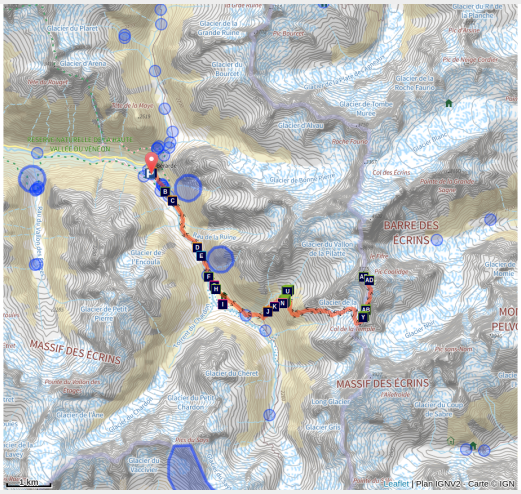
Pic Coolidge (3775 m)

Parc national des Ecrins



Pic Coolidge (Thierry Maillet - PNE)



Le Pic Coolidge est un sommet incontournable du massif. Facile et accessible depuis les vallées du Vénéon ou de la Vallouise, il offre un point de vue unique sur la Barre des Écrins et l'Ailefroide.

Ce pic fait partie du cercle restreint des itinéraires pouvant permettre une découverte de l'alpinisme dans toutes ses dimensions, refuge ou bivouac, neige, rocher, recherche d'itinéraire. Mais surtout, il livre les secrets de l'inconcevable architecture de ces hauts lieux invisibles depuis la vallée.

Infos pratiques

Pratique : Alpinisme

Durée : 2 jours

Longueur : 22.4 km

Dénivelé positif : 2048 m

Difficulté : Difficile

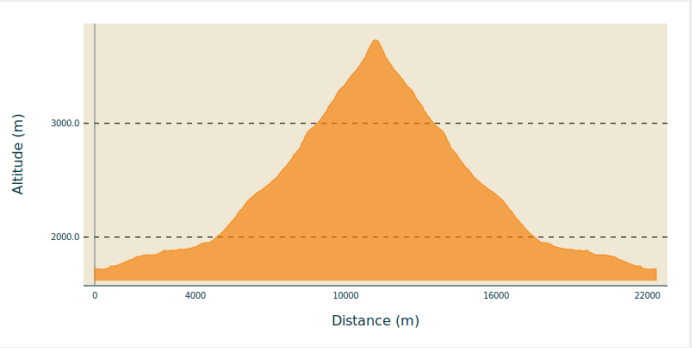
Type : Séjour itinérant

Thèmes : Histoire et architecture, Lac et glacier, Point de vue

Itinéraire

Départ : La Bérarde
Arrivée : La Bérarde
Communes : 1. Saint-Christophe-en-Oisans
2. Vallouise-Pelvoux

Profil altimétrique



Altitude min 1716 m Altitude max 3733 m

Pour accéder au refuge de Temple-Écrins, il faut longer le Vénéon, monter au travers du bois du Carrelet et grimper quelques marches en pierre avant de voir le paysage s'ouvrir progressivement. Au bout du sentier, on aperçoit enfin le refuge.

