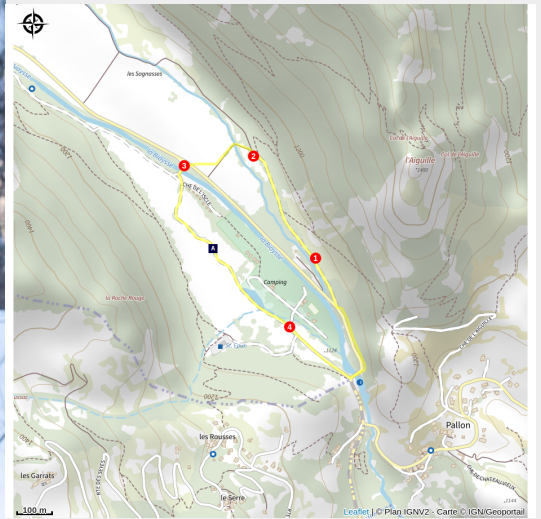


# Itinéraire n°1 : Les Allouvières

Aire d'Adhésion du Parc National des Écrins



Randonnée aux Allouvières (Rogier van Rijn)



## ITINÉRAIRE SÉCURISÉ

**Boucle de 2 km depuis le parking de La Biaysse.**

**Petite boucle d'initiation au soleil à l'entrée de la vallée de Freissinières, idéale pour les sorties en famille.**

Balisage : panneaux "raquettes" blancs sur fond violet.

### Description :

Départ et arrivée : parking de La Biaysse

1. Au départ du parking, rejoindre le sentier des Allouvières au dessus de la route. Le prendre vers la gauche.
2. Rejoindre les pistes de fond et descendre vers la rivière de La Biaysse.

