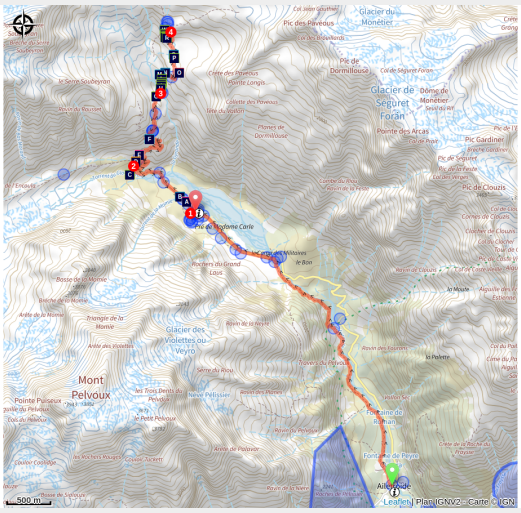
D'Ailefroide au Pré de Madame Carle, par le refuge du Glacier Blanc

Vallouise

Ancien refuge Tuckett sous le glacier Blanc (Thierry Maillet - Parc national des Ecrins)



Le début de l'étape est assez tranquille, et continue de remonter la vallée. Puis on arrive au Pré de Madame Carle pour une ascension plus soutenue vers le refuge du glacier Blanc, avant la redescente et le retour en navette.

Étape la plus longue, elle est aussi une véritable immersion en haute montagne, en allant de lieu mythique en lieu mythique, à la rencontre du plus gros glacier du massif : le glacier Blanc. Une part de tarte aux myrtilles au refuge éponyme rendra l'expérience encore plus délicieuse, avant de reprendre la navette plus bas dans la vallée.

Infos pratiques

Pratique : A pied

Durée : 7 h

Longueur : 13.7 km

Dénivelé positif : 1092 m

Difficulté : Difficile

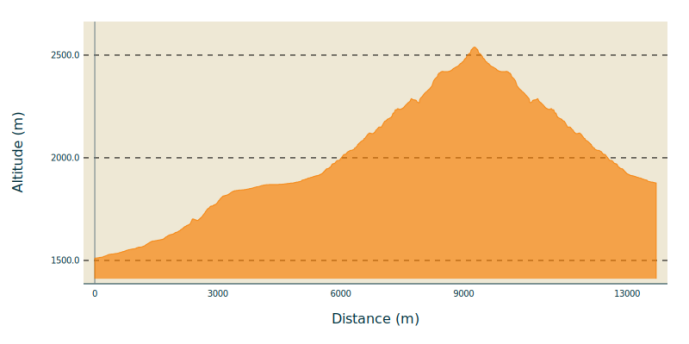
Type : Etape

Thèmes : Lac et glacier, Refuge, Sommet

Itinéraire

Départ : Ailefroide
Arrivée : Pré de madame Carle
Communes : 1. Vallouise-Pelvoux

