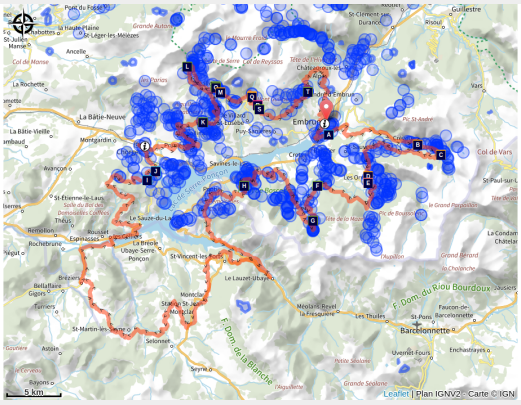
Le tour du lac de Serre-Ponçon - Gravel

Parc national des Ecrins

(Kinaphoto)



A vos marques. Prêt. Partez !
Séjour itinérant de 5 jours faisant près de 250km et plus de 8000 mètres de dénivelé.*
Un challenge sportif hors du commun qui offre également une perspective sur la diversité du territoire haut-alpin.

**Suite à un problème technique, le dénivelé réel du Tour du Lac de Serre-Ponçon est de l'ordre des 8000m ; et non de 9000m comme annoncé dans les caractéristiques du tracé.*

*** ATTENTION : le Gravel dans les Hautes-Alpes, comme dans les territoires de montagne en général, se*

Infos pratiques

Pratique : Gravel

Durée : 5 jours

Longueur : 233.6 km

Dénivelé positif : 7383 m

Difficulté : Difficile

Type : Séjour itinérant

Thèmes : Col, Lac et glacier, Pastoralisme, Point de vue, Sommet

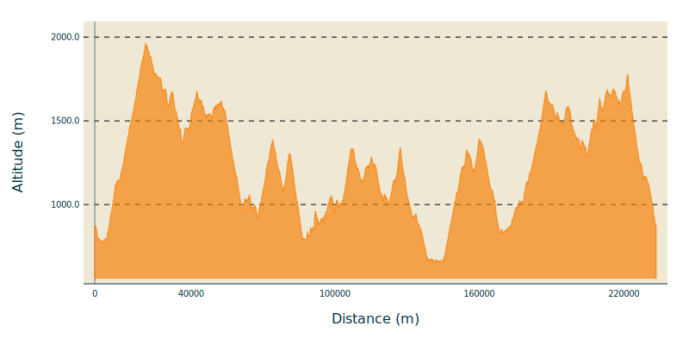
caractérise comme étant une pratique "engagée", en raison du dénivelé et de la topographie. Cela nécessite un matériel adapté (à minima, cadre robuste et taille de pneus adéquat pour affronter certains passages en single).

Le Tour du Lac de Serre-Ponçon (TSP) revient dans sa version Gravel ! Au programme ; de belle pistes DFCI hyper roulantes, entrecoupées de portions de Gravel de montagne et des panoramas exceptionnels. En prime, pour les plus courageux, de nombreux cols et sommets mythique comme celui du Mont Colombis, du Parpaillon, ou encore de Pontis. L'ascension la plus exigeante sera récompensée par un des plus beaux balcons de ce séjour à flanc du Mont Guillaume : le chemin de la Baume.

Itinéraire

Départ : Embrun
Arrivée : Embrun
Balisage : GR GRP PR
Communes : 1. Embrun
2. Saint-Sauveur
3. Crévoux
4. Les Orres
5. Baratier
6. Crots
7. Savines-le-Lac
8. Pontis
9. Le Lauzet-Ubaye
10. Rousset
11. Espinasses
12. Montgardin
13. Chorges
14. Prunières
15. Saint-Apollinaire
16. Réallon
17. Puy-Saint-Eusèbe
18. Puy-Sanières
19. Châteauroux-les-Alpes

