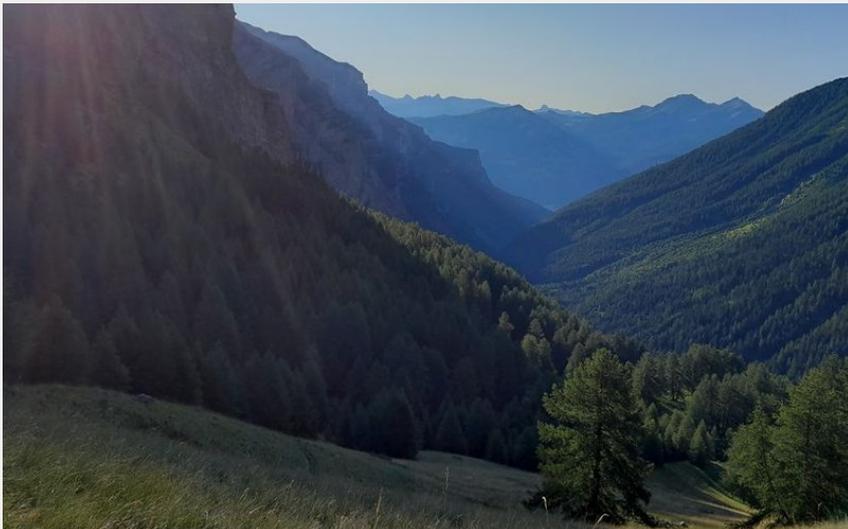
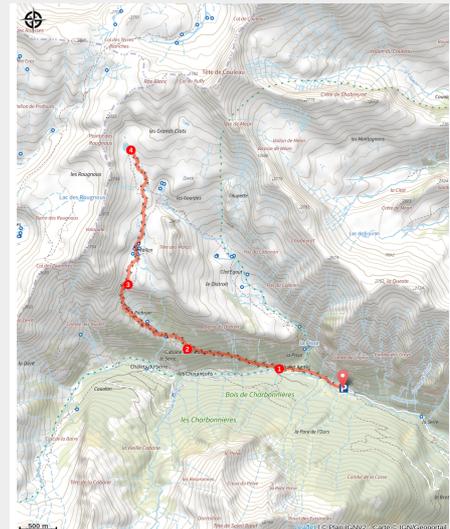


Le lac du Distroit

Serre-Ponçon - Châteauroux-les-Alpes



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



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.

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.

Infos pratiques

Pratique : Pédestre

Durée : 5 h

Longueur : 13.7 km

Dénivelé positif : 1118 m

Difficulté : Difficile

Type : Aller-retour

Thèmes : Eau, Faune, Flore et forêt

Itinéraire

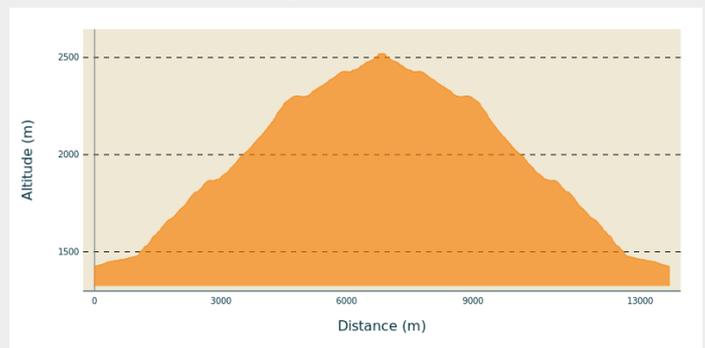
Départ : Parking des muandes, vallée du Rabioux, Châteauroux-les-Alpes

