Col de Font Froide

Aire d'Adhésion du Parc National des Écrins

Col de Font Froide (Bernard Guidoni - Parc national des Ecrins)

A partir du hameau patrimonial de Molines cette randonnée alpine permet de découvrir le glacier rocheux de Font Froide.

« Un petit matin de juillet, à la sortie de la forêt, un vent froid descend du glacier rocheux de Font Froide. C'est de là aussi que provient l'eau glaciale de la source dit Font (fontaine) froide. Décidément, ce col porte bien son nom. Mais rapidement, l'ascension réchauffe les muscles et le corps tout entier. Le col est en vue lorsqu'un sifflement aigu fait sursauter ; un magnifique bouquetin mâle se lève mécontent à deux pas de nous et s'en va tranquillement ».

Dominique Vincent, garde monitrice, lors d'un comptage bouquetins.

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 7 h

Longueur : 15.3 km

Dénivelé positif : 1402 m

Difficulté : Difficile

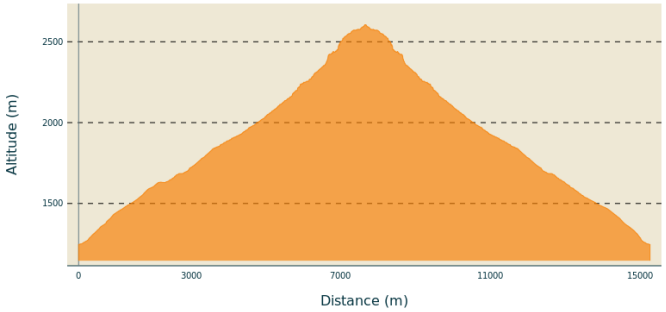
Type : Aller-retour

Thèmes : Faune, Géologie, Patrimoine et histoire

Itinéraire

Départ : Molines-en-Champsaur
Arrivée : Molines-en-Champsaur
Communes : 1. La Motte-en-Champsaur

Profil altimétrique



Altitude min 1246 m Altitude max 2605 m

1. Monter en haut du hameau de Molines, et prendre la direction du vallon de Peyron Roux. Le sentier longe le torrent qui descend près du village. Prendre la passerelle pour monter rive gauche de ce torrent et rentrer dans le cœur du Parc. Laisser plus haut le sentier de ronde et prendre à gauche. Le sentier alors muré de pierre passe au milieu d'une forêt de mélèzes. Continuer toujours dans la même direction, jusqu'à sortir de la forêt. Là le sentier passe rive droite du vallon mais le torrent qui en descend disparaît sous la roche.
2. Peu après, l'itinéraire repasse en sous-bois et arrive à la cabane de Peyron Roux.
3. Le sentier sort de la forêt, serpente dans un grand éboulis (après un gros orage, cette partie peut-être un peu endommagée) et s'élève en lacets dans une pente raide et herbeuse. Une heure de montée est encore nécessaire pour atteindre le bas du glacier rocheux que l'on contourne en rive droite. Ce n'est que lorsque le terrain devient plus doux que l'on aperçoit le col.
4. Le retour se fait par le même sentier jusqu'à la cabane de Peyron-Roux, puis bifurquer à droite pour descendre par le sentier en rive droite jusqu'à Molines.

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.

Recommandations

Les bouquetins se laissent facilement approcher. Toutefois, il vaut mieux les observer de loin pour en profiter pleinement et les laisser au calme afin qu'ils constituent les réserves de graisses indispensables pour passer l'hiver.

Comment venir ?

Transports

Entre Gap et La Motte-en-Champsaur, possibilité de correspondance avec le car Gap-Grenoble.
https://zou.maregionsud.fr/

Accès routier

A La Fare en Champsaur (N 85), prendre la direction de Saint-Bonnet puis de La Motte (D23). Traverser La Motte et continuer jusqu'au hameau de Molines.

Parking conseillé

Parking de Molines (avant le hameau en été)

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.

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 sensibles 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

Lieux de renseignement

Maison du Parc du Valgaudemar
Ancien Asile Saint-Paul, 05800 La Chapelle-en-Valgaudemar

valgaudemar@ecrins-parcnational.fr
Tel : 04 92 55 25 19
http://www.ecrins-parcnational.fr/

Source

Parc national des Ecrins

https://www.ecrins-parcnational.fr