Arrivée : Champhorent

Balisage : En ville — PR

Communes : 1. Saint-Christophe-en-Oisans

Profil altimétrique

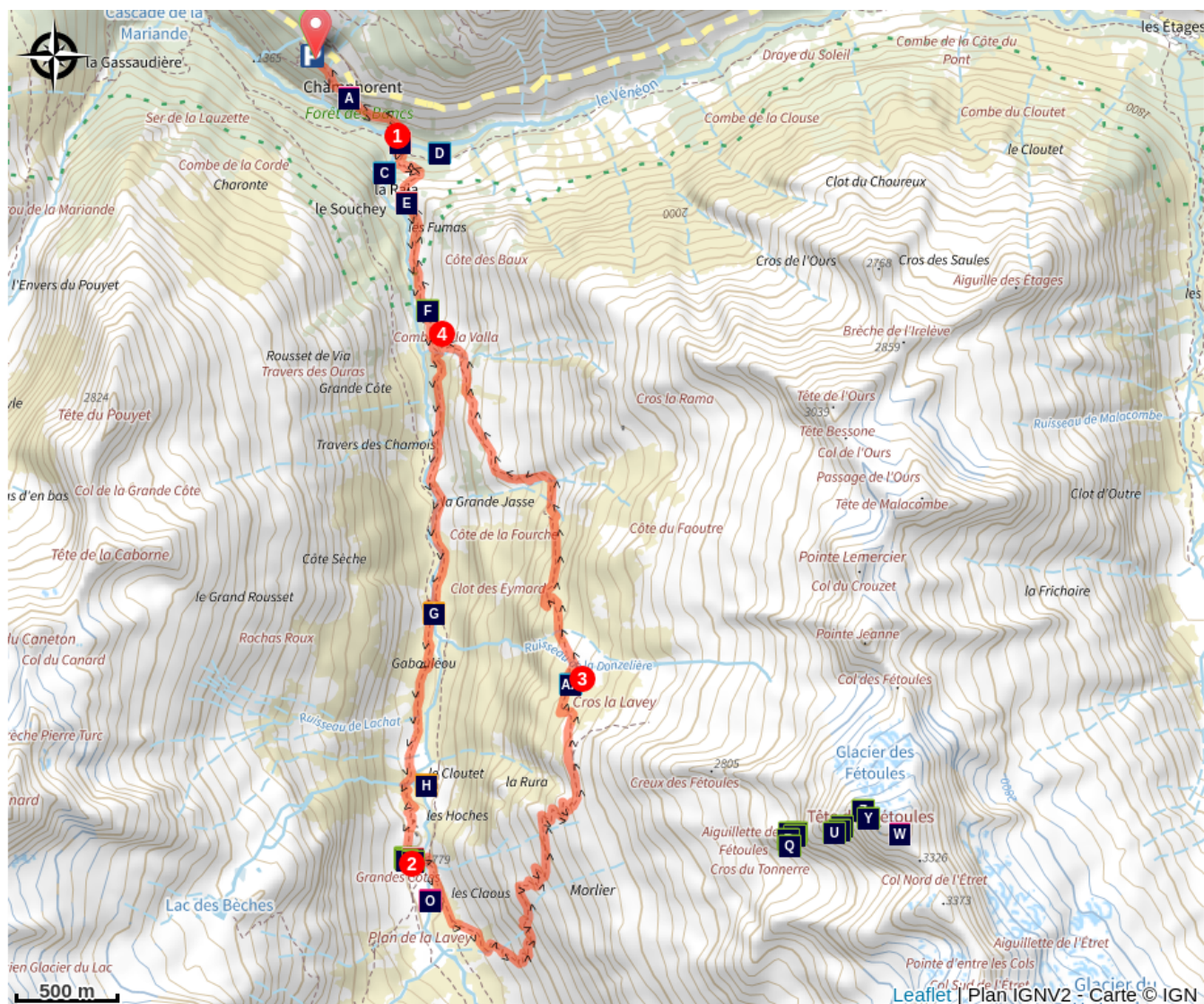


Altitude min 1436 m Altitude max 2351 m

Prendre le sentier au bout du parking pour descendre tout d'abord jusqu'au torrent du Vénéon et son magnifique Pont des Rajas.

