GR®54 - Tour de l'Oisans et des Ecrins

CC du Briançonnais - La Grave

La cabane de berger de Vallonpierre sur le GR54 (Dominique Vincent - PNE)

Une randonnée sportive d'une quinzaine de jours au départ du Bourg d'Oisans. Le GR®54 invite le marcheur à découvrir le Parc national des Écrins et à contempler les sommets des Alpes du Sud.

Véritable challenge sportif de 190 kilomètres, avec 14 cols et plus de 12 000 mètres de dénivelé, le GR®54 invite à cotoyer les plus hauts sommets des Écrins. L'un des plus importants sentiers de grandes randonnées des Alpes françaises, s'engage à faire vivre une expérience riche en émotions et en découvertes au travers d'une grande variété de paysages emblématiques et de partir à la rencontre de la biodiversité du Parc national.

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 13 jours

Longueur : 194.5 km

Dénivelé positif : 12391 m

Difficulté : Difficile

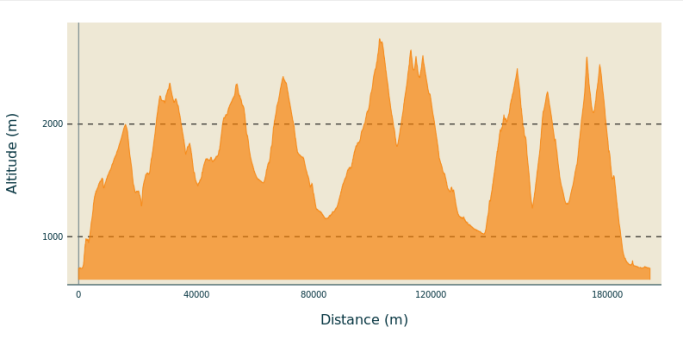
Type : Itinérance

Thèmes : Eau, Faune, Refuge

Itinéraire

Départ : Le Bourg d’Oisans
Arrivée : Le Bourg d’Oisans
Balisage : GR
Communes : 1. La Grave
2. Villar d'Arêne
3. Le Monêtier-les-Bains
4. Vallouise-Pelvoux
5. L'Argentière-la-Bessée
6. Champoléon
7. La Chapelle-en-Valgaudémar
8. Villar-Loubière

