

POUR VOTRE BIEN-ETRE ET VOTRE CURIOSITE...

- Ne partez pas seul en montagne
- Prévenez votre entourage de votre destination
- Soyez bien chaussé
- Tenez vous au courant de la météo
- Emmenez de quoi vous nourrir, vous hydrater et de quoi vous couvrir en cas de changement météo.
- Pensez aux jumelles et aux appareils photos!!!
- Ne présumez pas de vos capacités, choisissez un parcours adapté à votre expérience de la randonnée et à votre condition physique. En cas de doute, n'hésitez pas à faire appel aux services d'un professionnel.

Bulletin Météo France Hautes Alpes : 08 99 71 02 05

Secours en montagne : 112

Office de Tourisme de la vallée de Crévoux : 04 92 430 034 / crevoux.fr

CARTES TOPOGRAPHIQUES IGN POUR LA VALLEE DE CREVOUX

Bas de la vallée : Carte IGN 3438 « Embrun – Les Orres – Serre Ponçon »

Fond de la vallée : Carte IGN 3538 « Aiguille de Chambeyron, Cols de Larche et de Vars »

Ce guide a pour but de vous présenter un éventail assez complet des randonnées possibles en vallée de Crévoux. Tous les itinéraires ne sont pas balisés, ou alors assez discrètement. Plusieurs empruntent des parties hors sentier. La description de chacune de ces randonnées doit vous permettre de vous repérer une fois sur site mais ne remplace en aucun cas l'utilisation d'une carte topographique.

Vous évoluez dans un terrain de haute montagne, soumis aux aléas climatiques. Le terrain rencontré peut ne pas être celui décrit dans ce guide. La randonnée est une activité de pleine nature qui peut présenter des risques et qui doit être pratiquée de façon responsable. Les informations contenues dans ce guide sont données à titre indicatif et devraient uniquement être prises en tant que tel. Choisissez des itinéraires adaptés à vos capacités techniques et physiques et soyez attentifs à leur condition.

Vous évoluez sous votre propre responsabilité. En aucun cas, les auteurs de ce guide ne pourraient être tenus pour responsable en cas d'accidents.



GUIDE DES RANDONNEES MOYENNES A DIFFICILES

Randonnée N°1 : Lac du Crachet (2238m)

p.03

Aller plus loin

Col du Crachet (2631m)

Pointe de l'Eyssina (2837m)

Randonnée N°2 : Cabane de Jaffueil (2253m)

p.04

Aller plus loin

Col de Jaffueil (2503m)

Pic de Crévoux (2649m)

Pic de Chabrières (2746m)

Randonnée N°3 : Boucle Crachet Jaffueil

p.05

Randonnée N°4 : Arrête de la Ratelle en boucle par le vallon Pellat et le Col Girabeau (2617m)

p.06

Aller plus loin

Grand tour du Parpaillon par les crêtes, sommet du Grand Parpaillon (2990m)

Randonnée N°5 : Pic Haut par les arrêtes de la Ratelle (2524m)

p.07

Randonnée N°6 : Le Méale (2426m)

p.08

Aller plus loin

Le Méale par le Pic Haut (2524m)

Randonnée N°7 : Lac de Lalatcha (2773m)

p.09

Aller plus loin

Lac de Lalatcha en boucle par les Issalps (2920m)

Parcours Sportifs

Le Kilomètre Vertical du vallon Pellat (2617m)

p.10

Le Trail de la Cime de la Prairie (1950m)

p.11

Le Trail de la Cime de La Prairie (1950m)

