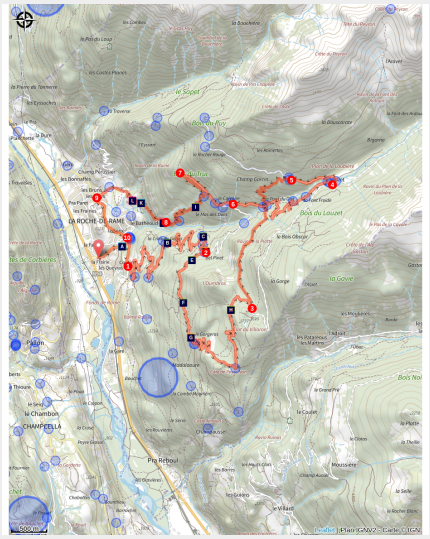
VTT N°12 - Circuit du Bois du Truc

single fond de Pelvoux (rogiervanrijn)



Parcours sur une piste forestière en montée et sur un sentier technique et difficile en descente.

Circuit situé au-dessus de La Roche-de-Rame offrant sur la quasi-totalité de l'itinéraire une vue panoramique de la vallée de la Durance et de la commune. Lors de la montée, on peut apercevoir au loin le Mont-Pelvoux. L'ascension est assez simple sur une piste large tandis que la descente est bien plus technique avec plusieurs singles étroits.

Infos pratiques

Pratique : VTT

Durée : 3 h

Longueur : 23.0 km

Dénivelé positif : 1055 m

Difficulté : Difficile

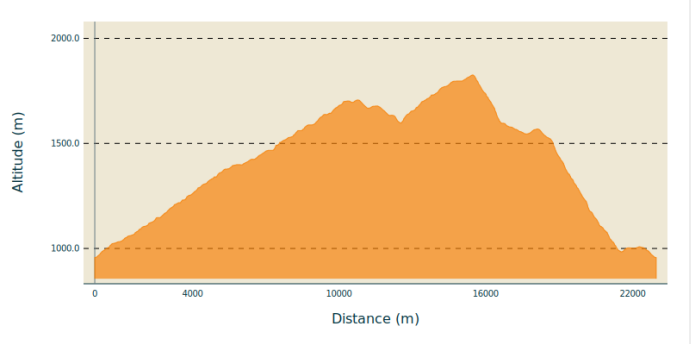
Type : Boucle

Thèmes : Faune, Flore, Histoire et architecture

Itinéraire

Départ : Mairie de La Roche-de-Rame
Arrivée : Mairie de La Roche-de-Rame
Balisage : VTT
Communes : 1. La Roche-de-Rame