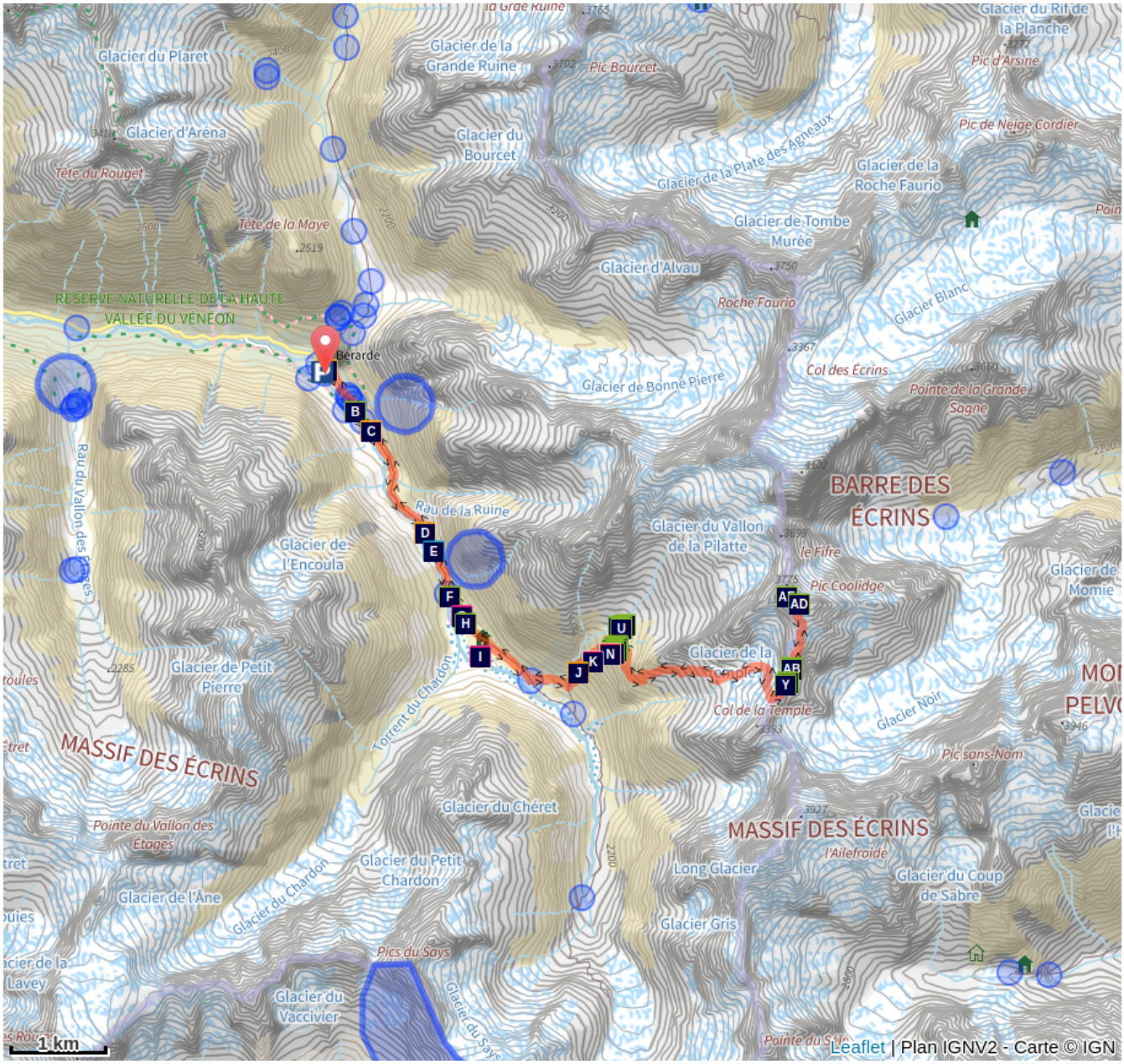
Le deuxième jour, on attaque le vif du sujet avec l’ascension du Pic Coolidge. Au départ du refuge, on atteint tout d’abord le Col de la Temple-Épaule à 3321m d’altitude. Il faut ensuite grimper sur 450m de dénivelé pour atteindre le sommet du Pic Coolidge qui culmine à 3775m.

Le retour à La Bérarde se fait par le même itinéraire.

Étapes :

1. De La Bérarde au refuge Temple-Écrins (approche)
   7.8 km / 883 m D+ / 3 h
2. Le Pic Coolidge par le col de la Temple depuis le refuge Temple-Écrins (alpinisme)
   15.5 km / 1328 m D+ / 11 h

Sur votre route...



Hameau de la Bérarde (AA)
Trèfle saxatile (AB)
Prémices d'un Parc national en 1913 (AC)
La création du Parc national des Ecrins (AD)
Haut Vénéon (AE)
Azuré du serpolet (AF)
Conquête de l'Ailefroide (AG)
Pinède de pins à crochets (AH)
Plan du Carrelet (AI)
Maintenir les versants et les sentiers (AJ)
Passages d’altitude (AK)
La camarine noire (AL)
La potentille à grandes fleurs (AM)
Refuge Temple Ecrins (AN)
Le jonc trifide (AO)
La gentiane champêtre (AP)
La gentiane des neiges (AQ)
Le saule à petites dents (AR)
La pensée des Alpes (AS)
La laîche des frimas (AT)
La benoîte rampante (AU)
L'airelle bleue (AV)

- L'euphraise naine (AW)
- La saxifrage à feuilles opposées (AY)
- La renoncule des glaciers (BA)
- Le silène acaule (BC)
- Le céraiste à longs pédoncules (BE)
- Le roi des Alpes ou Eritriche nain (AX)
- La potentille des frimas (AZ)
- La marguerite des Alpes (BB)
- L'androsace du Dauphiné (BD)

Toutes les informations pratiques

En coeur de parc

Cet itinéraire est situé dans le cœur du Parc national des Écrins. Le Parc national est un territoire naturel, ouvert à tous, mais soumis à une **réglementation** qu'il est nécessaire de connaître pour préparer son séjour.



