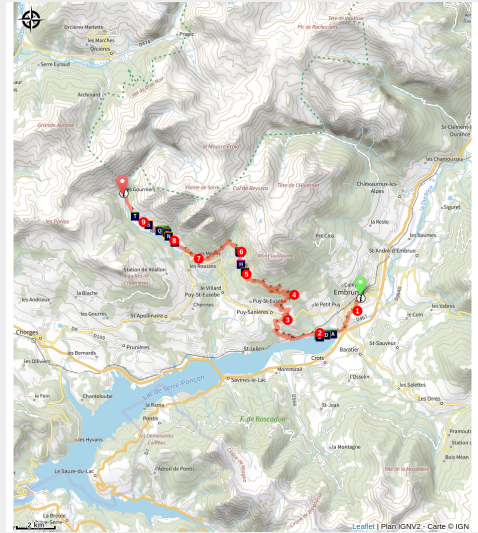


## D'Embrun à Réallon (GTE VTT)

Embrunais - Embrun



Le hameau des Gourmiers à l'automne, Réallon (© Coulon Mireille)



*Cette étape est majoritairement montante depuis les 600 m du plan d'eau à près de 1700 m. L'essentiel s'effectue sur piste mais la deuxième partie alterne avec chemins et sentiers monotraces plus exigeants.*

Changement rapide de décor après le plan d'eau et son ambiance "balnéaire". On retrouve vite calme et sérénité en grim pant sous les pentes du Mont-Guillaume célèbre pour sa chapelle et son pèlerinage annuel. Réallon, son village typique, sa vallée d'altitude et ses hameaux vous accueillent pour terminer l'étape.

