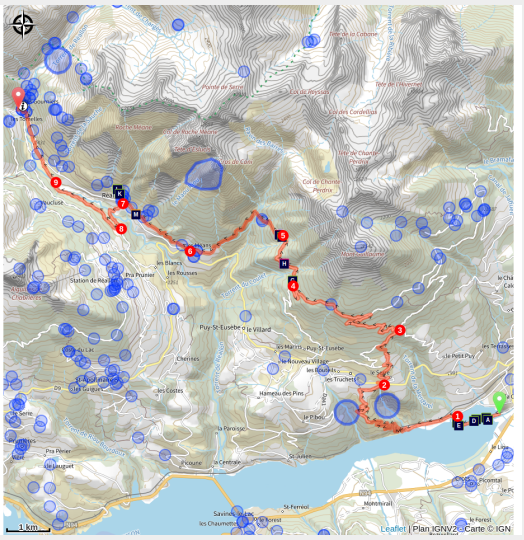
D'Embrun à Réallon (GTE VTTAE)

Parc national des Ecrins

Village de Réallon (Parc national des Ecrins - Mireille Coulon)



Cette étape est majoritairement montante depuis les 600 m du plan d'eau d'Embrun, à près de 1700 m. L'essentiel s'effectue sur piste hormis quelques portions plus étroites avant Réallon. Petite variante entre Réallon et les Gourniers pour éviter un sentier technique.

Changement rapide de décor après le plan d'eau et son ambiance "balnéaire". Vous retrouverez vite calme et sérénité en grimpant 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 : 4 h 45

Longueur : 28.1 km

Dénivelé positif : 1304 m

Difficulté : Difficile

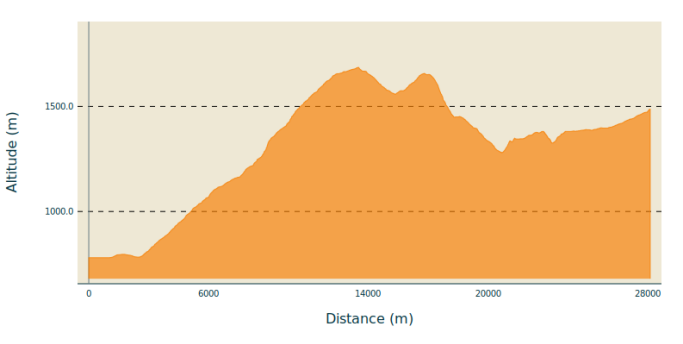
Type : Séjour itinérant

Thèmes : Histoire et architecture, Lac et glacier, Pastoralisme

Itinéraire

Départ : Embrun, plan d'eau
Arrivée : Réallon (Les Gourniers)
Balisage : Itinérance VTT
Communes : 1. Embrun
2. Puy-Sanières
3. Puy-Saint-Eusèbe
4. Réallon

