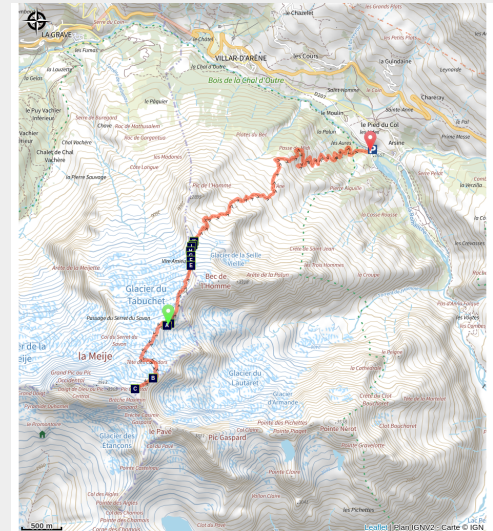


La Meije Orientale depuis le refuge de l'Aigle (alpinisme)

Parc national des Écrins



Doigt de Dieu, Meije Orientale (Thibaut Blais - PNE)



Depuis les arêtes de la Meije Orientale se dévoilent le glacier du Lautaret et celui de l'Homme. Au loin on aperçoit même le Mont-Blanc.

Partez à l'ascension d'une montagne emblématique des Écrins grâce à cette belle course de neige en aller-retour depuis le refuge de l'Aigle. Le final de l'ascension promet une vue dégagée sur les Alpes, les Glaciers des Écrins et vous permettra également d'admirer la face sud du mythique Doigt de Dieu.

Infos pratiques

Pratique : Alpinisme

Durée : 8 h 30

Longueur : 9.1 km

Dénivelé positif : 686 m

Difficulté : Difficile

Type : Etape

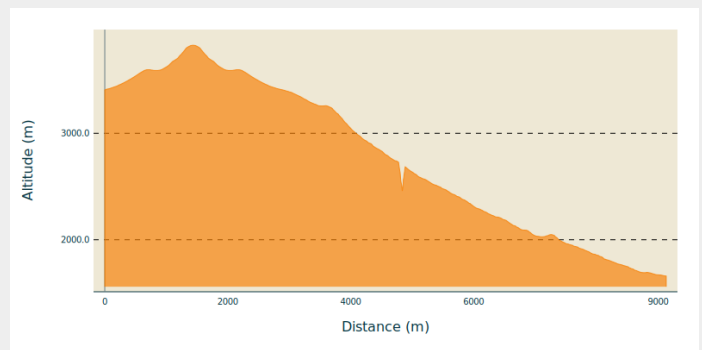
Itinéraire

Départ : Refuge de l'Aigle

Arrivée : Villar-d'Arêne

Communes : 1. La Grave
2. Villar-d'Arêne

Profil altimétrique



Altitude min 1659 m Altitude max 3827 m

Du refuge de l'Aigle, remonter le glacier du Tabuchet (crevassé) en direction de la tête des Corridors. Vers 3600m à un plateau, traverser main gauche pour rejoindre à vue la rimaye située au pied de la pente donnant accès à l'arête Nord-Est 3670m. Après avoir franchi la rimaye, remonter la raide pente (40°) jusqu'à l'arête. Par son fil atteindre facilement un rognon rocheux à contourner sur son flanc droit par des rochers mêlés de neige (II, 1piton). Redescendre de quelques mètres dans une brèche rocheuse marquée. Rejoindre le fil de l'arête neigeuse qui se redresse pour venir buter sous affleurement rocheux (1 piton). Le traverser et remonter un triangle de neige raide (45°) qui permet d'atteindre l'arête neigeuse facile et aérienne qui conduit au sommet.

DESCENTE : Le retour à Villar-d'Arêne se fait par le même itinéraire que celui emprunté à l'aller.

Pour plus d'informations, se référer à l'ouvrage "Voies normales et classiques des Écrins" de Sébastien Constant.

Sur votre route...



