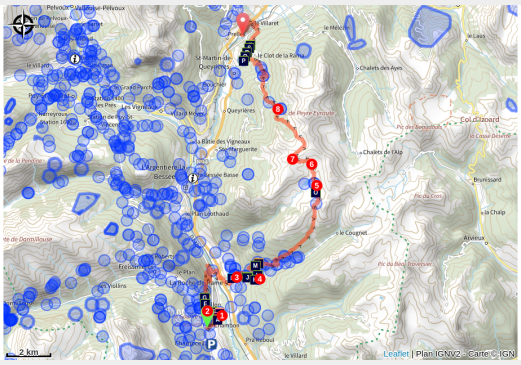
De Champcella à Saint-Martin-de-Queyrières (étape du Super Noir - trail n°15)

Parc national des Ecrins

Église Saint Pierre, Champcella (Pays des Écrins - Pierre Nossereau)



SUITE A L'INCENDIE DE JUILLET 2026 - SECTEUR INTERDIT AU COL DE L'AIGUILLE A FREISSINIERES. A la chapelle de Rama, avant de remonter vers Pallon, suivez la route avant de retrouver le balisage sur le Pont routier des Traverses qui franchit la Durance sur votre droite.

Un itinéraire entre lacs de montagne et points de vue à couper le souffle !

Partir du charmant hameau de Champcella et prendre de la hauteur pour profiter de paysages haut-alpins : vues sur le Mont Pelvoux et la Tête du Peyron, découverte du lac de l'Ascension,

Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 7 h 30

Longueur : 35.1 km

Dénivelé positif : 2422 m

Difficulté : Difficile

Type : Etape

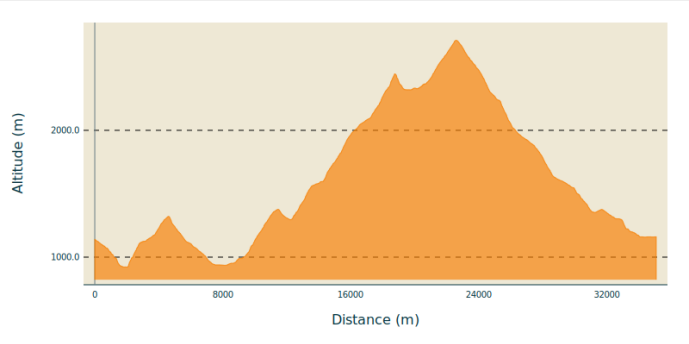
Thèmes : Faune, Flore, Point de vue

passages dans des alpages… voilà ce que vous réserve, entre autres, cette randonnée !

Itinéraire

Départ : Champcella
Arrivée : Camping de l’Iscle de Prelles, Saint-Martin-de-Queyrières
Balisage : Trail
Communes : 1. Champcella
2. Freissinières
3. La Roche-de-Rame
4. Saint-Martin-de-Queyrières