### Infos pratiques

---

Pratique : VTT

---

Durée : 3 h 30

---

Longueur : 30.7 km

---

Dénivelé positif : 1388 m

---

Difficulté : Difficile

---

Type : Etape

---

Thèmes : Histoire et architecture,  
Point de vue

# Itinéraire

**Départ** : Gare d'Embrun

**Arrivée** : Réallon (Les Gourniers)

**Balisage** : ▶ Itinérance VTT

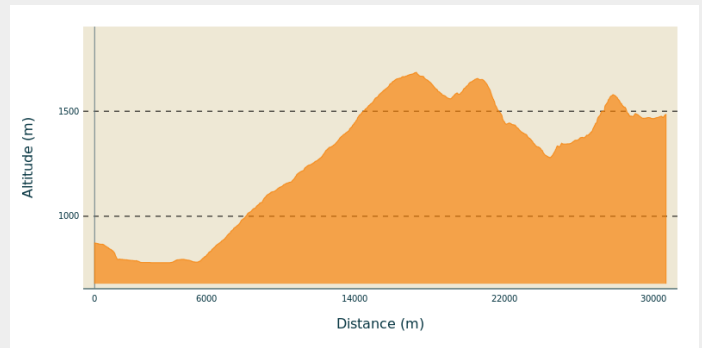
**Communes** : 1. Embrun

2. Puy-Sanières

3. Puy-Saint-Eusèbe

4. Réallon

## Profil altimétrique



Altitude min 780 m Altitude max 1686 m

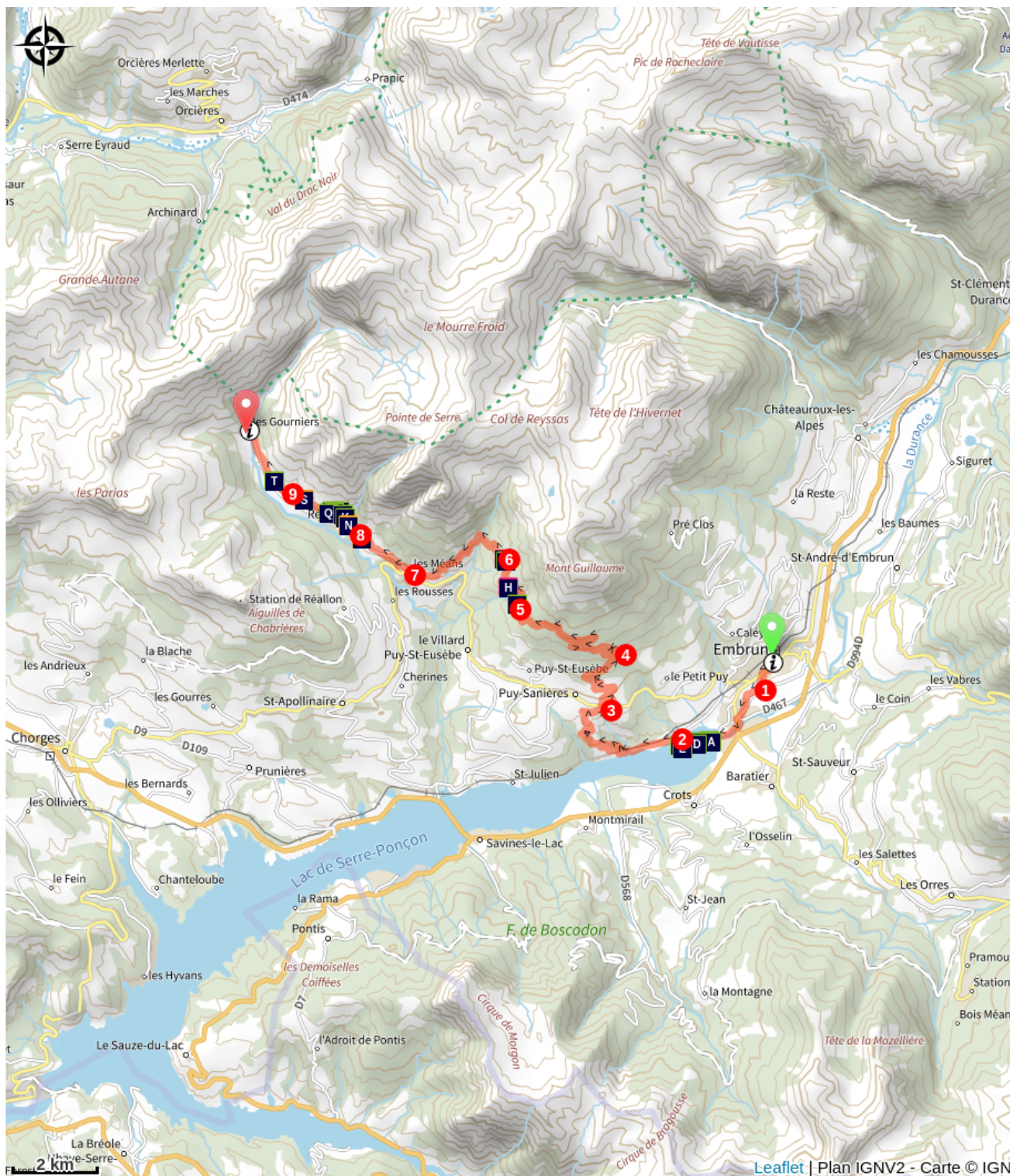
Cotation FFC : rouge







Depuis la gare, rejoindre le centre-ville d'Embrun, au rond-point prendre à droite. Prendre la rue piétonne rue Clovis Hugues, puis à gauche la rue de la Liberté. Traverser le parking du supermarché et descendre sur le chemin bitumé, vers le plan d'eau.







