



LES RANDOS / **DU VAL D'ESCREINS**





Situé intégralement sur le territoire de Vars, le Val d'Escreins est une des premières réserves municipales de France.

Un réel sentiment d'immensité et d'autre bout du monde réside en ce lieu, une fois passée la route carrossable toute en corniche, c'est une porte qui se referme derrière chaque visiteur et lui permet d'entrer dans ce petit Canada varsinc. Tout simplement incontournable.

LE VAL / D'ESCREINS

CARTE D'IDENTITÉ

SUPERFICIE 25 km²

ALTITUDE
De 1625m au Pont de Vars à 3385m au Pic de la Font Sancte.

COURS D'EAU
Le Rif-Bel, affluent du Chagne, lui-même affluent du Guil.

LA BONNE ATTITUDE
Le Val d'Escreins est une réserve de nature. Par conséquent, certaines règles sont à respecter :

- Tenir vos chiens en laisse
- Ne pas jeter vos détritrus dans la nature
- Bivouac et camping interdits
- Ne pas faire de feu en dehors des espaces prévus à cet effet (espaces barbecue)
- Cueillette interdite : espèces protégées
- Ne pas faire de bruits inutiles : les animaux sauvages et troupeaux ont besoin de calme.

- LE VAL POUR TOUS**
- Simple promenade au bord de l'eau à la découverte des espèces végétales.
 - Randonnée sportive jusqu'aux sommets à plus de 3000 m.
 - Barbecue en famille dans des espaces réservés.
 - 3 parcours d'orientation tous niveaux
 - 3 parcours trail tous niveaux

UNE FAUNE ET FLORE D'EXCEPTION

La réserve de nature du Val d'Escreins possède une faune de haute montagne très variée : des oiseaux aux mammifères, ouvrez grand vos yeux et vos oreilles...: aigle, lagopède, tétras-lyre (ou coq de bruyère), chamois, lièvre variable ou encore la «star» de nos montagne, la marmotte.

Côté flore, n'oubliez-pas votre appareil photo car vos clichés seront embellis grâce à une variété de fleurs et autres espèces naturelles incroyables : pins sylvestres, épicéas, mélèzes, gentianes, edelweiss ou encore aster bleu des Alpes.