Profil altimétrique

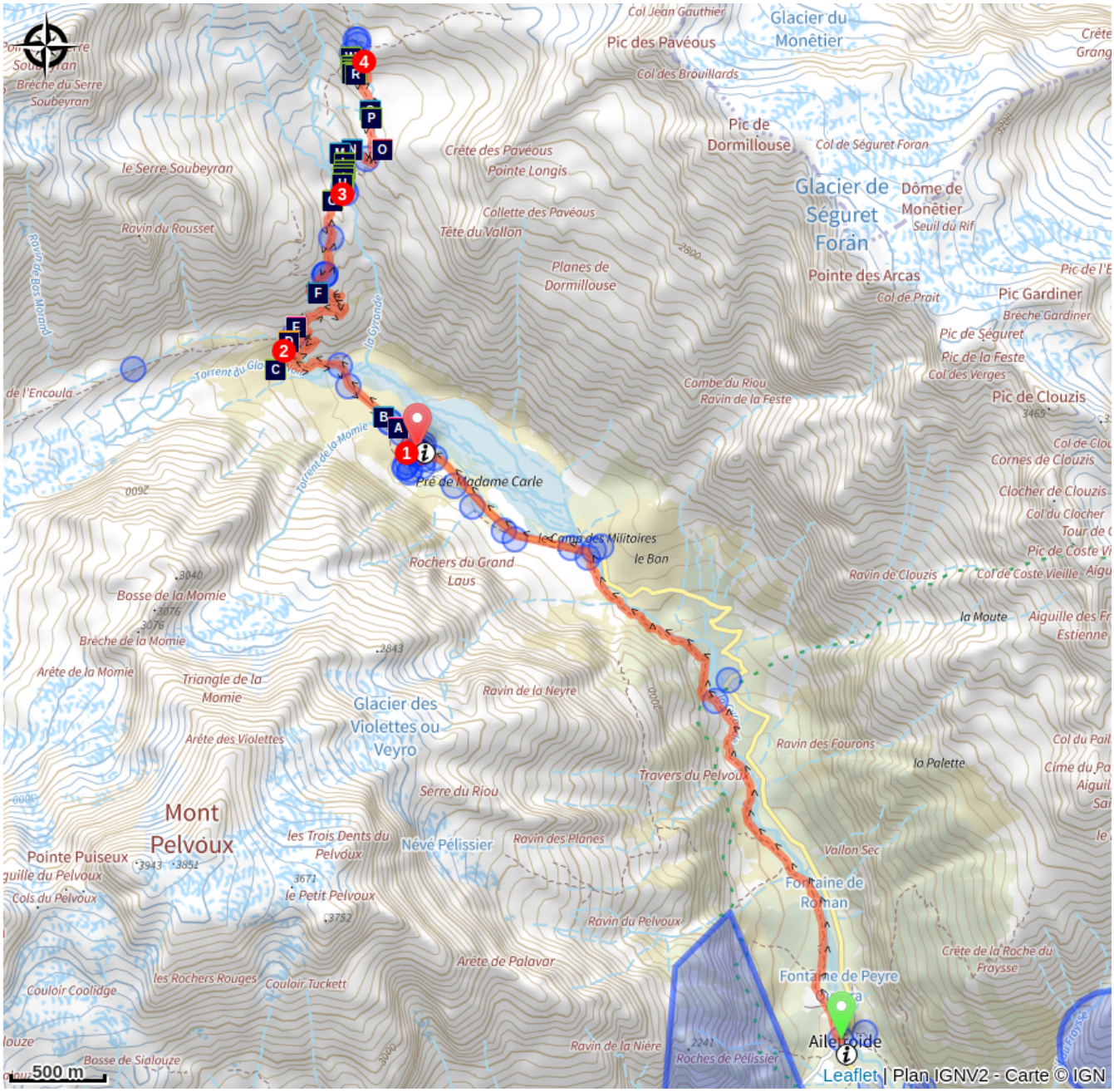


Altitude min 1511 m Altitude max 2539 m

Avant le pont sur le Torrent de Saint-Pierre prendre le chemin qui part rive droite (Pré de Madame Carle). Après 400 m environ, le chemin devient sentier. Après 600 m environ, au niveau d'un cairn, continuer tout droit (laisser la sente à gauche, accès aux voies d'escalade). Après environ 1 km, le sentier monte dans un pierrier (gros éboulis). Juste avant de rejoindre la route, prendre le sentier à gauche (Pré de Madame Carle) qui longe la route et conduit au parking.

1. Passer entre le refuge Cézanne et la Maison d'accueil du Parc national des Ecrins, suivre la large piste. Après avoir traversé deux passerelles en bois, prendre le sentier sur la gauche (Glacier Blanc).
2. A la bifurcation suivante, laisser le sentier menant au Glacier Noir et continuer tout droit (Glacier Blanc). Le sentier s'élève en épingles jusqu'à 2300 mètres d'altitude environ. Après une courte descente sur des rochers arrondis par l'érosion (marche en adhérence sur rochers) traverser la passerelle.
3. A la passerelle au pied du Glacier Blanc (encore la Gyronde !), le sentier franchit la barre rocheuse (passages rocheux, câbles). Au replat, possibilité de faire un crochet par l'ancien refuge Tuckett. Le sentier traverse la petite plaine et s'élève ensuite vers le refuge, partiellement visible (deux échelons métalliques pour passer une zone rocheuse).
4. Revenir par le même chemin pour regagner le Pré de Madame Carle.