Profil altimétrique

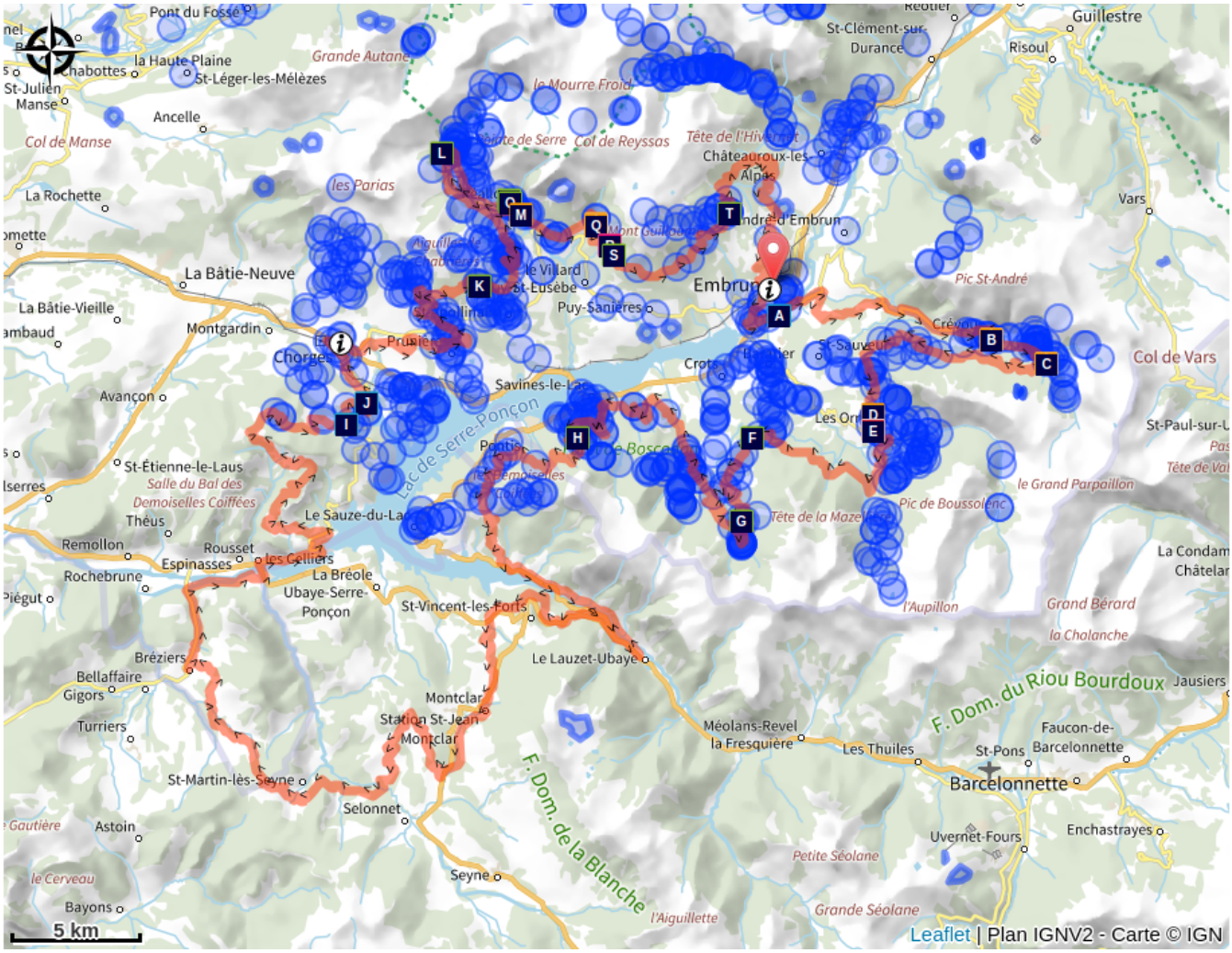


Altitude min 657 m Altitude max 1963 m

Étapes :

1. Embrun - Les Orres (TSP Gravel)
   38.1 km / 1453 m D+ / 3 h 15
2. Les Orres - Le Lauzet-Ubaye (TSP Gravel)
   56.3 km / 1668 m D+ / 4 h 30
3. Le Lauzet-Ubaye - Rousset (TSP Gravel)
   49.4 km / 1315 m D+ / 3 h 45
4. Rousset - Réallon (TSP Gravel)
   55.5 km / 2042 m D+ / 5 h 45
5. Réallon - Embrun (TSP Gravel)
   36.2 km / 918 m D+ / 2 h 45

Sur votre route...