Recommandations

DIFFICULTÉ : F+ (35° en neige et II/III en rocher), longue course mixte (neige/rocher) avec quelques passages rocheux de difficultés modérée, pas de terrain glaciaire crevassée.

Le parcours en aller-retour au départ de la Bérarde avec nuit au refuge de Temple Écrins est le plus simple et le moins exigeant, mais aussi le plus fréquenté. Il est conseillé aux pratiquants ayant une petite expérience. Cependant, c'est une voie normale longue dont la vitesse de parcours est étroitement liée à l'état d'enneigement des éboulis. En configuration estivale les parties rocheuses de l'itinéraire présentent de nombreuses griffures de crampons et cairns, ce qui est pratique pour suivre le bon itinéraire. À la sortie de la partie rocheuse bien repérer l'endroit qui vous permettra à la descente de trouver le bon cheminement.

Un départ très matinal (de nuit) est conseillé. Il est essentiel pour bien profiter de cette course d'être bien entraîné et coutumier des longues marches.

Matériel

Matériel classique pour itinéraire en neige et mixte hors terrain glaciaire : Bâtons télescopiques, crampons, piolet, casque, baudrier, corde d'attache 30m, matériel

d'assurage et de progression, sac de 30 litres, vêtements chauds, kit de de sécurité...

Comment venir ?

Transports

Profitez pleinement des navettes estivales fonctionnant 7 j/7 pour rejoindre tous vos départs de sentiers ! Renseignez-vous sur : https://www.oisans.com/acces-a-la-vallee-du-veneon/

Accès routier

Du 4 juillet au 31 août 2026 : des interdictions de circulation et de stationnement sont mis en place sur la commune de Saint-Christophe-en-Oisans. Profitez pleinement des navettes estivales fonctionnant 7 j/7 pour rejoindre tous vos départs de sentiers ! Renseignez-vous sur : https://www.oisans.com/acces-a-la-vallee-du-veneon/

Parking conseillé

Parking de la Bérarde

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.

Aigle royal

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août

Contact : Parc National des Écrins
Julien Charron
julien.charron@ecrins-parcnational.fr

Nidification de l'Aigle royal

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec l'Aigle royal en période de nidification sont principalement le vol libre et les pratiques verticales ou en falaise, comme l'escalade ou l'alpinisme. Merci d'éviter cette zone !

Attention en zone cœur du Parc National des Écrins une réglementation spécifique aux sports de nature s’applique : https://www.ecrins-parcnational.fr/thematique/sports-de-nature

Aigle royal

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août

Contact : Parc National des Écrins
Julien Charron
julien.charron@ecrins-parcnational.fr

Nidification de l'Aigle royal

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec l'Aigle royal en période de nidification sont principalement le vol libre et les pratiques verticales ou en falaise, comme l'escalade ou l'alpinisme. Merci d'éviter cette zone !

Attention en zone cœur du Parc National des Écrins une réglementation spécifique aux sports de nature s’applique : https://www.ecrins-parcnational.fr/thematique/sports-de-nature

Lieux de renseignement

Maison de l'Oisans et du Parc national des Ecrins
45 avenue de la République, 38520 Le Bourg d'Oisans

oisans@ecrins-parcnational.fr
Tel : 04 76 80 03 25
https://www.bourgdoisans.com/



Office de tourisme de Saint-Christophe-en-Oisans / La Bérarde

infos@berarde.com
Tel : 04 76 80 50 01
http://www.berarde.com/



Source

Parc national des Ecrins

https://www.ecrins-parcnational.fr

Sur votre route...