- ✿ La drave douteuse (A)
- ✿ Le pâturin des Alpes (B)
- ✿ La renoncule des glaciers (C)
- ✿ La marguerite des Alpes (D)
- ✿ L'androsace du Dauphiné (E)
- ✿ Le silène acaule (F)
- ✿ L'arabette des Alpes (G)
- ✿ Le cresson de chamois (ou l'hutchinsie des Alpes) (H)
- ✿ La saxifrage à feuilles opposées (I)
- ✿ L'éritriche nain (ou roi des Alpes) (J)
- ✿ Le céraiste pédonculé (K)

Toutes les informations pratiques

En coeur de parc

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 : PD (40/45° en neige et II en rocher/mixte), course courte mais en haute altitude, glacier crevassé, itinéraire souvent tracé, la rimaye peut être ouverte et la première pente d'accès à l'arête en glace.

"[Dans les descriptions vous trouverez des altitudes qui servent de repère pour se situer dans une pente, un versant.] Prenez-les avec une marge (~ +/- 30 mètres) surtout lorsque ces repères ne sont pas cotés ou référencés par IGN. En dernier ressort, c'est votre expérience qui vous aidera lorsque, au pied de cinq dièdres tous plus caractéristiques les uns que les autres, vous hésitez, vous râlerez contre votre topo, ou encore le croquis d'un copain. Il paraît difficile de saisir la complexité d'un itinéraire, uniquement avec une description. Seul le triptyque description / tracés sur photos / carte IGN permet de se faire une idée d'ensemble.

Les conditions d'une voie, de la montagne changent et parfois la description peut différer de ce que vous rencontrerez. Laissez-vous guider. Ces descriptions ne sont pas vérité. Le flair remplace parfois tous les topos. Alors BONNE ROUTE avec ou sans plan du labyrinthe."

D'après l'ouvrage de Sébastien Constant (2007), "Voies normales et classiques des Ecrins", Editions Constant, L'argentière-la-Bessée, p.18.

Matériel

Matériel classique pour itinéraire en neige, mixte et terrain glaciaire : Bâtons télescopiques, crampons, piolet, casque, baudrier, corde d'attache 50m, matériel d'assurage et de progression, sac de 30 litres, vêtements chauds, kit de de sécurité...

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>

Lieux de renseignement

Maison du Parc du Briançonnais
Place Médecin-Général Blanchard, 05100
Briançon
brianconnais@ecrins-parcnational.fr
Tel : 04 92 21 08 49
<http://www.ecrins-parcnational.fr/>



Source



Parc national des Ecrins

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

Sur votre route...



✿ La drave douteuse (A)

Draba dubia

Cette plante est une des plus petites représentantes, en altitude, de la famille des Brassicacées. C'est à cette dernière qu'appartiennent choux, radis, moutarde et autre colza, disposant tous de fleurs à 4 pétales disposés en croix (d'où leur ancien nom de crucifères). Ceux de la drave douteuse sont blancs et ses feuilles blanchâtres sont quant à elles constellées de petits poils étoilés leur donnant un aspect duveteux.

Crédit : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



✿ Le pâturin des Alpes (B)

Poa alpina

Bien souvent piétinée et arrachée, cette herbe est pourtant capable de pousser à de très hautes altitudes ! Alors qu'il forme plus bas des pâturages indispensables aux chamois et bouquetins, le pâturin des Alpes est ici plus éparse, tirant profit de quelques fissures pour y ancrer solidement une de ses touffes.

Crédit : Bernard Nicollet - Parc national des Ecrins



✿ La renoncule des glaciers (C)

Ranunculus glacialis

Très visibles pour les rares pollinisateurs d'altitude, les fleurs de la renoncule des glaciers sont les plus grosses que l'on puisse observer en haute montagne. Puisque la croissance est lente en altitude et afin de fleurir le plus rapidement possible dès que la neige ne la recouvre plus, cette plante prépare ses bourgeons floraux jusqu'à 4 ans en avance ! Tous les moyens sont bons pour optimiser la période de reproduction !

Crédit : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



✿ La marguerite des Alpes (D)

Leucanthemopsis alpina

Comme tournesols, pissenlits et autres pâquerettes, la marguerite des Alpes fait partie de la famille des Astéracées. Leur point commun ? Une fausse fleur (ou pseudanthe), composée en réalité de nombreuses fleurs regroupées et ordonnées en un capitule. Ici, de nombreuses fleurs jaunes en tube sont bordées de fleurs blanches à un pétale (appelé ligule), parfaites pistes d'atterrissage pour les insectes se délectant du nectar emplissant les flûtes dorées centrales. Cette marguerite est particulièrement bien armée pour lutter contre la sécheresse et le fort rayonnement d'altitude grâce à ses feuilles très découpées, épaisses et recouvertes d'un fin duvet blanchâtre.

