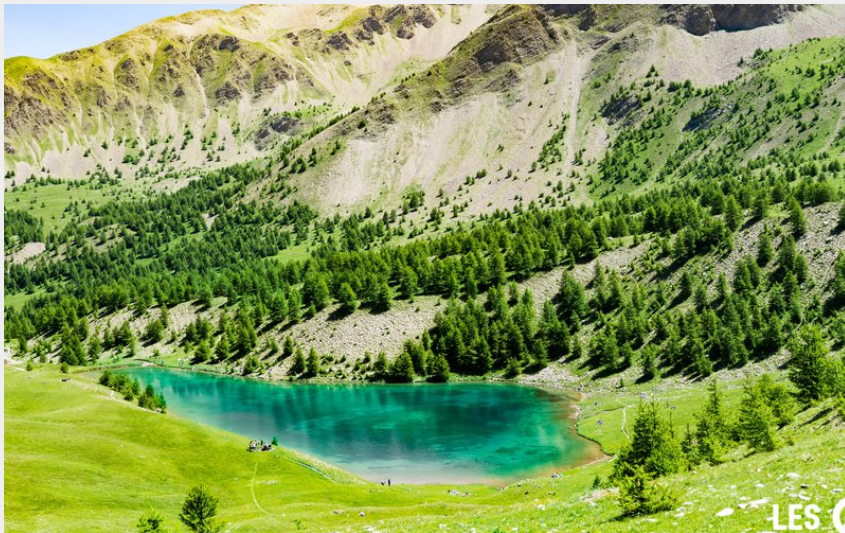


# I'Aupillon

Les Orres



Lac Sainte Marguerite (Willy Camus)



*Questo percorso lungo e altamente tecnico, riservato ai trailer esperti, attraversa pascoli di montagna e crinali montuosi.*

Questo percorso lungo e altamente tecnico, riservato ai trail runner esperti condurrà dai pascoli di montagna al crinale della montagna. Si inizia con la scoperta del lago Sainte-Marguerite (2227 m), dove è facile vedere ed udire molte marmotte. Il percorso conduce poi all'Alpe du Verdun, un paradiso montano in altura con flora incontaminata. Si conclude con una superba traversata lungo la cresta sotto il Pic de l'Aupillon (2916 m), il punto più alto di Les Orres.

## Informazioni utili

Pratica : Trail

Durata : 2 h 15

Lunghezza : 11.3 km

Dislivello positivo : 1334 m

Difficoltà : Difficile

Tipo : Attraversamento

Temi : Cima, Lago e ghiaccio, Pastoralismo, Punto di vista

# Itinerario

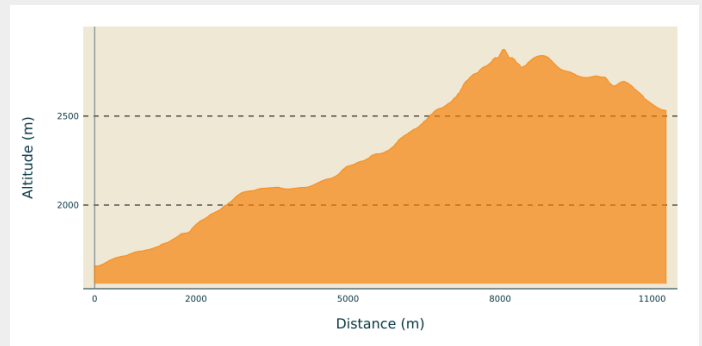
**Partenza** : Les Orres 1650, Les Orres

**Arrivo** : Les Orres 1650, Les Orres

**Marcature** :  Corsa

**Comuni** : 1. Les Orres

## Profilo altimetro



Altitudine minima 1659 m

Altitudine massima 2876 m

1. Dal fronte della neve a Les Orres 1650, salire e seguire la pista che si stacca a sinistra poco dopo il pilone n. 2 della seggiovia Prélongis. Prosegua per Les Orres 1800 e prendere un sentiero singolo ombreggiato che la condurrà al sentiero Lac de Sainte-Marguerite, passando per le rovine della capanna Eyssalette.

