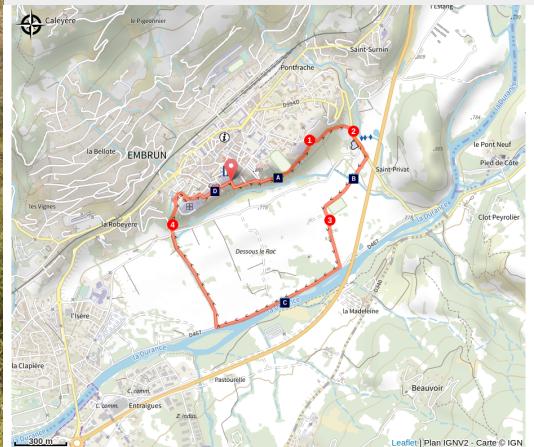


# La plaine sous le roc

Parc national des Ecrins



(etienne.charles)



## *Cheminier entre la tumultueuse Durance, et la tranquillité des champs, sous le regard bienveillant de la ville d'Embrun.*

Depuis les remparts de la ville, surplombant la plaine sous le Roc, profitez en famille de ce belvédère ainsi que des nombreux panneaux informatifs qui l'accompagne. Du Roc, redescendez sur la plaine pour une paisible boucle le long de la Durance. Cette étendue agricole représente un véritable réservoir de biodiversité.

## Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 1 h 30

Longueur : 4.1 km

Dénivelé positif : 110 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

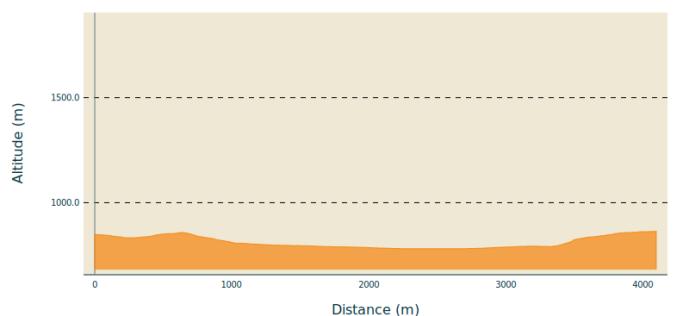
Thèmes : Faune, Flore, Géologie, Histoire et architecture

Accessibilité : Famille, Poussette

# Itinéraire

**Départ** : parking de la tour Brune  
**Arrivée** : Parking de la tour Brune  
**Balisage** : GR GRP PR  
**Communes** : 1. Embrun