Profil altimétrique

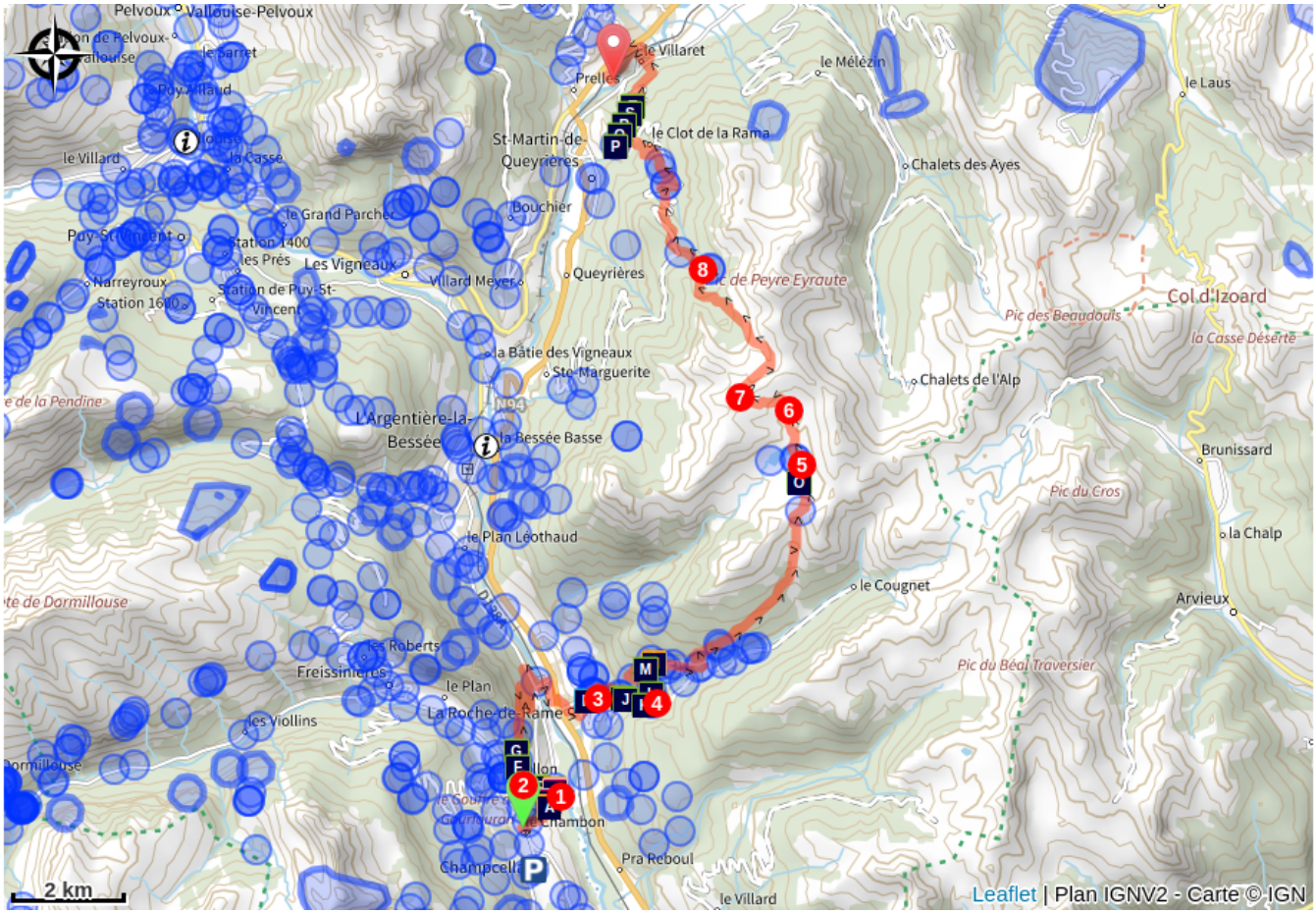


Altitude min 922 m Altitude max 2710 m

Descendre le long de la voie romaine pour rejoindre le secteur de la Rama.

1. Tourner à gauche par deux fois pour passer devant la Chapelle de Rame et pour atteindre Pallon.
2. À Pallon, tourner à droite sur la route et prendre à gauche à la prochaine intersection qui vous mène vers l'Aiguille.
3. Après la centrale hydraulique de Bouchouse, tourner à gauche. Poursuivre le sentier montant jusqu’au secteur de Bel Pinet.
4. Au niveau du secteur de Bel Pinet, descendre à la passerelle puis monter jusq'au Giet, puis jusqu’au collet du Peyron et aux lacs Escur.
5. En amont du lac de l'Ascension, continuer tout droit plein Nord en hors sentier
6. Prendre en hors sentier le vallon sur la gauche direction Ouest jusqu'au sommet qui sépare le col de la Moutière et la crête de l'Alpavin.
7. Au sommet descendre dans le vallon de l'autre versant direction Nord-Est.
8. Au Calvaire du Vallon rejoindre la piste et l'itinéraire jusqu'au Rocher Baron et à l'arrivée