Profil altimétrique

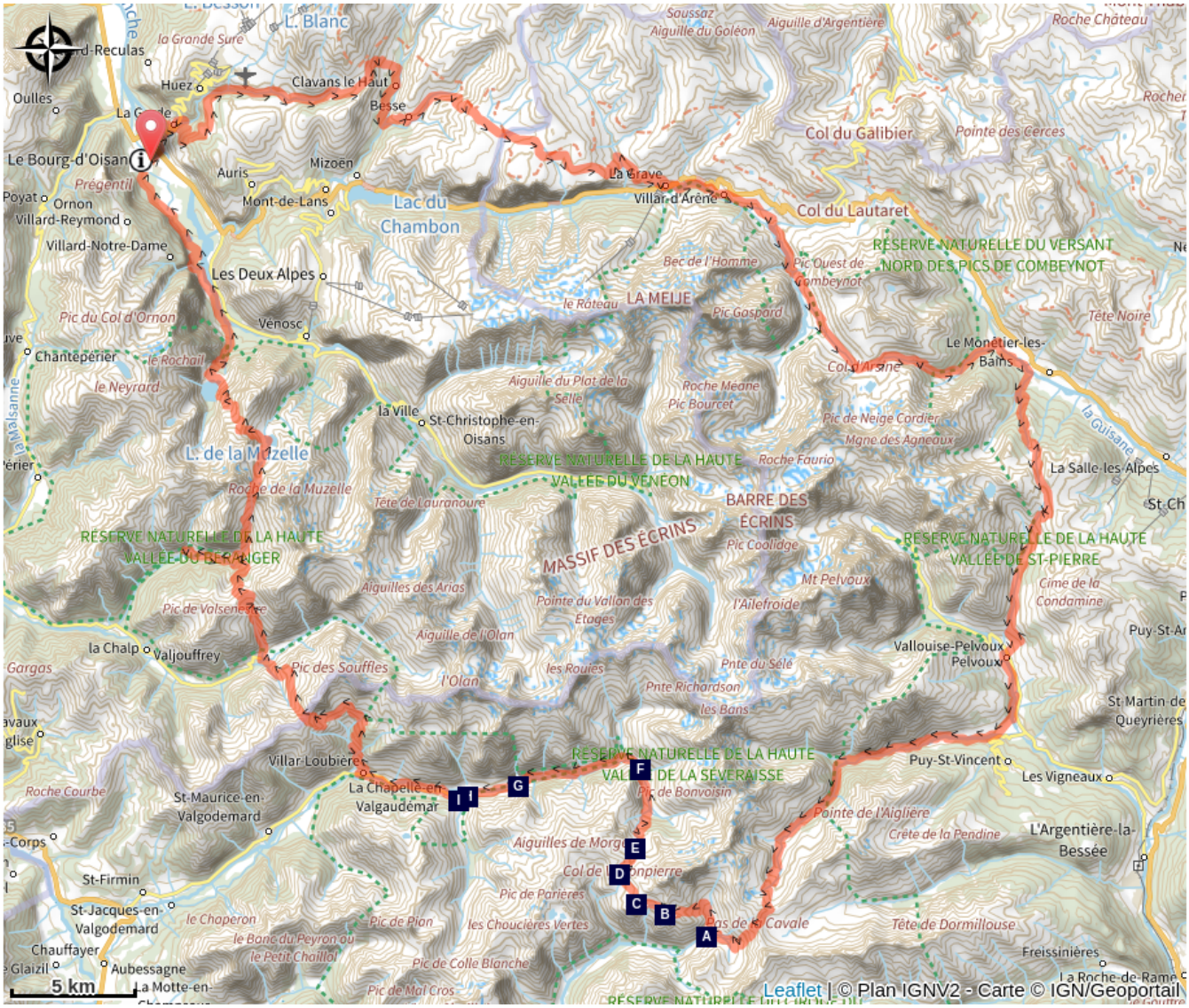


Altitude min 717 m Altitude max 2758 m

Au départ du Bourg d’Oisans, le Tour de l'Oisans et des Ecrins entame son grand tour par des mains courantes pour atteindre ses petits hameaux accrochés à flanc de montagne. Il redescend sur le torrent de Sarenne pour remonter jusqu’au col, point de vue sur les Monts de Lans. Vient alors une descente sur Clavans et la vallée du Ferrand suivie d'une belle montée jusqu’à Besse-en-Oisans à la frontière du vaste plateau d’Emparis. Au-dessus, le col de Souchet offre une vue cinq étoiles sur la Meije. Près de 1000 mètres de dénivelé négatif permettent de rejoindre La Grave . Il faut ici continuer le long de La Romanche jusqu’à ses sources sur l’alpage de Villar d’Arène. Arrivé au col d’Arsine, le spectacle est saisissant. L’univers de haute montagne invite à rendre visite au lac glacière d’Arsine avant d’entamer une longue descente le long du torrent du Petit Tabuc jusqu’à la vallée de la Guisane et Monêtier-les-Bains. Objectif La Vallouise par le col de l’Eychauda et les paisibles chalets de Chambran. Huit kms de route carrossable le long du torrent de l’Onde et voici l’alpage de Jas Lacroix. Le passage du Col de l’Aup Martin, le plus haut de tout l’itinéraire, est toujours un moment fort de l’aventure, et la descente sur le Pré de la Chaumette est tout aussi sportive. Pour atteindre le lac de Vallonpierre et le Valgaudemar, pas moins de trois cols taillés dans le schiste sont à négocier avec prudence. Le long de la Séveraisse, le sentier rejoint La Chapelle en Valgaudemar et reprend de la hauteur à Villar Loubière jusqu’au refuge des Souffles et l’impressionnant col de la Vaurze. Tout aussi impressionnante est la descente sur le Valjouffrey sauvage. Le col de Côte Belle, bien vert, contraste avec les paysages de schiste rencontrés précédemment. Valsenestre, dans le vallon du Béranger, est une halte salvatrice avant de repartir pour les derniers méandres. Place au vertical col de la Muzelle, porte d’entrée pour le Vénéon. Un dernier col pour atteindre le plus grand lac de l’Oisans, le Lauvitel et revoici Le Bourg d’Oisans. La boucle est bouclée !