11

Départ : La Chalp, Pont du Plan

Distance : 9,5km

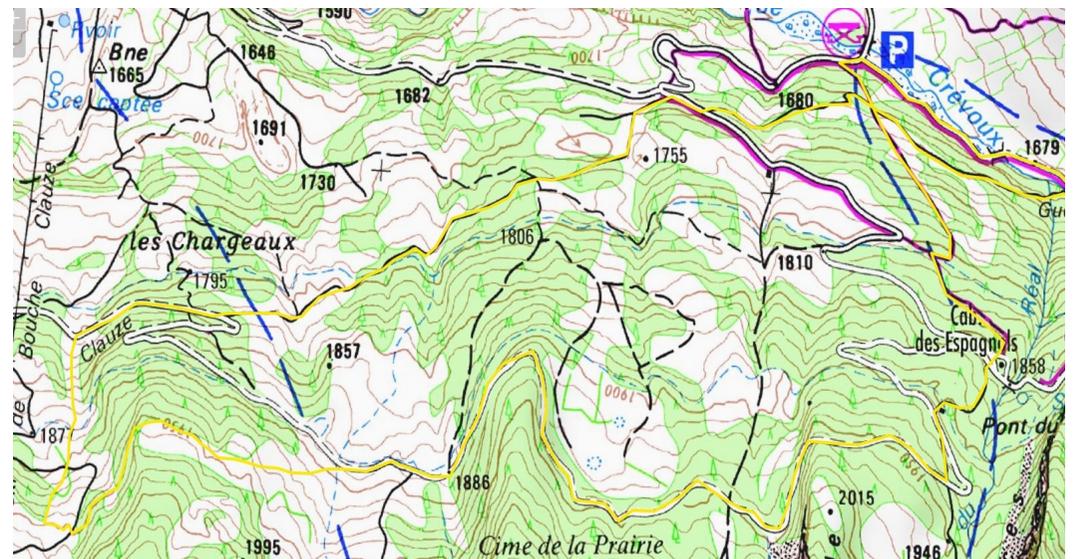
Difficulté : Moyenne, chemin roulant, sentier et un peu de hors sentier.