Profil altimétrique

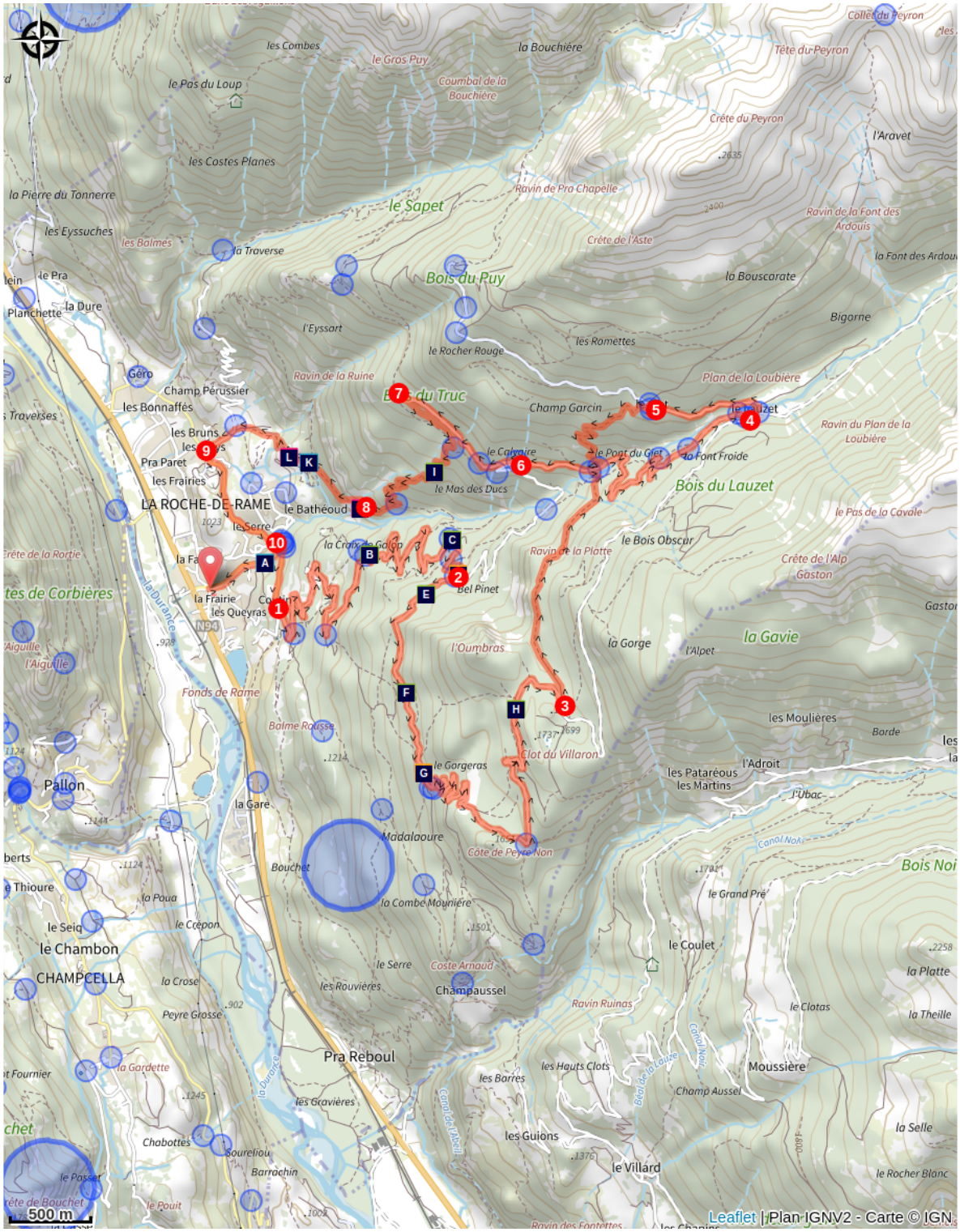


Altitude min 956 m Altitude max 1826 m

Le circuit débute vers la mairie de La Roche-de-Rame près du torrent de Bouchouse. Vous le longerez d'abord côté rive gauche dans le sens inverse du courant. 430 m après, vous le traverserez.

1. Prendre à gauche en direction du Lauzet en effectuant la montée en lacet sur une piste forestière
2. Arrivé au Bel Pinet à 1400 m, se diriger sur la piste de droite en direction du Gorgeras
3. Au croisement des pistes, prendre à gauche en direction du torrent de Bouchouse
4. Au hameau du Lauzet, continuer tout droit parmi les quelques chalets et prendre juste après à gauche la piste qui traverse le torrent de Bouchouse
5. Au hameau du Giet , quitter la piste forestière et prendre à gauche un très joli single qui descend dans la pinède
6. Au croisement des pistes, prendre celle de droite qui remonte légèrement et qui va traverser à flanc dans la forêt
7. Au terminus de la piste, se diriger vers la gauche et emprunter un petit sentier, début d'une descente superbe! Rester toujours sur le single de droite jusqu'aux maisons
8. **Attention: passage de passerelle technique suivi d'un single étroit!**
9. Aux Gillis, tourner à gauche pour emprunter la route D338 qui rejoint le centre de la commune
10. Tourner à droite en suivant le torrent de Bouchouse. On retrouve l'itinéraire de montée puis l'arrivée au niveau de la mairie.

Sur votre route...



- Torrent de Bouchouse (A)
- La lavande à feuilles étroites (B)
- Le pinson des arbres (C)
- Bel Pinet (D)
- La pinède (E)
- Le bois de tremble (F)
- Le Marbre Rose de Combe Mounière (G)
- Le cassenoix moucheté (H)
- Le raisin d’ours (I)
- La Roche-de-Rame (J)
- Le canal de Serre-Duc (K)
- Vue sur la vallée de la Durance (L)

Toutes les informations pratiques

⚠ Recommandations

Avant de partir en VTT, il est impératif de consulter les périodes d'ouverture du parcours sur le site : https://www.onpiste.com/explorer/routes/vtt-n%C2%B012-circuit-du-bois-du-truc-7266

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

Attention : Ces informations sont données à titre indicatif. Il est de votre responsabilité de vérifier le bulletin météo et les conditions avant votre départ. L'Office de tourisme et le PNE ne pourront aucunement être portés responsable en cas d'accident. En cas de doutes, s'adresser à des professionnels : moniteurs ou loueurs de matériels.

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

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 >> www.paysdesecrins.com

Accès routier

À 6,7 km de L'Argentière-La Bessée, prendre la N94.

Parking conseillé

Parking de la mairie, 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

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 un 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
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...

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.

Attribution : Office de tourisme du Pays des Écrins

La lavande à feuilles étroites (B)

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 pinson des arbres (C)

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

Bel Pinet (D)

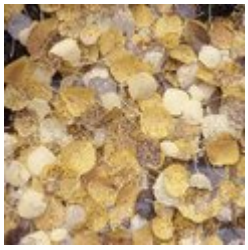
Bel Pinet est situé à 1400 m dans le vallon de Bouchouse sur la commune de La Roche-de-Rame. Bel Pinet ou Bel-Pinet désigne les pentes sous les rochers de l’Oumbras. Autrefois, le lieu était arrosé par le Canal de Bel Pinet, ce qui indique une mise en culture et donc une zone moins boisée. Pinet signifie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

Attribution : 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.

Attribution : 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 !

Attribution : 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.

Attribution : 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.

Attribution : Damien Combrisson - Parc national des Écrins

Le raisin d’ours (I)

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

La Roche-de-Rame (J)

Magnifique point de vue sur la commune de la Roche-de-Rame ! Cette commune se situe sur la rive gauche de la Durance. Comme à L'Argentière-la-Bessée, son histoire récente est fortement marquée par l'industrialisation du début du 20ème siècle. Bien connue pour son plan d'eau naturel, un lac d'origine glaciaire, la commune égrène ses hameaux sur le versant. Plus haut, deux immenses vallons, dont celui de Bouchouse, s'enfoncent dans le massif faisant charnière avec le Queyras.

Attribution : Office de tourisme du Pays des Écrins

Le canal de Serre-Duc (K)

Entre le Bathéoud et la pente rocheuse se trouve le quartier de Serre-Duc. La circulation de l’eau était permise par le canal d’irrigation de Serre-Duc. Il est aujourd’hui abandonné mais son tracé est toujours visible entre les pins et les lavandes. Sa prise d’eau était située en amont du Coumbal de Satan et le canal permettait l’arrosage de tout le quartier.

Attribution : Office de tourisme Pays des Écrins

Vue sur la vallée de la Durance (L)

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 température. 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