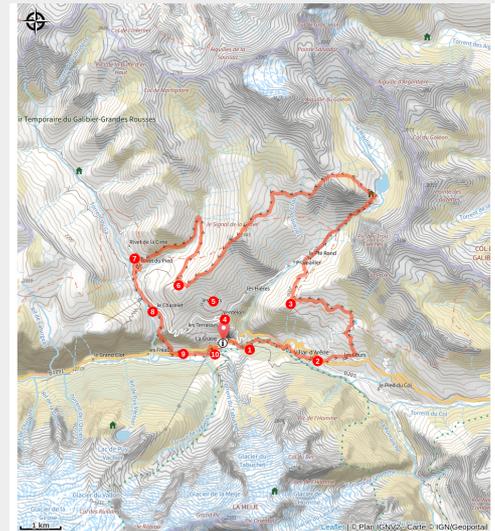


Le Trophée de La Meije

Aire d'Adhésion du Parc National des Écrins - La Grave



La Meije un jour de septembre pour le Trail de la Meije (Jenny Selberg)



S'échapper à 2000 mètres d'altitude, en moyenne, pour toucher du bout des doigts les glaciers de La Meije et du Râteau.

Cet itinéraire de trail présente une multitude de paysages de montagne ; entre forêts de mélèzes, lacs d'altitude et villages d'alpage. Ce parcours sauvage et varié s'inscrit dans les esprits de par ses points de vues à couper le souffle.

Infos pratiques

Pratique : Trail

Durée : 4 h

Longueur : 29.8 km

Dénivelé positif : 1809 m

Difficulté : Moyen

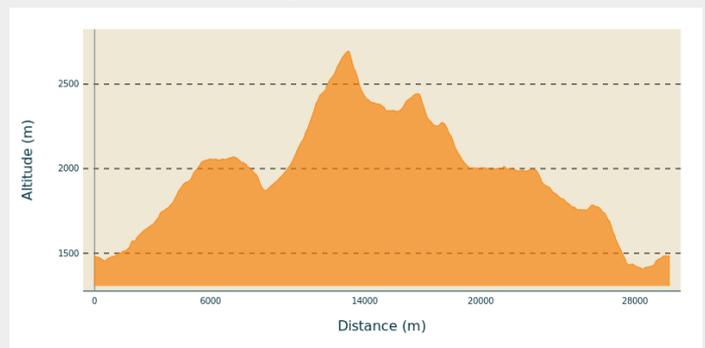
Type : Boucle

Thèmes : Point de vue

Itinéraire

Départ : L'Office du Tourisme, La Grave
Arrivée : L'Office du Tourisme, La Grave
Communes : 1. La Grave
2. Villar d'Arène

Profil altimétrique



Altitude min 1406 m Altitude max 2695 m

1. Prendre en direction de Villar d'Arène par la Romanche.
2. Traverser le village pour ensuite traverser la départemental en direction du hameau des Cours.
3. Après avoir traversé le hameau des Cours, prendre en direction du lac du Pontet et l'Aiguillon.
4. Au col redescendre sur le versant Nord pour atteindre le hameau de Valfroide. Continuer sur la piste pour déboucher sur le hameau des Hières et ensuite se rendre à Ventelon. De Ventelon prendre en direction et passer les Clots en restant sur la droite.
5. À la première intersection, continuez tout droit jusqu'à la deuxième intersection sur votre gauche en direction de côte Rouge. Au col bifurquer sur la gauche pour redescendre les crêtes pour rejoindre le haut du téléski des Plagnes.
6. Longer, sur un chemin, le téléski pour ensuite obliquer sur la droite pour atteindre le fond du vallon de Martignare. Suivre le petit sentier jusqu'au Rivet du Pied.
7. Depuis le Rivet regagner le Chazelet.
8. Du Chazelet prendre en direction des Fréaux par la chapelle Notre-Dame de Bon-Repos pour arriver à la départementale.
9. À celle-ci, descendre pour rejoindre le Camping de La Gravelotte et emprunter le chemin de retour vers La Grave.
10. Au pont, remonter sur votre gauche en direction des Téléphériques des Glaciers de la Meije pour retourner à votre point de départ.

Sur votre chemin...



Toutes les infos pratiques

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](#).



Comment venir ?

Transports

Depuis Grenoble et Briançon, prendre la ligne de bus LER 35 mise en place par la compagnie de transport ZOU!

Plus d'informations sur notre [site internet](#).

Accès routier

Depuis Grenoble prendre en direction de Vizille/ Station d'Oisans, à Vizille prendre la direction du Bourg d'Oisans. Après avoir traversé Bourg d'Oisans, prendre la D1091 en direction de Briançon et La Grave.

Depuis Briançon, prendre en direction de La Grave en passant par le Col du Lautaret par la D1091.

Parking conseillé

À proximité de l'Office de Tourisme, La Grave

Accessibilité

Exposition

Forte exposition, peu de zones ombragées avec peu d'arbres sauf au bord de la Romanche.

Recommandations

Passage délicat n°1: sur le chemin entre La Grave et Villar d'Arène virage dangereux avant d'arriver au niveau de la sortie du tunnel de l'Ardoisière.

Passage délicat n°2: Virage dangereux après Le Chazelet avant d'arriver à la chapelle Bon-Repos.

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.

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.

Merci d'essayer d'éviter la zone ou de rester à une distance minimale de 300m sol quand vous la survolez soit 2160m d'altitude !

Lieux de renseignement

Bureau d'Information Touristique de La Grave

RD1091, 05320 La Grave

lagrave@hautesvallees.com

Tel : (+33) 04 76 79 90 05

<https://www.hautesvallees.com/la-grave/>



Source



Office de Tourisme des Hautes Vallées

<https://www.hautesvallees.com>