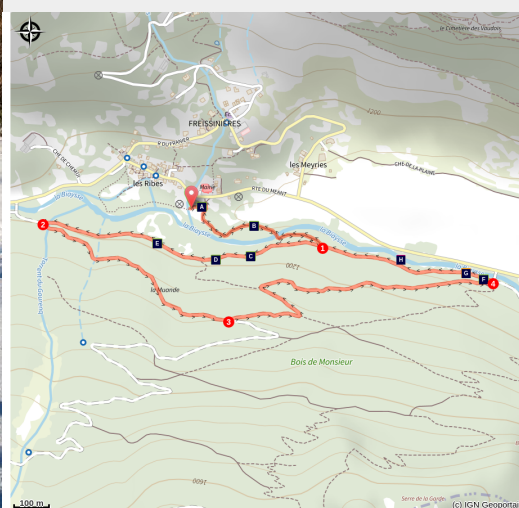


Snowtrail: Le Bois de Monsieur

Parc national des Ecrins - Freissinières



snowtrail



Découvrir les itinéraires enneigés de la forêt de sapins du Bois de Monsieur sur l'ubac de Freissinières.

Ambiance hivernale magique en forêt, arpenter cet itinéraire de SnowTrail sur portions damées et vierges est un réel plaisir!

Infos pratiques

Pratique : Snow trail

Durée : 1 h

Longueur : 4.2 km

Dénivelé positif : 159 m

Difficulté : Moyen

Type : Boucle

Itinéraire

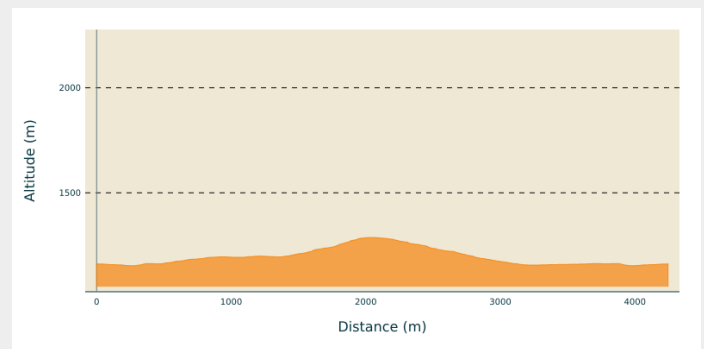
Départ : Cascade de glace artificielle de Freissinières