Sur votre route…



- Le sentier du Gouffre (A)
- Le gouffre de Gourfouran (C)
- Le génevrier thurifère (E)
- Le genévrier sabine (G)
- La lavande à feuilles étroites (I)
- Le mouflon (K)
- Le raisin d'ours (M)
- Les linaigrettes (O)
- Des criquets de toutes les couleurs (Q)
- Le mélèze (S)
- La haute vallée de la Durance (B)
- Le village disparu (D)
- L'aristoloche pistoloche (F)
- Torrent de Bouchouse (H)
- Le mélèze (J)
- Le pinson des arbres (L)
- Le Bois du Truc (N)
- Le criquet ensanglanté (P)
- Le bouvreuil pivoine (R)
- L'anémone des montagnes (T)

Toutes les informations pratiques

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

S'informer de la présence des chiens de protection des troupeaux : https://www.cc-paysdesecrins.fr/loisirs/pleine-nature

Avant de partir en trail, il est impératif de consulter les périodes d'ouverture du parcours sur le site : https://www.onpiste.com/explorer/routes/le-super-noir-du-pays-des-ecrins-saint-martin-1592

Partagez vos photos sur les réseaux sociaux avec #stationdetrailecrins

Se renseigner sur les conditions météorologiques avant de partir randonner

Coordonnées des secours : Secours Montagne : 112

Respecter le travail des agriculteurs, exploitants et propriétaires

Refermer toutes les clôtures

Rapporter tous ses déchets

Ne pas couper l’itinéraire à travers les prairies

Les parcours trail se prêtent également à la marche

Comment venir ?

Transports

Transports en commun >> https://www.cc-paysdesecrins.fr/mobiliteenunclic

Pensez au covoiturage >> www.blablacar.fr

Pour plus de renseignements, s'adresser au Bureau d'Information Touristique le plus proche du départ de la randonnée.

Accès routier

À 10 km de L’Argentière-La Bessée, prendre la N94 puis D38.

Parking conseillé

Parking Champcella

Lieux de renseignement

Bureau d'Information Touristique de L'Argentière-La Bessée
23 Avenue de la République, 05120 L'Argentière-La Bessée

contact@paysdesecrins.com
Tel : +33(0)4 92 23 03 11
https://www.paysdesecrins.com/

Maison du Parc de Vallouise

vallouise@ecrins-parcnational.fr
Tel : 04 92 23 58 08
http://www.ecrins-parcnational.fr/

Source

Pays des Ecrins

https://www.paysdesecrins.com

Sur votre route...

Le sentier du Gouffre (A)

Ce sentier du Gouffre a parfois été qualifié de voie romaine mais on ne connaît pas exactement le tracé de celle-ci. Ce qui est sûr, c'est qu'il était emprunté par les villageois pour aller travailler aux champs et dans les vignes ou pour tout autre type de déplacement.

Attribution : Thibault Blais Photographie

La haute vallée de la Durance (B)

Protégée des influences atlantiques par le Massif du Pelvoux, la haute vallée de la Durance est soumise à un climat très sec, avec de fortes variations saisonnières de températures. Elle abrite des pelouses qui s'apparentent aux steppes d'Europe centrale et sont rares en France. Elle est intégrée dans le site Natura 2000 "Steppique durancien et queyrassien".

Attribution : Office de tourisme Pays des Écrins

Le gouffre de Gourfouran (C)

À l'époque des grandes glaciations, l'énorme glacier de la Durance a creusé son lit sur une épaisseur de plus de 200 m de haut. Le glacier de la vallée de Freissinières affluait à la surface de ce glacier. Leur fonte a laissé une grosse "marche d'escalier" nommée gradin de confluence. La Biaysse rejoignant la Durance, a peu à peu creusé ce gradin, d'abord en tant que torrent sous glaciaire puis après la fonte du glacier.

Attribution : Thibault Blais

Le village disparu (D)

La vallée de la Durance est dans l’Antiquité un axe de communication important. Rama est une sorte de relais routier sur la voie romaine. Au Moyen-Âge, Rama est une petite bourgade avec le château des seigneurs. Mais le village subit, à plusieurs reprises, les caprices de la Durance et de la Biaysse et les habitants désertent peu à peu le site, s’exilant dans les villages voisins. Le rattachement de la paroisse de Rame à celle de la Roche en 1446 témoigne de ce déclin.

