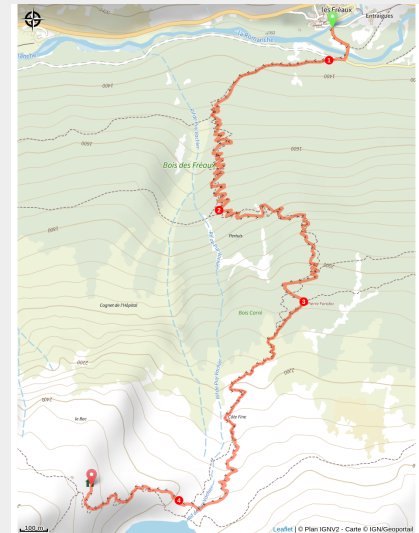


Kilomètre vertical des Fréaux

CC du Briançonnais - La Grave



L'arrivée au lac de Puy Vachier (Elodie LEFEVBRE)



Les montées sèches ne vous font pas peur ? Partez découvrir le domaine des Téléphériques des Glaciers de la Meije tout en vous donnant le challenge de réaliser du dénivelé en très peu de kilomètres!

Si vous voulez vous entraînez pour la montée, ce parcours est fait pour vous. Néanmoins, c'est un itinéraire exigeant qui demande de l'entraînement en amont. Entre forêt et terrains plus variés, vous prendrez de la hauteur pour vous rapprocher un peu plus des glaciers et de la haute montagne.

Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 4 h

Longueur : 5.0 km

Dénivelé positif : 1142 m

Difficulté : Difficile

Type : Aller-retour

Thèmes : Eau, Point de vue, Refuge

Itinéraire

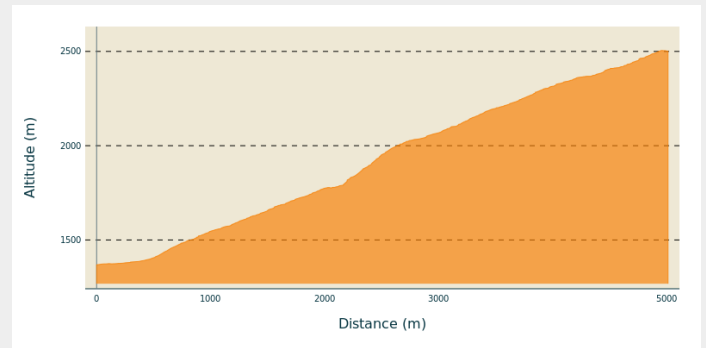
Départ : Sortie du village, les Fréaux

Arrivée : Refuge Evariste Chancel, La Grave

Balisage :  Trail

Communes : 1. La Grave

Profil altimétrique

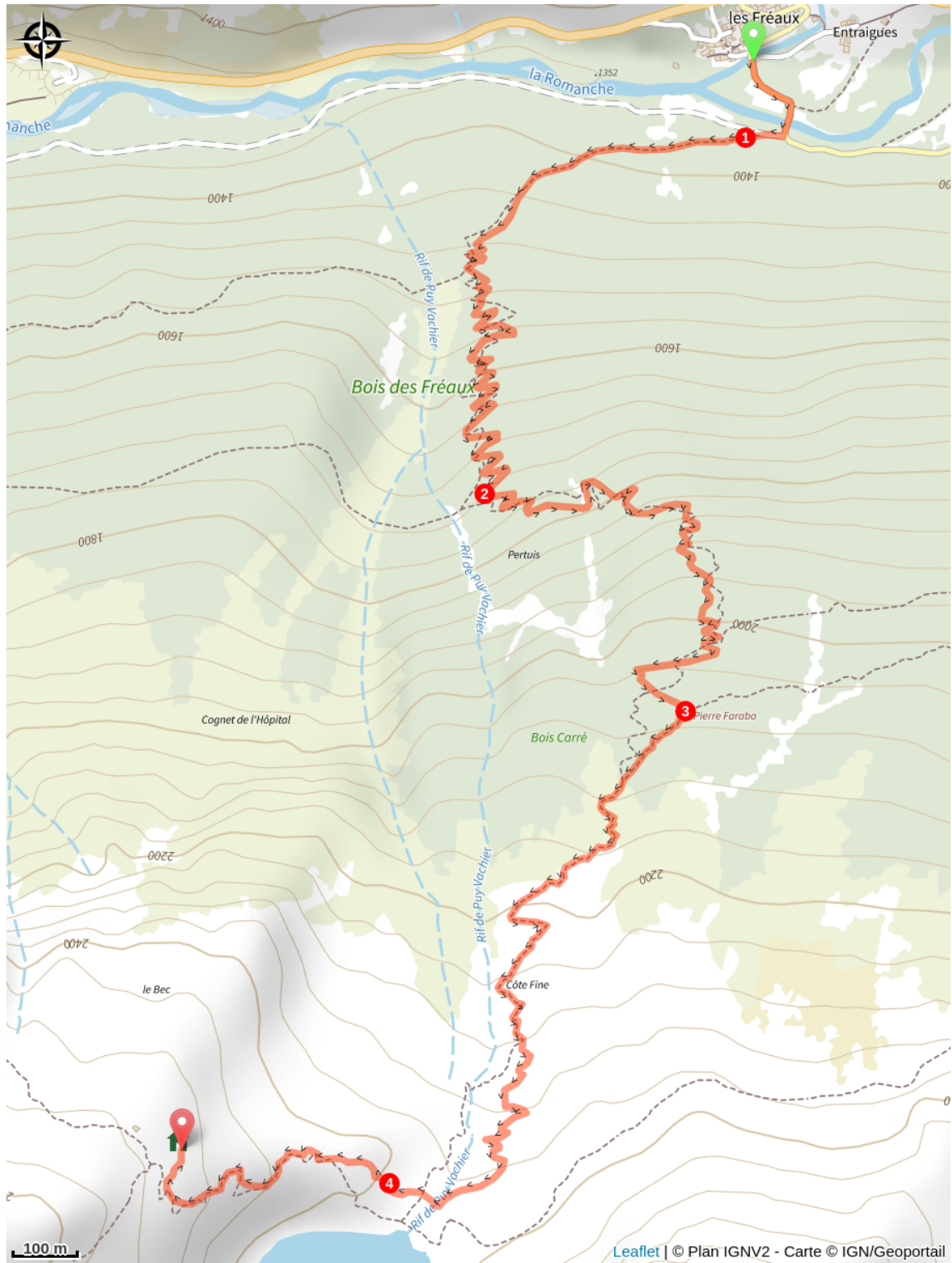


Altitude min 1368 m Altitude max 2505 m

1. Ce parcours raide, commence à 1370m d'altitude. À la sortie des Fréaux prendre sur la gauche, au niveau du panneau "sentier difficile". Pour rejoindre un sentier dans les bois en suivant les télécabines jaune, orange et rouge des Téléphériques des Glaciers de La Meije.
2. Après une succession de lacets bifurquer sur la gauche en direction de la Pierre Farabo.
3. Au niveau de la Pierre Farabo, se diriger sur la droite en direction de Côte Fine avant de déboucher sur le lac de Puy Vachier à 2400m d'altitude.
4. Plus qu'une centaine de mètres de dénivelé pour rejoindre le refuge Chancel. Depuis le lac, emprunter le chemin caillouteux sur la droite.

Si le refuge est gardé vous pourrez profiter d'un bon repas maison et d'un rafraîchissement, en terrasse avant de redescendre. Cette montée sèche entre chemin de terre et des parties plus rocailleuses, vous permettra d'admirer la vue sur le Plateau d'Emparis et l'Aiguille du Goléon.

Sur votre chemin...



Toutes les infos pratiques

Recommandations

La descente peut se faire en télécabine de la gare intermédiaire de Peyrou d'Amont située à 2400m d'altitude, en prenant à l'avance un ticket de descente pour redescendre sur La Grave.



Matériel

Des bâtons sont les bienvenues à la montée comme à la descente ainsi que de bonnes chaussures de trail.

Comment venir ?

Transports

Le LER 35 est la ligne de bus qui relie Grenoble gare routière à Briançon. Le bus effectue un stop à La Grave et un autre à Villar d'Arène.

Accès routier

Depuis Grenoble, prendre en direction des stations de l'Oisans/ Vizille. Se diriger ensuite vers Bourg d'Oisans pour suivre sur la D1091 en direction de La Grave/ Briançon. Les Fréaux se situe 3km avant La Grave sur votre route. Rentrer dans le village en prenant la première sur votre droite, suivre la route principale et se garer à la sortie du village sur la route de l'envers. Depuis La Grave, il est possible de se rendre à pied/ courant au départ depuis le parking du téléphérique en prenant les escaliers en direction de la Romanche pour ensuite traverser le pont et rejoindre la route de l'envers.

Parking conseillé

Au Fréaux ou sur le parking de la salle des fêtes à La Grave

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.

Circaète Jean-le-Blanc

Période de sensibilité : Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre

Contact : 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 2160m d'altitude !