## Profil altimétrique

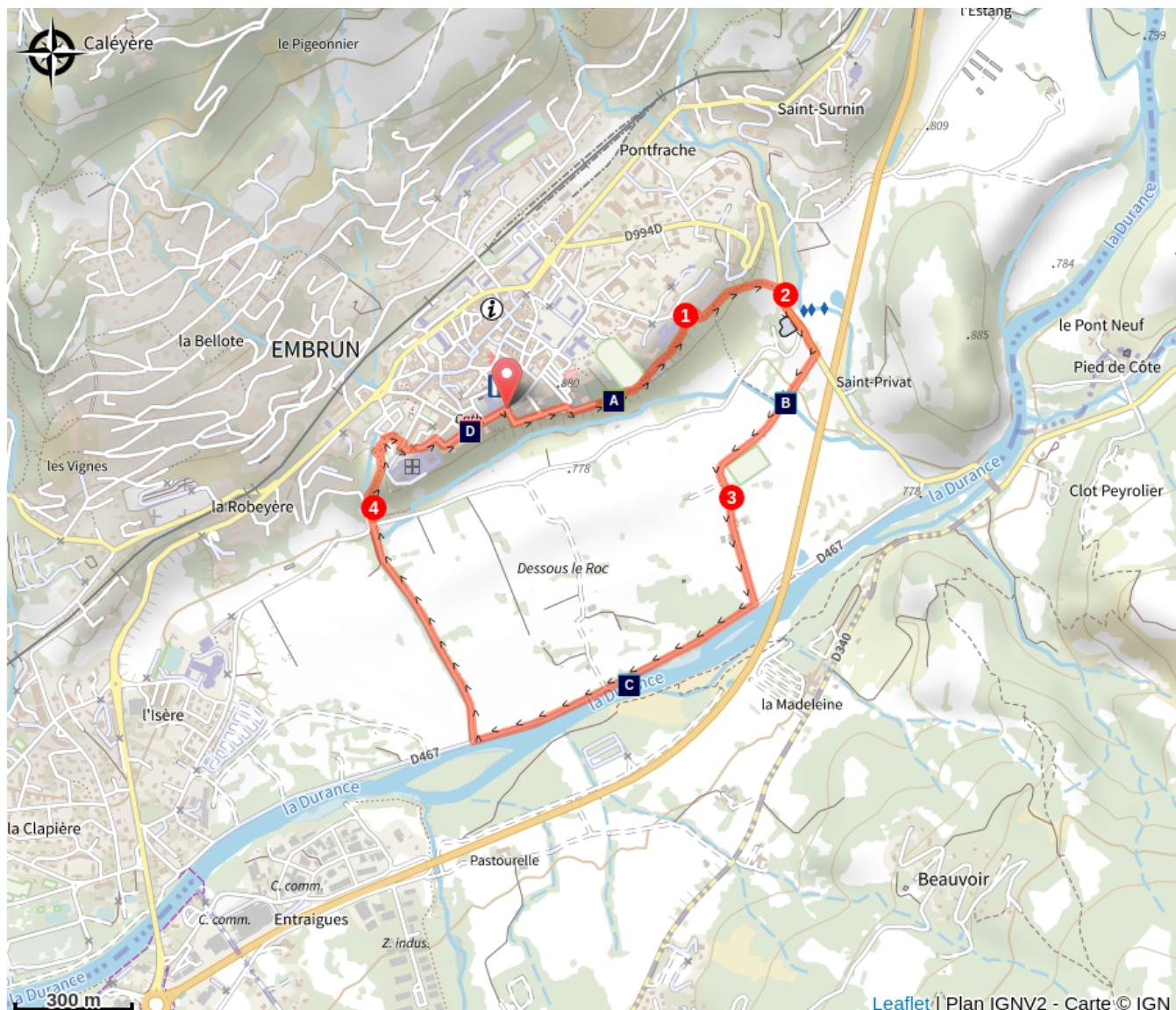


Altitude min 781 m Altitude max 864 m

Depuis le parking, prendre à gauche direction la promenade au bord du Roc. De là, longer le mur au bord du Roc. Passer derrière la manutention et le stade où vous trouverez une passerelle en bois. Passer le pont, puis au bout, prendre le chemin de droite au lieu-dit « les Rochassons »

1. Descendre le chemin et rejoindre la route.
2. De là prendre à droite au bord de route. Dépasser la centrale électrique, puis prendre la deuxième route qui descend, direction « le stade de rugby ». Passer le stade, suivre le chemin.
3. Arrivé sur la route, au « chemin du stade » prendre à droite direction le « Chaffal d'en Bas », tout en longeant la Durance. Au lieu-dit « Le Chaffal d'en bas », prendre la route à droite et suivre le canal direction la Ville. Au croisement, près de la fontaine, aller tout droit et prendre le chemin de terre au lieu-dit « Le Chaffal 1 » direction les Moulineaux.
4. Monter jusqu'à rejoindre le parking. En haut, prendre les escaliers qui montent à droite au niveau des remparts. Passer devant l'hôpital puis continuer la rue jusqu'à rejoindre la Cathédrale Notre-Dame-du-Réal d'Embrun, puis le parking de départ qui se trouve juste derrière.

# Sur votre route...



choucas des tours (A)  
 La Durance (C)

canaux d'irrigation (B)  
 Cathédrale notre dame du Réal (D)

# Toutes les informations pratiques

## ⚠ Recommandations

Le départ peut également s'effectuer depuis le plan d'eau d'Embrun, en remontant la digue le long de la Durance.