Attribution : Jean-Philippe Telmon - Parc national des Écrins

Le génevrier thurifère (E)

Ce petit arbre est présent en Afrique du Nord, dans la péninsule ibérique et dans quelques département du sud de la France, dont les Hautes-Alpes. Il est considéré comme une relique de période plus chaude passée. Il a trouvé un refuge dans les situations bien exposées, sur les pentes rocheuses chaudes et ensoleillées. Ces aiguilles sont en forme d’écailles appliquées contre les rameaux. C’est une espèce à surveiller.

Attribution : Bernard Nicollet - Parc national des Écrins

L’aristoloche pistoloche (F)

Le hameau de Pallon est installé dans un endroit bien exposé au soleil. Autour du village, une curieuse plante aux fleurs aux longues trompettes brunes pousse en bordure des clapiers d’épierrement des champs et prairies : c’est l’aristoloche pistoloche. Cette plante, à affinité méditerranéenne bénéficiant ici d’un climat chaud et sec, se trouve quasiment à sa limite septentrionale. C’est la plante hôte des chenilles d’un papillon rare et protégé : la Proserpine.

Attribution : Damien Combrisson - Parc national des Écrins

Le genévrier sabine (G)

Arbuste s’étalant au sol, le genévrier sabine est très commun dans les prairies rocailleuses et les friches des versants chauds. Ses feuilles d'un vert sombre et mat, en forme de petites écailles, sont imbriquées le long des rameaux. Il ne pique donc pas… mais est plus redoutable car très toxique. Pour assaisonner les plats, mieux vaut ramasser les fruits du genévrier commun !

Attribution : Bernard Nicollet - Parc national des Écrins

Torrent de Bouchouse (H)

Le Torrent de Bouchouse est alimenté par le torrent de la Pisse et du Pansier à 1 900 m. Il approvisionne la commune de La Roche-de-Rame en la traversant. Ce torrent s’écoule ensuite dans la Durance en contre-bas de la commune.

Attribution : Office de tourisme du Pays des Écrins

La lavande à feuilles étroites (I)

La lavande à feuilles étroites possède des feuilles gris verdâtre et des fleurs violettes. Elle s'installe dans les zones ensoleillées, rappelant que le Pays des Écrins se situe dans les Alpes du Sud ! Cette plante, à ne pas confondre avec le lavandin, pousse en effet naturellement dans les pentes rocailleuses des montagnes du Midi. Le mot « lavande » viendrait du latin laver. Cette étymologie laisse supposer que l'on utilisait déjà très tôt la lavande pour parfumer le linge.

Attribution : Bernard Nicollet - Parc national des Écrins

Le mélèze (J)

Des aiguilles jaune d’or en automne, des cônes violets au printemps… Le mélèze est un nuancier de couleurs tout au long de l’année, il porte plutôt bien son appellation d’arbre lumière. Il perd ses douces aiguilles caduques en automne et hiver. Au printemps, les petites branches de ce conifère sont parsemées de fleurs femelles, qui deviendront des cônes, et mâles. Le mélèze se plaît sur l’ubac et illumine la montagne.

Attribution : Robert Chevalier - Parc national des Écrins

Le mouflon (K)

Une petite population de mouflons fréquente les lieux. Le mouflon méditerranéen, issu de croisements entre mouflons de Corse et d'autres espèces de mouflons ou de moutons, a été introduit il y a plusieurs décennies par les sociétés de chasse. C'est un animal mal adapté à la neige, aussi se tient-il sur les pentes sud vite déneigées. Le mâle arbore de grandes cornes enroulées. Les femelles, le plus souvent sans corne, peuvent parfois en avoir, droites et peu développées.

Attribution : Cyril Coursier - Parc national des Écrins

Le pinson des arbres (L)

Oiseau très commun, ce pinson vit aussi bien en forêt que dans les villages. Le mâle est plutôt dans les tons de rosé, avec une calotte gris bleu, la femelle plus terne dans les tons de gris vert. C’est un oiseau assez grégaire, hormis en période de reproduction. Ces oiseaux communiquent souvent entre eux par des « pink, pink ». Il est partiellement migrateur. Les populations du nord de l’Europe viennent passer l’hiver en France et autres pays tempérés.