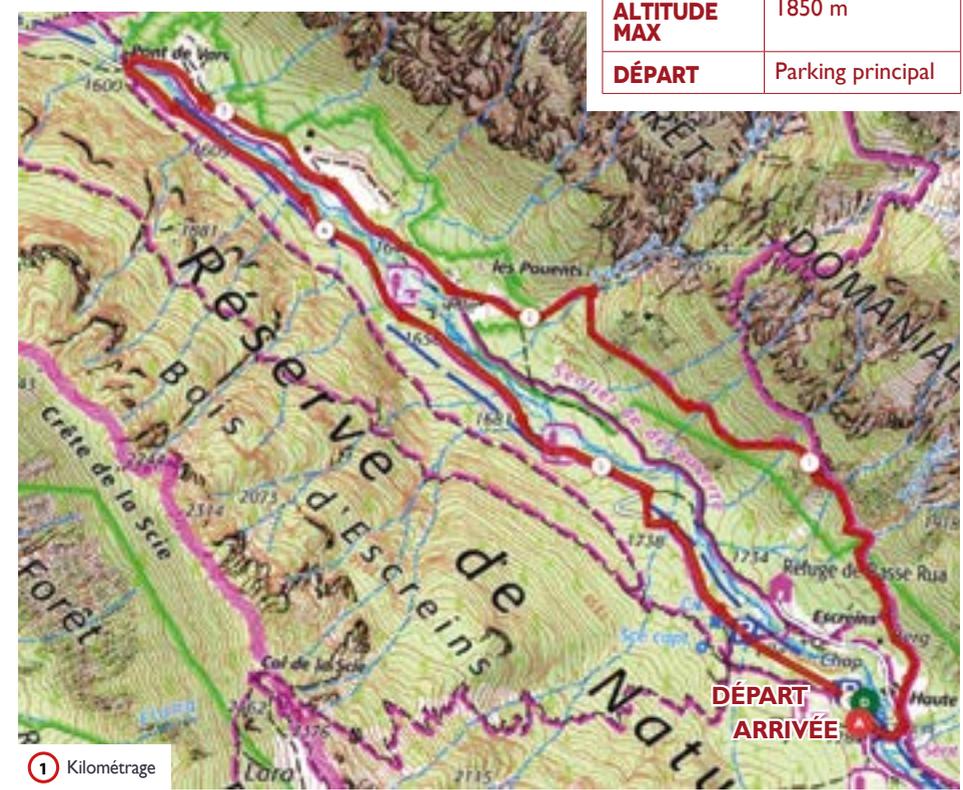
21 LE TOUR DU VAL D'ESCREINS



Une vraie découverte du site à travers les forêts, le long des torrents, une aventure à votre rythme, en famille et une belle randonnée au cœur d'une nature vierge.

Depuis le parking au fond de la réserve, se diriger vers les ruines de Basse-Rua et le refuge. Passer devant le refuge et poursuivre le chemin qui descend jusqu'au Pont de Vars. Traverser le Rif-Bel, puis remonter vers le parking par la route.

DURÉE	1 h 30
NIVEAU	Vert
DISTANCE	Boucle de 6 km
DENIVELÉ	250 m
BALISAGE	Jaune
ALTITUDE MINI	1600 m
ALTITUDE MAX	1850 m
DÉPART	Parking principal



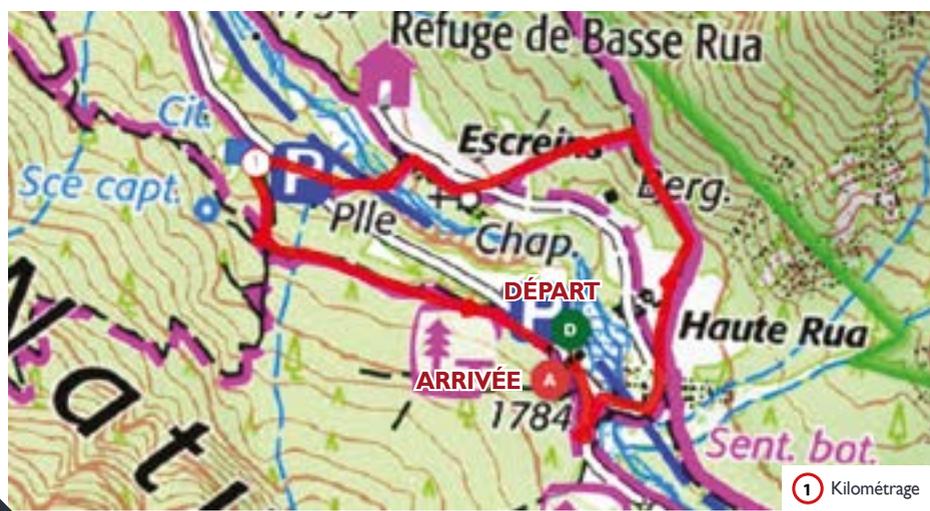
1 Kilométrage

20 SENTIER DU TÉTRAS-LYRE



Le sentier de découverte du Tetras Lyre offre une approche pluridisciplinaire de l'interprétation des milieux. Des panneaux particulièrement adaptés aux enfants permettent à chacun de s'initier à la géologie, à la flore, à l'histoire, ou encore à l'habitat traditionnel.

DURÉE	1 h 15
NIVEAU	Vert
DISTANCE	Boucle de 1,2 km
DENIVELÉ	180 m
BALISAGE	jaune
ALTITUDE	1780 m
DÉPART	Parking principal



1 Kilométrage

22 L'ORATOIRE ET LA SOURCE DE LA FONT SANCTE



FICHE TECHNIQUE	
DURÉE	4 h 30 A/R
NIVEAU	Rouge
DISTANCES A/R	• Oratoire : 9,4 km • Source : 10,4 km
DENIVELÉ	• Oratoire : +/- 492 m • Source : +/- 580 m
BALISAGE	Jaune
ALTITUDE MINI	1785 m
ALTITUDE MAXI	• Oratoire : 2277 m • Source : 2365 m
DÉPART	Parking principal
DIFFICULTÉ PARTICULIÈRE	Pente raide à gravillons à l'approche de la source de 4 à 5

DESCRIPTIF :

1 Après le parking au fond de la réserve, traverser le torrent du Rif-Bel et prendre à droite au panneau indiquant la direction de la Font-Sainte. Longer ensuite le torrent rive droite en passant par l'alpage dans un premier temps puis par la forêt de conifères (ancolies) pour atteindre le sentier de la « Colette Verte ».