### Infos pratiques

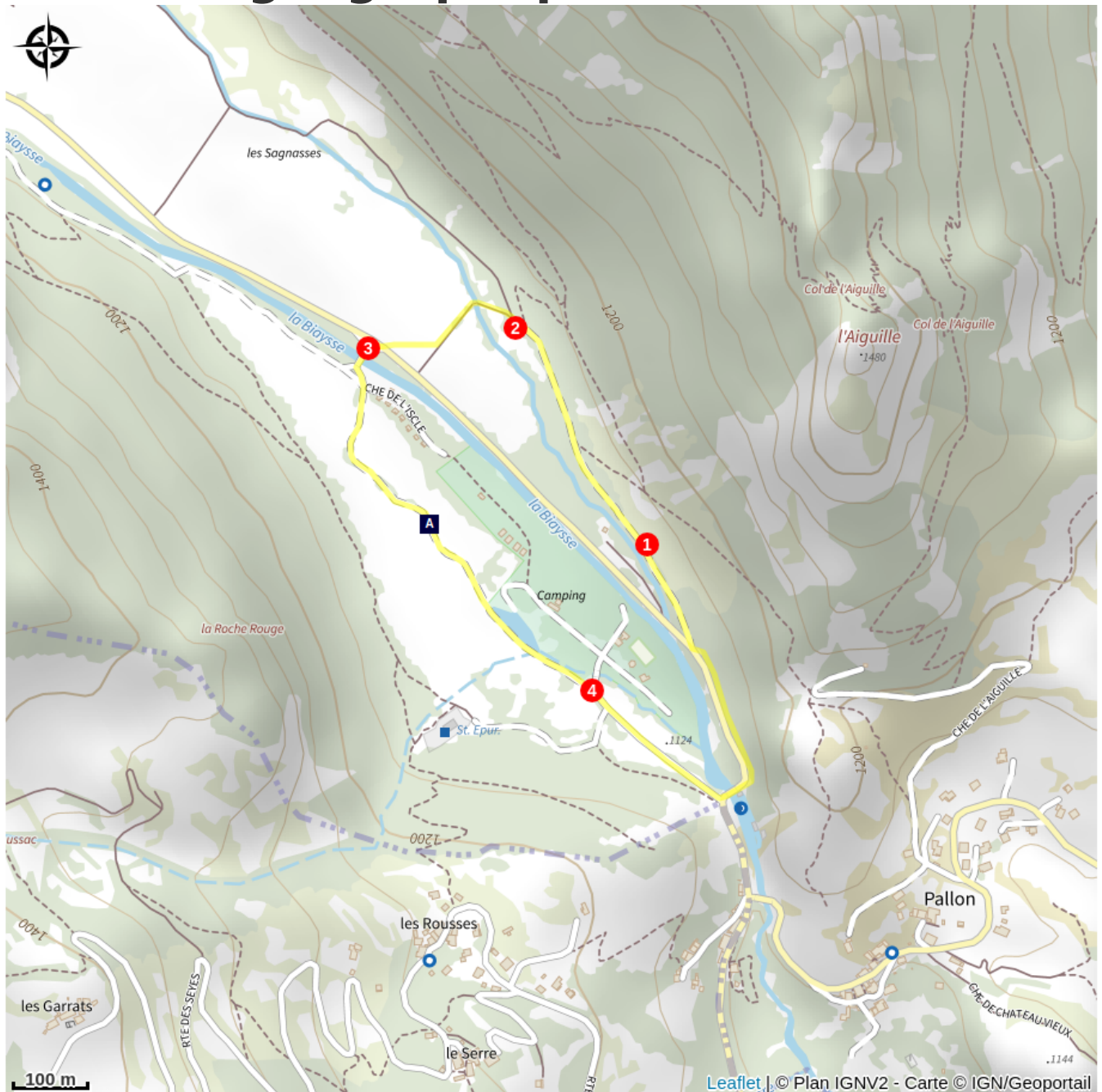
Pratique : Raquette

Durée : 1 h

Cotation : R1

3. Traverser la rivière et prendre la piste en face en direction du camping.
4. Passer le camping et rejoindre la route, la longer jusqu'à retraverser la rivière, puis prendre à gauche en remontant la route vers le parking.

## Situation géographique



# Toutes les infos pratiques

## **Recommandations**

N'hésitez pas à consulter l'état des itinéraires :  
<https://www.nordicalpesdusud.com/domaines/freissinieres>

### **Quelques règles :**

→ Vous empruntez ces itinéraires sous votre propre responsabilité. Informez-vous des conditions météorologiques et des risques d'avalanche édités par Météo France. Également, n'hésitez pas à vous renseigner auprès des bureaux d'information touristique ou du chalet nordique avant votre départ.

→ Pour les itinéraires exposés aux avalanches, il est fortement conseillé d'emporter avec soi DVA, pelle et sonde.

→ La pratique des activités nocturnes sur les domaines nordiques est interdite. Elle doit être encadrée par un professionnel et soumise obligatoirement à l'autorisation du service des pistes.

→ Certains itinéraires sont partagés avec les skieurs de fond : laissez-leur la priorité, marchez toujours en bordure de piste et soyez vigilants lorsque vous traversez ces voies partagées.

→ Ne marchez pas dans les rails de ski de fond, enjambez-les.

→ Respecter la signalétique : dangers, interdictions, sens des pistes, entre autres.

→ Ne surestimez pas vos possibilités !

→ Emportez vos déchets !

**Attention :** Ces informations sont données à titre indicatif. Il est de votre responsabilité de vérifier le bulletin météo avant votre départ et de ne pas surestimer vos possibilités. L'Office de tourisme et le PNE ne pourront aucunement être portés responsable en cas d'accident. En cas de doutes, s'adresser à des professionnels : moniteurs ou loueurs de matériels.

**Coordonnées des Secours en Montagne : 112**



## **Matériel**

Équipez-vous du matériel nécessaire :

Eau et collation

Vêtements chauds (évitez le port de jeans)

Chaussures montantes (randonnée, après ski rigides)  
Bâtons de marche  
Crème solaire  
Lunettes de soleil  
Bonnet/chapeau/casquette  
Petit kit de premiers secours