Hameau de la Bérarde (AA)

La Bérarde, est un hameau représentatif de l'histoire de l'alpinisme et de son corollaire le développement touristique des vallées. Un assemblage hétéroclite de bâtiments d'accueil et de commerces comme autant d'exemples modestes mais représentatifs des époques successives des équipements touristiques sur un site emblématique de l'histoire de cette vallée.

Attribution : Collection PNE



Trèfle saxatile (AB)

Ce petit trèfle rare colonise les moraines et les gravières cristallines comme à la confluence du Vénéon avec la Romanche jusqu'au vallon du Chardon. De couleur blanchâtre ou rosâtre ses fleurs sont très petites et portent des poils blancs qui leur donnent un aspect duveteux.

Attribution : PNE - Nicolas Marie-Geneviève



Prémices d'un Parc national en 1913 (AC)

Au début du XXe siècle, la nécessité de protéger les versants montagneux du Haut Vénéon se fait jour pour limiter l’érosion des sols et les crues torrentielles que subissent la Romanche et son affluent le Vénéon. La déforestation et l’exploitation pastorale sont en cause à cette époque. Ainsi, en 1913, après de longues négociations l’État achète environ 4000 hectares de terrains à la commune de Saint-Christophe-en-Oisans pour en faire un « Parc national ». Le développement du tourisme et de l’alpinisme sous l’impulsion du CAF et de du Touring Club de France à partir de la seconde moitié du XIXe siècle dans ce secteur de l’Oisans n’y est pas étranger non plus. L’inspecteur des Eaux et Forêts écrit alors que la création du Parc entraînera « des avantages pour la commune de Saint-Christophe aussi bien que pour le développement du tourisme en Dauphiné ». Ce Parc novateur, à l’époque, ne s’appuie sur aucun texte de Loi ni fondement réglementaire entraînant quelques floues comme le montre les différentes dénominations utilisées (Bérarde, Oisans, Pelvoux, etc).

Attribution : Thierry Maillet - Parc national des Ecrins



La création du Parc national des Ecrins (AD)

Lucien Devies, président de la Fédération Française de la Montagne et ancien Président du CAF écrit un plaidoyer dans la revue de décembre 1963 du CAF pour la création d’un « Parc national dans le Haut Dauphiné » sur le périmètre du massif des Ecrins. L’administration d’Etat prend alors le relais. Cependant, le projet de Parc dans les Pyrénées occupe les agents. Il faut donc attendre 1969 et une nouvelle intervention de Lucien Devis (toujours par l’intermédiaire de la revue du CAF) pour que le projet soit relancé. Une mission d’étude est alors confiée à Florent en 1971. Après plusieurs phases de consultation et de concertation avec les élus locaux, le décret portant la création du « Parc national des Ecrins » est signé le 27 mars 1973 sur une surface de 91 800 ha protégés. Il s’agit du cinquième Parc national officiellement créé. D’autres suivront ; en 2013, la France compte 10 Parcs nationaux.

Attribution : Cyril Coursier - Parc national des Ecrins



Haut Vénéon (AE)

C’est dans ce vallon que le torrent du Vénéon prend sa source donnant son nom à la vallée. À l’automne, puis en hiver et au printemps, les eaux du Vénéon prennent une remarquable couleur selon l’éclairage de la journée. Cette teinte si particulière s’explique par la forte minéralisation qui sature l’eau et renvoie les rayons lumineux. En effet, sous l’action de la fonte des neiges, l’eau ruisselle de tous côtés et lessive des particules fines de silice plus ou moins colorées et en partie dissoutes. Il suffit de recueillir un peu de cette eau, la laisser évaporer pour constater un dépôt à la texture très fine : la farine glaciaire.

Attribution : PNE - Roche Daniel



Azuré du serpolet (AF)

Ce papillon aux ailes bleues tachetées de noir fréquente les pelouses montagnardes et confie aux fourmis le soin d’élever ses chenilles. Il dépose ses oeufs sur sa plante hôte, le serpolet, dont les boutons floraux nourrissent la chenille jusqu’à ce qu’elle se laisse tomber au sol. Les fourmis Myrmica prennent alors le relais. Elles sont attirées par le miellat que produit la chenille et la transportent jusqu’à la fourmilière pour la traire. La chenille devient carnivore et se nourrit de jeunes larves de fourmis sans être inquiétée. Elle hiberne ainsi jusqu’au printemps. Parvenue à maturité, elle se chrysalide dans la fourmilière. Le papillon éclot et sort rapidement rejoindre l’air libre pour assurer la reproduction de l’espèce.

