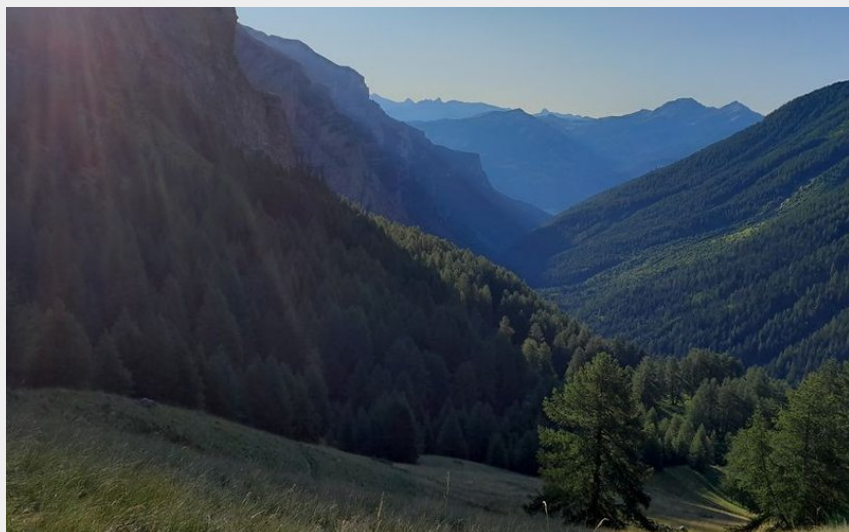


Le lac du Distroit

Serre-Ponçon



Montée par Piebrun aux premiers rayons de soleil - vue sur la vallée du Rabioux (Marine Metzinger - Parc national des Ecrins)

⚠ Attention : itinéraire temporairement inaccessible. Du 10 avril au 30 juin 2026 inclus, la route du Rabioux est fermée à toute circulation (piétonne et automobile) en raison de travaux. Mesure prise par arrêté municipal n° 2026-62.

Une belle randonnée dont l'ascension commence progressivement au travers des conifères. Puis la pente devient un temps plus raide quand le paysage s'ouvre sur la montagne environnante, pour mener à un magnifique vallon suspendu que l'on remonte ensuite tranquillement jusqu'au lac.

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 5 h

Longueur : 13.7 km

Dénivelé positif : 1091 m

Difficulté : Difficile

Type : Aller-retour

Thèmes : Eau, Faune, Flore et forêt

La beauté qui se dévoile à l'arrivée dans le vallon est saisissante : cerné par une faune et une flore omniprésente, le randonneur profite de l'ambiance bucolique et de la sérénité qui s'en dégage.

Itinéraire

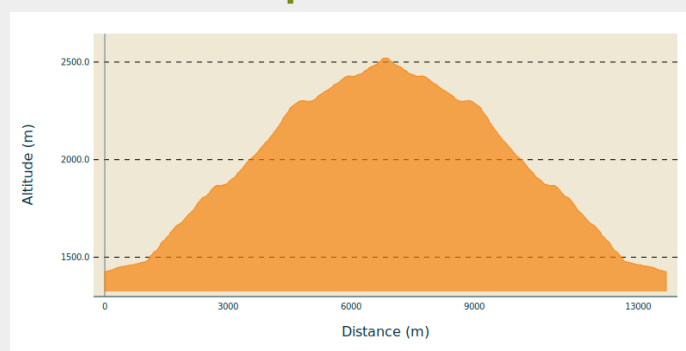
Départ : Parking des muandes, vallée du Rabioux, Châteauroux-les-Alpes (non accessible jusqu'au 30 juin 2026 inclus)

Arrivée : Parking des muandes, vallée du Rabioux, Châteauroux-les-Alpes (non accessible jusqu'au 30 juin 2026 inclus)