Profil altimétrique

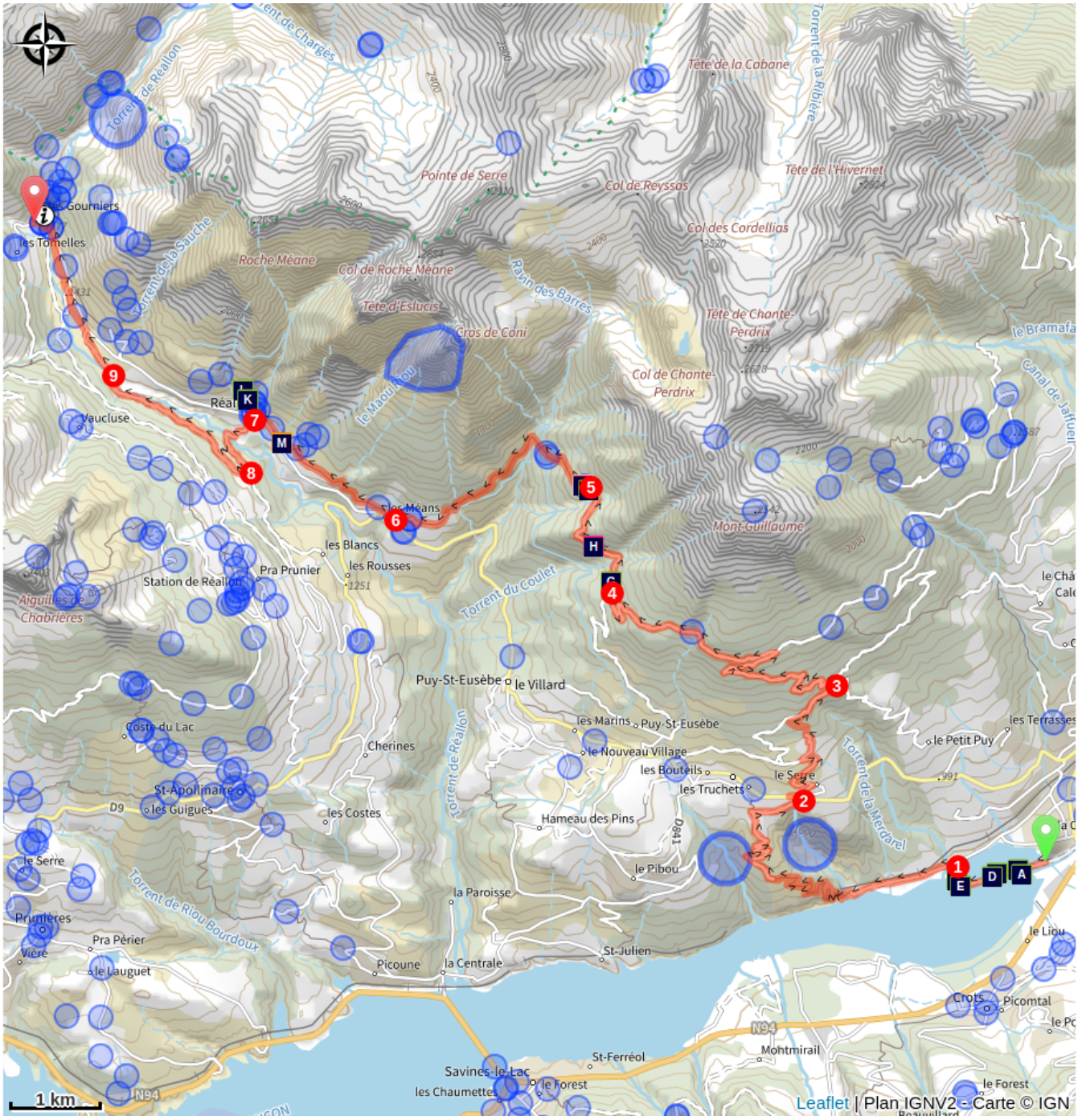


Altitude min 780 m Altitude max 1686 m

Cotation VTTAE FFC : rouge
Suivre la Durance à droite puis tout droit sur le chemin de la digue.

1. 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.
2. 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.
3. 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.
4. /!\ dans la descente, dans un virage prendre à droite la route forestière de la Baume puis continuer sur la piste DFCI G17.
5. /!\ descendre à gauche dans un joli sentier. Un peu plus bas remonter quelques mètres à droite pour redescendre jusque les Ortets.
6. 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.
7. A Réallon, (point de séparation des 2 versions du Grand Tour des Ecrins), prendre à gauche sur piste descendant vers le torrent de Réallon.
8. Après, avoir traversé le torrent, au croisement, à droite sur piste.
9. Traverser de nouveau le torrent et continuer à suivre le torrent en contrebas de la route jusqu’au hameau Les Gourniers

Sur votre route...



- La Perche commune (A)
- Le Canard colvert (C)
- Goéland Leucophée (E)
- Pinson des arbres (G)

- Le Mélèze (I)
- Rougequeue noir (K)
- Murs de soutènement (M)

- 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)

Toutes les informations pratiques

Les chiens de protection des troupeaux

En alpage, les chiens de protection sont là pour protéger les troupeaux des prédateurs (loups, etc.).

Lorsque je randonne, j’adapte mon comportement en contournant le troupeau et en marquant une pause pour que le chien m’identifie.

En savoir plus sur les gestes à adopter avec le dossier Chiens de protection : un contexte et des gestes à adopter.
En cas de problème, racontez votre rencontre en répondant à cette enquête.

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 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 un distance minimale de 300m sol quand vous la survolez soit 1400m d'altitude !

Lieux de renseignement

Centre d'information des Gourniers (ouverture estivale)
Les Gourniers, 05160 Réallon

embrunais@ecrins-parcnational.fr
Tel : 04 92 44 30 36
http://www.ecrins-parcnational.fr/

Source

Sur votre route...

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 inférieurs 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 pécheurs de faire leurs premières armes dans la pêche aux carnassiers.

Attribution : 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 péchant.

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.

Attribution : 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 maitrisée 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.

Attribution : 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'avaler.
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.

Attribution : 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.

Attribution : 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.

Attribution : 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 pourissent 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.

Attribution : Mireille Coulon - PNE

Les clapiers (J)

« Clapier » 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.

Attribution : amelie.vallier

Rougequeue noir (K)

Monsieur Rougequeue noir arbore une calotte grise et une tâche 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 un 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.

Attribution : 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.

Attribution : 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 essayent de se réapproprier cette technique ancestrale.

Attribution : Amélie Vallier