Attribution : PNE - Nicollet Bernard



Conquête de l'Ailefroide (AG)

Par son ampleur, sa hauteur, sa raideur, la conquête de la face nord-ouest de l'Ailefroide (vue impressionnante sur la face nord-ouest d'Ailefroide qui domine le plan du Carrelet, à 3954 m d'altitude) est comparable à la célèbre face nord des Grandes Jorasses d'après Devies. La première ascension s'effectua par la cordée Devies et Gervasutti les 23 et 24 juillet 1936. Lors de la marche d'approche à partir du refuge de Temple-Ecrins, Gervasutti se cassa une côte, ce qui ne les empêcha pas de réaliser cette prestigieuse première.

Attribution : PNE - Roche Daniel



Pinède de pins à crochets (AH)

La pinède de pins à crochets du Carrelet est considérée à juste titre comme une des plus haute d'Europe. En effet, elle occupe le versant jusqu'à 2400 m d'altitude. Elle se développe aussi vers le bas du fait de l'arrêt de l'activité pastorale bovine du Carrelet au début des années 1970. Progressivement, la pelouse a été colonisée par une lande à genévrier nain qui favorise l'implantation du pin à crochets.

Attribution : PNE - Nicollet Bernard



Plan du Carrelet (AI)

Au croisement des vallons du Vénéon et du Chardon, le Plan du Carrelet est un vaste replat d'origine glaciaire. D'abord un lac au moment du retrait des glaciers, il fut peu à peu bouché par les sédiments descendant des pentes alentour pour former le vaste replat visible aujourd'hui. Bien irrigué par les nombreux torrents qui s'y rejoignent, il est exceptionnellement riche en flore notamment celle se plaisant dans les milieux humides et chamboulés telles que les rives d'un torrent. En début d'été, la floraison y est très impressionnante au milieu des pins à crochet, replantés au début du 20e siècle par les forestiers et qui sont aujourd'hui dominants.
Le refuge du Carrelet implanté au centre du replat était un des plus anciens refuge du Club Alpin Français, sa construction datant de 1879. Il est maintenant privé et fermé au public.

Attribution : © Parc national des Ecrins - Cyril Couriser

Maintenir les versants et les sentiers (AJ)

Le service de restauration des terrains en montagne (RTM), aujourd'hui rattaché à l'ONF, réalise depuis 1882 des travaux de génie civil pour lutter contre l'érosion dans les ravines aux abords du sentier d'accès au refuge de Temple-Écrins. Un suivi permanent et un entretien annuel important sont nécessaires au maintien des seuils, banquettes grillagées, plantations d'essences autochtones et engazonnements. Chaque année, les agents du Parc installent des passerelles temporaires pour le franchissement des torrents.



Passages d'altitude (AK)

Le col de la Temple (à l'est de ce sentier), à 3 322 m d'altitude, constitue un passage relativement aisé entre la Vallouise et le Vénéon. La dernière pente d'accès au col est occupée par un petit glacier qui a beaucoup diminué ces dernières décennies. Le col semble dépourvu de glace, mais celle-ci est cachée par les éboulis. L'histoire raconte qu'autrefois, un homme d'église ait franchi ce col depuis la Vallouise pour venir célébrer une messe à la Bérarde. De nos jours, le col est principalement fréquenté par les alpinistes qui se rendent au Pic Coolidge situé à 3 774 m.

Attribution : Mireille Coulon - Parc national des Ecrins



La camarine noire (AL)

Empetrum nigrum hermaphroditum
Cet arbrisseau prostré pousse dans les landes d’ubac, humides et ventées. Ses feuilles glabres sont persistantes, coriaces et très serrées. Ses petites fleurs roses donnent des baies rondes et noires à l'automne. En Islande, elles sont utilisées comme produit de consommation pour confitures et tartes.

Attribution : Bernard Nicollet - Parc national des Ecrins



La potentille à grandes fleurs (AM)

Potentilla grandiflora
Ses grandes fleurs jaunes, portées par une tige ramifiée, éclairent toutes les vires et petites pelouses suspendues où on la trouve ! Ses feuilles ont trois folioles dentés. Les pelouses et rocailles d’altitude constituent son habitat préférentiel.

