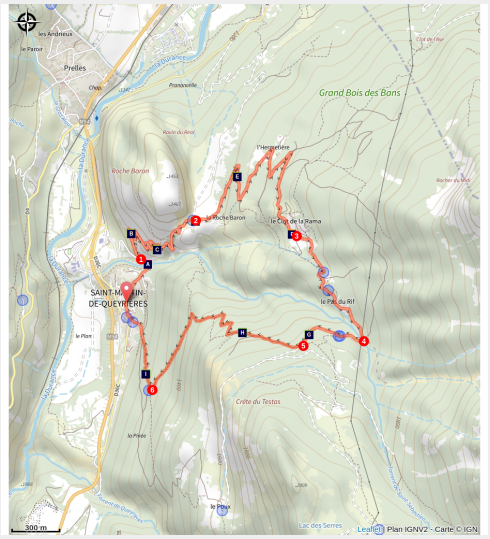
# VTTAE N°01 - Circuit du Poux



(Thibaut BLAIS)




*Ce circuit technique situé sur le haut de la commune de Saint-Martin-de-Queyrières vous offre un parcours sportif au frais dans les forêts de mélèzes.*

Ce parcours VTT vous invite à découvrir l'un des principaux sites d'escalade du Pays des Écrins, appelé la Roche Baron. Ensuite, vous atteindrez deux petits hameaux de la commune de Saint-Martin-de-Queyrières, tous deux construits autour de leur chapelle d'alpage. Ces deux villages sont situés au bord du torrent qui a façonné le vallon de Saint-Sébastien. Le circuit se termine en descente dans une forêt de conifères surplombant la commune.

## Infos pratiques

Pratique : VTTAE

Durée : 1 h

Longueur : 7.6 km

Dénivelé positif : 488 m

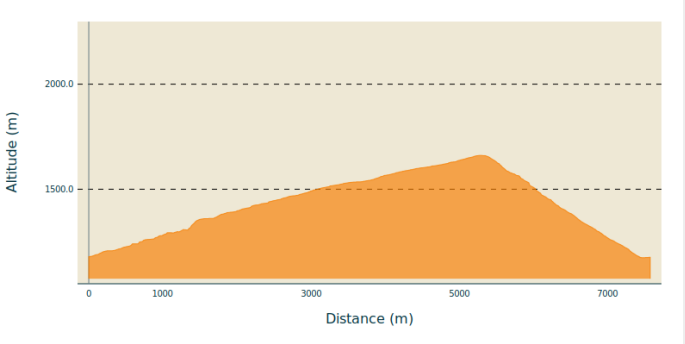
Difficulté : Moyen

Thèmes : Faune, Flore, Géologie, Histoire et architecture

# Itinéraire

**Départ** : Mairie de Saint-Martin-de-Queyrières
**Arrivée** : Mairie de Saint-Martin-de-Queyrières
**Balisage** : VTT
**Communes** : 1. Saint-Martin-de-Queyrières

## Profil altimétrique




Altitude min 1174 m  Altitude max 1661 m

Au départ du parking de la mairie de Saint-Martin-de-Queyrières, prendre à gauche en montant.

1. S’orienter vers la droite après avoir traversé le torrent Saint-Sébastien, en direction du Rocher Baron. C'est une piste carrossable au début, puis il peut être nécessaire ensuite de faire quelques "poussettes".