Différents types de pratiques cohabitent, pensez à partager la voie.

## Comment venir ?

### Transports

Transports en commun : [ccserreponcon.com](http://ccserreponcon.com)

### Accès routier

Au rond-point de la Nationale 94, prendre direction le centre-ville d'Embrun. Au niveau du rond-point, prendre à droite, la rue qui monte à gauche de la pharmacie puis aller direction la tour Brune, à gauche de la Cathédrale. Se garer sur le parking de la Tour Brune.

### Parking conseillé

Parking de la Tour Brune

## Accessibilité

non



Poussette

## Lieux de renseignement

### Bureau d'Information Touristique Embrun

Place Général Dosse - BP 49, 05202  
Embrun

embrun@serreponcon-tourisme.com  
Tel : 0492437272  
<https://www.serreponcon-tourisme.com/>



## Source



Serre-Ponçon

<https://www.serreponcon.com>

# Sur votre route...

---



## ▢ choucas des tours (A)

Taille : 39 cm

Envergure : 64 à 73 cm

Poids : 220 à 270 g

Longévité : 14 ans

Le Choucas des tours est le plus petit de tous les corvidés vivant dans nos contrées. Ses [ailes](#) courtes lui donnent une allure générale assez compacte. Son plumage est presque entièrement noir, mais légèrement plus clair sur les flancs et sur la poitrine. Il n'y a pas de [dimorphisme](#) sexuel, mâles et femelles sont rigoureusement identiques.

Le choucas affectionne les points surélevés d'où ils dominent le paysage : falaises, carrières, clochers, tours, ruines, châteaux, allées de grands arbres, forêts.

Au delà du fait qu'ils représentent d'excellents observatoires, ces lieux ont en commun de présenter de nombreux trous, fentes, crevasses et excavations qui sont les endroits que le choucas privilégie pour la nidification. Toutefois, ses lieux de nourrissage se situent dans les prairies et les champs. On le retrouve en plaine et dans les montagnes jusqu'à 1 200 mètres d'altitude.

C'est un oiseau sociable, vif et bruyant. Il lance des cris aigus très différents de ceux des autres corvidés.

Il est [migrateur](#) partiel en Europe.

Les couples sont unis pour la vie et ils sont presque toujours réunis. Il est [grégaire](#) et recherche sa nourriture en groupe.

Comme la majorité des corvidés, il est [omnivore](#)



## 💧 canaux d'irrigation (B)

Les canaux sont répartis de manière stratégique afin de pouvoir irriguer les différentes parcelles, par l'intermédiaire d'ouverture et fermeture des martellières. Cette technique ancestrale permet de contrôler les flux d'eau selon le besoin des agriculteurs.

Crédit : etienne.charles



## 💧 La Durance (C)

La Durance est la plus importante rivière de Provence et le troisième affluent du Rhône derrière la Saône et l'Isère pour le débit. Elle prend sa source dans les Hautes-Alpes sur la commune de Montgenèvre et est rapidement rejointe par la Clarée et la Guisane qui s'effacent devant elle malgré une longueur et un débit plus important au point de confluence. La vallée de la Durance constitue en effet un axe de communication majeur depuis des siècles et son caractère capricieux est désormais contrôlé par le lac artificiel de Serre-Ponçon et par un canal qui s'étend en aval. Le vieux proverbe en cours sous l'Ancien Régime qui prétendait « que les trois fléaux de la Provence sont le Mistral, la Durance et le Parlement » est désormais oublié et la Durance n'apporte plus que la vie dans les terres qu'elle irrigue.

Crédit : Agence Kros\_Rémi Fabrègue



## ⛪ Cathédrale Notre Dame du Réal (D)

Véritable emblème de la cité, cette cathédrale est dédiée à la vierge Marie. C'est le plus grand édifice religieux des Alpes françaises. Elle domine la vallée de la Durance. Impossible de la manquer lors d'une visite de la plaine sous le Roc. Elle se caractérise par une architecture d'inspiration Lombarde avec l'alternance du schiste noir et du calcaire blanc.

Crédit : Kairno