

# Le Lauzet - Parcours trail n°08

La Roche-de-Rame



Hameau du Lauzet (Thibaut Blais)



*Le circuit du Lauzet est une boucle qui permet de découvrir les multi-facettes d'un territoire haut-alpin !*

Pins, sapins, mélèzes, routes forestières, prairies, torrent font la diversité de cette randonnée. Pour atteindre les chalets du Lauzet, ce circuit regorge de paysages variés qui se marient très bien !

## Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 6 h

Longueur : 23.1 km

Dénivelé positif : 1101 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

Thèmes : Faune, Flore

# Itinéraire

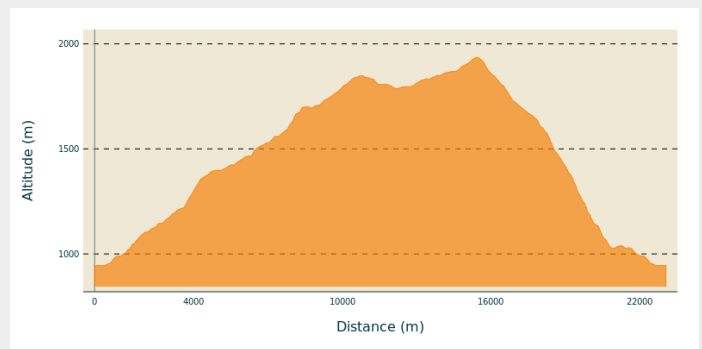
**Départ** : Camping du lac, La Roche-de-Rame

**Arrivée** : Camping du lac, La Roche-de-Rame

**Balisage** :  Trail

**Communes** : 1. La Roche-de-Rame

## Profil altimétrique









Altitude min 945 m Altitude max 1936 m






Dos à l'entrée du camping du lac, prendre à droite pour traverser le village de La Roche-de-Rame par la rue "Les Queyras". Après avoir longé le cimetière, continuer à droite.

1. Tourner à gauche. Au bout de ce chemin, à hauteur de la D38, continuer en prenant à droite. Légèrement plus haut, emprunter le pont à droite. Après la centrale hydraulique de Bouchouse, tourner à gauche et prendre le sentier qui part à droite. Poursuivre le sentier jusqu'au secteur de Bel Pinet.
2. Au niveau du secteur de Bel Pinet, emprunter le sentier de droite pour entamer la traversée.
3. Aux abords des carrières de marbre rose, prendre le sentier à gauche. Puis après une succession d'épingles sur la piste forestière, continuer en direction du Lauzet.
4. Aux chalets du Lauzet, traverser la rivière et s'engager à gauche sur une pisteforestièrre. Au Giet, continuer tout droit sur la piste qui continue de monter. Ensuite, gagner un joli single en sous-bois qui rejoint la vaste étendue herbeuse de Pré Chapelle.
5. Emprunter le chemin de gauche, longer le bois du Sapet. Au Puy, continuer en prenant le chemin à droite.
6. Continuer à droite pour emprunter une succession d'épingles et rejoindre La Roche-de-Rame par le quartier de Barthéou.

# Sur votre chemin...



-  Torrent de Bouchouse (A)
-  Le mouflon (C)
-  La pinède (E)
-  Le Marbre Rose de Combe Mounière (G)
-  Le mouflon (I)
-  Le point de vue sur le Mont Pelvoux (K)

-  Le mélèze (B)
-  Bel Pinet (D)
-  Le bois de tremble (F)
-  Le cassenoix moucheté (H)
-  L'épicéa commun (J)

# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

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-lauzet-la-roche-1558>

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 >> [www.pacamobilite.fr](http://www.pacamobilite.fr)

Pensez au covoiturage >> [www.blablacar.fr](http://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 6,5 km de L'Argentière-La Bessée, prendre la N94.

### Parking conseillé

Parking Camping du lac, La Roche-de-Rame

# 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.

## 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](mailto: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.

Merci d'essayer d'éviter la zone ou de rester à une distance minimale de 300m sol quand vous la survolez soit 1700m d'altitude !

## 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](mailto:contact@paysdesecrins.com)

Tel : +33(0)4 92 23 03 11

<https://www.paysdesecrins.com/>



### Maison du Parc de Vallouise

[vallouise@ecrins-parcnational.fr](mailto: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 chemin...

---



## Torrent de Bouchouse (A)

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.

