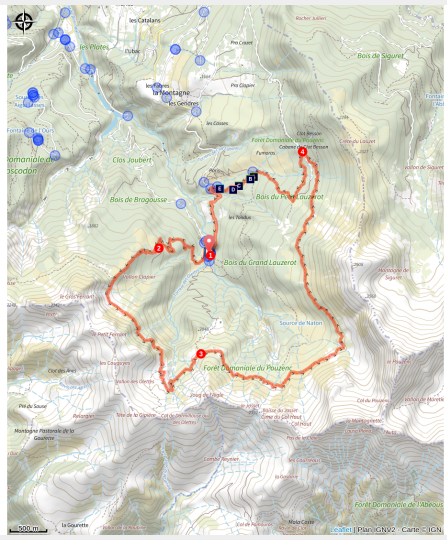
Chemin de ceinture

Parc national des Ecrins

Trail Crots (Kina Photo)



Ce parcours sportif sillonne sur un magnifique sentier en balcon au fond de la vallée sauvage du Boscodon, sous l'œil du Pouzenc et de ses 2898m.

En raison d'un important chantier forestier dans le secteur de la Grande Cabane, cet itinéraire est inaccessible à partir du 25 juillet 2023.

Après une montée permettant de rejoindre le chemin de ceinture, sillonné au fond de la vallée du boscodon en alternant entre forêts préservées et des alpages. Avec quelques passages vertigineux, passez sous les impressionnants sommets du Pouzenc et de la Montagnette pour ensuite découvrir la chapelle et le lac du Lauzerot.

Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 2 h 30

Longueur : 16.1 km

Dénivelé positif : 822 m

Difficulté : Moyen

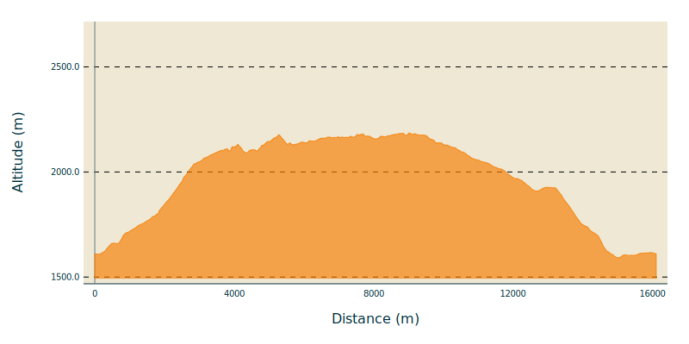
Type : Boucle

Thèmes : Lac et glacier, Pastoralisme, Point de vue

Itinéraire

Départ : La grande cabane, Crots
Arrivée : La grande cabane, Crots
Balisage : Trail
Communes : 1. Crots