1. Au Carrefour du Chaffal, descendre la route à droite jusqu'à la D994H en ignorant toutes les rues à gauche et à droite. Juste avant le croisement de la D994H à gauche descendre à gauche (ne pas prendre la voie sans issue). Après Alpes 2 Roues, suivre la Durance à droite puis tout droit sur le chemin de la digue.
2. Au club nautique, prendre la route à gauche vers Les Chadenas puis monter la piste. Au croisement sous Puy Sanière (Clos Donne) continuer à droite.
3. A la D9 prendre à gauche puis à droite la D309 en direction de Le Serre. Dans le hameau continuer la route à gauche. Dans le virage, continuer sur la piste à gauche sur la DFCI G2, puis à 400m à droite la route forestière de la Pinée.
4. A la citerne, monter à gauche la piste DFCI G4. Monter en lacet jusqu'à la piste en balcon. La suivre à gauche jusqu'au chemin de la Baume
5. /!\ Dans la descente, dans un virage prendre à droite la route forestière de la Baume puis continuer sur la piste DFCI G17.
6. /!\ Descendre à gauche dans un joli sentier. Un peu plus bas remonter quelques mètres à droite pour redescendre jusque les Ortets.
7. Aux Ortets, prendre à droite, traverser les Méans. A la sortie du hameau, juste après la chambre d'hôtes, monter à droite : court poussage pour rattraper un chemin.
8. A Réallon, monter la route à droite. Au monument aux morts, monter à droite dans le village. Monter au-dessus de la Charrière de Sainte Luce (poussage). Continuer sur le GR (A la fontaine, aller-retour au fort possible).
9. Au chemin continuer à droite et descendre à flanc jusqu'à la route. Rejoindre le hameau des Gourniers à droite.











# Sur votre chemin...



-  La Perche commune (A)
-  Le Canard colvert (C)
-  Goéland Leucophée (E)
-  Pinson des arbres (G)
-  Le Mélèze (I)
-  Rougequeue noir (K)

-  Le gardon (B)
-  L'amour blanc (D)
-  Grand Cormoran (F)
-  Point de vue sur le Lac de Serre-Ponçon (H)
-  Les clapiers (J)
-  Merle de roche (L)

-  Murs de soutènement (M)
-  Chênes et pins (O)
-  Écureuil (Q)
-  L'agriculture de montagne (S)

-  Réallon chef-lieu (N)
-  Chevreuil (P)
-  Perdrix bartavelle (R)
-  Circaète Jean le Blanc (T)

# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

Aller-retour au fort de Réallon possible.

# 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 1310m d'altitude !

## **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 1400m d'altitude !

## **Lieux de renseignement**

### **Bureau d'Information Touristique Embrun**

Place Général Dosse - BP 49, 05202  
Embrun

[embrun@serreponcon-tourisme.com](mailto:embrun@serreponcon-tourisme.com)

Tel : 0492437272

<https://www.serreponcon-tourisme.com/>



### **Centre d'information des Gourniers (ouverture estivale)**

Les Gourniers, 05160 Réallon

[embrunais@ecrins-parcnational.fr](mailto:embrunais@ecrins-parcnational.fr)

Tel : 04 92 44 30 36

<http://www.ecrins-parcnational.fr/>



## **Source**



Parc national des Ecrins

<https://www.ecrins-parcnational.fr>

# Sur votre chemin...

---



## La Perche commune (A)

La Perche a le corps gris-vert, avec des zébrures sombres. Ses écailles sont rugueuses. Elle possède deux nageoires dorsales dont une à rayons épineux. Ses nageoires inférieures et caudales sont orangées. Elle peut atteindre une quarantaine de centimètres. C'est un carnassier grégaire et opportuniste. Elle se nourrit d'invertébrés et d'écrevisses, mais chasse aussi les poissons en meutes organisées. Elle permet à de nombreux débutants pêcheurs de faire leurs premières armes dans la pêche aux carnassiers.

Crédit photo : etienne.charles

---

## Le gardon (B)

C'est l'un des poissons « blancs » les plus répandus. Il a un corps en forme de fuseau, comprimé latéralement, et recouvert de grandes écailles argentées. Ses nageoires inférieures et ses yeux sont teintés de rouge. Opportunistes, ils consomment aussi bien des végétaux que de toutes petites proies comme les larves et les moustiques. Ils forment des bancs importants et la plupart des pêcheurs du lac font leurs premiers pas au bord de l'eau en les pêchant.