2. En arrivant sur le plateau du Rocher Baron, continuer sur la piste forestière qui monte en lacets.

3. Au Clot de la Rama, continuer le chemin carrossable en direction du Pas de Rif

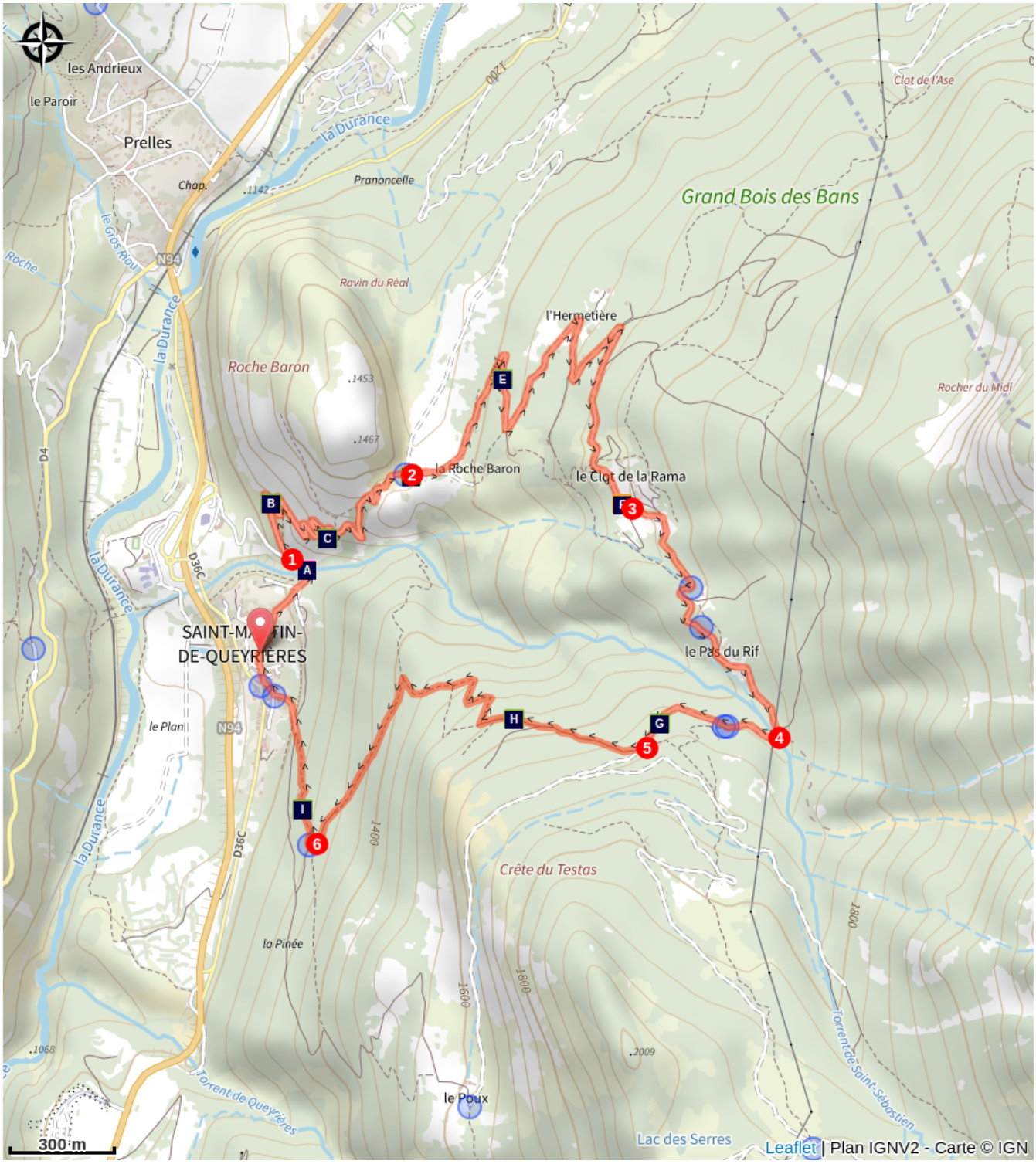
4. Traverser la passerelle du torrent de Saint-Sébastien en direction du Poux.

5. À environ 500 mètres après la passerelle, quitter la piste et poursuivre sur le sentier qui descend sur la droite.

6. 200 mètres après le captage d’eau, quitter la piste et prendre à droite en direction de la commune de Saint-Martin-de-Queyrières et du point de départ.

***Attention, quelques parties caillouteuses où le poids du VTTAE peut vous rendre la conduite plus difficile.***

# Sur votre route...




- La faille (A)
- Le groseillier à maquereaux (C)
- Le pin sylvestre (E)
- Le pic noir (G)
- Le chevreuil (I)
- La mésange boréale (B)
- Le criquet ensanglanté (D)
- Le Clot de la Rama (F)
- Le sapin (H)

# Toutes les informations pratiques

## Les chiens de protection des troupeaux - VTT

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

Lorsque je fais du VTT, j'adapte mon comportement en contournant le troupeau, en marquant une pause et en descendant du vélo 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.
Racontez votre rencontre en répondant à cette enquête.



## ⚠ Recommandations

Avant de partir en VTT, il est impératif de consulter les périodes d'ouverture du parcours sur le site : https://www.onpiste.com/explorer/routes/vtt-n%C2%B001-circuit-du-poux-7255

S'informer de la présence des chiens de protection des troupeaux : https://www.cc-paysdesecrins.fr/loisirs/pleine-nature

**Attention** : Ces informations sont données à titre indicatif. Il est de votre responsabilité de vérifier le bulletin météo et les conditions avant votre départ. L'Office de tourisme et le PNE ne pourront aucunement être portés responsable en cas d'accident. En cas de doutes, s'adresser à des professionnels : moniteurs ou loueurs de matériels.

Coordonnées des secours : Secours Montagne : 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*

## Comment venir ?

### Transports

Train et bus de la région Sud >> https://services-zou.maregionsud.fr/fr/
Navettes intercommunales >> https://www.cc-paysdesecrins.fr/mobiliteenunclic

Pensez au covoiturage

### Accès routier

À 9 km de L'Argentière-la-Bessée, prendre la N94.