Attribution : Bernard Nicollet - Parc national des Ecrins



Refuge Temple Ecrins (AN)

Semi enterré sur un beau replat face aux plus beaux sommets du massif le refuge Temple-Ecrins tire son nom du col de la Temple un peu au-dessus et de la célèbre Barre des Écrins, point culminant du massif, qui le domine. Comme bien d'autres en Oisans le premier refuge fut bâti en 1925. Construit en bois un peu plus haut que le refuge actuel il fut entièrement emporté par une avalanche 13 ans plus tard. Il fallut alors attendre 1947 pour le voir reconstruit par l'oganisation "Jeunesse et Montagne". Facile d'accès il est l'objectif d'une belle randonnée familiale couronnée par un bon repas et le point de départ de courses alpines aussi célèbre que le col de la Temple, le Pic Coolidge ou la Face nord de la Barre.

Attribution : © Parc national des Ecrins - Jean-Pierre Nicollet



Le jonc trifide (AO)

Juncus trifidus
Ce jonc peuple les pelouses et petites terrasses rocheuses de 1 500 à 3 000 m d’altitude. Il se reconnaît facilement à ses deux ou trois longues feuilles terminales d’où il tient son nom de "trifide". Dés le début de l’automne, le jonc trifide se teinte de roux et tranche sur le vert des pelouses.

Attribution : Marie-Geneviève Nicolas - Parc national des Ecrins



La gentiane champêtre (AP)

Gentianella campestris
Ses tiges sont ramifiées et portent des fleurs mauves à quatre pétales. En l’observant de plus près, on remarque au centre de la fleur de longs cils de la même couleur que les pétales. Et, tout comme les colchiques, elle fleurit plutôt vers la fin de l’été et annonce ainsi les premiers frimas de l’automne.
Attribution : Bernard Nicollet - Parc national des Ecrins



La gentiane des neiges (AQ)

Gentiana nivalis
Cette plante se reconnaît à sa tige fine et rougeâtre portant plusieurs fleurs bleues aux pétales étroits. La gentiane des neiges est l’une des rares plantes annuelles de l’étage alpin.
Attribution : Bernard Nicollet - Parc national des Ecrins



Le saule à petites dents (AR)

Salix breviserrata
Comme son nom l’indique, ses feuilles nervurées, velues à l’état jeune, sont bordées de petites dents. Cet arbrisseau couché, étalé, expose ses chatons légèrement violacés sur les graviers et pelouses humides dans les combes non loin du refuge. Espèce décrite pour la science seulement en 1940, le saule à petites dents est protégé sur tout le territoire national.
Attribution : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



La pensée des Alpes (AS)

Viola calcarata
Le long éperon de sa fleur violette, jaune, blanche ou bigarrée est un critère de reconnaissance. D'ailleurs, seuls les insectes munis d’une trompe suffisamment grande pourront la butiner ! Ses pétales latéraux sont tournés vers le haut, voilà pourquoi cette plante du genre Viola est une pensée. Une plante du même genre avec ces pétales tournés vers le bas serait une violette…
Attribution : Bernard Nicollet - Parc national des Ecrins



La laîche des frimas (AT)

Carex frigida
Cette herbe possède des épillets noirs pendants à maturité. Il s’agit d’une plante vivace typique des lieux humides d’altitude, tels les bords de ruisseaux et suintements.

Attribution : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



La benoîte rampante (AU)

Geum reptans
Elle se reconnaît à ses grandes fleurs jaunes et à ses longs stolons rougeâtres porteurs de bourgeons capables de s’enraciner. Les fruits, tout d’abord regroupés en une sorte de chignon, vont s’individualiser pour être transportés par le vent et aller continuer la colonisation du milieu. Cette plante est une pionnière qui va fixer les éboulis instables, y accumuler de l’humus et, ainsi, préparer le terrain pour d’autres végétaux.

Attribution : Ludovic Imberdis - Parc national des Ecrins



L'airelle bleue (AV)

Vaccinium uliginosum subsp. *microphyllum*
Arbrisseau proche cousin de la myrtille, ses fruits sont un peu moins sucrés mais n’en restent pas moins délicieux. Ne pas pour autant en abuser : surnommée avec poésie "pétafouir", cette airelle a des propriétés laxative et aérophagique... Un bien inutile complément aux effets de l’altitude.

