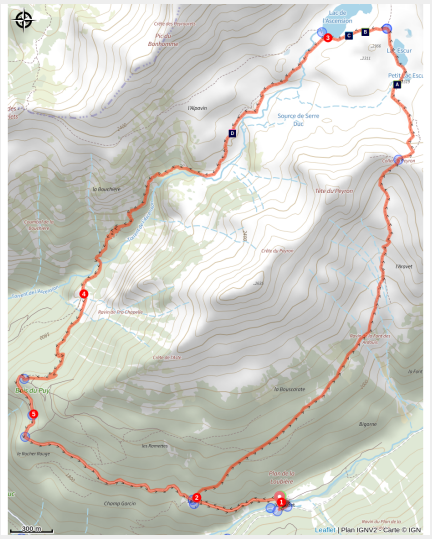
Circuit du lac de l’Ascension



(Thibaut BLAIS)



Une boucle aux ambiances variées, mêlant sous-bois, lac de montagne et points de vues remarquables !

C’est dans un écrin de nature que ce parcours vous dévoilera le magnifique lac de l’Ascension. De la forêt de conifères, au vallon d’alpage en passant par la rivière, cette boucle vous réserve des ambiances variées. Une vue dégagée sur la vallée de la Durance et le majestueux Mont Pelvoux vous accompagnera tout au long de ce voyage d’une journée.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 6 h

Longueur : 13.2 km

Dénivelé positif : 810 m

Difficulté : Moyen

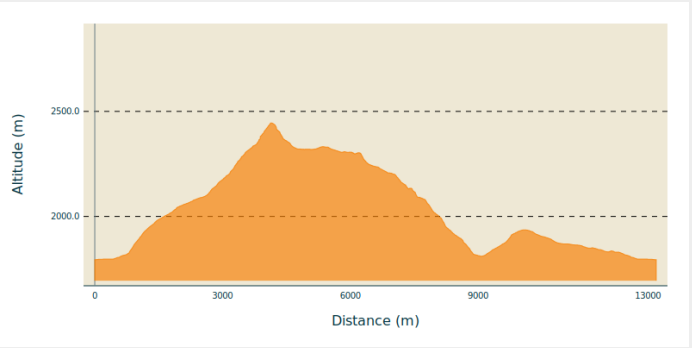
Type : Boucle

Thèmes : Lac et glacier, Point de vue

Itinéraire

Départ : Parking, Le Lauzet
Arrivée : Parking, Le Lauzet
Communes : 1. La Roche-de-Rame