1. Traverser le joli pont en pierre et monter en direction des maisons des Rajas. Continuer de monter pour pénétrer dans le Vallon de la Lavey et suivre le torrent en rive droite puis en rive gauche après un deuxième pont en pierres. Au niveau de la cabane du berger, franchir des dalles en pente douce pour accéder au refuge caché derrière ce petit verrou glaciaire.
2. Après le refuge, traverser le torrent de la Muande et prendre en direction du Lac des Fétoules. Monter en lacets à travers des éboulis et des pentes herbeuses jusqu'au Lac des Fétoules.
3. La descente est ensuite assez soutenue pour rejoindre le sentier menant au refuge.
4. Prendre à droite, revenir par le même chemin qu'à la montée pour rejoindre le parking de Champhorent.

Sur votre chemin...



-  La Tête des Fétoules (AA)
-  Cascade de la Lavey (AC)
-  Oratoire de la Vierge à l'Enfant de la Raja. (AE)
-  L'habitat déserté du vallon de la Muande (AG)
-  La marguerite des Alpes (AI)
-  La joubarbe araignée (AK)
-  Le refuge de la Lavey (AM)
-  Vue sur le fond de la Muande (AO)
-  L'arabette des Alpes (AQ)
-  La saxifrage fausse mousse (AS)
-  La saxifrage à feuilles opposées (AU)
-  Vue sur la Tête des Fétoules (AW)
-  La linéaire alpine (AY)
-  Lac des Fétoules (BA)
-  Pont du Vénéon (AB)
-  Le torrent de montagne (AD)
-  La myrtille commune (AF)
-  Le pastoralisme dans le vallon (AH)
-  La doradille septentrionale (AJ)
-  La saxifrage paniculée (AL)
-  La grenouille rousse (AN)
-  La drave douteuse (AP)
-  La saxifrage musquée (AR)
-  Le génépi jaune (AT)
-  L'androsace du Dauphiné (AV)
-  La marguerite des Alpes (AX)
-  L'éritriche nain (ou roi des Alpes) (AZ)

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](#).



Comment venir ?

Accès routier

Suivre la D530 jusqu'à St Christophe en Oisans
Continuer sur 3km jusqu'au hameau de Champhorent. Le parking est en contrebas de la D530.

Parking conseillé

Parking de Champhorent

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/>



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

infos@berarde.com

Tel : 04 76 80 50 01

<http://www.berarde.com/>



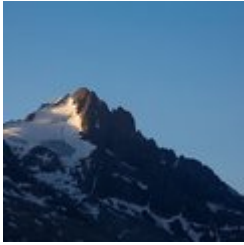
Source



Parc national des Ecrins

<https://www.ecrins-parcnational.fr>

Sur votre chemin...



La Tête des Fétoules (AA)

La Tête des Fétoules, sommet du massif des Écrins, culmine à 3 459 mètres d'altitude. Celle-ci appartient, avec la Tête de l'Étret 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 Castelmou avec Pierre Gaspard et son fils.

Crédit photo : Thierry Maillat - Parc national des Écrins



Pont du Vénéon (AB)

Franchissant le Vénéon, ce superbe pont de pierres en dos d'âne date du XVII^e 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 décrépí 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.

Crédit photo : Parc national des Écrins - Thierry Maillat



Cascade de la Lavey (AC)

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.

Crédit photo : Daniel Roche - PNE



Le torrent de montagne (AD)

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 !

Crédit photo : © Parc national des Ecrins - Thierry Maillet



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

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.

Crédit photo : Parc national des Ecrins - Thierry Maillet



✿ La myrtille commune (AF)

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.

Crédit photo : © Parc national des Ecrins - Christophe Albert



🍊 L'habitat déserté du vallon de la Muande (AG)

Le vallon de la Lavey compte une dizaine d'habitats d'altitude désertés dont ceux de la Raja et du Souchet. L'analyse de charbons de bois ont mis en évidence une occupation probable du vallon au XIII^e siècle.

Les bâtiments actuels du vallon datent du XVIII^e et XIX^e siècle.

Plusieurs éléments sont communs à tous les habitats désertés autour de St-Christophe en Oisans : une altitude élevée, 1 900 à 2 000 m en moyenne, une architecture originale exclusivement de pierre sèche avec les matériaux pris sur place, très solide, et un espace intérieur réduit (de 8 à 40 m²)

Ils attestent de l'existence non seulement de bâtiments (maisons et dépendances) mais également d'un enchevêtrement de murs, de terrasses, d'enclos, compartimentant les terroirs et correspondant peut-être à d'anciennes divisions agraires ou la matérialisation d'un parcellaire complexe.

Ils manifestent surtout la présence tenace, exceptionnelle et industrielle de l'homme qui, au prix d'un travail considérable, a colonisé, humanisé et exploité la moindre parcelle de terre jusqu'au pied des roches et des glaciers.