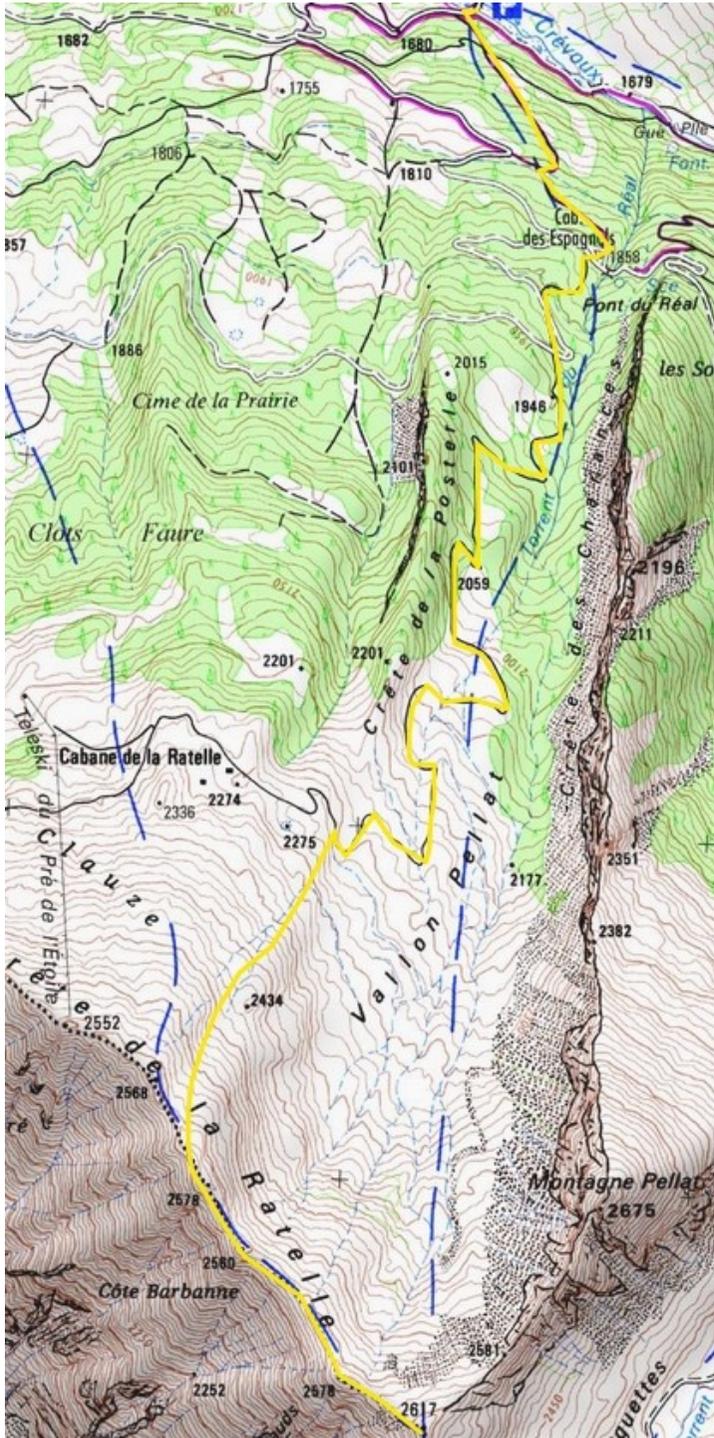
Dénivelée : 450m

Balisage : Petits panneaux fléchés de couleur verte cloués aux arbres

Du Pont du Plan, prendre la direction de la cascade de Razis et juste après le deuxième pont, prendre le chemin à droite montant dans la forêt. Suivre ce chemin jusqu'à tomber sur la route goudronnée que l'on redescend quelques mètres sur la droite avant de prendre un nouveau chemin montant sur la gauche. Rester sur le chemin principal jusqu'à arriver sur la route forestière de Bouche Clauze que l'on suit vers la droite. Rester attentif au balisage pour quitter la route forestière sur la gauche et s'élever dans un terrain montagne, sans réel sentier. La montée est raide et la traversée qui suit est technique. On finit par revenir sur la route forestière que l'on suit sur la droite jusqu'à l'intersection avec le chemin montant vers les cabanes de Ratelle. Prendre sur sa gauche pour quitter la route forestière et couper son épingle avant de recroiser la piste. Au niveau de la cabane de berger, on emprunte le vieux chemin de Ratelle, à la descente, pour déboucher à la cabane des Espagnols d'où un sentier bien marqué ramène au point de départ.

Un parcours de difficulté moyenne pour s'initier aux plaisirs du trail ou de la marche sportive en montagne. Ce circuit peut tout à fait se pratiquer à une allure plus modeste comme objectif de faire une belle randonnée en forêt. Il proposera alors une découverte de tous les types de terrains et de chemins (piste, chemin, route, sentier, hors sentier, montée raide etc...) que l'on peut rencontrer sur des parcours de plus grande envergure... Un parcours pour tous que l'on pratiquera à son propre rythme...





Le Kilomètre Vertical du vallon Pellat (2617m)

Départ : La Chalp, Pont du Plan

Distance : 6km

Dénivelée : 950m

Difficulté : Difficile, sentier, chemin roulant et hors sentier. Passages aériens sur l'arrête

Balisage : panneau KV cloué aux arbres dans la forêt puis piquets et cairns.

C'est le même itinéraire que la première partie de la randonnée N°4... Mais en partant de tout en bas!!!

Du Pont du Plan, on rejoint la cabane des Espagnols par un sentier bien marqué (départ quelques mètres plus haut sur la route). Ensuite on prend l'ancien chemin de Ratelle au départ de la route du Réal, que l'on récupère au niveau de la cabane de berger. Ne pas suivre la route mais le vieux chemin plus direct. Au dessus de l'épingle, on récupère le chemin menant aux cabanes de la Ratelle que l'on finit par quitter pour rejoindre hors sentier l'arrête de la Ratelle au point 2578m. Evoluer avec prudence sur l'arrête.

Lancez le chronomètre et montez le plus vite possible!!!

Randonnée N°1 : Lac Crachet (2238m)

Départ : La Chalp

Difficulté : Moyenne / Sentier de montagne

Durée : Aller-retour 3h30 / 4h

Dénivelée : 575 m

Se garer au parking du Crachet, au fond du Plateau de La Chalp, sur la gauche. Le sentier est bien marqué et bien balisé. Chemin assez large au départ entre les prés, il devient plus étroit et raide pour contourner le torrent. A la sortie de la forêt, on débouche dans un vaste alpage avec une cabane du berger, permettant de reprendre son souffle avant de franchir, par un sentier caillouteux, le verrou du lac. Retour par le même itinéraire.