Arrivée : Cascade de glace artificielle de Freissinières

Balisage :  Snow trail

Communes : 1. Freissinières

Profil altimétrique

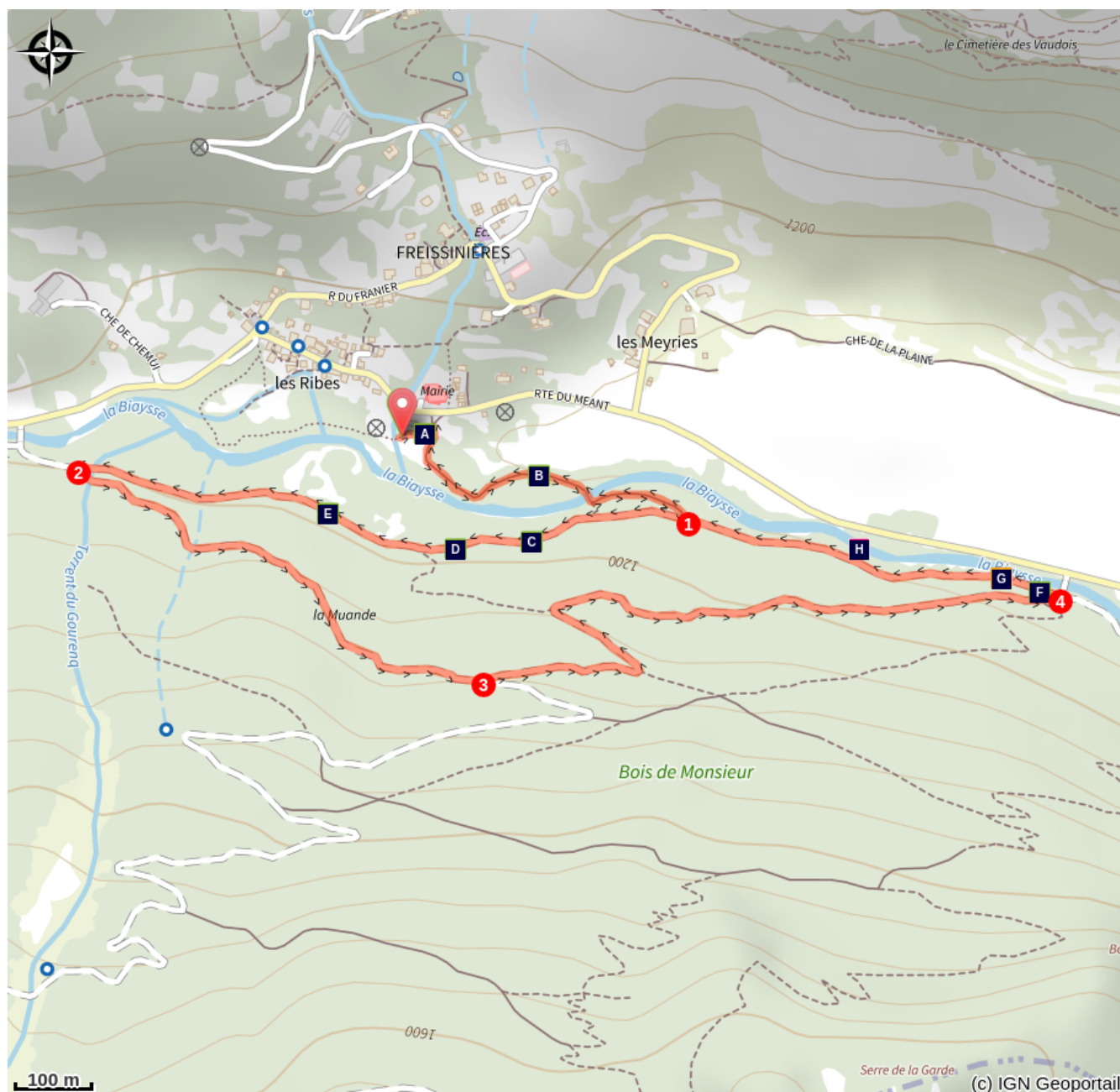


Altitude min 1154 m Altitude max 1288 m

Au départ de la cascade artificielle de Freissinières, rejoindre vers l'Est le pont qui enjambe la Biaysse

1. Une fois sur la piste forestière qui longe la rivière, prendre à droite plein Ouest.
2. Au croisement des pistes, prendre à gauche et continuer à monter.
3. Point culminant du parcours atteint, il suffit de descendre sur la gauche.
4. De retour sur la piste principale en rive droite de la Biaysse, continuer cet itinéraire sur la gauche puis 500m plus loin, gagner à droite la suite du parcours afin de rejoindre l'arrivée.

Sur votre chemin...




 Le pétasite officinal (A)

 Le sapin (C)

 La prêle (E)

 La vallée de Freissinières (G)

 L'épine vinette (B)

 L'écureuil roux (D)

 Le cingle plongeur (F)

 La plaine de Freissinières (H)

Toutes les infos pratiques

Recommandations

Avant de partir en trail, il est impératif de consulter les périodes d'ouverture du parcours sur le site : <https://www.onpiste.com/explorer/destinations/le-pays-des-ecrins-40>

Sur certaines portions de cet itinéraire, vous utilisez une piste de ski de fond. Le passage d'attelage de chiens de traîneaux peut être aussi fréquent: restez en ligne sur la droite du parcours. Les chiens de compagnie sont aussi déconseillés.

Se renseigner sur les conditions météorologiques avant de partir randonner

Coordonnées des secours : Secours Montagne : 04 92 22 22 22 ou 112

Respecter le travail des agriculteurs, exploitants et propriétaires

Refermer toutes les clôtures

Rapporter tous ses déchets

Ne pas couper l'itinéraire à travers les prairies

Les parcours Snowtrail se prêtent également à la pratique de la randonnée raquette

Comment venir ?

Transports

Transports en commun >> <https://services-zou.maregionsud.fr/fr/>

Pensez au covoiturage >> www.blablacar.fr

Pour plus de renseignements, s'adresser au Bureau d'Information Touristique le plus proche du départ de la randonnée.

Accès routier

Accès à Freissinières via la N94 en haute vallée de la Durance, puis la D38 qui vous mène jusqu'à la Maison de la Vallée/Mairie de Freissinières. Un parking se trouve tout proche. La cascade de glace artificielle et le départ du snowtrail sont à coté.