- La Durance (A)
- Cabane des Espagnols (C)
- L'église Marie-Madeleine des Orres (E)
- Campanule terrestre (G)
- Vue sur le Lac de Serre-Ponçon (I)
- Aigle royal (K)
- Murs de soutènement (M)
- Rougequeue noir (O)
- Murs de soutènement (Q)
- Pinson des arbres (S)
- Crévoux (B)
- Le pastre (D)
- Le mélèze (F)
- Alisier blanc (H)
- Torrent d'Addos (J)
- Lis martagon (L)
- Merle de roche (N)
- Les fermes abandonnées (P)
- Point de vue sur le Lac de Serre-Ponçon (R)
- Le Mélèze (T)

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.

Matériel

Avant de partir vérifiez l'état de votre vélo, surveillez la météo et équipez vous selon la saison et la durée de votre randonnée.
Vous évoluez en zone de montagne, privilégiez des pneus de Gravel large, des freins à disque hydraulique et maitrisez votre vitesse.
Prudence dans la descente du Hameau de Vière et pour rejoindre la vallée de la Durance.
Pour plus de confort faites appel à un moniteur de cyclisme
Secours : 112

Comment venir ?

Transports

SNCF : Gare de Chorges, Embrun https://www.sncf-connect.com/
Bus : Valserres, La Bâtie Neuve, Chorges, Puy Saint Eusèbe, Puy Sanières, Embrun Baratier, Les Orres, Remollon, Theus, Espinasse
Marseille-Briançon : (LER29)
Marseille, Nice : Lignes Express Régionales (LER) +33 (0)809 400 415
Grenoble : Transisère +33 (0)4 26 16 38 38
Gap-Barcelonnette (LER535)
Aire de covoiturage : Rond point des Orres – 05200 Baratier
Avion :

Aéroport Marseille Provence (188km) – +33 (0)820 811 414
Aéroport Grenoble Alpes Isère (158km) – +33 (0)4 76 65 48 48
Aéroport Lyon Saint Exupéry – (203 km) +33 (0)826 800 826
Aéroport Turin Caselle – (178km) + 39 011 567 63 81

Parking conseillé

Parking de la Gare, Embrun

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.

Circaète Jean-le-Blanc

Période de sensibilité : Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre

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

Nidification du Circaète-Jean-le-Blanc

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec le Circaète-Jean-le-Blanc en période de nidification sont principalement les pratiques aériennes comme le vol libre ou le vol motorisé.

Merci d’essayer d’éviter la zone ou de rester à un distance minimale de 300m sol quand vous la survolez soit 1470m d'altitude !

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 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...

La Durance (A)

La Durance est la plus importante rivière de Provence et le troisième affluent du Rhône derrière la Saône et l'Isère pour le débit. Elle prend sa source dans les Hautes-Alpes sur la commune de Montgenèvre et est rapidement rejointe par la Clarée et la Guisane qui s'effacent devant elle malgré une longueur et un débit plus important au point de confluence. La vallée de la Durance constitue en effet un axe de communication majeur depuis des siècles et son caractère capricieux est désormais contrôlé par le lac artificiel de Serre-Ponçon et par un canal qui s'étend en aval. Le vieux proverbe en cours sous l'Ancien Régime qui prétendait « que les trois fléaux de la Provence sont le Mistral, la Durance et le Parlement » est désormais oublié et la Durance n'apporte plus que la vie dans les terres qu'elle irrigue.

Attribution : Agence Kros_Rémi Fabrègue

Crévoux (B)

Cerné par des sommets flirtant avec les 3000m à l'image du Grand Parpaillon ou du Pic Saint André, le village de Crévoux occupe une vallée encaissée qui a vu l'établissement de plusieurs hameaux dont celui de la Chalp qui s'étend sur une étroite terasse alluviale. Autrefois au coeur d'une importante activité artisanale avec l'essor de la vannerie ou de l'ébénisterie, le village s'articule désormais autour de sa petite station de ski, créée en 1937, ce qui en fait une des plus vielles des Hautes-Alpes.

Cabane des Espagnols (C)

Cette cabane constitue un lieu de mémoire qui rend hommage aux réfugiés espagnols mobilisés à Crévoux pour l'entretien et la réfection de la route du Parpaillon qui présentait un intérêt militaire en cette période troublée. En effet, le camp espagnol de Crévoux a été établi en 1939 à la veille de la Seconde Guerre mondiale et au crépuscule de la guerre civile espagnole qui a vu la victoire de Franco et la fuite de nombreux républicains espagnols vers la France.