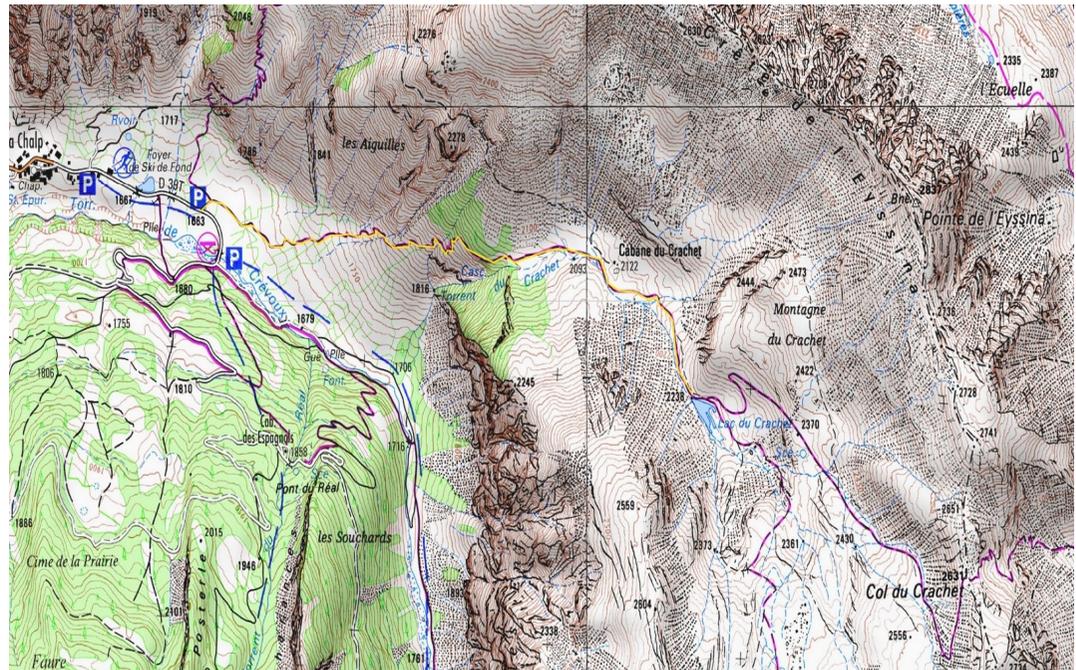
Petit lac d'altitude à l'eau peu profonde et cristalline niché au cœur d'un vallon sauvage et préservé. Les années chaudes et peu humides, le Crachet s'assèche dans le courant du mois d'août.

Aller plus loin : Col du Crachet (2631m) et Pointe de l'Eyssina (2837m) ***pour bons marcheurs***

Col du Crachet : 400m de dénivelée depuis le lac. En appuyant sur sa gauche, on retrouve un sentier peu marqué qui s'élève assez rapidement. Peu de balisage, on progresse de cairn en cairn pour suivre le sentier qui finit par traverser un grand pierrier pour rejoindre le col.

Pointe de l'Eyssina : 200m de dénivelée depuis le Col du Crachet. Du col, une sente assez évidente s'élève, sur la gauche, le long de la crête pour rejoindre la Pointe de l'Eyssina.

Au dessus du lac, le vallon devient beaucoup plus sauvage et moins fréquenté, on s'élève rapidement pour finir dans un univers totalement minéral. Du col, et encore plus de la Pointe de l'Eyssina, la vue est grandiose, sur le Queyras et Haute Ubaye d'un côté et sur les Ecrins de l'autre.



Départ : La Chalp / Parking du Crachet

Difficulté : Moyenne / Sentier de montagne étroit et peu balisé

Durée : Aller-retour 3h

Dénivelée : 600m

Depuis le parking du Crachet, ne pas prendre le sentier du Crachet mais remonter le chemin de tracteur sur la gauche en direction des falaises jusqu'au dernier pré. A ce niveau, on devine un cairn en haut à gauche du pré. Le rejoindre en contournant le pré par la gauche, en passant dans le clapier (amas de pierres entre les champs). A partir de là, le sentier est bien marqué, il monte en direction du ruisseau avant de partir vers la droite pour remonter dans les barres rocheuses puis dans une combe raide. Passées ces difficultés, un replat salvateur permet de profiter de la vue sur le versant nord de la vallée de Crévoux et les sommets du sud du massif du Parpaillon. On rejoint la cabane en suivant le sentier et les cairns. Retour par le même itinéraire.