Parking conseillé

Parking de la Mairie / Maison de la Vallée de Freissinières

Sur votre chemin...



✿ Le pétasite officinal (A)

Au bord du ruisseau, une plante aux très larges feuilles : le pétasite officinal, nommé également chapeau du diable. Le « pétase » (petasos) était en Grèce ancienne un chapeau de feutre rond. Nul ne sait si le diable porte ce chapeau mais la plante est bel et bien utilisée en phytothérapie. Commun en plaine, il est généralement peu présent en montagne où poussent cependant d'autres espèces de pétasite. En tout cas, voilà de quoi se faire une belle coiffure !

Crédit photo : Mireille Coulon - Parc national des Écrins



✿ L'épine vinette (B)

L'épine vinette est un buisson aux longues épines groupées par trois et aux feuilles ovales et dentées. Il donne au printemps des grappes de petites fleurs jaunes, lesquelles deviendront plus tard des baies rouges, ovales et allongées. Ces fruits aigrelets sont comestibles et peuvent être transformés en gelées... si on a la patience de les ramasser ! Cet arbuste pousse un peu partout.

Crédit photo : Mireille Coulon - Parc national des Écrins



✿ Le sapin (C)

Sur ce versant exposé au nord, nommé ubac, le sapin se plaît. Ses aiguilles ont 2 bandes blanches en dessous. Elles sont implantées de part et d'autre des rameaux et non tout autour comme chez l'épicéa. Les cônes allongés sont dressés et non pendants. Il est ici bien présent, souvent mélangé à du mélèze, à l'ombre duquel il peut pousser. À l'inverse, le mélèze, arbre de lumière, ne peut pousser sous un couvert de sapins !

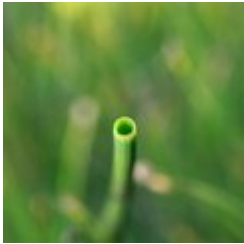
Crédit photo : Parc national des Écrins



L'écureuil roux (D)

Avec élégance et vivacité, un écureuil suivi de son long panache traverse la piste. Roux ? Celui-ci est plutôt brun foncé. En montagne, on adopte la stratégie du panneau solaire, noir pour mieux absorber la chaleur. Ce rongeur est actif le jour et n'hiberne pas, même s'il réduit son activité les jours de mauvais temps. C'est une espèce protégée.

Crédit photo : Marc Corail - Parc national des Écrins



La prêle (E)

En bordure du ruisseau, en bordure du fossé, pousse une plante ressemblant à un gros écouvillon... ou à une queue de cheval, selon son imagination. C'est la prêle des champs, plante proche des fougères. Elle est connue pour ses propriétés médicinales, car elle contient beaucoup de silice, un puissant reminéralisant pour les os, les cartilages et la peau. Il existe plusieurs espèces de prêles.

Crédit photo : Cédric Dentan - Parc national des Écrins



Le cincle plongeur (F)

Perché sur un bloc au milieu de la rivière, un oiseau trapu, à la queue courte, brun avec une grande bavette blanche, se balance de haut en bas avec la queue dressée. Puis il plonge et ne réapparaît que quelques instants plus tard. Cet oiseau chasse ainsi, plongeant puis marchant à contre-courant au fond de l'eau en quête de larves aquatiques d'insectes, de petits crustacés ou petits poissons, soulevant les galets avec son bec pour les déloger.

Crédit photo : Damien Combrisson - Parc national des Écrins



La vallée de Freissinières (G)

La vallée correspond à une zone de surcreusement lors des glaciations : le glacier freiné par le verrou de roche dure de Pallon, a creusé une dépression. Au retrait des glaciers, un lac est resté coincé derrière ce verrou, peu à peu comblé par des alluvions. Du point de vue historique, le pasteur protestant Félix Neff a "réveillé" la vallée en 1826 en faisant construire une "École normale" d'Instituteurs", en développant des procédés d'irrigation, en enseignant de nouveaux modes de cultures...

Crédit photo : Office de tourisme Pays des Écrins



La plaine de Freissinières (H)

Elle correspond à une zone de surcreusement lors des glaciations : le glacier freiné par le verrou de roche dure de Pallon, a creusé une dépression. Au retrait des glaciers, un lac est resté coincé derrière ce verrou, peu à peu comblé par des alluvions. C'est maintenant un espace agricole facilement mécanisable.

Crédit photo : Jean-Philippe Telmon