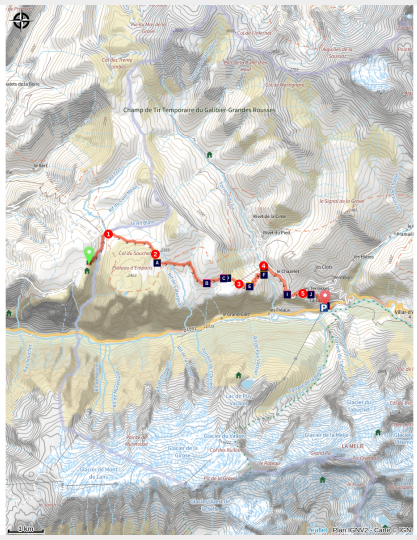
Des refuges les Mouterres et du Fay à La Grave

Oisans - Mizoën

Hameau Les Terrasses (Bernard Nicollet)



Après avoir séjourné dans les alpages vers le plateau d'Emparis, une longue descente au retour de La Grave clôture le GR®54.

Cette étape constitue la cerise sur le gâteau de cette itinérance : le dernier passage sur les hauts reliefs avant de regagner la civilisation. Le plateau d'Emparis s'affirme comme un des joyaux du GR® entre lacs et points de vue imprenables sur la Meije. Puis, la redescente ramène le randonneur sur terre au point de départ. La boucle est bouclée.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 4 h

Longueur : 12.1 km

Dénivelé positif : 299 m

Difficulté : Moyen

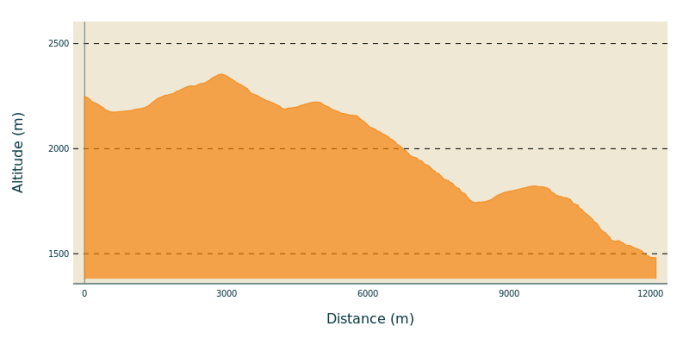
Type : Etape

Thèmes : Lac et glacier, Point de vue, Refuge

Itinéraire

Départ : Refuges du Fay et les Mouterres
Arrivée : La Grave
Balisage : GR
Communes : 1. Mizoën
2. La Grave

