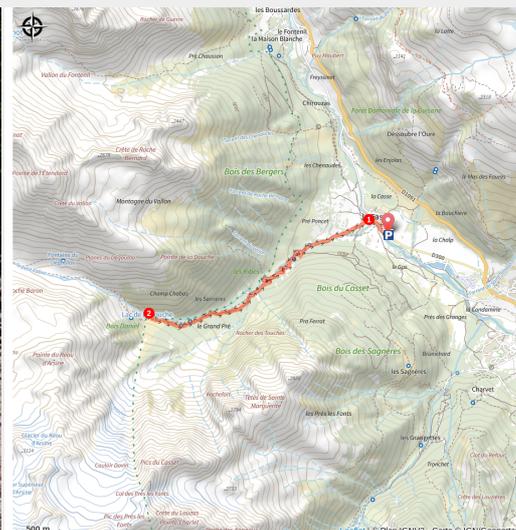


Le lac de la Douche

CC du Briançonnais - Le Monétier-les-Bains



Le lac de la Douche (Cyril Coursier - Parc national des Ecrins)

Cette agréable balade familiale offre une diversité de paysages montagnards.

Du hameau traditionnel du Casset au lac de couleur bleu turquoise, cette randonnée longe les prairies fréquentées à l'aurore par des chevreuils puis traverse la forêt de mélèzes où quelques chamois se laissent parfois apercevoir. Au creux du vallon, le torrent apporte une fraîcheur bien accueillie en été par les randonneurs et les petits montagnards ravis de trouver un point d'eau.