Uscire gradualmente nei pascoli montani attraversati da ruscelli per raggiungere il Lac de Sainte-Marguerite.

2. Iniziano le cose serie! Girare a sinistra su un sentiero roccioso che si snoda per quasi 2 chilometri e conduce al Col de l'Aupillon.
3. Salire a destra fino al Pic de l'Aupillon a 2916 metri e ammirare la vista sulle Alpi dell'Alta Provenza. Ritornare al sentiero e prendere un single di cresta che porta alla testa del Vallon de Rémolon.
4. Raggiungere la cima della seggiovia Pusterle attraverso i sentieri escursionistici (11). La discesa avviene in seggiovia o a piedi (diversi percorsi possibili: consultate la mappa in cima alla seggiovia).

# Sulla tua strada...



 Il larice (A)

 La pulsatilla della frutta (B)

 Il lago Sainte Marguerite (C)

# Tutte le informazioni utili

## **Canis per la protezione del gregge**

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](#).

Racontez votre rencontre en répondant à cette [enquête](#).



## **Consigli**

- Consulter les conditions météo
- Prendre à boire et à manger
- S'engage sur des itinéraires adaptés à son niveau

## **Matériel**

- Scegliere un abbigliamento adeguato al terreno e alle condizioni meteorologiche (occhiali da sole, berretto, giacca a vento, ecc.).

## **Comment venir ?**

Trasporto

Mezzi pubblici: [www.pacamobilite.fr](http://www.pacamobilite.fr)

Accesso

Da Embrun, girare la D40 in direzione di Les Orres 1650.

Parceggio consigliato

Parceggio dell'Estomac, Les Orres 1650

### **i** Luoghi di informazione

#### **Office de Tourisme des Orres**

1 place des étoiles, 05200 Les Orres

ot.acceuil@lesorres.com

Tel : 0492440161

<https://www.lesorres.com/>



### **Fonte**



Serre-Ponçon

<https://www.serreponcon.com>

# Sulla tua strada...

---

## Il larice (A)

Il larice, che si può ammirare durante l'escursione, è un albero molto speciale. Pur facendo parte della famiglia delle Pinaceae, come il Cedro, l'Abete, il Pino e l'Abete rosso, è l'unica conifera che vede gli aghi cambiare colore e poi cadere in autunno. Albero di montagna per eccellenza, cresce ad altitudini comprese tra 1200 e 2400 metri, dove di solito è accompagnato solo dal Pino Cembro. Il suo fogliame verde chiaro e arioso lascia passare i raggi del sole e il suo sottobosco è spesso ricco di gerani e orchidee. Ha un tronco dritto e liscio che si divide in lastre nella parte superiore. La sua corteccia tende al grigio e al marrone rossastro e i suoi rami si inclinano verso il basso come quelli dell'Epicea. I suoi aghi sono raggruppati in grappoli di 20 o 40 su rametti corti e misurano circa 3 centimetri



## La pulsatilla della frutta (B)

La pulsatilla alpina è comune nel dipartimento. Questo anemone si trova nei prati e nel sottobosco. I suoi frutti sono Akenes, ossia non si aprono. Si tratta di un frutto secco che non è destinato ad essere mangiato dagli animali. Ciò significa che colonizza gli ambienti grazie al vento, che li trasporta da un luogo all'altro.

Credito fotografico : Amélie Vallier



## Il lago Sainte Marguerite (C)

Il lago Sainte Marguerite si trova nella valle arroccata di Eysalette, circondata da cime che formano quasi un circo, da cui emergono il Pic Silhourais e la montagna Alpe de Verdun. Questa cornice eccezionale è completata dalla ricca fauna del lago, che offre un'eccellente cattura per i pescatori, in particolare la trota fario, che si trova anche nel torrente Eysalettes, che sorge dal lago.

Credito fotografico : florimont.tilliere