## Le Canard colvert (C)

Peu farouche, ce barboteur préfère s'alimenter en surface ou à faible profondeur en avançant à coups de pattes circulaires et alternés : il plonge la tête dans l'eau et bascule vers l'avant. Il niche en bord de Durance, il est omnivore et se nourrit de d'invertébrés, de petits poissons et d'herbes... Le mâle est facilement reconnaissable pendant la période nuptiale par sa tête vert brillant. Après cette période, il mue et prend une couleur gris-brun proche de celle des femelles et des jeunes.

Crédit photo : Pascal Saulay - PNE

---



---

## L'amour blanc (D)

Ce poisson tient son nom du fleuve dont il est originaire, le fleuve Amour qui tient lieu de frontière entre la Chine et la Sibérie. Son corps est puissant et ressemble à celui de la carpe, mais ses yeux implantés très bas diffèrent nettement. L'introduction raisonnée et réversible de cette espèce par la ville d'Embrun et les pêcheurs, est une manière douce, écologique et maîtrisée de résoudre le problème de la prolifération des végétaux dans le plan d'Eau d'Embrun.

---



## Goéland Leucophée (E)

Il a remonté la Durance et s'est installé sur le lac où il retrouve des conditions favorables à sa survie (eau libre). Ce goéland, cousin des mouettes, est omnivore. On peut observer la colonie fixée autour du lac toute l'année. Ils sont généralement gris ou blancs, avec des marques noires sur les ailes. Ils ont un bec long et épais et des pieds palmés de couleur jaune. Les jeunes sont de couleurs grises et mettent deux à quatre ans pour acquérir le plumage adulte.

Crédit photo : Pascal Saulay - PNE



## Grand Cormoran (F)

**Taille :** 90 cm

**Envergure :** jusqu'à 150 cm

**Poids :** 2000 à 2500 gr

**Age :** 20 ans max

### **Aspect :**

Oiseau aquatique de la taille d'une oie, le Grand Cormoran est presque complètement noir avec des reflets métalliques bleutés et un peu bronze, discernables à faible distance.

En plumage nuptial, il arbore une gorge blanche, et une tache blanche sur la cuisse, qui disparaît souvent dès juin. Cette grande tache blanche, portée par les deux sexes, sert de signal au moment des parades. En hiver, ces marques blanches disparaissent sur les cuisses et celle de la tête diminue, ce qui rend difficile la distinction avec le Cormoran huppé, pourtant plus petit.

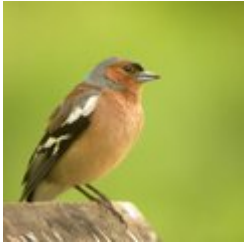
Le Grand Cormoran possède un bec jaune puissant doté d'un crochet acéré à l'extrémité, et donc bien adapté à la capture des poissons.

Le grand cormoran vit sur les côtes rocheuses ou sablonneuses, dans les estuaires, près des lacs et des grands cours d'eau. Il niche sur les falaises et les îles rocheuses, et se nourrit dans les eaux abritées. Il hiverne le long des côtes.

Le grand cormoran se nourrit principalement de poisson. Il plonge pour capturer sa proie avec le [bec](#), et il est capable de rester sous l'eau pendant plus d'une minute. Il remonte le poisson à la surface afin de l'étourdir en le secouant et de le lancer en l'air pour le retourner avant de l'avalier.

Cette [espèce](#) est [grégaire](#) et niche en [colonies](#) sur les corniches des falaises, dans des arbres, sur les côtes ou à l'intérieur des terres.

Crédit photo : etienne.charles



## Pinson des arbres (G)

Le Pinson est facilement reconnaissable à la double barre blanche sur ses ailes. C'est la plus fréquente et la plus répandue des trois espèces de pinsons. Territorial en période de reproduction, ce pinson se nourrit en grandes bandes en hiver. Du bord de la mer jusqu'à l'étage alpin, le pinson des arbres est peu exigeant même s'il a une préférence pour les forêts peu denses et fraîches. Granivore, il devient insectivore pendant la reproduction.