2 Poursuivre dans le sous-bois et longer le torrent jusqu'aux passerelles en bois.

3 Traverser la deuxième passerelle et remonter le sentier en laissant à droite l'itinéraire du Col des Houerts. Grimper une petite pente en admirant un pin cembro magnifiquement sculpté puis retraverser le Rif Bel avant d'arriver à l'oratoire à la sortie du bois.

4 Après l'oratoire, se diriger vers une crête caillouteuse et la gravir. Traverser le torrent et poursuivre jusqu'à la source du Rif Bel. Attention, cette dernière partie de randonnée jusqu'à la source est assez raide.

5 Pour revenir au point départ, emprunter le même itinéraire qu'à la montée.



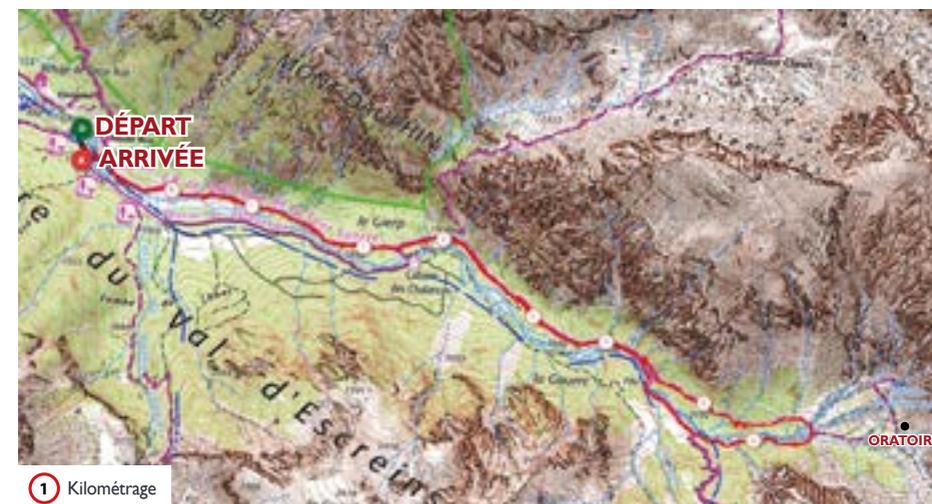
23 SENTIER DES ARBRES REMARQUABLES



DURÉE	3h
NIVEAU	Rouge
DISTANCE	Boucle de 8,5 km
DENIVELÉ	Dénivelé : +/- 433 m
BALISAGE	Jaune

Au retour de l'Oratoire vous prendrez à gauche à 500 mètres et découvrirez le sentier des Arbres Remarquables qui redescend sur 1 km.

Vous rejoindrez ainsi l'itinéraire qui vous a mené à l'aller : une petite alternative sur le chemin du retour au cœur du patrimoine génétique d'Escreins, à la découverte des arbres multiséculaires dont certains font plus de 4 m de circonférence.



26 VALLON

LAUGIER

FICHE TECHNIQUE	
DURÉE	4 h 30
NIVEAU	Noir
DISTANCE	Boucle de 8,8 km
DENIVELÉ	570 m +
BALISAGE	Jaune
ALTITUDE MINI	1785 m
ALTITUDE MAXI	2355 m
DÉPART/ARRIVÉE	Parking principal

24 POINTE

D'ESCREINS

Quel randonneur n'a jamais rêvé de se faire un « petit » 3000 pendant ses vacances en montagne ? Celui-ci est juste incroyable !