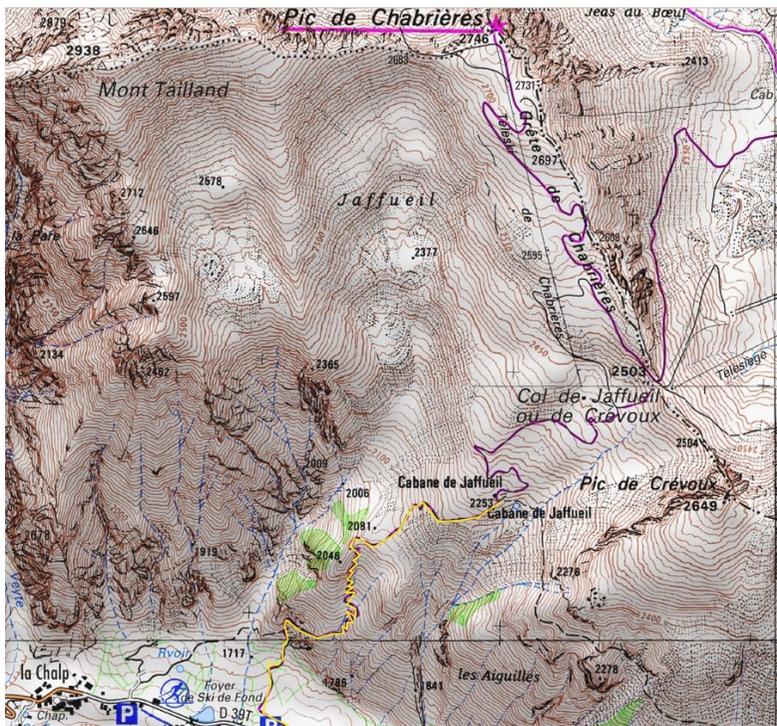
Le sentier, invisible depuis le parking, serpente dans les barres rocheuses par un tracé magnifique et astucieux. Il offre une ambiance « perchée » mais il est suffisamment large pour ne jamais vraiment être exposé. Exposé plein sud, il propose des panoramas sur la vallée magnifique mais l'atmosphère y est plutôt chaude. Peu d'arbres pour se reposer à l'ombre, à éviter par fortes chaleurs.

Aller plus loin : Col de Jaffueil (2503m) et, **pour les bons marcheurs**, le Pic de Crévoux (2649m) ou le Pic de Chabrières (2746m)

Col de Jaffueil : 250m de dénivelée depuis la cabane. Visible depuis la cabane, on le rejoint à vue en suivant une piste 4x4 menant à la gare du téléski puis au Col (assez raide).

Pic de Crévoux : 150m de dénivelée depuis le col. Vers la droite, suivre avec prudence les crêtes menant au Pic (1/2h environ).

Pic de Chabrières : 250m depuis le col. Vers la gauche, longer la crête de Chabrières (exposé, pour randonneurs expérimentés) ou plus simplement les pistes le long du téléski jusqu'au Pic.



Moins sauvage que le vallon du Crachet (présence des remontées mécaniques de Vars) la partie haute du vallon de Jaffueil reste néanmoins intéressante pour les points de vue s'ouvrant sur la vallée de Vars et le Queyras. Si le Pic de Chabrières est un belvédère remarquable (table d'orientation), le Pic de Crévoux (plus bas) est lui plus sauvage.

Départ : La Chalp

Durée : Aller-Retour 5 à 6h

Difficulté : Très difficile, sentier étroit, hors sentier, terrain fuyant et pierriers Peu balisé, Chaussures de montagne et carte IGN indispensables

Dénivelée : 1250m

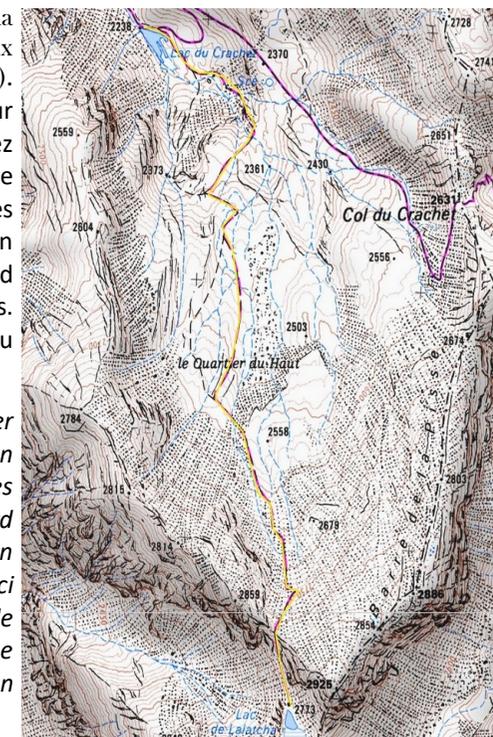
Suivre le sentier menant au lac du Crachet. Le dépasser et prendre sur la droite au niveau d'un vieux panneau indiquant le lac de Lalatcha. A partir de là, le sentier est moins évident à suivre, car le marquage est moins visible et les sentes sont nombreuses. Viser les barres rocheuses et suivre les cairns. La montée mène à un second plateau où plusieurs sentiers convergent vers un unique sentier menant au pierrier au fond du plateau. Le sentier grimpe assez fortement dans le pierrier et permet d'arriver à un petit col permettant de faire la bascule vers le lac de Lalatcha en suivant un sentier mal tracé vers la gauche. Retour par le même itinéraire.