Crédit photo : Damien Combrisson - PNE

---



## Point de vue sur le Lac de Serre-Ponçon (H)

Ce point de vue situé au Bois de Pra Martin offre un magnifique panorama sur le lac de Serre-Ponçon. Tout à gauche, le pont de Savines-le-Lac ainsi que le Pic Morgon. A droite la vue s'étend presque jusqu'au barrage qui se trouve en aval de Sauze-du-Lac. En rive droite du lac se trouve le hameau de Chèrines, ainsi que la station de ski de Réallon au pied des Aiguilles de Chabrières.

Crédit photo : amelie.vallier

---



## Le Mélèze (I)

Arbre roi dans les montagnes des Alpes du Sud, le mélèze est le seul conifère à perdre ses aiguilles en hiver. Ses cônes, au printemps, sont d'un violet sombre caractéristique. Le mélèze est une des rares essences européennes imputrescibles (qui ne pourrissent pas). C'est pourquoi malgré sa torsion au séchage il est beaucoup utilisé dans les charpentes, les abreuvoirs et autres rigoles des villages montagnards. Incapable de se régénérer sous son propre sous-bois, il a besoin d'ouvertures naturelles, parfois créés par des avalanches, pour que les jeunes pousses se développent. On le retrouve jusqu'à plus de 2200 mètres d'altitude, où il adopte alors des formes naines dans ces zones de combat. Le mélèze présenté en ce point de la randonnée est plusieurs fois centenaire.

Crédit photo : Mireille Coulon - PNE

---



## Les clapiers (J)

« Clavier » est le terme employé dans le Sud des Alpes pour désigner un amas de pierres. Ils sont la trace d'anciennes activités agricoles. En effet, les épierrements permettent de regrouper les pierres afin de nettoyer les champs. Cela facilite le travail du sol et permet de gagner de la place. A l'époque tout se faisait à la main.

Crédit photo : amelie.vallier



## Rougequeue noir (K)

Monsieur Rougequeue noir arbore une calotte grise et une tache blanche sur les ailes, une queue et un croupion roux. Oiseau montagnard à l'origine, il s'est adapté à d'autres milieux, pour peu qu'il y trouve une ambiance rocheuse. C'est le cas ici, sur le versant de Roche Méanne. Le rougequeue noir est un oiseau commun, vif et très actif : il chasse sans cesse les insectes en volant au sol. Souvent haut perché sur un mur ou un rocher, il lance ses cris d'alarmes brefs en ployant ses pattes. Son chant bavard, ponctué de « froissements de papier » est caractéristique. Migrateur partiel, il descend dans les basses vallées pour passer l'hiver.

Crédit photo : Damien Combrisson - PNE



## Merle de roche (L)

Le merle de roche ou monticole de roche affectionne les pierres et le soleil. Il ne nous rend visite que d'avril à fin août pour nicher soit à même le sol, soit dans une anfractuosité de rocher. Poitrine orangée, tête bleue, croupion blanc, il lance de douces et claires strophes mélodieuses.

Crédit photo : Pascal Saulay - PNE



## Murs de soutènement (M)

Les murs de soutènement sont réalisés en pierre sèche. On les appelle des restanques en Provence. Ils permettent dans les zones pentues de pouvoir mettre en place des terrasses de culture en retenant la terre. A l'époque, leurs constructions ont permis à des générations de paysans de vivre de leurs terres, devenues ainsi fertiles et cultivables. Aujourd'hui, de nombreux chercheurs et artisans essaient de se réapproprier cette technique ancestrale.

Crédit photo : Amélie Vallier

---

## 🕒 Réallon chef-lieu (N)

La vallée de Réallon, fertile et riche en gibier et poissons, était occupée dès le 8<sup>ème</sup> siècle av.J.C. par un peuple ligure.