Crédit photo : Office de tourisme du Pays des Écrins

---



## Le mélèze (B)

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.

Crédit photo : Robert Chevalier - Parc national des Écrins

---



## Le mouflon (C)

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.

Crédit photo : Cyril Coursier - Parc national des Écrins

---



## Bel Pinet (D)

Bel Pinet est situé à 1400 m dans le vallon de Bouchouse sur la commune de La Roche-de-Rame. Bel Pinet ou Bel-Pinet désigne les pentes sous les rochers de l'Oumbras. Autrefois, le lieu était arrosé par le Canal de Bel Pinet, ce qui indique une mise en culture et donc une zone moins boisée. Pinet signifie tout simplement lieu planté de pins (Pinus en latin). Ainsi, Bel Pinet signifie donc beau lieu planté de pins, belle pinède.

Crédit photo : Office de tourisme du Pays des Écrins

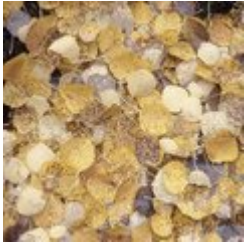
---



## ❁ La pinède (E)

Le sentier traverse une forêt de pin sylvestre reconnaissable à son tronc orangé, surtout dans la partie supérieure. Cet arbre supporte bien la sécheresse (le sol est ici calcaire) mais aussi le froid. Aussi est-il bien présent dans les vallées intra alpines.

Crédit photo : Parc national des Écrins



## ❁ Le bois de tremble (F)

Ici un bois de tremble, au tronc lisse et verdâtre, aux feuilles arrondies et crénelées prenant de magnifiques couleurs à l'automne. Le pétiole (la « queue ») des feuilles du tremble est aplati et tordu, aussi offre t-il une prise au moindre souffle d'air, ce qui a pour effet de faire « trembler » le feuillage !

Crédit photo : Daniel Roche - Parc national des Écrins



## 🕒 Le Marbre Rose de Combe Mounière (G)

Au XIXème siècle, quatre carrières existaient à La Roche-de-Rame. Elles exploitaient des gisements de calcaire massif de couleur rose. L'une d'elles, la carrière de Combe Mounière, produisait cette pierre qui a notamment servie pour la construction de la nouvelle cathédrale Saint-Arnoux de Gap, édifiée de 1866 à 1904. Soumis aux intempéries, le calcaire prend en surface une patine grise.

Crédit photo : Office de tourisme du Pays des Écrins



## 🐦 Le cassenoix moucheté (H)

Un cri éraillé sort de la forêt. Un geai ? Un cassenoix, son cousin. Cet oiseau sombre moucheté de blanc, dont le bec fort peut casser, sinon des noix, du moins des noisettes et surtout décortiquer les cônes de pin cembro pour en manger les graines, est l'hôte des forêts d'altitude. Il enfouit dans le sol des graines de pin cembro pour ses réserves d'hiver. L'hiver venu, il retrouvera les graines même sous une épaisse couche de neige. Celles qu'il oubliera germeront.

Crédit photo : Damien Combrisson - Parc national des Écrins



## Le mouflon (I)

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.

Crédit photo : Cyril Coursier - Parc national des Écrins



## L'épicéa commun (J)

Sa silhouette étroite et conique atteint 40 à 50 m de haut. C'est le plus haut des résineux indigènes. Son bois blanc est parfumé à la résine. Il est très utilisé en charpente mais aussi pour la fabrication d'instruments de musique car il est résistant et facile à travailler. Ses cônes allongés et pointus sont pendants, différents du sapin qui lui les a dressés. Il peut vivre entre 300 et 400 ans.

Crédit photo : Nicollet Bernard - Parc national des Écrins



## Le point de vue sur le Mont Pelvoux (K)

De là, vous apercevrez le majestueux Mont Pelvoux, haut de 3493 m d'altitude. Cet imposant massif a longtemps été considéré comme le plus haut sommet du Massif des Écrins. C'est en 1828 que le sommet du Pelvoux fut vaincu par le capitaine A. Durand avec les chasseurs de chamois J.-E. Mathéoud et A. Liotard. Il est composé de quatre sommets : la Pointe Puiseux (3 946 m), la Pointe Durand (3 932 m), le Petit Pelvoux (3 753 m) et les Trois Dents du Pelvoux (3 682 m).

Crédit photo : Thierry Maillet - Parc national des Écrins