Crédit : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



✿ L'androsace du Dauphiné (E)

Androsace delphinensis

Comme beaucoup de primevères dont elle partage la même famille (les Primulacées), l'androsace a des origines asiatiques. Au gré des glaciations, les populations se sont déplacées d'est en ouest jusqu'à peupler les Alpes d'aujourd'hui. Récemment décrite, cette espèce se distingue de l'androsace pubescente par son affinité pour les sols siliceux. Endémique des Écrins et de Belledonne, ses petits coussins sont constellés de fleurs blanches.

Crédit : Mireille Coulon - Parc national des Ecrins



✿ Le silène acaule (F)

Silene acaulis subsp. *bryoides*

Le silène acaule a cultivé une adaptation morphologique étonnante pour résister aux conditions de la haute montagne : en se développant en coussins très denses, véritables "tampons thermiques", il parvient à garder une température interne propice aux activités biologiques. Ses coussins piquetés de fleurs roses poussent lentement et peuvent croître pendant plusieurs centaines d'années, hébergeant souvent gracieusement d'autres espèces de plantes : ce processus est appelé "facilitation" par les écologues.

Crédit : Mireille Coulon - Parc national des Ecrins



✿ L'arabette des Alpes (G)

Arabis alpina

Comme le cresson de chamois, l'arabette des Alpes possède des fleurs blanches à quatre pétales typiques de celles de la famille des Brassicacées. L'arabette des Alpes est toutefois plus grande et ses feuilles sont simples, vaguement ovales, possédant de petites dents sur les bords. Son nom proviendrait du mot "Arabie", en lien avec une petite pente proche de celle-ci rapportée du Moyen-Orient par les croisés. Une autre explication pourrait être une mauvaise lecture du nom *Draba* (une autre Brassicacée) dans les manuscrits grecs, les lettres delta et alpha ayant été confondues.

Crédit : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



✿ Le cresson de chamois (ou l'hutchinsie des Alpes) (H)

Hornungia alpina

De la famille du chou (les Brassicacées) mais haut de quelques centimètres seulement, le cresson de chamois est un bien maigre repas pour un chamois affamé ! A maturité, ses discrètes fleurs blanches se changent en graine à l'allure de petits ballons de rugby. Ses feuilles, proches du sol, sont découpées régulièrement comme de petits peignes : cela permet de distinguer cette espèce de ses innombrables cousines d'altitude comme l'arabette des Alpes, la drave douteuse ou la cardamine à feuilles de réséda.

Crédit : Marie-Geneviève Nicolas - Parc national des Ecrins



✿ La saxifrage à feuilles opposées (I)

Cette saxifrage dispose de fleurs d'un rose somptueux qui tranche avec le terne des rochers. Ses petites feuilles triangulaires d'un vert sombre poussent de façon opposée le long de la tige, d'où son nom. Cette espèce a été observée jusqu'à 4070 m dans la face sud de la Barre des Écrins et jusqu'à 4504 m au Dom des Mischabel (en Suisse) : elle détient le record d'altitude dans les Alpes !

Crédit : Cédric Dentant - Parc national des Ecrins



✿ L'éritriche nain (ou roi des Alpes) (J)

Eritrichium nanum

Le fameux roi des Alpes, myosotis d'altitude, dispose de fleurs d'un bleu éclatant difficile à rater sur les parois. Ses tiges et feuilles sont densément velues, pilosité qui lui confère un réel manteau contre le froid et l'extrême sécheresse de la haute altitude. Le roi des Alpes est d'ailleurs une espèce ayant trouvé refuge sur les hauts sommets pendant toute la période glaciaire.

Crédit : Thierry Maillet - Parc national des Ecrins



✿ Le céraiste pédonculé (K)

Cerastium pedunculatum

Le céraiste pédonculé se remarque par ses fleurs d'un blanc pur à cinq pétales échancrés naissant d'une cloche caractéristique formée par les sépales. Endémique de l'ouest des Alpes, il apprécie les éboulis et rochers d'altitude et porte des feuilles légèrement poilues. Son nom de genre provient du grec *keras* signifiant "corne", en référence à la forme des fruits à maturité.

Crédit : Pascal Saulay - Parc national des Ecrins