Profil altimétrique

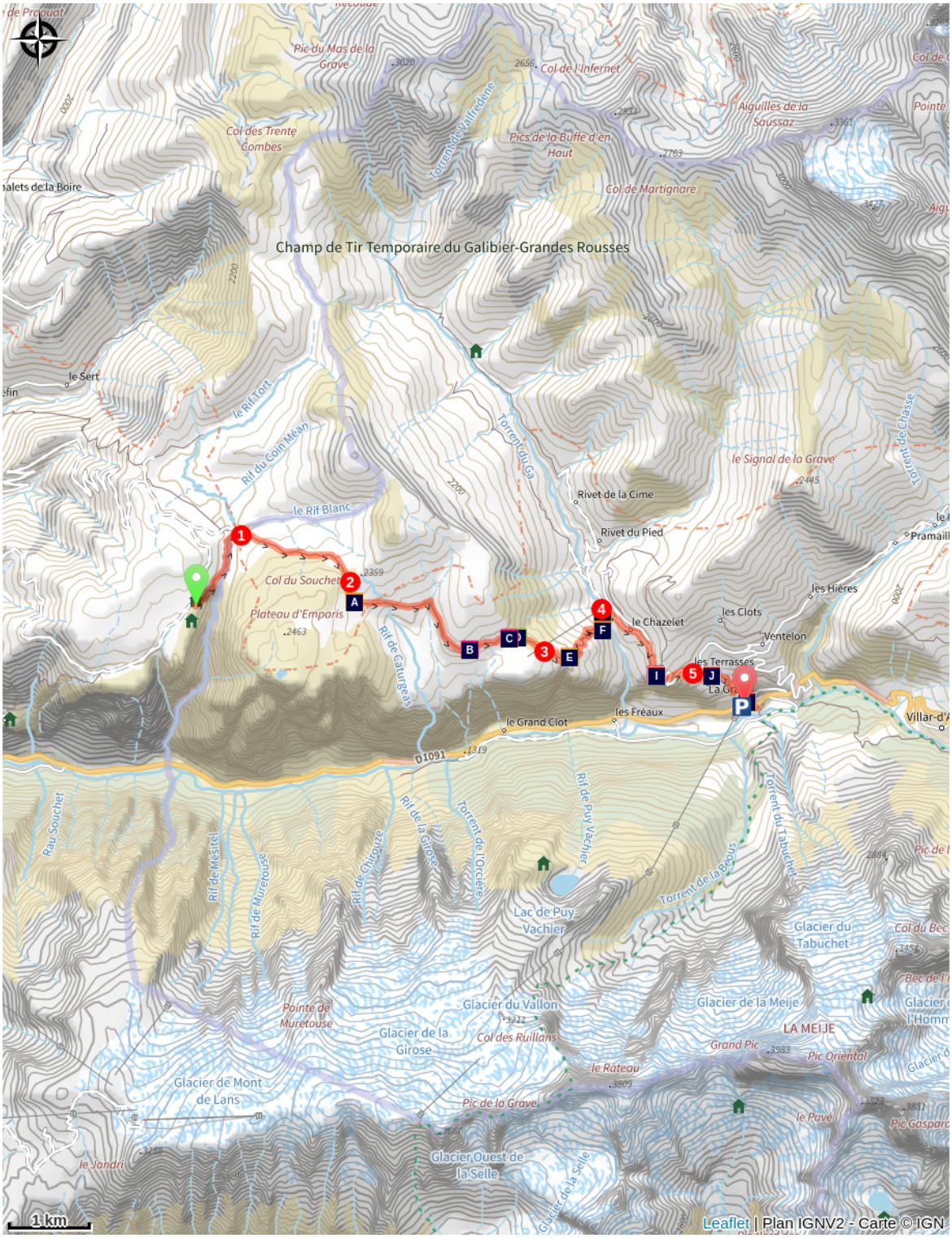


Altitude min 1482 m Altitude max 2356 m

Des refuges, reprendre la piste puis immédiatement prendre le sentier redescendant vers le Rif Tort. Longer le Rif jusqu'à rejoindre la confluence des torrents où se trouvent plusieurs panneaux directionnels.

1. Prendre le sentier du GR® qui mène en pente douce au col du Souchet.
2. Le premier sentier sur la droite mène aux lacs Lérié et Noir (hors GR) qu’il serait dommage d’éviter. Un circuit en boucle ramène au GR 54 (ajouter 1 heure). Franchir les Rifs des Caturages et de Galan au pied du Serre-Bernard et passer au-dessus des ruines de Pré Veyraud.
3. Passer sous le téléski du Plateau et laisser sur la gauche le sentier qui mène au Clot Raffin. Poursuivre la descente sur le sentier qui serpente raide jusqu’au pont sur le torrent du Gua (1 735 m).
4. La route de droite mène au Chazelet. Traverser le village et suivre la D33. Juste après l’oratoire et le Perchoir, prendre le sentier à droite qui conduit aux Terrasses (1 776 m).
5. A l’église du village, prendre le sentier qui mène à La Grave (1 470 m). Arriver à La Grave par le nord et traverser le bourg vers le sud en direction de l'église. Rester sur la route jusqu'à un carrefour. Prendre en face et rejoignez la D1091. Prendre à droite direction le parking du téléphérique.

Sur votre chemin…



- Les pâturages d'Emparis (A)
- Plateau d'Emparis (C)
- Les travaux agricoles du printemps et de l'été (E)
- Cincle plongeur (G)
- Glacier de la Girose (B)
- Petit apollon (D)
- Les travaux agricoles de l'automne et de l'hiver (F)
- Perchoir du Chazelet (H)

L'oratoire Sainte-Anne du Chazelet (I)

L’église Notre-Dame de l’Assomption (K)

Les terrasses de La Grave (J)

Toutes les infos pratiques

Source

Parc national des Ecrins

https://www.ecrins-parcnational.fr

Sur votre chemin...

Les pâturages d'Emparis (A)

Emparis est un des plus riches pâturages d’altitude des Alpes. Ses pentes ondulantes accueillent des milliers de brebis et de vaches chaque été. Historiquement, il y a eu de nombreux conflits entre les villages de La Grave et de Besse-en-Oisans sur les droits d’y faire pâturer les troupeaux. Un procès commencé en 1366 les a opposés durant des siècles et un maire de Besse aurait mystérieusement disparu en chemin alors qu’il était parti apporter des documents importants à ce propos.

Crédit photo : J. Selberg

Glacier de la Girose (B)

Ce glacier de calotte s’étend entre le col des Ruillans, point d’arrivée des Téléphériques des Glaciers de la Meije et le haut des remontées des Deux Alpes où il rejoint le glacier de Mont de Lans. Ensemble, ils forment la plus grande calotte glaciaire de France. Malgré la fonte importante de ces dernières années, plusieurs langues de glace s’étendent vers la vallée, en haut des couloirs qui font le bonheur des skieurs hors-pistes en hiver.

Crédit photo : J. Selberg

Plateau d'Emparis (C)

Le sentier des mules longe la bordure méridionale de ce plateau d'altitude à forte vocation pastorale et touristique. Il offre un point de vue exceptionnel sur la Meije dont le relief très marqué contraste avec ce paysage doux. Il accueille 7 refuges et cabanes pastorales ainsi qu'une faune remarquable, telle le lièvre variable ou le grand Apollon. L'enjeu du site est le maintien de son caractère pastoral.