Attribution : Christophe Albert - Parc national des Ecrins



L'euphraise naine (AW)

Euphrasia minima
Cette petite plante se caractérise par la forme singulière de ses fleurs. Parmi les euphraises, c’est la seule à fleurs jaunes du Parc national des Écrins ! Elle fait partie du petit nombre d’espèces annuelles parvenant, à cette altitude, à boucler leur cycle de vie en 2 ou 3 mois. Cette plante franchit la mauvaise saison sous forme de graines, à l’abri au ras du sol sous le manteau neigeux.

Attribution : Christophe Albert - Parc national des Ecrins



Le roi des Alpes ou Eritriche nain (AX)

Eritrichium norum
Si vous l'avez manqué avant (il est présent ça et là plus bas), le voilà... le fameux roi des Alpes ! Ses fleurs sont d'un bleu éclatant, tandis que sa tige et ses feuilles sont densément velues. Cette pilosité lui assure un manteau protecteur contre le froid ou l'extrême sécheresse. Le roi des Alpes est une des espèces qui est restée accrochée aux sommets des montagnes pendant toute la période glaciaire.

Attribution : Marie-Geneviève Nicolas - Parc national des Ecrins



La saxifrage à feuilles opposées (AY)

Saxifraga oppositifolia
Cette saxifrage se distingue par ses fleurs d'un beau rose et ses feuilles vert sombre. Elle possède le record d'altitude pour les Alpes françaises : à 4070 m, dans la face sud de la Barre des Écrins (4102 m), et plus largement pour l'ensemble des Alpes, à 4504 m, dans la face sud du Dom des Mischabel (4545 m, Alpes suisses).

Attribution : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



La potentille des frimas (AZ)

Potentilla frigida
Cette potentille discrète a des feuilles à trois segments, très velues. Ses belles fleurs jaunes sont assez grandes en comparaison de la taille réduite de la plante : en haute montagne, il faut se faire repérer des rares pollinisateurs ! C'est une plante des rochers abrupts et des parois montagnardes.

Attribution : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



La renoncule des glaciers (BA)

Ranunculus glacialis
Cette magnifique plante possède les plus grosses fleurs que l'on puisse voir en haute montagne. Une stratégie esthétique pour se faire bien voir des pollinisateurs. Or, là-haut, ces derniers se font rares. D'où une seconde adaptation étonnante : la renoncule forme des bourgeons très en avance, jusqu'à 4 ans avant éclosion ! Et ce afin d'être toujours prête à fleurir.

Attribution : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



La marguerite des Alpes (BB)

Leucanthemopsis alpina
La marguerite des Alpes, qui fréquente les éboulis et les moraines de l'étage alpin, est "calcifuge", c'est à dire qu'elle fuit le calcaire. Bonne pioche, ici c'est la domaine de la silice. Tout comme ses voisines d'altitude, ses petites feuilles découpées et parcourues par un fin réseau de poils ont un aspect plutôt blanc et cotonneux.

Attribution : Marc Corail - Parc national des Ecrins



Le silène acaule (BC)

Silene acaulis subsp. *bryoides*
Le silène acaule se développe en coussins très denses, piquetés de petites fleurs roses. Il peut ainsi croître pendant plusieurs centaines d'années et constitue une remarquable adaptation morphologique pour résister aux conditions de la haute montagne. En effet, il règne à l'intérieur du coussin un climat plus propice aux activités biologiques.

Attribution : Victor Zugmeyer - Parc national des Ecrins



L'androsace du Dauphiné (BD)

Androsace delphinensis
Ce n'est que tout récemment que cette plante en coussin a été décrite pour la science (2021). Endémique de l'Oisans, les curieux verront avec une loupe que les poils des feuilles sont pour partie fourchus, parfois en forme de "bois de cerf".

Attribution : Mireille Coulon - Parc national des Ecrins



Le céraiste à longs pédoncules (BE)

Cerastium pedunculatum
Le céraiste pédonculé fait immédiatement penser à la corbeille d'argent des rocailles de nos jardins. Endémique de l'ouest des Alpes, il apprécie les éboulis et rochers d'altitude. Ses feuilles, à l'inverse des autres céraistes, sont peu poilues. Ses fleurs, à cinq pétales blancs échancrés, ont une base en forme de cloche.

Attribution : Pascal Saulay - Parc national des Ecrins