Le GR® 54 peut se faire indifféremment à partir du Bourg d’Oisans, de L’Argentière, de La Grave ou de tout autre hameau situé sur le parcours.

Sur votre chemin...



- Fontaine (A)
- Col de la Vallette (B)
- Col de Gouiran (C)
- Col de Vallonpierre (D)
- Lac de Vallonpierre (E)
- Point de vue (F)
- Point de vue (G)
- Point de vue (H)
- Village de la Chapelle en Valgaudemar (I)

Toutes les infos pratiques

En coeur de parc

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.

Les chiens de protection des troupeaux

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.
En cas de problème, racontez votre rencontre en répondant à cette enquête.

Recommandations

La meilleure période pour réaliser ce tour s'étend de la fin juin à la mi-septembre.
Se renseigner sur les conditions météo et d'enneigement des cols en début d'été.
Certains passages, à la limite de la haute montagne, évoluent en terrain délicat.
Il est possible de bivouaquer le long du Tour (voir réglementation du coeur du Parc

national) ou de dormir dans des campings, hôtels, gîtes ou refuges.
Face à l'affluence et la recrudescence des incivilités et conflits d’usage depuis 2 ans aux lacs du Lauvitel et de la Muzelle (Oisans), les bivouacs seront encadrés à partir du 1er juin : ils ne seront possibles que dans les zones dédiées, indiquées sur place.
Des étapes nécessitent d'être autonome en nourriture.

Comment venir ?

Transports

Gare SNCF de Grenoble.
Aéroport Grenoble Isère www.grenoble-airport.com
ou Lyon Saint-Exupéry www.lyon.aeroport.fr
ou Genève www.gva.ch
Liaisons quotidiennes en bus Grenoble-Le Bourg d’Oisans.
VFD +33(0)4 76 80 00 90
www.transisere.fr

Accès routier

Le Bourg d’Oisans se trouve à 50 km de Grenoble par l'A48 (sortie 8 Stations de l'Oisans), la N 85, puis la D 1091 à partir de Vizille.

Parking conseillé

Derrière l’Office du tourisme de Bourg d'Oisans. Le parking du Vénéon est gratuit et sûr.

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.

Réserve intégrale du Lauvitel

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre, Octobre, Novembre, Décembre

Contact : PN Écrins

Réserve intégrale

Bouquetin des Alpes

Période de sensibilité : Juin, Juillet, Août, Septembre

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

Zone de présence du Bouquetin des Alpes

En période de mise bas et d’élevage des jeunes (juin à septembre) les bouquetins peuvent être très sensible au dérangement notamment en cas de survol à basse altitude. Dans leur fuite les risques d’accidents sont multipliés. Merci de rester à bonne distance et d’éviter le survol de la 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

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

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

Bouquetin des Alpes

Période de sensibilité : Juin, Juillet, Août, Septembre

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

Zone de présence du Bouquetin des Alpes

En période de mise bas et d'élevage des jeunes (juin à septembre) les bouquetins peuvent être très sensible au dérangement notamment en cas de survol à basse altitude. Dans leur fuite les risques d'accidents sont multipliés. Merci de rester à bonne distance et d'éviter le survol de la 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

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 et de privilégier un survol de la zone à une distance de survol de 300m sol soit à une altitude minimale de 2150m.

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 et de privilégier un survol de la zone à une distance de survol de 300m sol soit à une altitude minimale de 2040m.

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

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 et de privilégier un survol de la zone à une distance de survol de 300m sol soit à une altitude minimale de 2600m.

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 et de privilégier un survol de la zone à une distance de survol de 300m sol soit à une altitude minimale de 2500m.

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 et de privilégier un survol de la zone à une distance de survol de 300m sol soit à une altitude minimale de 1800m.

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 et de privilégier un survol de la zone à une distance de survol de 300m sol soit à une altitude minimale de 2610m.

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

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

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 et de privilégier un survol de la zone à une distance de survol de 300m sol soit à une altitude minimale de 2320m.