Le pastre (D)

Il s'agit du berger en provençal. Le sentier a pris son nom car on trouve de nombreuses traces de l'activité pastorale tout au long du parcours. Vous pourrez notamment apercevoir les vestiges d'anciens abris, les muandes. Ces derniers servaient d'étapes intermédiaires entre la ferme et les alpages lors de la montée en estive ou amontagnage au début de l'été et lors de la redescente ou démontagnage à l'automne.

L'église Marie-Madeleine des Orres (E)

Caractéristique de l'architecture des Hautes-Alpes, elle a été construite autour de 1501 et est remarquable par son envergure et ses décors peints.

Le mélèze (F)

Les Hautes-Alpes offrent toutes les conditions de développement du mélèze et héberge la moitié du mélezin français. Le mélèze a besoin de terrains dégagés et ensoleillé et colonise les parcelles abandonnées : c'est une essence « pionnière ». Il peut vivre 500 ans et est le seul résineux qui perd ses aiguilles. Son bois imputrescible permet de fabriquer goutières, fontaines et bardeaux. Sa résistance est idéale pour les charpentes et sa couleur est appréciée aussi en menuiserie.

Campanule terrestre (G)

La forme de cette espèce est assez caractéristique notamment grâce à ses fleurs en forme de cloche (en campanule) . La campanule possède des fleurs hermaphrodites c’est à dire qu’elle possède le sexe femelle et mâle. Cette plante rustique apprécie le soleil et les terres sèches. Certaines espèces de plantules supportent des sols arides à des hautes altitudes.

Attribution : Amélie Vallier

Alisier blanc (H)

C’est un bel arbre pouvant atteindre 15 m de haut. Ses feuilles sont identifiables au duvet tomenteux blanc sur le dessous. Ses fleurs blanches sont groupées en inflorescence et donneront des fruits nommés « alises » qui apparaissent à la fin de l’été. Cette espèce apprécie beaucoup la lumière et tolère bien la sécheresse. On la trouve dans les bois clairs, ainsi que sur les pentes ensoleillées même rocailleuses et sèches dans l’étage montagnard.

Attribution : Mireille Coulon - PNE

Vue sur le Lac de Serre-Ponçon (I)

Depuis cet endroit on aperçoit le lac de Serre-Ponçon. Ce lac artificiel fait partie des plus grands d'Europe. Ses 2800 hectares sont alimentés par les rivières torrentielles que sont la Durance et l’Ubaye. Mis en eau en 1960, il propose de nombreuses activités nautiques, des plages aménagées et surveillées et des petits ports pour les plaisanciers. Malgré tout, ses berges restent globalement très sauvages avec de nombreuses criques escarpés qui font tout le charme de Serre-Ponçon comme en témoigne la baie des Moulettes à proximité.

Attribution : Hélène Photographie - OTSP

Torrent d'Addos (J)

Le Torrent d'Addos fait une longueur de 4km. Un torrent est un cours d'eau naturel situé en montagne. Le regime torrentiel se caractérise par une forte pente, une grande vitesse d'écoulement et donc un cours d'eau turbulent et qui produit une forte érosion. Il est défini aussi par de fortes variations de débits en fonction des précipitations. Sur ce torrent comme sur beaucoup d'autres, de nombreux seuils (petits barrages) ont été aménagés afin de diminuer la vitesse de l’eau et de limiter l'impact des crues.

Attribution : Amélie Vallier

Aigle royal (K)

L'Aigle Royal est un grand rapace atteignant 2,30 mètres d'envergure. Il est un prédateur par excellence équipé d'armes redoutables : un vol rapide adaptable aux situations les plus acrobatiques et des serres acérées d’une grande puissance. Sa vue perçante, huit fois plus précise que celle de l'être humain, lui permet de détecter ses proies : de la marmotte au jeune chamois, en passant par le lagopède et le lièvre. L'Aigle Royal est également volontier charognard, notament en hiver quand la nourriture se fait rare.

Attribution : Cyril Coursier - PNE

Lis martagon (L)

Dans le sous-bois au début de l’itinéraire, puis dans les pelouses, il est remarquable par sa longue hampe florale dressée. Elle est agrémentée de trois à dix fleurs d’un rose violacé ponctué de pourpre qui laissent apparaître de longues étamines orangées. Il faut l'admirer sans le respirer car il est aussi beau que malodorant !

