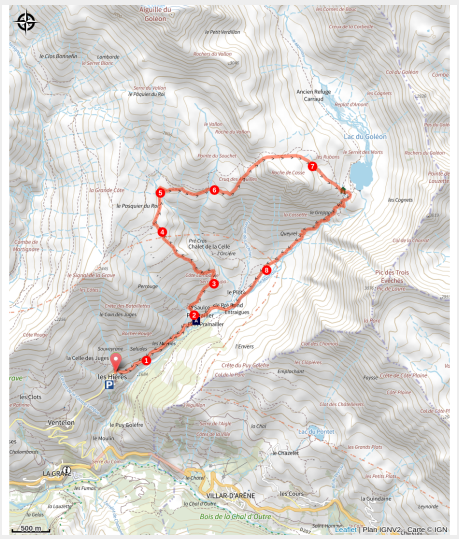
Le Lac du Goléon par le Cruq des Aiguilles

Parc national des Ecrins - La Grave

Lac du Goléon au petit matin (©Jenny Selberg)



La randonnée vers le lac du Goléon par le Cruq des Aiguilles est un parcours exigeant, réservé aux randonneurs expérimentés. Cependant, l'effort est largement récompensé par la splendeur du panorama une fois au sommet.

l'itinéraire proposé qui passe par le col du « Cruq des Aiguilles » constitue une alternative variée et plus alpine à la courte montée de Valfroide que l'on se réservera plutôt pour la descente.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 6 h 30

Longueur : 12.4 km

Dénivelé positif : 963 m

Difficulté : Difficile

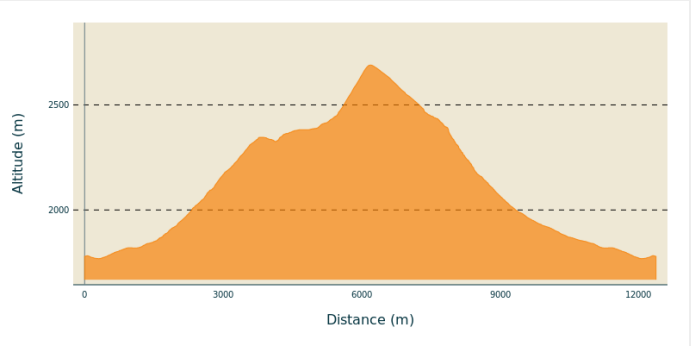
Type : Boucle

Thèmes : Col, Flore, Lac et glacier, Pastoralisme, Point de vue, Refuge

Itinéraire

Départ : Les Hières
Arrivée : Les Hières
Communes : 1. La Grave

Profil altimétrique



Altitude min 1769 m Altitude max 2691 m

1. Des Hières, suivre la bonne piste carrossable qui suit la vallée en direction de Valfroide.

2. 500 m avant le parking d'Entraigues prendre à gauche la piste de tracteur en direction de « la Sauce ».

3. Traverser le hameau puis monter (est) en direction du rognon de Serre Coupa.

4. Repérer et suivre le sentier qui monte en lacets serrés la « côte Lombarde » et à 2200 m environ on atteint des herbages plus plats qui conduisent jusqu'aux ruines du Puy Garnier(2346 m).

5. De ce point continuer vers le Nord, traverser un petit Ruisseau et continuer en montant légèrement pour passer à proximité de la zone de captage d'eau (Alimentation en eau potable des hameaux de la Grave).