FICHE TECHNIQUE

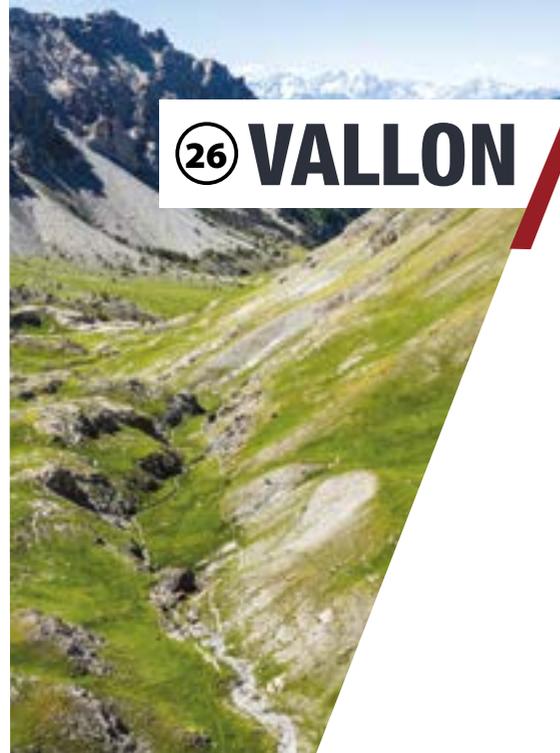
DURÉE	4 h 30 à 5 h aller
NIVEAU	Noir
DISTANCE	7 km aller
DENIVELÉ	1253 m +
BALISAGE	Jaune
ALTITUDE MINI	1785 m
ALTITUDE MAXI	3038 m
DÉPART	Parking principal

1 Depuis le parking au fond de la réserve du Val d'Escreins, prendre la direction de l'oratoire de la Font Sancte et du col des Houerts. Vous longez le torrent du Rif Bel, passez par la cabane de Chalances et poursuivez dans ce magnifique Val d'Escreins où pins cembro et mélèzes vous accompagnent.

2 Au bout d'1h15 de marche, prenez la direction du Col des Houerts à la bifurcation avec l'oratoire, jusqu'à l'entrée du vallon minéral de la Selette. Une ascension raide en forêt aboutit sur un plateau. Voilà maintenant près de 2h30 que vous marchez. Observez attentivement autour de vous : quelques marmottes devraient vous épier !

3 Vous traverserez le Vallon jusqu'au col des Houerts en près de 2h de marche. La Pointe d'Escreins est à votre portée. Plus que 30 minutes de marche avant d'atteindre votre objectif 3000. 4 Admirez la vue incroyable : Pic de Panestrel, Font Sancte, Pic des Houerts tous proches et plus loin : Les Écrins, l'Ubaye et son Brec de Chambeyron.

1 Kilométrage



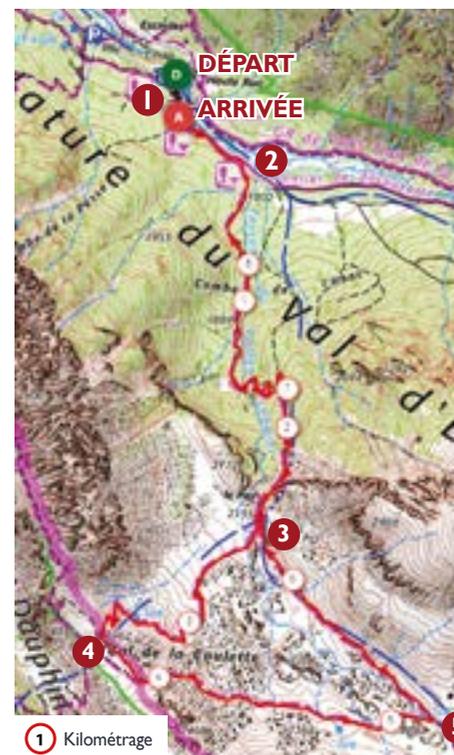
1 Depuis le parking du Val d'Escreins, suivez le chemin en direction de l'oratoire à droite du Rif Bel.

2 400 mètres plus loin, prenez le sentier à droite direction le «Col de la Coulette» et commencez l'ascension du «Pas» le long du torrent du Vallon Laugier.