Arrivée : Parking des muandes, vallée du Rabioux, Châteauroux-les-Alpes

Balisage : — PR

Communes : 1. Châteauroux-les-Alpes

Profil altimétrique

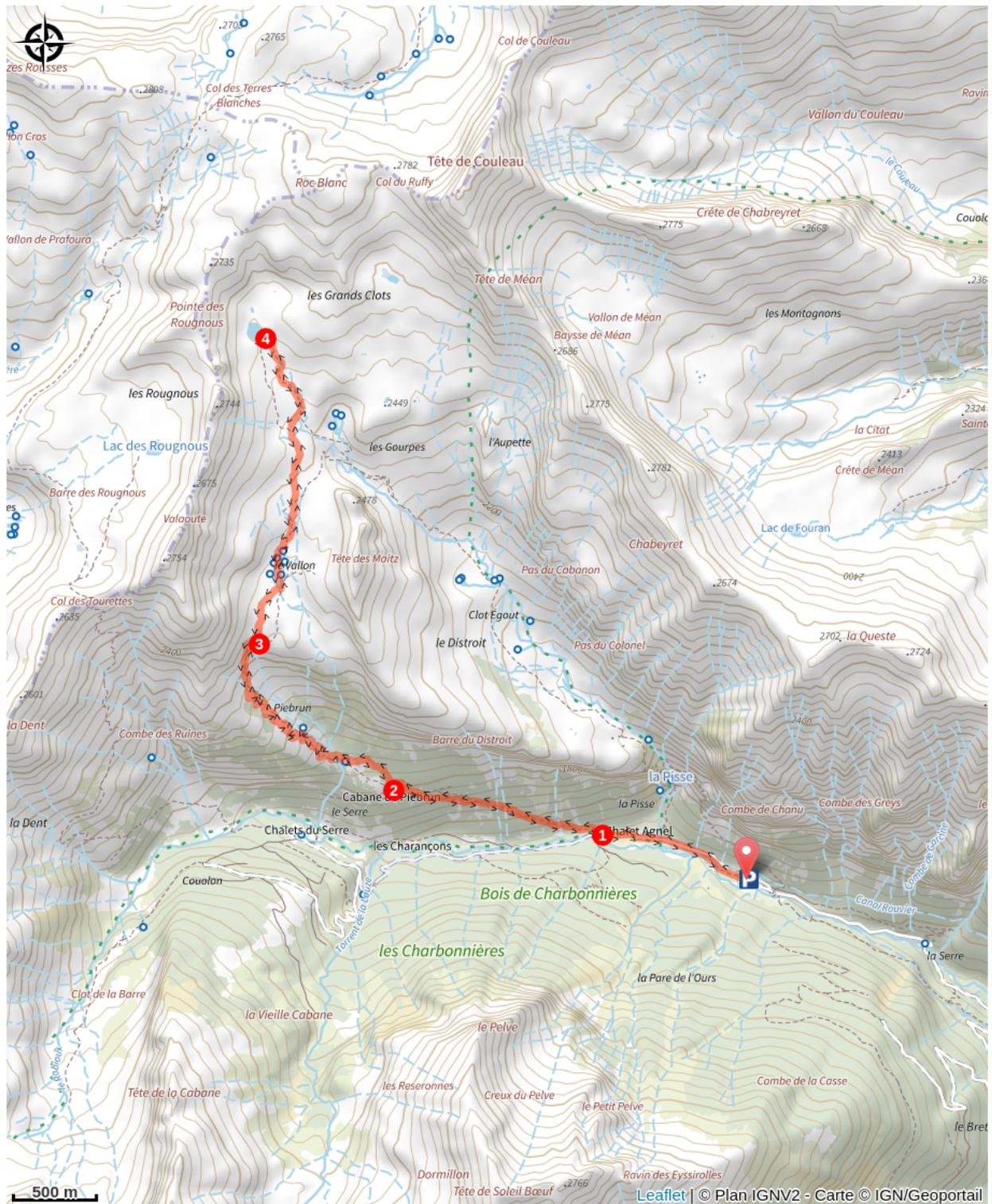


Altitude min 1424 m Altitude max 2520 m

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 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.



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

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

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

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 !

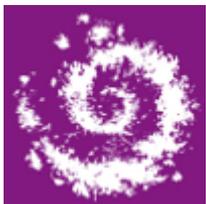
Attention en zone cœur du Parc National des Écrins une réglementation spécifique aux sports de nature s'applique : <https://www.ecrins-parcnational.fr/thematique/sports-de-nature>

Lieux de renseignement

Maison du Parc de l'Embrunais
Place de l'Église, 05380 Châteauroux-les-Alpes
embrunais@ecrins-parcnational.fr
Tel : 04 92 43 23 31
<http://www.ecrins-parcnational.fr/>



Source



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