Sur votre route…



- Torrents en tresse (A)
- Trèfle des rochers (C)
- Le plus haut sommet des Ecrins (E)
- Une vallée glaciaire (B)
- Barre des Ecrins (D)
- Le glacier Blanc … en mouvement (F)
- Chocard à bec jaune (G)
- La campanule à feuilles de cochléaire (I)
- La joubarbe à toile d’araignée (K)
- Vie sur le glacier Blanc (M)
- Refuge Tuckett (O)
- Evolution des glaciers (Q)
- Le cirse très épineux (S)
- Accenteur alpin (H)
- La saxifrage jaune (J)
- L’épilobe des moraines (L)
- Suivi des glaciers (N)
- La linaigrette de Scheuchzer (P)
- La saxifrage rude (R)
- L’oseille à écussons (T)

- L’allosore crispée (U)
- L’adénostyle à feuilles blanches (V)
- L’épilobe en épi (W)

Toutes les informations pratiques

En coeur de parc

Cet itinéraire est situé dans le cœur du Parc national des Écrins. Le Parc national est un territoire naturel, ouvert à tous, mais soumis à une **réglementation** qu'il est nécessaire de connaître pour préparer son séjour.

Comment venir ?

Transports

Pour revenir du Pré de Madame Carle à L'Argentière-La Bessée, il faut emprunter l'Estibus : infos : https://www.paysdesecrins.com/je-choisis/acces-et-navettes/sur-place/

Il faut prendre la navette A (Estibus) du Pré de Madame Carle à Vallouise-Pelvoux, puis la ligne 1 (ligne régulière gratuite) de Vallouise-Pelvoux à l'Argentière-La Bessée.

Horaires : https://www.paysdesecrins.com/wp-content/uploads/2025/07/ccpe-transport-depliant-a4.pdf

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.

Aigle royal

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août

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

Nidification de l'Aigle royal

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec l'Aigle royal en période de nidification sont principalement le vol libre et les pratiques verticales ou en falaise, comme l'escalade ou l'alpinisme. Merci d'éviter cette zone !

Attention en zone cœur du Parc National des Écrins une réglementation spécifique aux sports de nature s’applique : https://www.ecrins-parcnational.fr/thematique/sports-de-nature

Lieux de renseignement

Centre d'information Pré de Mme Carle (ouverture estivale)
Pré de Madame Carle, 05340 Pelvoux

vallouise@ecrins-parcnational.fr
http://www.ecrins-parcnational.fr/

Office de tourisme d'Ailefroide
Maison de la Montagne d'Ailefroide, 05340 Vallouise-Pelvoux

contact@paysdesecrins.com
Tel : 04 92 51 29 17
http://www.paysdesecrins.com/

Source

Parc national des Ecrins

https://www.ecrins-parcnational.fr

Sur votre route...

Torrents en tresse (A)

Milieu en constante évolution, les torrents en tresse se sont formés sur les vestiges d'un ancien lac glaciaire. Ils sont constitués d'entrelacs de bras d'eau qui fluctuent au gré des crues dans une zone où la pente devient brusquement plus faible. Les matériaux charriés par les torrents aux fortes pentes se déposent pour créer des îlots qui s'érodent et se reconstruisent au fil du temps. Ces habitats naturels rares et fragiles abritent une flore particulière. Les torrents en tresse donnent un caractère singulier aux paysages des fonds de vallées glacières. Ils sont avantageusement mis en valeurs depuis les sommets ou les verrous glaciaires environnants.

Attribution : PNE - Maillet Thierry

Une vallée glaciaire (B)

La particularité de cette vallée est d'abriter à la fois un glacier blanc dont la glace cumulée reste affleurante et un glacier noir composé de glace recouverte de rochers. Leurs langues glaciaires fluctuent au fil des conditions climatiques, ce qui contribue fortement à façonner le paysage. Une lithographie de 1854 représente les deux glaciers se rejoignant au Pré de Madame Carle, dix ans avant la première ascension de la Barre des Ecrins. Le glacier Blanc a perdu plus de 2 kilomètres de longueur entre 1885 et les années 2000.

