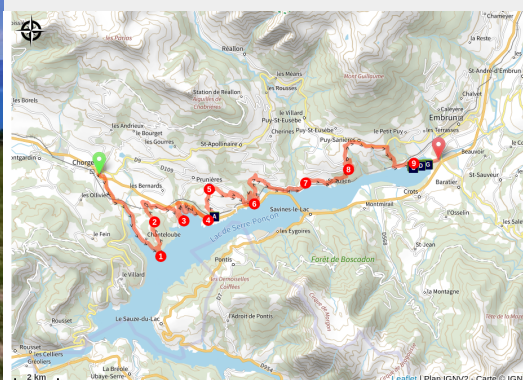


De Chorges au plan d'eau d'Embrun

Embrunais



Retour au point de départ (Parc national Ecrins - E-Pedal)



Mises à part les berges du Lac et la dernière descente, cette étape est plutôt roulante avec une ascension principale : « La Côte de l'Orme »
Contraste saisissant avec la tranquillité de « l'arrière-pays », ce côté, lacustre, est plus prisé, avec ses plages, ses criques, la baignade, le paddle, le farniente.... L'itinéraire dessine les rives du lac avant de prendre de la hauteur. Le but est proche ! La descente des tourniquets et le retour à la plage d'Embrun donnent le clap de fin du voyage.