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 2 h 30

Longueur : 8.2 km

Dénivelé positif : 405 m

Difficulté : Facile

Type : Aller-retour

Thèmes : Eau, Faune

Accessibilité : Joëlette

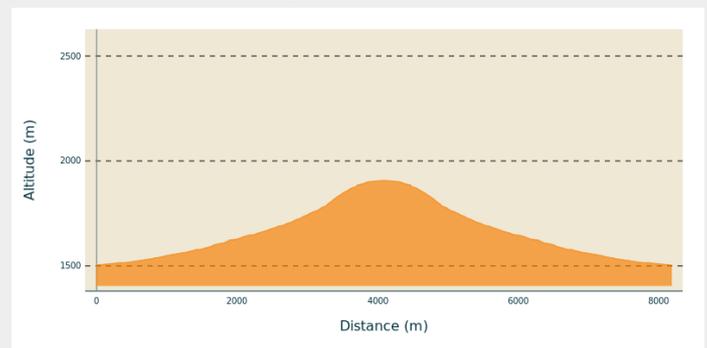
Itinéraire

Départ : Le Casset, Le Môtetier-les-Bains

Arrivée : Le Casset, Le Môtetier-les-Bains

Communes : 1. Le Môtetier-les-Bains

Profil altimétrique

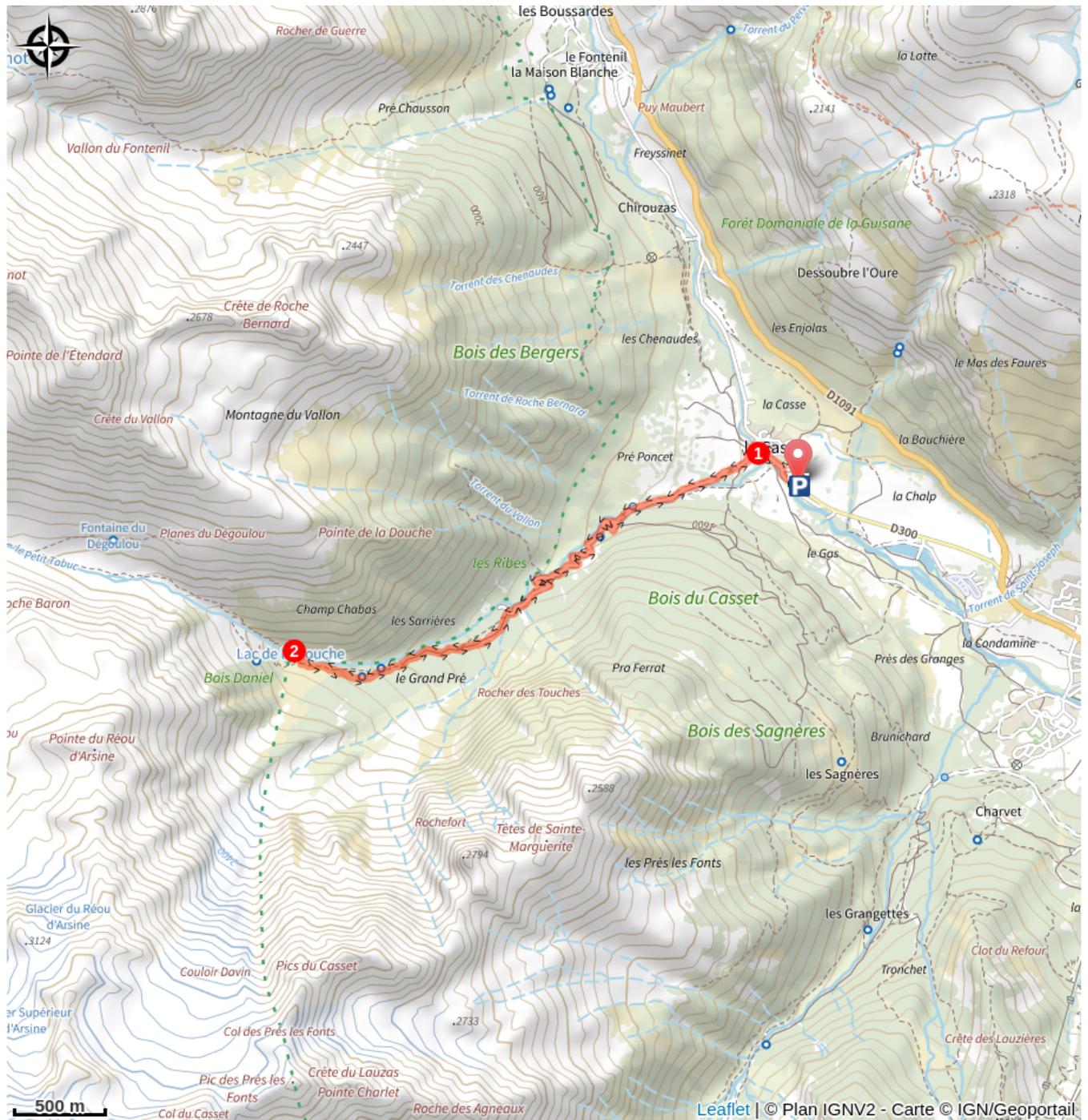


Altitude min 1504 m Altitude max 1907 m

Depuis le parking à l'entrée du hameau du Casset, au niveau du Centre d'information du Parc, remonter le hameau par la ruelle principale.

1. Traverser sur votre gauche, le deuxième pont sur la Guisane. Une piste rectiligne longe le torrent du Petit Tabuc et permet de quitter progressivement les prairies de fauche pour s'enfoncer dans les bois. Au-delà de la barrière et du pont du Clot du Gué, une ascension régulière traverse le mélézin et mène à la clairière du Grand Pré (1683 m) puis au lac de la Douche (1 901 m).
2. Revenir par ce même itinéraire.

Sur votre chemin...



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](#).



Comment venir ?

Accès routier

Le Casset à 17 km de Briançon par la D1091 et D300.

Parking conseillé

A l'entrée du hameau du Casset

Accessibilité

Joëlette

Pente

Pente moyenne à 11% sur le début de la randonnée puis une pente à 19% sur 600m

Largeur

Étroit à l'arrivée sur le lac

Signalétique

Balisage avec panneaux jaunes

Revêtement

Début de la randonnée sur une large piste puis sentier caillouteux à partir de 3,2km.

Exposition

Toute la montée est ombragée, puis ensoleillée sur le dernier kilomètre.

Recommandations

Depuis le parking à l'entrée du Casset, au niveau du Centre d'information du Parc, remonter le hameau par la ruelle principale. Pente à 11%.

Traverser sur votre gauche, le deuxième pont sur la Guisane. Une piste rectiligne longe le torrent du Petit Tabuc et permet de quitter progressivement les prairies de fauche pour s'enfoncer dans les bois. Au-delà de la barrière et du pont du Clot du Gué, une ascension régulière (pente à 11%) traverse le mélézin et mène d'abord dans la clairière du Grand Pré (1683 m).

Après avoir traversé le pont de la clairière du Grand Pré (3,2 km), suivre le sentier très technique avec présence de gros cailloux et une pente à 19% sur 500m.

A 3,8km, après une montée intense vous arrivez sur un sentier étroit avec

quelques passages techniques mais plutôt plat pour arriver au lac de la Douche (1 901 m).

Présence de zones plate au bord du Lac pour faire une pause

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.

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.

Lieux de renseignement

Centre d'accueil du Casset (ouverture estivale)

Le Casset, 05220 Le Monétier-les-bains

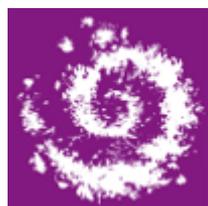
brianconnais@ecrins-parcnational.fr

Tel : 04 92 24 53 27

<http://www.ecrins-parcnational.fr/>



Source



Parc national des Ecrins

<https://www.ecrins-parcnational.fr>