Crédit photo : Bernard Nicollet - PNE

Petit apollon (D)

Le petit apollon est un papillon rare et protégé. Il est doté d'antennes finement rayées de noir et de blanc. Une minuscule ocelle rouge orne le bord de chacune de ses ailes antérieures. D'une envergure de 60 à 80 mm, il est le seigneur et maître des parterres jaunes orangé de saxifrages faux aizoon où il protège ses oeufs et nourrit ses chenilles.

Crédit photo : Bernard Nicollet - PNE

Les travaux agricoles du printemps et de l'été (E)

Au printemps il fallait : lever terme (remonter la terre à l'aide de caisses tirées par des mulets). Labours, semis, plantations suivaient : seigle (qui occupait la terre deux ans), orge, avoine et pomme de terre. L'été ne pouvait pas se terminer sans que les granges soient remplies de foin. Faux (enchaplées, c'est- à-dire battues sur une enclume), râteaux, bourasses (filets) servaient tous les jours. Afin d'assurer l'hivernage des bêtes, un certain nombre de trousses (environ 80 kg de foin) étaient nécessaires : 25 par vache laitière et 5 par mouton.

Crédit photo : Cyril Coursier - PNE

Les travaux agricoles de l'automne et de l'hiver (F)

Dès septembre, les céréales coupées à la faux et faucille, séchaient en bourles (petits gerbiers d'une dizaine de gerbes) sur le haut des terres (champs). Une fois battus, les grains de seigle soleillaient (séchaient au soleil), puis gagnaient le moulin et ensuite le four pour la fabrication du pain noir. De fin novembre jusqu'à début mai, il fallait soigner les bêtes dans les étables. Le fumier de vaches était transporté aux champs en traîneaux, alors que le fumier de moutons coupé en blettes, une fois séchées, servait pour se chauffer et cuisiner. Dans une fruitière, on transformait le lait en beurre et fromage.

Crédit photo : Denis Clavreul

Cincle plongeur (G)

Posté sur un gros galet en partie immergé, le cincle se balance, queue dressée. Puis, le voilà qui plonge dans l'eau tourbillonnante, tête la première. Cet étonnant passereau à la particularité de marcher au fond de l'eau, à contre-courant, en quête de nourriture. Grâce à la fine membrane qui protège ses yeux des flots, il trouve ses proies à vue (vers, petits crustacés, larves d'insectes aquatiques) avant de sortir sa tête de l'eau et de se laisser emporter doucement par le courant. Finalement, il rejoint un nouveau poste de chasse et renouvelle l'opération.

Crédit photo : Robert Chevalier - PNE

Perchoir du Chazelet (H)

Pour tester votre appréhension du vide, rien de tel que ce nouveau jeu, grandeur nature, face à la Meije; un promontoire d’acier suspendu dans le vide. Si le premier pas parait difficile, ce sont bien les suivants qui demandent le plus de courage pour atteindre le bout de la passerelle ou plutôt du vide!
Sous vos pieds, tout en bas le village des Fréaux blotti contre la Romanche et au-dessus, les géants de glace. Ne manque que l'élément air, quelques rafales de vent souvent présentes, et les sensations sont garanties.!

L'oratoire Sainte-Anne du Chazelet (I)

Bien que situé sur un bord de route banalisant, l'oratoire du Chazelet est connu pour offrir l'un des plus beaux panoramas des Alpes et le massif de la Meije. Construit en pierres sèches, l'ouvrage se situe à 1 834 m et surplombe la vallée pour admirer le massif des Ecrins et la Meije. Il fut l'objet de nombreux croquis, clichés et peintures, dont la célèbre toile "La Meije" du peintre japonais Fujita.
Récemment une nouvelle table d’orientation a été construite quelques mètres au-dessus de l’oratoire. Composée de deux parties, elle révèle le versant nord de La Meije et le versant sud en direction du Chazelet et de la Savoie.

Crédit photo : PNE

Les terrasses de La Grave (J)

Sur l'adret de La Grave, terrasses agricoles et villages sont indissociables. C'est un patrimoine paysager de niveau européen qui rassemble de nombreux éléments architecturaux, archéologiques et naturels. Cet agro-système de haute-montagne est largement façonné par l'activité agricole passée et actuelle. Les terrains pentus nécessitaient à une époque le recours à des terrasses pour pouvoir cultiver. Ces anciennes terrasses de culture, aujourd'hui constituées de prairies naturelles, sont fauchées ou pâturées. Très sensibles à ce nouvel usage pastoral, elles connaissent peu à peu des problèmes d'érosion.

Crédit photo : Eric Vannard - PNE

L’église Notre-Dame de l’Assomption (K)

Classée monument historique, l'église Notre Dame de l'Assomption domine La Grave. De style roman lombard, ce remarquable édifice a été daté du XIe siècle. Cela fait de cette construction la plus ancienne des lieux. Tout autour de l'église se trouve un cimetière avec des tombes, surmontées de croix en bois et décorées d'un coeur de laiton, qui font face aux géants de glace.

Crédit photo : Jenny Selberg - OT Hautes Vallées