Informazioni utili

Pratica : Mountain bike

Durata : 4 h 30

Lunghezza : 39.1 km

Dislivello positivo : 1104 m

Difficoltà : Difficile

Tipo : Passo

Itinerario

Partenza : Chorges

Arrivo : Plan d'eau d'Embrun

Comuni : 1. Chorges

2. Prunières

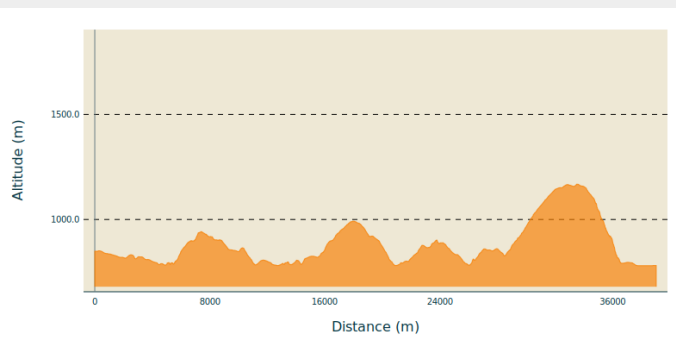
3. Savines-le-Lac

4. Saint-Apollinaire

5. Puy-Sanières

6. Embrun

Profilo altimetro



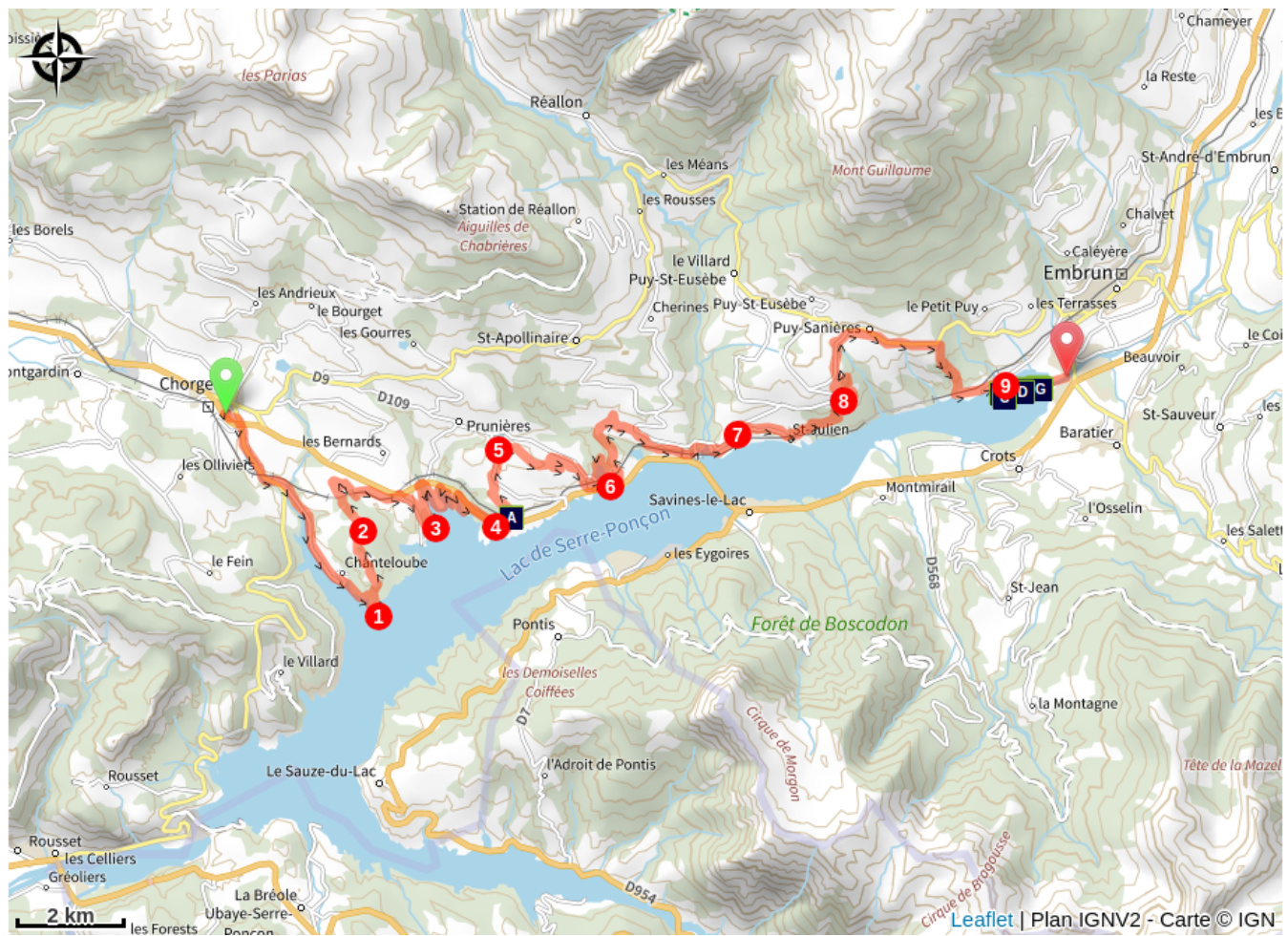
Altitudine minima 780
m

Altitudine massima 1168
m

A Prévallier, prendre 2 fois à droite vers de la baie Saint-Michel puis vers la baie de Chanteloube.(D3).Quitter la D3 et monter à gauche la route en direction de Malmiellon. A la Chapelle, descendre la route à droite. Après le pont prendre la route à droite.

1. Au parking de Chanteloube, prendre la petite voie goudronnée, monter la « Dune » et suivre la direction de la Baie Saint Michel.
2. Au lieu-dit Devandines, prendre le chemin descendant à gauche. A Champ de Gorny, quitter la piste pour prendre en face un sentier en direction de la Baie de Saint-Michel. Au croisement de Mareisson, prendre à gauche puis traverser le chemin en face en direction de « le Serre du Lac - Baie Saint-Michel ». Rejoindre ensuite à gauche le chemin longeant la voie de chemin de fer.
3. Au parking de la Baie de Saint-Michel, remonter la route et après l'accrobranche rejoindre le sentier au bout du parking en direction de Mauduech (quelques poussages). Rester ensuite sur la petite route jusqu'à la N94.
4. A la route du camping du Roustou, prendre en face la contre-allée, remonter par le chemin à gauche. Rester vigilant, un sentier part à gauche en épingle et passe sous la route. Remonter le torrent et prendre le chemin à droite.
5. Au carrefour de Pra Perrier, prendre à droite le chemin montant. Rester sur le chemin à niveau puis descendre dans les pins
6. Avant le pont SNCF, monter à gauche. Suivre le sentier descendant à droite et rejoindre le cabanon de vigne. Tourner à droite et rejoindre le hameau des Villards. A Roubeyères, descendre la route, et suivre la direction de Puy-Sanières.(RD641).
7. A la Rochette, après le parking du site d'escalade, descendre la route à droite et avant le pont, descendre à gauche. Au chemin, prendre à droite pour monter la Côte de l'Orme. Rester sur la piste principale en lacets. (Niveau de batterie intermédiaire 59%).
8. Au belvédère du Pibou, prendre la première piste à droite DFCl. Continuer tout droit jusqu'au hameau des Bouteils : prendre à droite. Sortir de Puy-Sanières à droite et descendre par la RD 309. Dans le virage à gauche, descendre les "Tourniquets". Après le pont prendre le chemin à gauche.
9. Aux jardins du lac, après le bar, prendre à droite en direction de la base nautique et rejoindre le plan d'eau par le chemin de la Digue.

Sulla tua strada...