Attribution : PNE

Trèfle des rochers (C)

Minuscule trèfle inféodé aux alluvions ou moraines toujours en mouvance, le trèfle des rochers se reproduit par graine chaque année à l'inverse des autres plantes alpines généralement vivaces. Cette stratégie lui permet de coloniser des milieux sans arrêt remaniés. C'est une espèce rare et protégée sur le plan national.

Attribution : PNE - Nicolas Marie-Geneviève

Barre des Ecrins (D)

La Barre des Ecrins (4 102m d'altitude, situé en direction du glacier Noir) fut gravie pour la première fois en 1864, du côté nord, par Edouard Whymper accompagné de Moore, Walker ainsi que de ses guides Almer et Michel. Le versant sud, quant à lui, fut gravi pour la première fois par Henri Duhamel en 1880, avec ses guides Pierre Gaspard père et fils depuis la Bérarde. Vint le temps de la recherche de nouvelles voies, toujours plus difficiles. En 1893, Auguste Reynier avec ses guides Joseph Turc et Maximin Gaspard, ouvrait la voie qui porte son nom dans la face sud-est. Le pilier sud fut ouvert en 1944 par Jeanne et Jean Franco.

Attribution : Thibaut Blais

Le plus haut sommet des Ecrins (E)

Aux confins de l'Isère et des Hautes-Alpes, méconnue et appelée anciennement "pointe des Arsines", la barre des Ecrins fut ainsi nommée par erreur par les cartographes. Le Pelvoux était alors considéré comme le point culminant de la région et également de la France à une époque où la Savoie était un Comté indépendant. Aussi lorsque en 1828 le Capitaine Durand, cartographe, fit la première ascension du Pelvoux, il fut convaincu que le statut de plus haut sommet devait être attribué à la Barre des Ecrins (4 102m).

Attribution : Thierry Maillet - Parc national des Ecrins

Le glacier Blanc ... en mouvement (F)

Le glacier Blanc est suivi depuis plus d'un siècle. A la fin du XIXe siècle, le glacier Blanc rejoignait le glacier Noir au pré de Madame Carle. Le sentier cheminait en rive droite en suivant la moraine et traversait sous le refuge du glacier Blanc. Au cours du XXe siècle, les deux glaciers reculèrent de manière constante. Cette décrue glaciaire était entrecoupée d'avancées dont une très spectaculaire dans les années 1980. Deux repères de ces impressionnants mouvements sont les mesures de la vitesse d'écoulement par des balises ainsi que l'échelle mise en place au début des années 1980. Le débat concernant cet aménagement se trouve relancé : fallait-il le faire, faut-il le conserver ? L'échelle, devenue inutile et dangereuse, a finalement été démontée en 2008 car l'itinéraire d'antan a été libéré des glaces et donc est empruntable. Une partie est conservée à la maison de la montagne à Ailefroide. Alors que l'on parle de neiges éternelles, le glacier poursuit ses fluctuations au gré des aléas climatiques ...

Attribution : PNE - Faure Joël

Chocard à bec jaune (G)

Grand voltigeur et acrobate des cimes, le chocard à bec jaune est également très adroit pour glaner les restes de repas des promeneurs. Il se déplace le plus souvent en nombre et égaie son passage de petits cris flûtés facilement reconnaissables. Il est aussi bien le compagnon des alpinistes chevronnés que celui des contemplatifs d'un jour.

Attribution : PNE - Chevallier jean

Accenteur alpin (H)

L'accenteur alpin, plus discret que le chocard à bec jaune, de la taille d'un moineau, est un autre habitant de ces altitudes. Il ne se tient jamais bien loin. Sur le dessus, quelques traits noirs rayent son plumage cendré. Des flammes rousses griffent ses flancs de manière caractéristique. Il trottine sur le gazon ras des prairies alpines et pavoise sur la pierre nue. Il vient picorer les miettes autour du refuge. L'hiver venu, il migre vers les vallées. Sa transhumance peut même le conduire jusqu'aux rochers du littoral. À la fonte des neiges, le long des névés, il est le prédateur redoutable des petits invertébrés engourdis par le froid.