3 Au bout de 2km, vous êtes au «Pas». Laissez à gauche le sentier qui monte dans le Vallon Laugier et prenez à droite vers le Col de la Coulette. Une montée de 1,3km vous attend jusqu'au sommet.

4 Au Col de la Coulette, prenez à gauche pour redescendre vers la Bergerie du Vallon Laugier, 1,5km plus bas.

5 A l'intersection, prenez à gauche pour redescendre le vallon et rejoindre le «Pas». Retournez à votre point de départ par le même itinéraire qu'à la montée.



1 Kilométrage

Ce sentier, où pierres et fleurs se mêlent, vous guide vers le Bois d'Escreins, véritable arc-en-ciel de couleurs à la sortie duquel vous découvrirez çà et là des edelweiss dans un champ situé au bord du versant ruiniforme des pitons dolomitiques.

25 LES CRÊTES DE VARS

PAR LE VAL D'ESCREINS

1 Au départ du chalet d'accueil du Val d'Escreins, longez la route jusqu'au sentier qui descend sur le passage à gué face au refuge de Basse Rua.

2 Tournez à gauche pour emprunter le sentier balisé au panneau direction Sainte Catherine. Montez d'abord par des lacets dans le sous-bois fleuri du Bois d'Escreins, continuez ensuite sous les rochers de la crête jusqu'au Col de la Scie, partie aérienne. Admirez ici une vue imprenable sur le Val.

3 Au Col de la Scie, tournez à gauche sur le sentier qui monte direction la crête en passant sous les pins à crochet puis dans l'herbe. Poursuivez le sentier jusqu'au Col de la Coulette accompagné des edelweiss le long du sentier.

4 A l'intersection avec le sentier qui redescend à Sainte Catherine, prenez à gauche sur le sentier descendant en lacets dans le Vallon Laugier. Traversez le torrent et remontez rive droite vers la brèche rocheuse du verrou glaciaire : le Pas.

5 Suivez le sentier balisé par cette brèche, traversez le torrent et descendez rive gauche jusqu'au Rif Bel puis à gauche jusqu'au parking de départ.



MIEUX COMPRENDRE / VOTRE RANDONNÉE :

Les Bouquetins des crêtes :

Ce mammifère massif est bel et bien présent dans le secteur des crêtes de Vars. Il faudra néanmoins vous lever tôt pour en apercevoir ! Trapu, il possède de courtes mais solides pattes, un cou large et des yeux assez écartés mais la caractéristique la plus frappante chez le bouquetin mâle réside dans ses cornes. Trois mois après sa naissance, il se dote en effet d'une paire de cornes ; lesquelles grandissent tout au long de la vie, leur croissance se ralentissant cependant avec l'âge. Recourbées vers l'arrière et plus ou moins divergentes selon les individus, elles sont constituées de nodosités également appelées bourrelets de parure. À l'âge adulte, les cornes du mâle atteignent 70 à 100 cm et peuvent peser jusqu'à 6 kg la paire.

Cette espèce a failli disparaître à la fin du 19^{ème} siècle puisqu'il ne restait que quelques individus dans le Piémont (Italie). Grâce à une protection et de nombreuses réintroductions, son aire de répartition ne cesse de s'étendre. Cet animal fréquente les zones montagneuses, plus particulièrement les zones difficilement accessibles comme les falaises, les éboulis, les sommets rocheux, à des altitudes pouvant aller de 1000m à plus de 3200m.



FICHE TECHNIQUE

DURÉE	5 h 30
NIVEAU	Noir
DISTANCE	Boucle de 9,2 km
DENIVELÉ	763 m +/-
BALISAGE	Jaune
ALTITUDE MINI	1785 m
ALTITUDE MAXI	2549 m
DÉPART/ ARRIVÉE	Parking principal
DIFFICULTÉ PARTICULIÈRE	Quelques à-pics entre 3 et 4

A NE PAS RATER !

- Edelweiss ➤ Marmottes
- Torrent ➤ Vue somptueuse sur la vallée de Vars, le vallon Laugier et le Val d'Escreins