- | | |
|---|--|
|  Lucertola di Ocellé (A) |  Grande cormorano (B) |
|  Gabbiano dalle zampe gialle (C) |  L'amour blanc (D) |
|  Il germano reale (E) |  Lo scarafaggio (F) |
|  Il persico comune (G) | |

Tutte le informazioni utili

Consigli

A Chanteloube et surtout à la baie Saint-Michel, de nombreuses activités vous attendent : baignade, paddle, parc aventure... Soyez prudent sur les courtes portions de nationale et dans la descente des Tourniquets. Pique-nique possible à l'ombre des pins avant Mauduech. Recharge possible des vélos électriques au bar restaurant du camping Le Roustou.

Indice de consommation* : 60%

Aree di sensibilità ambientale

Lungo il vostro itinerario, attraverserete aree di sensibilità legate alla presenza di una particolare specie o ambiente. In questi settori, un comportamento adeguato contribuisce a preservarli. Per informazioni più dettagliate, sono disponibili schede specifiche per ogni area.

Biancone

Periodo di sensibilità: Marzo, Aprile, Maggio, Giugno, Luglio, Agosto, Settembre

Contatto: 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 une distance minimale de 300m sol quand vous la survolez soit 1400m d'altitude !

Biancone

Periodo di sensibilità: Marzo, Aprile, Maggio, Giugno, Luglio, Agosto, Settembre

Contatto: 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 une distance minimale de 300m sol quand vous la survolez soit 1310m d'altitude !

Sulla tua strada...



Lucertola di Ocellé (A)

Questa lucertola timida ha familiarità con gli ambienti secchi e arbustivi. È difficile da stanare e fugge rumorosamente al minimo pericolo. Può correre molto velocemente, stando in piedi con la coda sollevata. La sua tana funge da rifugio e da luogo di ibernazione, poiché è particolarmente fredda. Mangia tutto ciò che trova: insetti, frutta, molluschi, uova e persino piccoli mammiferi. Il suo mantello è composto da macchie blu disposte sui fianchi.

Credito fotografico : Mireille Coulon - PNE



Grande cormorano (B)

Dimensioni: 90 cm

Credito fotografico : etienne.charles



Gabbiano dalle zampe gialle (C)

Ha risalito la Durance e si è stabilita sul lago, dove trova condizioni favorevoli per la sua sopravvivenza (acqua aperta). Questo gabbiano, cugino dei gabbiani, è onnivoro. La colonia è visibile tutto l'anno intorno al lago. Sono generalmente grigi o bianchi, con marcature nere sulle ali. Hanno un becco lungo e spesso e piedi palmati gialli. I piccoli sono di colore grigio e impiegano dai due ai quattro anni per acquisire il piumaggio adulto.

Credito fotografico : Pascal Saulay - PNE

L'amour blanc (D)

Questo pesce prende il nome dal fiume da cui proviene, il fiume Amur, che costituisce il confine tra Cina e Siberia. Il suo corpo possente assomiglia a quello della carpa, ma i suoi occhi bassi sono molto diversi. L'introduzione ragionata e reversibile di questa specie da parte della città di Embrun e dei pescatori è un modo gentile, ecologico e controllato di risolvere il problema della proliferazione delle piante nel corpo idrico di Embrun.



Il germano reale (E)

Poco timido, questo dabbenista preferisce nutrirsi in superficie o a basse profondità, avanzando con colpi circolari alternati delle zampe: immerge la testa nell'acqua e si inclina in avanti. Nidifica sulle rive della Durance, è onnivoro e si nutre di invertebrati, piccoli pesci ed erbe... Il maschio è facilmente riconoscibile durante la stagione degli amori per la sua testa verde brillante. Dopo questo periodo, fa la muta e assume un colore grigio-marrone vicino a quello delle femmine e dei piccoli.

Credito fotografico : Pascal Saulay - PNE

Lo scarafaggio (F)

Questo è uno dei pesci "bianchi" più diffusi. Ha un corpo a forma di fuso, compresso lateralmente e ricoperto da grandi scaglie argentate. Le pinne inferiori e gli occhi si tingono di rosso. Opportunista, si nutre sia di piante che di piccole prede come larve e zanzare. Formano grandi banchi e la maggior parte dei pescatori del lago muove i primi passi in riva al mare catturandoli.



Il persico comune (G)

Il pesce persico ha un corpo grigio-verde con strisce scure. Le sue squame sono ruvide. Ha due pinne dorsali, una delle quali ha raggi spinosi. Le pinne inferiori e caudali sono arancioni. Può crescere fino a circa quaranta centimetri. È un carnivoro gregario e opportunista. Si nutre di invertebrati e gamberi, ma caccia anche i pesci in branchi organizzati. Per molti pescatori alle prime armi, è un ottimo modo per provare per la prima volta la pesca con i predatori.

Credito fotografico : etienne.charles