Attribution : PNE - Coulon Mireille

La campanule à feuilles de cochléaire (I)

Campanula cochleariifolia
Les campanules ont des fleurs en forme de charmantes petites clochettes, *campanula* en latin. La campanule à feuille de cochléaire se distingue par ses feuilles basales cordiformes, les feuilles de la tige étant pourtant lancéolées. Le bleu clair de ses fleurs tranche avec le gris des éboulis fins d'altitude où elle pousse en larges groupes.

Attribution : Mireille Coulon - Parc national des Ecrins

La saxifrage jaune (J)

Saxifraga aizoides
La saxifrage jaune affectionne particulièrement les milieux humides où l'eau ruisselle. Ses robustes fleurs ont la particularité de commencer leur vie en étant mâles avant de se féminiser, délaissant ses étamines contre un pistil prêt à recevoir le pollen provenant d'une plus jeune voisine. Un système efficace pour favoriser la fécondation par un pollen étranger !

Attribution : Thierry Maillet - Parc national des Ecrins

La joubarbe à toile d'araignée (K)

Sempervivum arachnoideum
Espèce particulièrement bien adaptée à la sécheresse de la haute montagne, elle forme de petites rosettes de feuilles épaisses dardant vers le ciel des entrelacs de poils blancs ressemblant à s'y méprendre à des toiles d'araignées. Ces structures ne capturent toutefois pas les insectes mais la rosée, l'eau essentielle à la vie étant ensuite stockée dans les feuilles. Au milieu de ses nombreux rejets, la joubarbe exhibe parfois fièrement quelques fleurs d'un rose vif, ouvertes en étoile.

Attribution : Thierry Maillet - Parc national des Ecrins

L'épilobe des moraines (L)

Epilobium dodonaei subsp. *fleischeri*
Plus petit que son frère l'épilobe en épi, cette élégante plante aux fleurs roses se dresse partout où l'on peut rencontrer des alluvions. Également doué d'une grande capacité de dissémination, l'épilobe des moraines colonise aisément les espaces libérés par la fonte des glaciers. Et dans ce monde instable, il développe de longs stolons lui permettant de ressurgir après un ensevelissement !

Attribution : Thierry Maillet - Parc national des Ecrins

Vie sur le glacier Blanc (M)

La vie se niche partout. Pas d’exception pour les glaciers ! Des algues unicellulaires sont capables de se développer à la surface de la neige provoquant une coloration rougeâtre des névés. Le monde animal est représenté par la puce des glaciers (collembole), un insecte primitif qui mesure 1 à 2 mm, et qui vit dans de petites mares sur la glace. Il se nourrit de particules nutritives apportées par le vent. Son développement s’effectue entre 0 et 4°c. Dès que la température atteint 12°c, il s’enfonce pour satisfaire l’exigence thermique indispensable à sa survie. Parfois d'autres animaux s'y aventurent au péril de leur vie.

Attribution : PNE - Albert Christophe

Suivi des glaciers (N)

Chaque année, le Parc national des Ecrins réalise des photo constats, des bilans de masse, des suivis du front et des relevés topographiques. Dans un contexte d'évolution des climats plutôt préoccupant, il s'agit d'un programme capital pour le domaine de la haute montagne en Europe.

Attribution : PNE - Chevalier Robert

Refuge Tuckett (O)

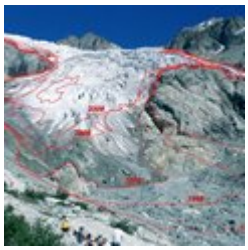
Le refuge est un ancien témoin de l'époque pionnière de l'alpinisme en Vallouise dans la seconde moitié du XIXe siècle. Il se situait à l'époque au pied du glacier. Il fût construit en 1886 pour suppléer un abri sous roche utilisé par les premiers alpinistes. De petites dimensions, aux matériaux de pierres et de bois, il représente une référence historique. Ses vestiges abritent une exposition retraçant son histoire.