Crédit photo : Cyril Coursier - Parc national des Ecrins



Le pastoralisme dans le vallon (AH)

Actuellement, chaque année, à la mi-juin, environ 800 ovins montent dans le vallon de Lavey. Ces animaux, répartis en deux troupeaux d'environ 400 bêtes chacun, appartiennent à deux éleveurs uissans. Pendant l'été, ils occupent chacun un versant du vallon et ils redescendront dans la vallée vers le 10 octobre de chaque année. Afin que les deux troupeaux ne se mélangent pas, le pont de Pierre permettant de franchir le Vénéon est équipé d'une barrière en bois qu'il faut prendre soin de refermer lorsqu'on emprunte cet ouvrage. Le troupeau occupant actuellement la rive gauche du vallon monte chaque été sur cet alpage depuis 35 ans prenant à l'époque la suite d'un éleveur du pays.

Crédit photo : © Parc national des Ecrins - Mathias Magen



La marguerite des Alpes (AI)

Leucanthemopsis alpina

Cette espèce, très présente dans les éboulis et parois d'altitude, est facilement reconnaissable ! Plus petite que la marguerite de basse altitude, elle est particulièrement bien armée pour lutter contre la sécheresse et le fort rayonnement de la haute montagne dont elle se protège grâce à ses feuilles très découpées, épaisses et recouvertes d'un fin duvet blanchâtre.

Crédit photo : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



La doradille septentrionale (AJ)

Asplenium septentrionale

Voilà une fougère bien mystérieuse : ses feuilles sont très allongées et forment comme des lanières, donnant un aspect quelque peu découpées à la plante. Mais tout cela n'est qu'illusion, la doradille septentrionale est une plante résistante à des conditions extrêmement rudes de sécheresse ou de gel. Elle pousse exclusivement sur du granite ou roches apparentées.

Crédit photo : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



✿ La joubarbe araignée (AK)

Sempervivum arachnoideum

On ne voit pas souvent les fleurs de cette joubarbe, mais elles se reconnaît parfaitement par ses feuilles épaisses terminées par un long poil (appelée soie). Les rosettes de feuilles rappellent de petits artichauts au centre desquels une araignée aurait tissé sa toile.

Crédit photo : Thierry Maillet - Parc national des Ecrins



✿ La saxifrage paniculée (AL)

Saxifraga paniculata

Cette saxifrage se caractérise par la marge blanchâtre de ses feuilles due à de fins dépôts de calcite (forme cristalline du calcaire). Cette étonnante caractéristique résulte de la présence de nombreux petits pores par lesquels sont expulsés tout un tas de molécules non désirées, dont des métaux toxiques présents dans les roches et involontairement absorbées par les racines.

Crédit photo : Bernard Nicollet - Parc national des Ecrins



🏠 Le refuge de la Lavey (AM)

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 brèche 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 !

Crédit photo : Bertrand Bodin



La grenouille rousse (AN)

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.

Crédit photo : Ludovic Imbertis



Vue sur le fond de la Muande (AO)

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.

Crédit photo : © Parc national des Ecrins - Martial Bouvier



La drave douteuse (AP)

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.

Crédit photo : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



✿ L'arabette des Alpes (AQ)

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.

Crédit photo : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



✿ La saxifrage musquée (AR)

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.

Crédit photo : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



✿ La saxifrage fausse mousse (AS)

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.

Crédit photo : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



✿ Le génépi jaune (AT)

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.

Crédit photo : Cyril Coursier - Parc national des Ecrins



✿ La saxifrage à feuilles opposées (AU)

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).

Crédit photo : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



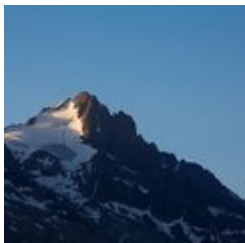
✿ L'androsace du Dauphiné (AV)

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 !

Crédit photo : Mireille Coulon - Parc national des Ecrins



▲ Vue sur la Tête des Fétoules (AW)

La Tête des Fétoules, sommet du massif des Écrins, culmine à 3459 mètres d'altitude. Celle-ci appartient, avec la Tête de l'Étret 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 Castelmou avec Pierre Gaspard et son fils.

Crédit photo : Thierry Maillat - Parc national des Ecrins



✿ La marguerite des Alpes (AX)

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 !

Crédit photo : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



✿ La linaire alpine (AY)

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.

Crédit photo : Mireille Coulon - Parc national des Ecrins



✿ L'éritriche nain (ou roi des Alpes) (AZ)

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.

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



🌊 Lac des Fétoules (BA)

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.

Crédit photo : PNE