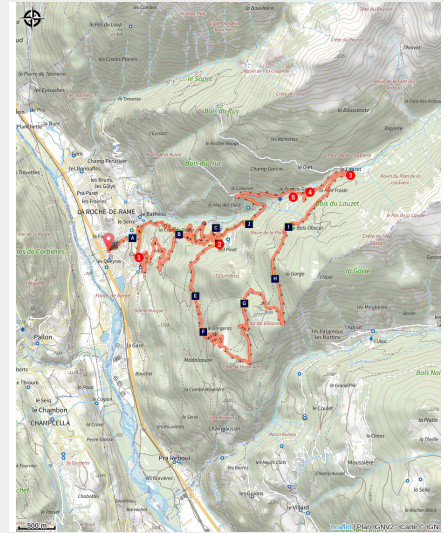


# Le Lauzet - Parcours n°11

La Roche-de-Rame



single forêt (rogiervanrijn)



*Circuit plaisant à rouler dans un environnement totalement naturel offrant de nombreuses vues panoramiques sur les Ecrins.*

Situé sur la commune de La Roche-de-Rame, ce parcours agréable s'effectue principalement en forêt. La montée est assez simple et offre une vue panoramique sur le Mont Pelvoux tandis que la descente, près du torrent de Bouchouse est bien plus technique.