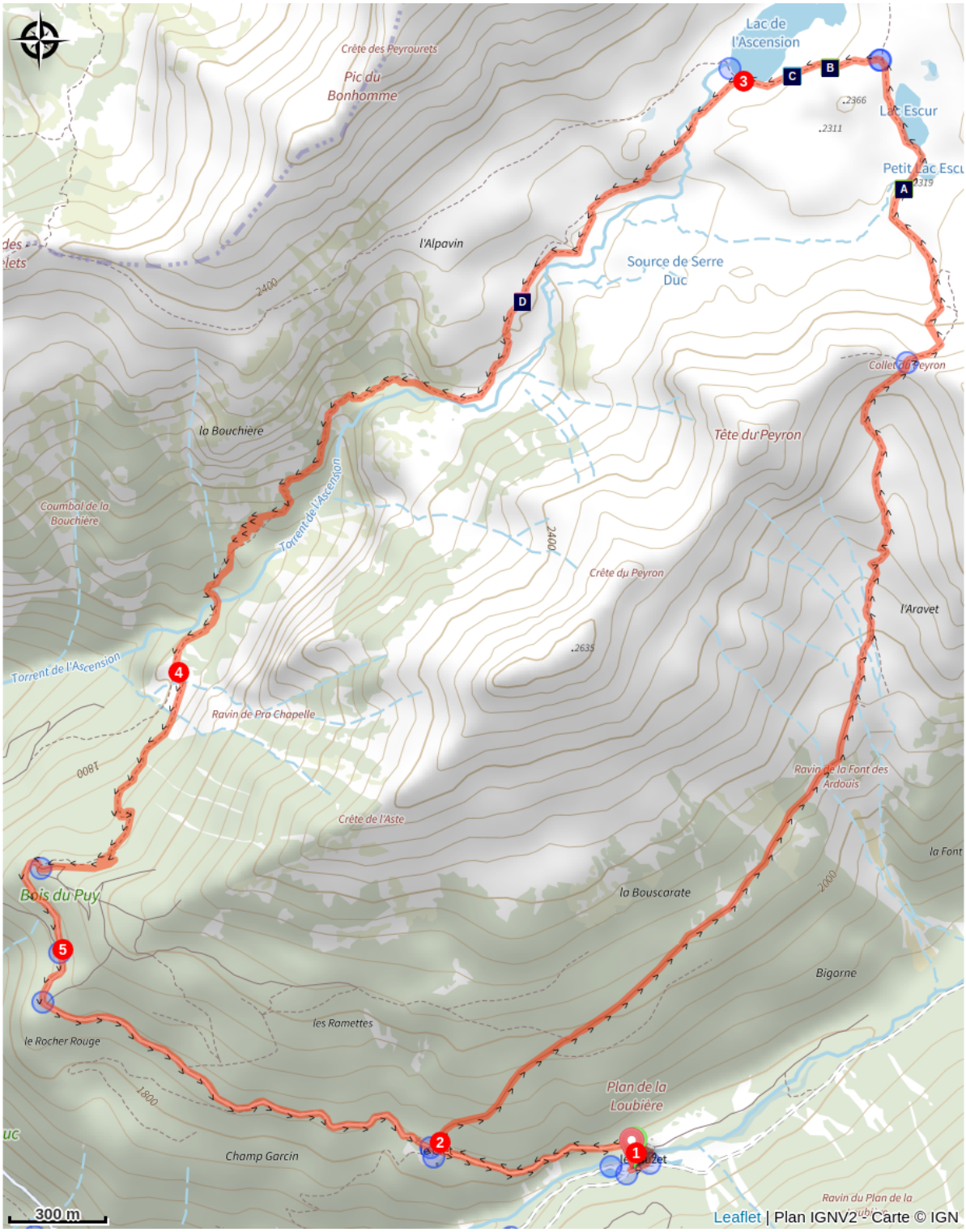
Profil altimétrique



Altitude min 1794 m Altitude max 2445 m

1. Aux chalets du Lauzet, s'engager à gauche sur une route forestière qui franchit le torrent de Bouchouse par une passerelle.
2. Au Giet, emprunter le chemin de droite qui indique « lac de l’Ascension par le Peyron 2h15 ». Poursuivre jusqu’au Collet du Peyron, le lac Escur puis le lac de l'Ascension.
3. Après ce dernier lac, rester sur le chemin de gauche pour rejoindre la cabane de l'Alpavin.
4. Continuer à descendre jusqu’à une bifurcation au niveau du petit replat de Pra Chapelle. S’engager à gauche vers un sentier qui remonte sur 120m de dénivelé.
5. Continuer tout droit sur la piste forestière afin de rejoindre le Lauzet

Sur votre route...



Les linaigrettes (A)
Le Lac de l'Ascension (C)
La grenouille rousse (B)
Le lapiaz (D)

Toutes les informations pratiques

⚠ Recommandations

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

Comment venir ?

Transports

Transports en commun >> www.pacamobilite.fr

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.

Accès routier

À 15,8km de L’Argentière-la-Bessée, prendre la N94 jusqu’à la Roche de Rame. Tourner à gauche avant le pont qui traverse le torrent Bouchouse, direction Le Bathéou. Poursuivre la route forestière jusqu’à la bifurcation de Bel Pinet puis suivre « le Lauzet par le Calvaire ».

Parking conseillé

Parking à l’entrée du hameau, Le Lauzet

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...



Les linaigrettes (A)

Au bord de l'eau, dans la prairie humide, des plantes à la tête cotonneuse se balancent doucement. Ce sont des linaigrettes, plantes dont les fleurs rudimentaires ne se remarquent pas, mais dont les fruits sont dotés d'aigrettes plumeuses favorisant leur dispersion par le vent. Les fruits étant groupés, leurs aigrettes forment un « pompon » très esthétique ! Ce sont des plantes bien adaptées au climat montagnard.

Attribution : Mireille Coulon - Parc national des Écrins



La grenouille rousse (B)

La grenouille rousse s'adapte à l'altitude et peut profiter de l'eau jusqu'à 2800 m. Elle est capable de subsister à la rudesse hivernale en se mettant à l'abri du gel sous un rocher, une souche... Cet amphibien est la grenouille la plus commune en montagne et est reconnaissable à son masque chocolat qui met en valeur ses yeux d'or. À noter, la croissance des têtards est lente, ce n'est qu'au bout de deux ans qu'ils deviennent adultes.

Attribution : Mireille Coulon - Parc national des Écrins



Le Lac de l’Ascension (C)

La Roche-de-Rame est entourée de deux vallons où se trouvent les alpages de la commune : le vallon de Bouchouse et le vallon de l’Ascension. Ce dernier ne compte qu’une bergerie et différents lacs donc le Lac de l’Ascension, situé à 2306 m.

Attribution : Jan Novak Photography



Le lapiaz (D)

Le lapiaz est une formation géologique de surface dans la roche calcaire compacte et plus où moins horizontale. Il résulte de la dissolution des substances carbonatées du calcaire par les eaux froides circulant sur lui, ce qui entraîne la formation de crevasses et rigoles ou de trous. De nombreux lapiaz se sont formés à la fonte des grands glaciers du quaternaire (eaux froides !) mais continuent encore à s'éroder à la fonte des neiges.

Attribution : Christian Couloumy - Parc national des Écrins