Attribution : Combrisson Damien - Parc national des Écrins

Le raisin d’ours (M)

Le raisin d’ours ou la Busserole est un petit arbuste qui ne dépasse pas 20 cm de haut. Ses petites feuilles persistantes, vernissées et toujours vertes, pourraient rappeler celles de l'airelle rouge (Vaccinium vitis-idae) mais elles sont moins épaisses que cette dernière et, surtout, ses fruits sont nettement moins savoureux (bien qu’ils soient comestibles). Cela dépendra de vos goûts !

Attribution : Nicollet Bernard - Parc national des Écrins

Le Bois du Truc (N)

Le Bois du Truc surplombe les bancs rocheux qui dominent le hameau du Bathéou de la commune de La Roche-de-Rame. Dans notre région, un Truc est une grosse pierre enfouie, un quartier de rocher, un contrefort abrupt. Le Bois du Truc est donc le bois de la grosse pierre.

Attribution : Office de tourisme du Pays des Écrins

Les linaigrettes (O)

Au bord de l'eau, dans la prairie humide, des plantes à la tête cotonneuse se balancent doucement. Ce sont des linaigrettes, plantes dont les fleurs rudimentaires ne se remarquent pas, mais dont les fruits sont dotés d'aigrettes plumeuses favorisant leur dispersion par le vent. Les fruits étant groupés, leurs aigrettes forment un « pompon » très esthétique ! Ce sont des plantes bien adaptées au climat montagnard.

Attribution : Mireille Coulon - Parc national des Écrins

Le criquet ensanglanté (P)

Dans les zones humides bordant les ruisseaux vit le criquet ensanglanté. Il porte ce nom car la femelle porte des taches rouge pourpre tranchant avec sa couleur générale verte. Ses oeufs sont sensibles à la sécheresse, aussi ne pond-elle que dans des sols humides. Pour courtiser la femelle, le mâle ne stridule pas mais émet des “clic”… “clic”… qu'il produit en détendant d'un seul coup sa jambe postérieure.

Attribution : Mireille Coulon - Parc national des Écrins

Des criquets de toutes les couleurs (Q)

Un éclair rouge sur le chemin, puis plus rien … Mais si ! Un criquet tout gris est posé sur une pierre grise. Un autre éclair rouge : il s’est envolé puis s’est reposé, créant surprise et désarroi. Voilà de quoi désorienter un prédateur. L’oedipode rouge se préserve ainsi, repliant au repos ses ailes colorées sous ses élytres et jouant alors sur son homochromie. Un éclair bleu ? C’est son cousin l’oedipode bleu !

Attribution : Mireille Coulon - Parc national des Écrins

Le bouvreuil pivoine (R)

De petits cris doux et mélancoliques s'échappent d'un arbre dans la forêt. Ce sont ceux du bouvreuil pivoine, petit passereau rondelet, timide. Le mâle se distingue avec son ventre rouge rosé (pivoine !) alors que celui de la femelle est beige. Tous deux ont une calotte noire. Il vit souvent par petites bandes se maintenant en contact par leurs petits cris. Il est sédentaire.

Attribution : Christophe Albert - Parc national des Écrins

Le mélèze (S)

Des aiguilles jaunes d’or en automne, des cônes violets au printemps… Le mélèze est un nuancier de couleurs tout au long de l’année, il porte plutôt bien son appellation d’arbre lumière. Il perd ses douces aiguilles caduques en automne et hiver. Au printemps, les petites branches de ce conifère sont parsemées de fleurs femelles, qui deviendront des cônes, et mâles. Le mélèze se plaît sur l’ubac et illumine la montagne.

Attribution : Robert Chevalier - Parc national des Écrins

L’anémone des montagnes (T)

Au printemps, fleurit ici l'anémone des montagnes ou Pulsatille des montagnes. C'est une plante couverte d’un duvet de poils blancs aux grandes fleurs penchées, d'un violet noir tranchant avec le jaune vif des nombreuses étamines et aux feuilles très découpées. En été, ses fruits munis d'une longue aigrette forment une tête plumeuse au sommet de la tige. Même si localement est elle bien présente, c'est une espèce peu commune liée aux prairies d'affinité steppique de la vallée de la Durance.

Attribution : Thierry Maillet - Parc national des Écrins