## Infos pratiques

---

Pratique : VTT

---

Durée : 3 h

---

Longueur : 20.6 km

---

Dénivelé positif : 918 m

---

Difficulté : Moyen

---

Type : Boucle

---

Thèmes : Faune, Flore, Histoire et architecture

# Itinéraire

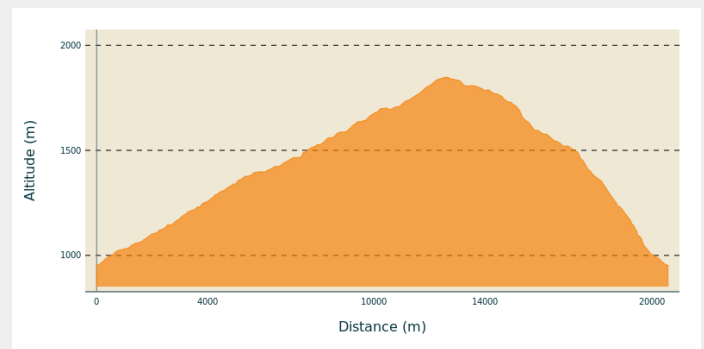
**Départ** : Mairie de La Roche-de-Rame

**Arrivée** : Mairie de La Roche-de-Rame

**Balisage** : ➤ VTT

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

## Profil altimétrique

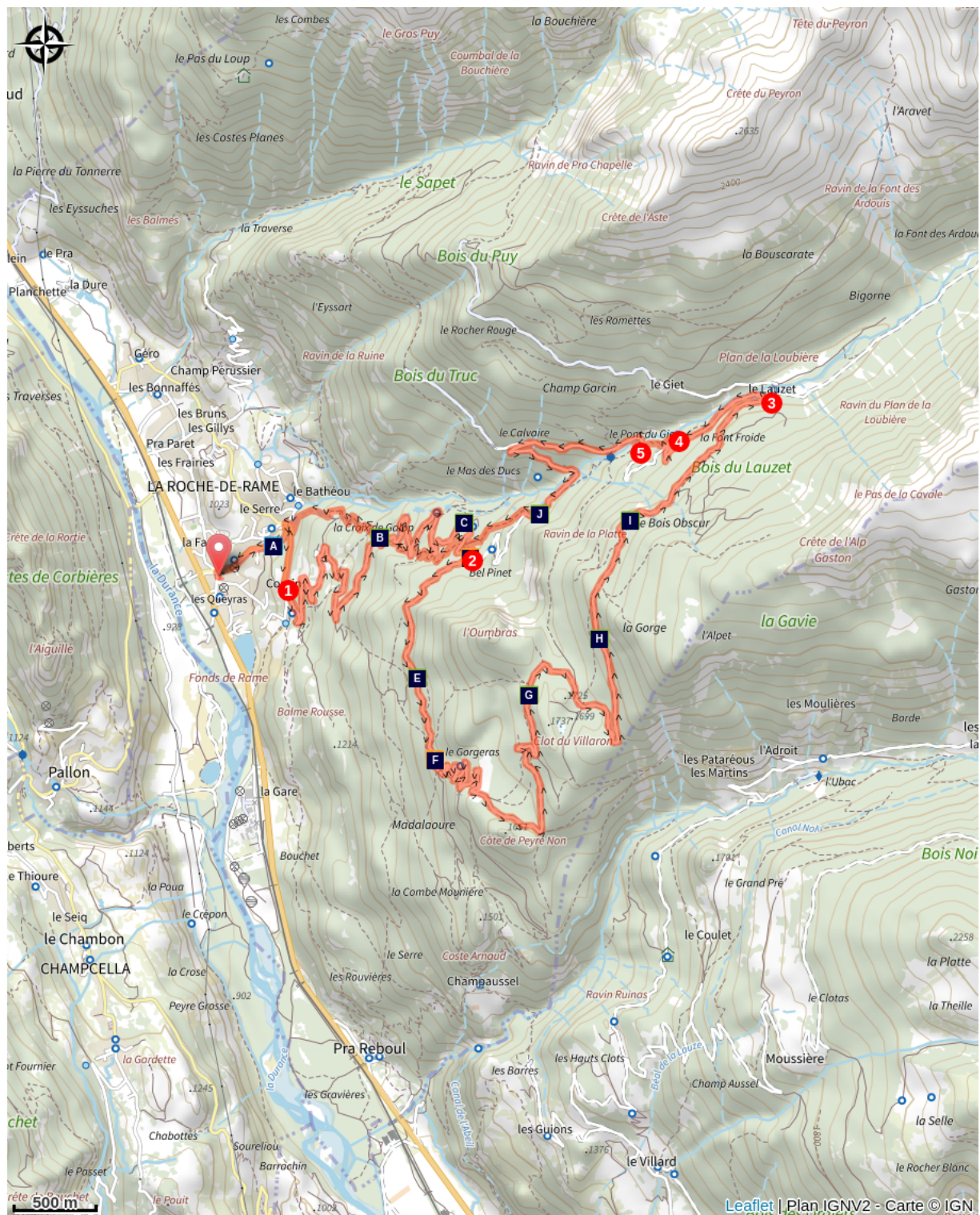


Altitude min 952 m Altitude max 1849 m

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 et continuerez côté rive droite. Au carrefour, vous prendrez à droite pour le traverser de nouveau et continuerez la montée direction Bel Pinet.

1. Prendre à gauche en direction du Lauzet en effectuant la montée en lacet sur une piste caillouteuse
2. Arrivé au Bel Pinet à 1400 m, se diriger sur la piste de droite pour rejoindre le Gorgeras, le Clot du Villaron et le Lauzet, en passant vers la carrière du Marbre Rose, une roche qui sert à la construction de plusieurs bâtis comme la cathédrale de Gap
3. Arrivé au Lauzet à 1786 m, s'orienter à gauche près du petit lac, pour effectuer la descente en direction de Bel Pinet par un autre itinéraire
4. Prendre à droite sur un sentier pour éviter la piste forestière
5. Quitter ce sentier pour reprendre la piste forestière jusqu'à la prochaine bifurcation à droite: single technique jusqu'en bas du parcours

# Sur votre chemin...



 Torrent de Bouchouse (A)

 Le pinon des arbres (C)


 Le bois de tremble (E)


 Le cassenoix moucheté (G)

 L'épicéa commun (I)

 La lavande à feuilles étroites (B)

 Bel Pinet (D)

 Le Marbre Rose de Combe Mounière (F)

 Le mouflon (H)

 Le pic noir (J)

# Toutes les infos 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/le-lauzet-4549>

**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://services-zou.maregionsud.fr/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 >> [www.paysdesecrins.com](http://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 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

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 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

---

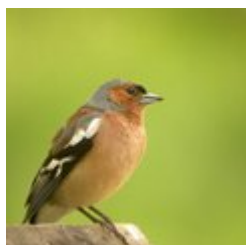


## La lavande à feuilles étroites (B)

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.

Crédit photo : 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.

Crédit photo : Combrisson Damien - Parc national des Écrins

---

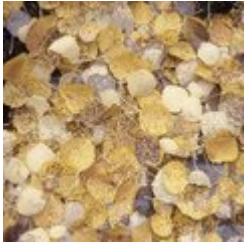


## Bel Pinet (D)

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.

Crédit photo : Office de tourisme du Pays des Écrins

---



## Le bois de tremble (E)

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 (F)

Au XIX<sup>ème</sup> 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 servi 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.

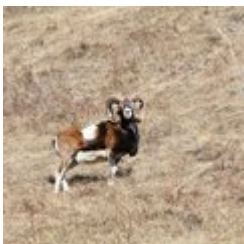
Crédit photo : Office de tourisme du Pays des Écrins



## Le cassenoix moucheté (G)

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 (H)

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 (I)

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 pic noir (J)

Le plus grand oiseau de la famille des pics, adaptés morphologiquement à la vie arboricole. Il est facilement reconnaissable par sa couleur entièrement noire, avec une calotte rouge vif du front jusqu'à l'arrière de la nuque chez le mâle et seulement une tache rouge chez la femelle. Il fréquente les espaces arborés nécessaires à son alimentation et à son mode de nidification. Il se nourrit principalement de fourmis et d'insectes qu'il prélève par des perforations dans l'écorce grâce à son bec acéré.

Crédit photo : Coulon Mireille - Parc national des Écrins