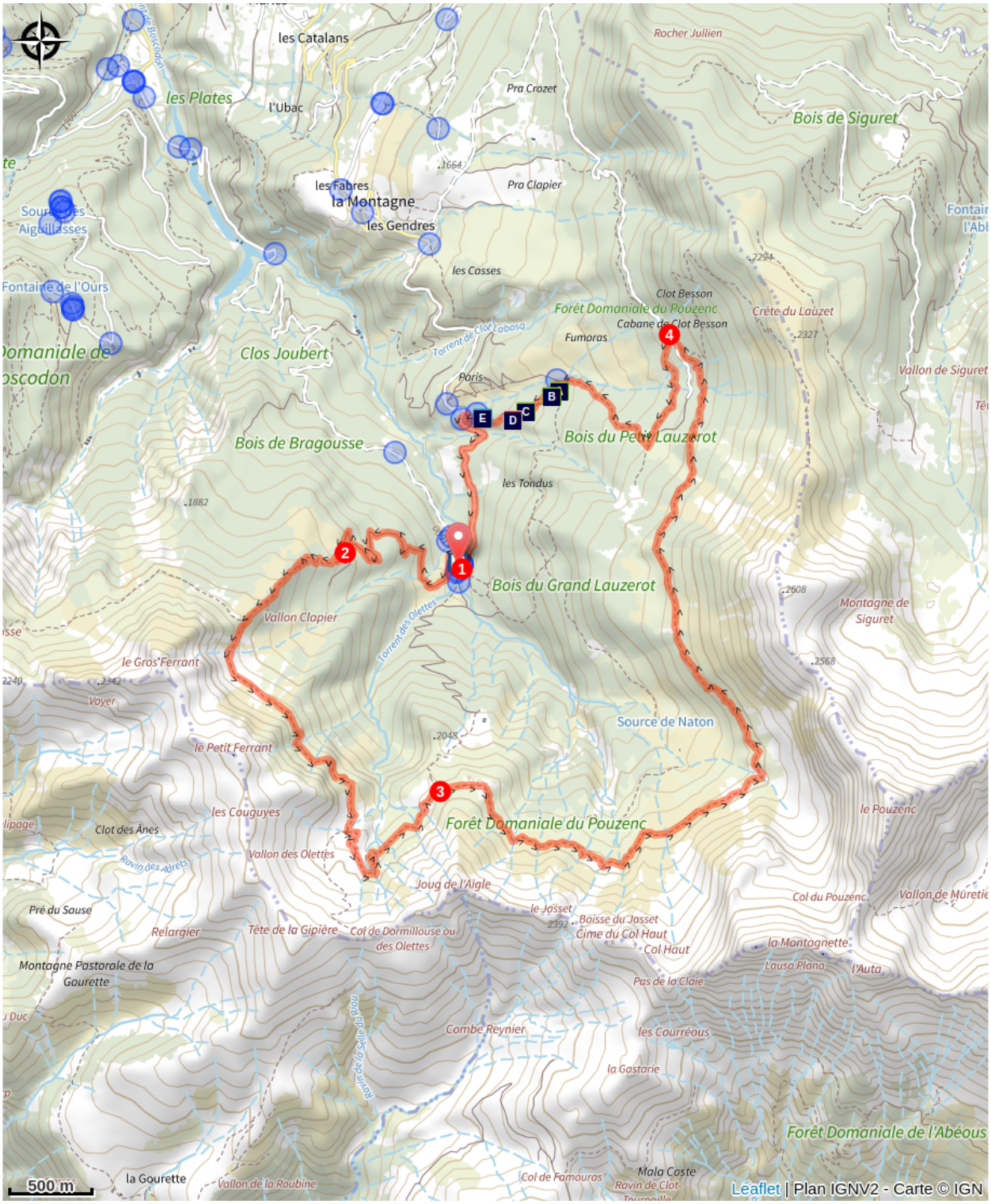
Profil altimétrique



Altitude min 1592 m Altitude max 2186 m

1. Depuis le pont de la grande cabane, s’engager à la montée en franchissant la barrière pour arriver de suite à un carrefour. Tourner à droite pour passer sous la grande cabane. Rester sur la piste à la montée.
2. S’engager à droite à la montée sur le sentier. Après une bonne montée sous les mélèzes, à l’intersection continuer à gauche sur le sentier en balcon. Quelques passages sont vertigineux et nécéssitent d'etre attentif. Arrivée à une cabane pastorale (cabane de La Pérouyère), la dépasser et poursuivre sur le sentier en balcon.
3. A l’intersection, continuer sur le sentier pendant plusieurs kilomètres jusqu’à retomber sur une piste. Poursuivre à droite jusqu’à Clos Besson.
4. Avant la barrière bifurquer à gauche sur un sentier en direction de la forêt. Passer une passerelle puis 2 des ruisseaux. Arrivée dans une clairière, bifurquer à droite à la descente pour tomber sur une piste. Continuer à gauche, et dépasser la chapelle puis le lac du Lauzerot. Sur la piste, prendre à droite jusqu’à rejoindre le point de départ.

Sur votre route...



Pic Noir (A)
Écureuil roux (C)
Lac du Lauzerot (E)
Epinard sauvage (B)
Chapelle N.D du Lauzerot (D)

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.

Recommandations

- Itinéraire déconseillé par temps pluvieux,risque d'orage ou neige présente sur le parcours.
- Consulter les conditions météo, le temps change vite en montagne.
- Prends de quoi boire et manger.
- S’engager sur des itinéraires adaptés à son niveau.