Une belle bavante que cette montée à Lalatcha mais très largement récompensé par la beauté des lieux. L'ambiance est sauvage dans la vallon du Crachet, une fois passé le lac, et l'univers minéral, quasi lunaire, du lac Lalatcha est pour le moins dépaysant. Contrairement à son voisin du Crachet, le lac Lalatcha n'a jamais été vu asséché. C'est d'ailleurs un mystère dans la vallée et un sujet de discussion récurrent chez les Crévouliens, l'eau n'arrivant de nulle part vers ce lac...

Aller plus loin : Lac de Lalatcha en boucle par la cabane des Issalps **pour les randonneurs très expérimentés**

Lac de Lalatcha en boucle : 200m de dénivelée supplémentaires. Du lac Lalatcha, s'échapper vers la gauche sur les crêtes vers la côte 2811m et la suivre jusqu'à la côte 2919m. Descendre au mieux dans l'herbe jusqu'à un replat (300m, très raide). On continue à descendre vers la gauche pour éviter les barres rocheuses par une sente assez bien marquée dans un pierrier, puis l'on retrouve le fond du vallon et on rejoint la cabane des Issalps. De la cabane, remonter le chemin rejoignant la piste du Parpaillon que l'on descend jusqu'au Pont Du Réal et la cabane des Espagnols. Un sentier bien tracé et balisé ramène au Pont du Plan et au point de départ.

Probablement l'un des plus beaux tours à réaliser dans la vallée de Crévoux, le lac Lalatcha en boucle exigera de la part du randonneur une très bonne condition physique, un pied montagnard sur, un gout prononcé pour le hors sentier et un sens certain de l'itinéraire... En retour celui-ci profitera d'une longue et belle journée de solitude dans une montagne encore sauvage et préservée et de panoramas grandioses sur les Ecrins d'un côté, et la Haute Ubaye et le Queyras de l'autre.



Randonnée N° 4 : Arête de la Ratelle en boucle par le vallon Pellat et le Col Girabeau (2617m) 06

Départ : La Chalp, pont du Réal, Cabane des Espagnols
Difficulté : Difficile, peu balisé, hors sentier et passages aériens par endroits

Durée : 4h
Dénivelée : 800m

Depuis La Chalp, rejoindre en voiture la Cabane des Espagnols, au pont du Real (1858m), terminus de la route goudronnée. Emprunter la route du Réal à droite ou lui préférer l'ancien chemin de Ratelle sur sa gauche plus direct (départ peu visible, chemin herbeux sous les mélèzes). Le remonter jusqu'à rejoindre la route forestière au niveau de la cabane de berger. Suivre cette route, puis après une épingle à droite, prendre le chemin sur la gauche qui s'élève dans la forêt. Suivre ce chemin, on sort de la forêt pour prendre pied dans le vallon Pellat puis on se dirige vers les cabanes de Ratelle. Un peu avant les cabanes, quitter le chemin et rejoindre au mieux (hors sentier) l'arête de la Ratelle vers le point 2578m. Suivre alors l'arête vers le fond du vallon (sommet non nommé mais côté 2617m sur la carte). Poursuivre l'arête vers l'Est pour descendre au Col Girabeau d'où l'on récupère facilement la piste du Parpaillon pour retourner au point de départ.