### Parking conseillé

Parking de la mairie, Saint-Martin-de-Queyrières

## Lieux de renseignement

**Bureau d'Information Touristique de L'Argentière-La Bessée**
23 Avenue de la République, 05120 L'Argentière-La Bessée

contact@paysdesecrins.com
Tel : +33(0)4 92 23 03 11
https://www.paysdesecrins.com/




**Bureau d'Information Touristique de Vallouise**
Place de l'Eglise, 05340 Vallouise

contact@paysdesecrins.com
Tel : +33(0)4 92 23 36 12
https://www.paysdesecrins.com/



**Maison du Parc de Vallouise**

vallouise@ecrins-parcnational.fr
Tel : 04 92 23 58 08
http://www.ecrins-parcnational.fr/



## Source

Pays des Ecrins

https://www.paysdesecrins.com

# Sur votre route...



## La faille (A)

Le jeu de failles de la Durance est connu depuis très longtemps par les géologues alpins. Ces failles qualifiées de « normales » sont des ouvertures liées à un mouvement d’extension-étirement de la zone briançonnaise en contact avec la zone dauphinoise située plus à l’ouest. Attention : il est dangereux et interdit de s’approcher de la faille. Risque de chutes de bloc.

Attribution : Office de tourisme du Pays des Écrins



## La mésange boréale (B)

Petit passereau sédentaire à la calotte noire, au dos brun et au ventre blanc, la mésange boréale, ou alpestre, habite les forêts de montagne. Elle choisit un tronc au bois pourri pour construire son logement car son pic ne lui permet pas de creuser dans des troncs trop solides. Cette mésange ressemble à la mésange nonnette, qui vit plutôt en dessous de 1400 m. Pour les distinguer, il faut être attentif aux chants et aux cris de ces deux oiseaux.

Attribution : Mireille Coulon - Parc national des Écrins



## Le groseillier à maquereaux (C)

Attention, ça pique ! Le groseillier à maquereaux, petit arbuste épineux, est bien présent ici. Il peut supporter en effet des terrains secs. Il donne des fruits blanchâtres parfois violacés, couverts de poils un peu durs. Ses longues et solides épines dissuadent souvent la cueillette de ses fruits et la langue est un peu surprise par la présence des poils. Mais ça vaut le coup d'essayer : ils sont très bons !

Attribution : Dentant Cédric - Parc national des Écrins



## Le criquet ensanglanté (D)

Dans les zones humides bordant les ruisseaux vit le criquet ensanglanté. Il porte ce nom car la femelle porte des taches rouge pourpre tranchant avec sa couleur générale verte. Ses oeufs sont sensibles à la sécheresse, aussi ne pond-elle que dans des sols humides. Pour courtiser la femelle, le mâle ne stridule pas mais émet des “clic”... “clic”... qu'il produit en détendant d'un seul coup sa jambe postérieure.

Attribution : Mireille Coulon - Parc national des Écrins



## Le pin sylvestre (E)

En bordure de la piste, on peut observer un gros bosquet de pin sylvestre. Ce résineux se reconnaît grâce à la belle teinte saumonée de ses branches et de la partie supérieure de son tronc. Ses aiguilles courtes vert bleuté sont groupées par deux. Ne craignant ni le froid ni la sécheresse estivale, il est parfaitement adapté au climat semi continental des vallées intra-alpines.

Attribution : Parc national des Écrins



## Le Clot de la Rama (F)

Le Clot de la Rama est un petit hameau de la commune de Saint-Martin-de-Queyrières, situé dans le vallon de Saint-Sébastien près du torrent à 1 550 m d’altitude. Ce petit hameau encore habité, abrite plusieurs chalets d’alpage qui retracent son histoire et montrent combien la terre était précieuse. De plus, une chapelle d’alpage, appelée la chapelle Sainte-Marie-Madeleine, marquée par son histoire demeure dans ce hameau.

Attribution : Office de tourisme du Pays des Écrins



## Le pic noir (G)

Le plus grand oiseau de la famille des pics, adaptés morphologiquement à la vie arboricole. Il est facilement reconnaissable par sa couleur entièrement noire, avec une calotte rouge vif du front jusqu’à l’arrière de la nuque chez le mâle et seulement une tâche rouge chez la femelle. Il fréquente les espaces arborés nécessaires à son alimentation et à son mode de nidification. Il se nourrit principalement de fourmis et d'insectes qu'il prélève par des perforations dans l'écorce grâce à son bec acéré.

Attribution : Coulon Mireille - Parc national des Écrins



## Le sapin (H)

Sur ce versant, 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 !

Attribution : Parc national des Écrins



## Le chevreuil (I)

La forêt est habitée par des chevreuils, et il n’est pas rare d’en voir. Cet ongulé est un peu particulier car le rut ne se fait pas en automne pour des naissances en mai juin comme chez les autres ongulés vivant en montagne mais s’effectue en été. Cependant, après la fécondation, l’œuf cesse tout développement pendant 6 mois (diapause embryonnaire). Puis la gestation reprend et le faon (ou deux) pourra naître au printemps, période la plus favorable à sa survie.

Attribution : Robert Chevalier - Parc national des Écrins