Balisage : — PR

Communes : 1. Châteauroux-les-Alpes

Profil altimétrique

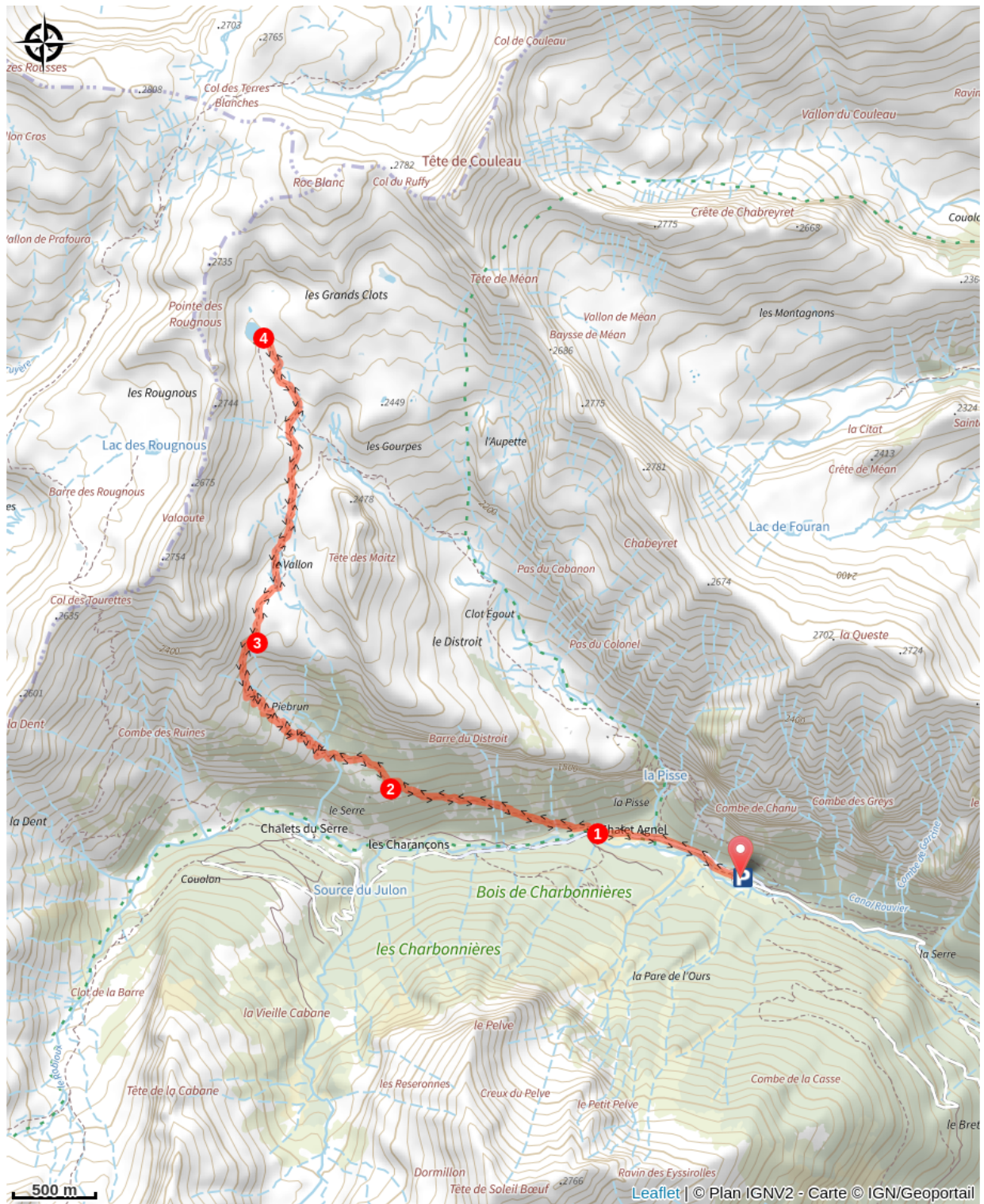


Altitude min 1427 m Altitude max 2517 m

Avancer sur le sentier qui part au bout du parking jusqu'à rejoindre la piste, la prendre à gauche vers la Cascade de la Pisse, puis dépasser la cascade en continuant sur la piste jusqu'au prochain pont qui enjambe le Rabioux.

1. Tourner à droite avant le pont et monter en direction du lac du Distroit sur le petit sentier qui avance à flanc dans la forêt.
2. Suivre le sentier fléché en arrivant dans les clairières, traverser le petit torrent à gué puis remonter dans l'alpage.
3. En basculant dans le vallon suspendu, continuer sur le sentier jusqu'au lac.
4. Retour par le même itinéraire à la descente.

Sur votre route...



Toutes les informations 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.



i 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

⚠ Attention : itinéraire temporairement inaccessible.

Du 10 avril au 30 juin 2026, des travaux sont en cours sur la route du Rabioux. Pendant toute cette période, la circulation y est totalement interdite, à pied

comme en voiture, y compris les week-ends, entre l'intersection de la piste qui monte aux Pinées et le parking des Muandes.

L'itinéraire du col des Tourettes n'est donc pas accessible avant le 1er juillet 2026.

Merci de respecter la signalisation en place et de ne pas vous engager sur la portion fermée, conformément à l'arrêté municipal n° 2026-62.

Présence d'un troupeau bovin sur la partie supérieure de la randonnée : ne pas traverser le troupeau pour éviter de le disperser, ne pas courir à proximité.

Comment venir ?

Accès routier

ATTENTION route temporairement fermée!!

Dans le village de Châteauroux-les-Alpes, prendre la route qui monte dans la vallée du Rabioux en direction de la cascade de la Pisse jusqu'au parking des muandes.

Parking conseillé

Parking des muandes, Châteauroux les Alpes (non accessible jusqu'au 30 juin 2026 inclus)

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 !

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 de l'Embrunais
102 rue Saint-Irénée, 05380
Châteauroux-les-Alpes
embrunais@ecrins-parcnational.fr
Tel : 04 92 43 23 31
<https://www.ecrins-parcnational.fr>



Source



Parc national des Ecrins
<https://www.ecrins-parcnational.fr>