Attribution : PNE - Nicolas Marie-Geneviève

La linaigrette de Scheuchzer (P)

Eriophorum scheuchzeri
C’est lors de sa fructification que l’on remarque cette espèce, regroupée au niveau des lacs et zones humides d’altitude. La linaigrette… c’est le pompon ! Ces pompons blancs agités par le vent de manière sporadique et offrant un spectacle inoubliable pour les heureux observateurs de cette danse florale.

Attribution : Marie-Geneviève Nicolas - Parc national des Ecrins



❄️ Evolution des glaciers (Q)

Le glacier symbolise l’évolution du climat au cours des âges : son immobilisme n’est qu’apparente. C'est l'importance relative de l'accumulation de neige en hiver dans la partie supérieure du glacier et de la fonte de la glace dans la partie inférieure en été qui détermine la progression ou le retrait du glacier. Depuis les années 1990, sous l'effet probable du réchauffement climatique avec des étés plus chauds et des hivers moins enneigés, les glaciers reculent très fortement. Pour ce qui est de l’écoulement du glacier, un flocon de neige tombé au sommet du dôme mettra environ un siècle pour atteindre le front du glacier. Transformé en goutte d’eau, il ira nourrir le torrent glaciaire.

Attribution : PNE

❀ La saxifrage rude (R)

Saxifraga aspera
Le mot saxifrage vient du latin *saxum* (rocher) et *fragare* (briser) et signifie littéralement “briseur de rocher”. Il est vrai que bon nombre de saxifrages aiment se loger dans les fissures des rochers, donnant l’impression d’en être à l’origine. Outre ses magnifiques fleurs blanches et jaunes, ce sont les feuilles effilées et bordées de longs cils de la saxifrage rude qui permettent de l’identifier.

Attribution : Bernard Nicollet - Parc national des Ecrins

❀ Le cirse très épineux (S)

Cirsium spinosissimum
Attention ! “Qui s’y frotte s’y pique !”... Ponctuant les éboulis et pelouses alpines, le cirse très épineux s’impose partout très facilement. Inutile de décrire cette créature végétale bardée d’épines qui rebute unanimement l’ensemble des herbivores. Reste alors le plaisir des yeux...

Attribution : Dominique Vincent - Parc national des Ecrins

❀ L’oseille à écussons (T)

Rumex scutatus
Ses feuilles en forme d’écusson la rendent facilement reconnaissable ! Véritable régal pour les chamois et autres herbivores d’altitude, ses feuilles au goût acidulé peuvent être dégustées avec modération. Cette oseille des éboulis chauds est très présente dans la montée au refuge.

Attribution : Bernard Nicollet - Parc national des Ecrins

L’allosore crispée (U)

Cryptogramma crispa
Et non, il ne s’agit pas de persil poussant dans les rocailles d’altitude ! Bien que certaines de ses feuilles lui ressemblent fortement, l’allosore est une fougère d’un beau vert vif. En regardant de plus près, certaines feuilles seulement s’enroulent sur elles-mêmes et se “crispent” pour protéger les précieux spores qu’elles portent, essentiels à la reproduction de l’espèce.

Attribution : Bernard Nicollet - Parc national des Ecrins

L’adénostyle à feuilles blanches (V)

Adenostyles leucophylla
L’adénostyle à feuilles blanches apprécie les éboulis d’altitude des étages alpin et subalpin. Ses nombreuses fleurs roses sont groupées par capitules au sommet de tiges d’environ 30 cm. Ses feuilles couvertes d’un épais duvet de poils blanchâtres à l’aspect cotonneux permettent de la distinguer des autres adénostyles et la protègent des ardeurs du soleil d’altitude en réfléchissant sa lumière.

Attribution : Marie-Geneviève Nicolas - Parc national des Ecrins

L’épilobe en épi (W)

Epilobium angustifolium
L’épilobe en épi pousse le plus souvent en colonie où ses longues tiges à hauteur d’homme sont porteuses de magnifiques fleurs roses très mellifères et peu discrètes. Incontestable champion de la dissémination, ses graines arrivées à maturité sont relâchées et emportées par le vent sur de grandes distances, formant une véritable “neige d’avant l’heure”... un spectacle à ne pas rater !

Attribution : Ludovic Imberdis - Parc national des Ecrins