Faucon pèlerin

Période de sensibilité : Février, Mars, Avril, Mai, Juin

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

Nidification du Faucon pèlerin.

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec le Faucon pèlerin 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 !

En cas de survol merci de rester au-dessus de 1650m d’altitude à une distance de 300m sol.

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.

Attention le survol motorisé dans la zone cœur Parc National des Écrins est interdit en-dessous de 1000m sol et une réglementation spécifique s’applique au survol non-motorisé.

Voir la réglementation pour les survols non-motorisés : https://www.ecrins-parcnational.fr/les-survols-non-motorises

Voir la réglementation pour les survol motorisés : https://www.ecrins-parcnational.fr/les-survols-non-motorises

Tétras lyre - hiver

Période de sensibilité : Janvier, Février, Mars, Avril, Décembre

Contact : PN Ecrins BERGEON Jean-Pierre jean-pierre.bergeon@ecrins-parcnational.fr QUELLIER Hélène helene.quellier@ecrins-parcnational.fr Membre de l OGM ogm.vds@gmail.com ogm.amblard@gmail.com

Lieux de renseignement

Maison du Parc de l’Oisans
Rue Gambetta, 38520 Le Bourg d'Oisans
oisans@ecrins-parcnational.fr
Tel : 04 76 80 00 51
http://www.ecrins-parcnational.fr/

Source

Parc national des Ecrins

Sur votre chemin...

Fontaine (A)

Fontaine à disposition juste devant le refuge du Pré de la Chaumette.

Crédit photo : CDRP05

Col de la Vallette (B)

Dans une ambiance toujours aussi lunaire, ce troisième col permet d'atteindre le Champsaur. Une serie de lacets mène jusqu'en haut, à 2668 m.

Crédit photo : CDRP 05

Col de Gouiran (C)

La montée au col se réalise dans un univers minéral. Le sentier s'élève dans des schistes pour rejoindre le col de Gouiran, à 2597 m. Il permet de basculer dans un petit vallon herbeux qui débouche en face sur le col de la Vallette.

Crédit photo : CDRP 05

Col de Vallonpierre (D)

La montée au Col s'effectue dans les pentes schisteuses. Le Col de Vallonpierre (2 607 m) est assez lunaire et offre un panorama splendide.

Crédit photo : CDRP 05

Lac de Vallonpierre (E)

Charmant petit lac, juste devant le refuge de Vallonpierre, où vivent têtards et grenouilles. Le matin, il est courant de croiser des chamois qui gambadent dans la grande prairie qui borde le lac.

Crédit photo : CDRP 05

Point de vue (F)

Très beau panorama sur les sommets du Valgaudemar, la cascade du Voile de la Mariée et sur la glacier des Rouies au nord.

Crédit photo : CDRP 05

Point de vue (G)

Peu après la cascade de Combefroide, on peut observer la magnifique cascade du Casset. Celle-ci effectue un impressionant plongeon. Ce lieu offre un moment de détente très appréciable.

Crédit photo : CDRP 05

Point de vue (H)

Au passage, on peut admirer la cascade de Combefroide. Elle se situe juste en face de la Chapelle-en-Valgaudemar. Il y a aussi une magnifique vue sur le sommet de l'Olan qui culmine à 3564 m.

Crédit photo : CDRP 05

Village de la Chapelle en Valgaudemar (I)

Au cœur du parc national des écrins découvrez un village de montagne vivant toute l'année autour de l'agriculture, du pastoralisme, de l'artisanat et du tourisme.
Vous trouverez à la chapelle une épicerie/dépôt de pain/produits régionaux, une boucherie/charcuterie, des magasins de sports, de presses, et de souvenirs. Un bureau de poste, une résidence de tourisme, des meublés, des chambres d'hôtes, un syndicat d’initiative/bureau des guides et accompagnateurs, la maison du parc national des écrins (animations, expositions, multimédias), six refuges de montagne, deux hôtels, une résidence de tourisme, trois bars, quatre restaurants, trois gîtes d’étape, une ferme auberge, un centre de vacances et quatre campings.
Source : www.lachapelleenvalgaudemar.fr

Crédit photo : CDRP05