---

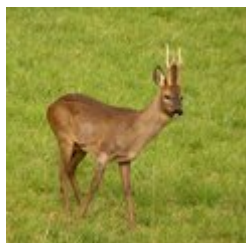


## 🌿 Chênes et pins (O)

Chênes et pins vivent ici ensemble. Ils remplacent d'anciennes prairies de fauche entretenues jadis par les réallonais. La pinède se compose de pins noirs et de quelques pins sylvestres. Le pin noir d'Autriche a des aiguilles longues, rigides, piquantes et vert foncé ; celles du Pin sylvestre sont courtes, vrillées d'un vert glauque. En raison de sa rusticité, le Pin noir d'Autriche fût introduit au XIX<sup>ème</sup> siècle et fut souvent utilisé pour restaurer les sols érodés des montagnes méridionales. Ce fût le cas ici, sur le versant « adroit » (adret ou sud) de Réallon où il fut planté par les services de Restauration en Montagne au début du XX<sup>ème</sup> siècle pour stabiliser les pentes et ainsi protéger le village et la route.

Crédit photo : Robert Chevalier - PNE

---



## 🦌 Chevreuil (P)

Caché dans les bois de pins, le chevreuil montre parfois sa tête fine à l'aube et au crépuscule. Pas toujours aisé de voir cet animal discret mais quelques traces ou crottes peuvent trahir sa présence : une empreinte en forme de cœur de ses frêles sabots, des troncs d'arbustes écorcés par le frottement des jeunes bois du brocard pour en ôter les derniers lambeaux de velours, le sol gratté par le brocard qui marque son territoire à la période du rut. Ses petites crottes rondes et noires en amas sont appelées « moquettes » ! Parfois c'est un aboiement sonore et guttural qui résonne depuis le bois. A vos oreilles !

Crédit photo : Damien Combrisson - PNE

---



## 🦨 Écureuil (Q)

Saviez-vous que l'écureuil utilise un langage très élaboré ? C'est un langage des signes, avec des mimiques et des attitudes, sans oublier les mouvements de la queue. Il possède aussi un langage sonore assez étendu. Il glousse, glapit, grogne ou râle, il caquette aussi. Alors, si vous n'en voyez pas sortir du bois, ne faites pas de bruit, peut-être aurez vous la chance d'entendre s'exprimer furtivement ce petit animal.

Crédit photo : Mireille Coulon - PNE

---





## Perdrix bartavelle (R)

La perdrix bartavelle vit en montagne sur les versants bien exposés, comme ici sur le versant de Roche Méanne. Tous les deux ans, les gardes du Parc national des Ecrins les dénombrent sur ce versant. Avant le lever du jour, ils partent chacun sur des « quartiers » différents avec de petits magnétophones pour imiter le chant de ces oiseaux. « Nous gardons l'oreille attentive en guise d'une éventuelle réponse ». Le chant indique la présence d'un « mâle chanteur ». « Parfois nous n'entendons que leur chant, mais quelques fois, tout à coup, le silence de la montagne est interrompu par un fracas de battements d'ailes nous faisant sursauter. Nous avons juste le temps de les compter et de les voir plonger à grande vitesse ».

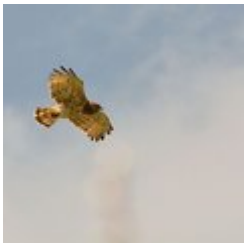
Crédit photo : Damien Combrisson - PNE

---

## L'agriculture de montagne (S)

Pour nourrir famille et bétail, Chaque génération a épierré le sol, créant des terrasses bien exposées et irriguées. La mécanisation des terres étant difficile, le déclin agricole commence vers 1955.

---



## Circaète Jean le Blanc (T)

Le circaète Jean-le-Blanc est un gros rapace très reconnaissable à sa face ventrale blanche et sa grosse tête souvent marron chocolat. La confusion est toutefois possible avec certaines buses variables très claires. Ce migrateur transsaharien se nourrit surtout de reptiles qu'il chasse dans les zones steppiques, les garrigues, les friches, les milieux rocheux mais aussi en montagne jusque dans les pelouses alpines. Le nid assez petit est souvent bâti dans les pins.

Crédit photo : Mireille Coulon © Parc national des Ecrins