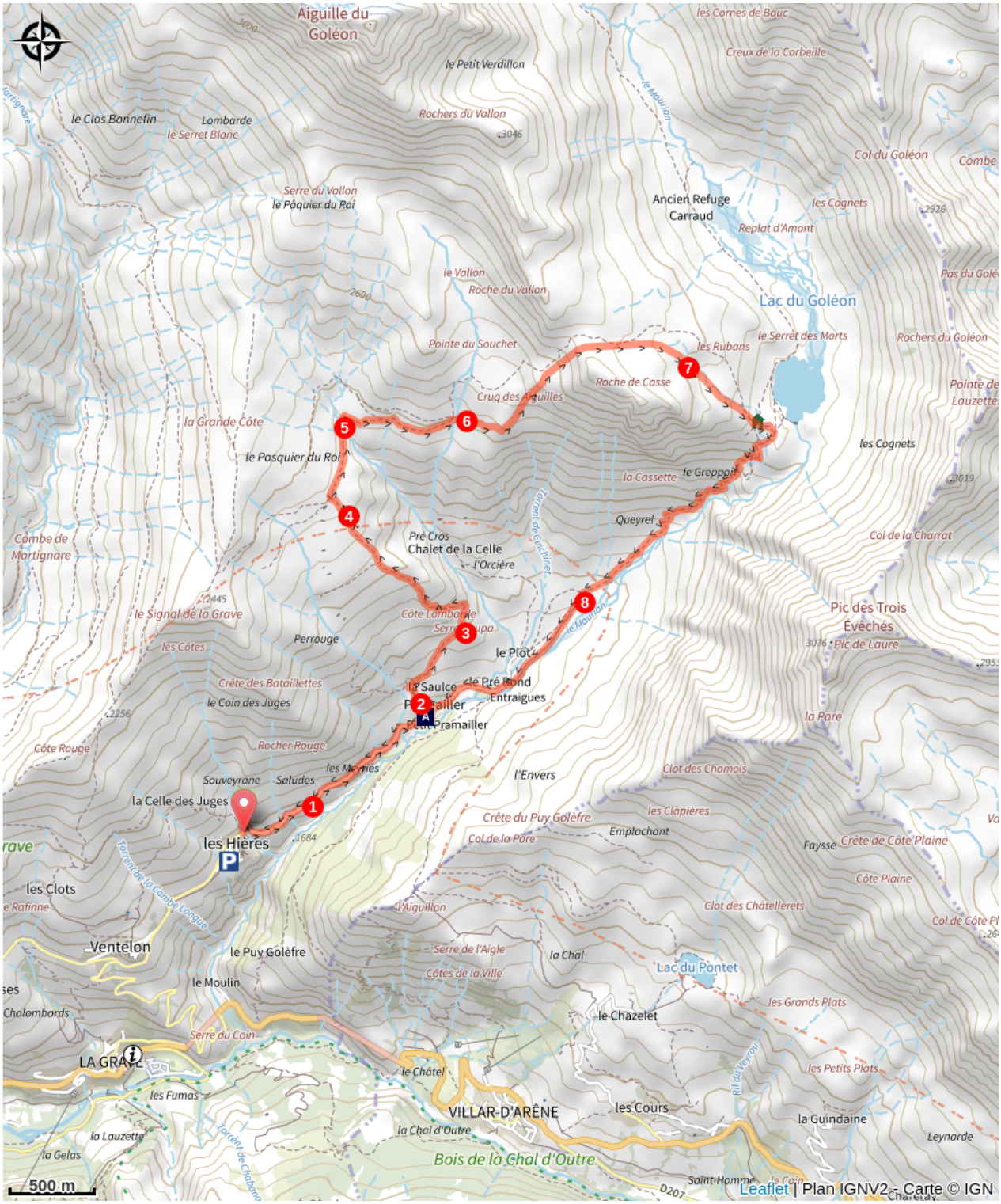
6. On repère facilement le Cruq des Aiguilles, joli col en U situé 300 m plus haut. Remonter une première pente raide qui mène à la crête dominant la vallée (rochers ruiniformes), puis après un court replat au pied du col, gagner ce dernier par une pente raide et caillouteuse (2707 m).

7. La descente vers le refuge et le lac s'effectue sur l'autre versant (Est) par des pentes herbeuses coupées de petits ressauts rocheux.

8. Après une pause bien méritée, reprendre le sentier de descente (raide et caillouteux) qui conduit à travers les prés de fauche aux hameaux de Valfroide, puis par la large piste rejoindre le point de départ de l'itinéraire aux Hières.

Il est possible depuis les Hières de rejoindre en voiture le parking d'Entraigues (croisement difficile).

Sur votre chemin...



Maisons d'alpage en pierre (A)

Toutes les infos 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

Chapeau/Casquette pour s'abriter du fort ensoleillement. Lunettes de soleil, crème solaire, plusieurs litres d'eau, bâtons de randonnée, veste coupe-vent.

Comment venir ?

Parking conseillé

Parking à l'entrée des Hières

Lieux de renseignement

Bureau d'Information Touristique de La Grave
RD1091, 05320 La Grave

lagrave@hautesvallees.com
Tel : (+33) 04 76 79 90 05
https://www.hautesvallees.com/la-grave/

Source

Apidae

http://www.apidae-tourisme.com

Office de Tourisme des Hautes Vallées

https://www.hautesvallees.com

Sur votre chemin...

Maisons d'alpage en pierre (A)

Le Hameau de Valfroide est représentatif de l'architecture des hameaux d'alpages. Par peur d'incendie, le matériel premier était la pierre. C'est à l'aide de blocs de granit, de schiste et de tuf que les maisons prenaient forme; généralement un bâtiment unique avec sous le même toit la grange, l'étable et les pièces d'habitation. La toiture etait, elle, recouverte d'ardoises grises. Et pour l'isolation de la paille de seigle était utilisée et placée sous la toiture, une pratique fidèle au pays de la Meije.