Attribution : Mireille Coulon - PNE

Murs de soutènement (M)

Les murs de soutènement sont réalisés en pierre sèche. On les appelle des restanques en Provence. Ils permettent dans les zones pentues de pouvoir mettre en place des terrasses de culture en retenant la terre. A l’époque, leurs constructions ont permis à des générations de paysans de vivre de leurs terres, devenues ainsi fertiles et cultivables. Aujourd’hui, de nombreux chercheurs et artisans essayent de se réapproprier cette technique ancestrale.

Attribution : Amélie Vallier

Merle de roche (N)

Le merle de roche ou monticole de roche affectionne les pierres et le soleil. Il ne nous rend visite que d'avril à fin août pour nicher soit à même le sol, soit dans une anfractuosité de rocher. Poitrine orangée, tête bleue, croupion blanc, il lance de douces et claires strophes mélodieuses.

Attribution : Pascal Saulay - PNE

Rougequeue noir (O)

Monsieur Rougequeue noir arbore une calotte grise et une tâche blanche sur les ailes, une queue et un croupion roux. Oiseau montagnard à l'origine, il s'est adapté à d'autres milieux, pour peu qu'il y trouve un ambiance rocheuse. C'est le cas ici, sur le versant de Roche Méanne. Le rougequeue noir est un oiseau commun, vif et très actif : il chasse sans cesse les insectes en volant au sol. Souvent haut perché sur un mur ou un rocher, il lance ses cris d'alarmes brefs en ployant ses pattes. Son chant bavard, ponctué de « froissements de papier » est caractéristique. Migrateur partiel, il descend dans les basses vallées pour passer l'hiver.

Attribution : Damien Combrisson - PNE

Les fermes abandonnées (P)

De nombreuses fermes abandonnées sont visibles. Pourtant, certaines sont désormais envahies par la végétation. Leur abandon s’explique par l’importante déprise agricole connue par la région durant le 19ème et début du 20ème siècle, communement appelée "exode rural". Cela a modifié fortement le paysage avec le développement de la végétation dans les champs abandonnés et autour des ruines. Il est facile d’imaginer les rudes conditions de vie auxquelles devaient faire face les paysans.

Attribution : Amélie Vallier

Murs de soutènement (Q)

Dans les zones abruptes en montagne, les conditions de culture étaient difficiles. Pour pallier la difficulté de cultiver les pentes, des murs de soutènement en pierres sèches étaient mis en place. On les appelle des restanques en Provence. Cela permettait de retenir la terre et de diminuer la pente, rendant possible les cultures. On parle ainsi de cultures en terrasses.

Attribution : Amélie Vallier

Point de vue sur le Lac de Serre-Ponçon (R)

Ce point de vue situé au Bois de Pra Martin offre un magnifique panorama sur le lac de Serre-Ponçon. Tout à gauche, le pont de Savines-le-Lac ainsi que le Pic Morgon. A droite la vue s’ étend presque jusqu’au barrage qui se trouve en aval de Sauze-du-Lac. En rive droite du lac se trouve le hameau de Chèrines, ainsi que la station de ski de Réallon au pied des Aiguilles de Chabrières.

Attribution : amelie.vallier

Pinson des arbres (S)

Le Pinson est facilement reconnaissable à la double barre blanche sur ses ailes. C'est la plus fréquente et la plus répandue des trois espèces de pinsons. Territorial en période de reproduction, ce pinson se nourrit en grandes bandes en hiver. Du bord de la mer jusqu'à l'étage alpin, le pinson des arbres est peu exigeant même s'il a une préférence pour les forêts peu denses et fraîches. Granivore, il devient insectivore pendant la reproduction.

Attribution : Damien Combrisson - PNE

Le Mélèze (T)

Arbre roi dans les montagnes des Alpes du Sud, le mélèze est le seul conifère à perdre ses aiguilles en hiver. Ses cônes, au printemps, sont d'un violet sombre caractéristique. Le mélèze est une des rares essences européennes imputrescibles (qui ne pourrit pas). C'est pourquoi malgré sa torsion au séchage il est beaucoup utilisé dans les charpentes, les abreuvoirs et autres rigoles des villages montagnards. Incapable de se régénérer sous son propre sous-bois, il a besoin d'ouvertures naturelles, parfois créées par des avalanches, pour que les jeunes pousses se développent. On le retrouve jusqu'à plus de 2200 mètres d'altitude, où il adopte alors des formes naines dans ces zones dites "de combat". Le mélèze présenté en ce point de la randonnée est plusieurs fois centenaire.

Attribution : Mireille Coulon - PNE