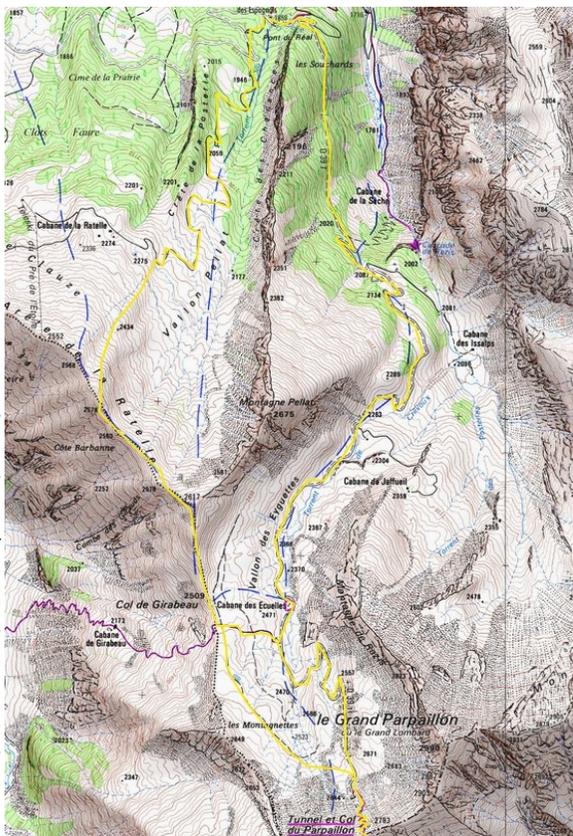
Belle boucle pas si difficile mais demandant un certain sens de l'itinéraire pour rejoindre l'arête. L'arête de la Ratelle est un peu aérienne mais plutôt commode pour de bons marcheurs. Belle vue depuis l'arête sur Serre-Ponçon et les Ecrins. Du col, traversée possible pour aller au tunnel.

Aller plus loin : Grand tour du Parpaillon par les crêtes, sommet du Grand Parpaillon (2990m)

Du Col Girabeau, on suit facilement les crêtes menant au Petit Parpaillon (2881m). Du sommet, en poursuivant la crête, on redescend sur le Col du Parpaillon (2783m), avant de s'attaquer à l'ascension finale menant au sommet du Grand Parpaillon. Du sommet, on peut redescendre en boucle en poursuivant sur la crête de la Montagne de Razis qui ramènera aux cabanes de Jaffueil et à la piste du Parpaillon.

Prévoir 600m de dénivelée supplémentaire depuis le col Girabeau.

Une sorte de « skyline » crévoulaine, réservée aux randonneurs aguerris qui apprécieront l'ambiance aérienne de ce parcours de crête. La crête finale menant au Grand Parpaillon et celle de la Montagne de Razis réserve quelques passages aériens où il faudra « poser les mains ». On pourra aisément adapter le parcours à la carte pour réduire le dénivelée en se privant de la montée du vallon Pellat et en se garant plus haut sur la piste du tunnel. Du col du Parpaillon, on peut redescendre à l'entrée du tunnel par un sentier. Réalisée dans sa version complète, c'est assurément l'une des plus belles randonnées de la vallée avec le lac de Lalacha en boucle!!!



Randonnée N°5 : Pic Haut par les arêtes de la Ratelle (2524m) 07

Départ : La Chalp, pont du Réal, Cabane des Espagnols
Difficulté : Difficile, peu balisé, passages aériens par endroits

Durée : 4h
Dénivelée : 700m

Départ commun avec le parcours n°4 jusqu'aux cabanes de la Ratelle. Des cabanes, on poursuit le chemin sur la droite en direction du Pic de Ratel. On croise le télésiège du Pré de l'Etoile et le chemin finit par nous mener à l'arrivée du télésiège du Pic de Ratel. Rejoindre l'arête au mieux puis la suivre jusqu'au Pic Haut pour profiter du panorama. Retour par le même itinéraire.

Parcours panoramique et saisissant sur l'arête. Ne pas négliger les successions de petites bosses sur l'arête et le raidillon final avant le Pic Haut... Si l'arête est jugée trop aérienne, on peut la suivre légèrement en contre bas, côté Crévoux, avant de remonter au Pic Haut.

Les parcours 4 et 5 peuvent également se faire depuis le village de Crévoux. Il suffit de rejoindre la route forestière depuis le parking de la station de ski, (les chemins ne manquent pas...) puis de la suivre jusqu'à l'intersection avec le chemin montant aux cabanes de la Ratelle. Compter 300m de dénivelée supplémentaire.

Au mois d'août, présence de troupeaux et de chiens de protection dans le vallon Pellat et aux alentours des cabanes de la Ratelle. Si vous avez un chien, tenez le en laisse, adoptez un comportement calme et passif face aux chiens de protections et gardez vos distances avec le troupeau en contournant largement l'aire de pâturage.