Respecter le travail des agriculteurs, exploitants et propriétaires.
Ne pas courir à proximité d'un troupeau.
Ne pas traverser un troupeau mais le contourner.
Refermer toutes les clôtures.
Ne pas couper l’itinéraire à travers les prairies.

Matériel

Prendre des vêtements adaptés au terrain et aux conditions météo (coupe-vent, gants, bonnet…).

Comment venir ?

Accès routier

Depuis Chorges et Embrun, prendre la N 94 en direction de Crots. Dans le village continuer sur la D 90. Au lieu dit "la Montagne", au bout de la route poursuivre sur la piste pendant 3 km jusqu'au pont de la grande cabane.

Parking conseillé

La grande cabane

Lieux de renseignement

Bureau d'Information Touristique de Chorges
Grand rue, 05230 Chorges

chorges@serreponcon-tourisme.com
Tel : 0492506425
https://www.serreponcon.com

Bureau d'Information Touristique de Savines-le-Lac
9 Avenue de la Combe d'Or, 05160 Savines-le-Lac

savineslelac@serreponcon-tourisme.com
Tel : 0492443100
https://www.serreponcon-tourisme.com/

Bureau d'Information Touristique Embrun
Place Général Dosse - BP 49, 05202 Embrun

embrun@serreponcon-tourisme.com
Tel : 0492437272
https://www.serreponcon-tourisme.com/

Source

Serre-Ponçon

https://www.serreponcon.com

Sur votre route...

Pic Noir (A)

Le mâle possède une calotte rouge sur le dessus de la tête, réduite à la nuque chez la femelle. Inlassable tambourineur, cet oiseau creuse dans les arbres pour élever ses jeunes mais également pour dénicher des larves et insectes cachés dans les troncs. Afin de pallier l’usure de son bec, celui-ci pousse continuellement. Il possède une ossature de la tête renforcée. Le crâne et le bec sont séparés par un cartilage amortisseur de chocs.

Attribution : Mireille Coulon - PNE

Epinard sauvage (B)

Cet épinard est nommé "chénopode bon Henri" en hommage au roi Henri IV à qui l'on doit sa découverte culinaire. Le dessous des feuilles est recouvert d’une légère poudre farineuse, comme des micro-billes sous les doigts. Celles-ci sont comestible jeunes, elles se mangent en salade ou cuites, comme les épinards que nous avons l'habitude de consommer.

Attribution : Amélie Vallier

Écureuil roux (C)

Ce petit mammifère possède un pelage ventral ainsi qu’une gorge de couleur blanche. Ses oreilles sont pointues avec de longs poils aux extrémités. Il peut être roux, mais il existe toutefois des individus gris, voire noirs. C'est un excellent grimpeur, capable de grands bonds pour passer d'un arbre à l'autre. Il construit son nid en hauteur dans un arbre, à la fourche d’une branche et parfois dans une cavité. Sa nourriture est essentiellement composée de graines. Il a la particularité d’en faire des provisions en les enterrant à un ou deux centimètres de profondeur.

Attribution : Mireille Coulon - PNE

Chapelle N.D du Lauzerot (D)

Elle a été édifiée en 1873 par le curée l'Abbé Doutre en hommage à Notre Dame du Laus. C'est sa première succursale. Elle est en forme hexagonale tout comme l'est l'originelle. Pendant plusieurs années, la fête du pèlerinage s'y effectuait. Au début du siècle, l'édifice se dégrade et sera même vandalisé en 1972, lorsque le premier lac disparait pour laisser place au second de substitution. Ce n'est qu'en 1993 qu'un artisan bénévole local la rénove entièrement.

Attribution : Amélie Vallier

Lac du Lauzerot (E)

Ce lac est situé à 1625 mètres d'altitudes. Il a été créé en 1979 par l'Office National des Forêts. Ce lac est un substitut d'un ancien lac qui était situé plus en amont et qui a été sacrifié 7 ans avant lors de la mise en place du captage de la source qui alimente le réseau d'eau potable de la commune de Crots. Le lac possède un cadre agréable où pêcheurs et randonneurs se retrouvent pour un moment convivial.

Attribution : Mireille Coulon - PNE