



DOSSIER



GR® 54 & GRIMPE DANS LES ÉCRINS

Itinéraire emblématique des Alpes, le GR® 54 est aussi l'un des sentiers les plus typés montagne, avec des terrains rocaillieux et des dénivelés particulièrement sévères. Son ambiance, au pied des glaciers des Écrins, est également unique.

Après un début en douceur depuis L'Argentière-les-Écrins, qui suit gentiment le torrent du Fournel jusqu'au gîte refuge de la Pousterle au pied du col éponyme, les choses sérieuses débutent. L'étape suivante, le long du vallon du Fournel jusqu'au pas de la Cavale, nous montre une nature bien plus impressionnante.

L'ambiance est minérale, les roches imposantes nuancées par de belles touches de verdure. Le pas de la Cavale, à quelque 2 753 m, permet de pénétrer dans le Champsaur.

Le lendemain, ce sont trois cols, impressionnants avec leur sentier grimpant et plongeant en lacets serrés, qui permettent de rejoindre le lac de Vallonpierre puis le Valgaudemar ! Une pause agréable peut être la bienvenue au bord du lac : c'est aussi une caractéristique de ce sentier que d'offrir quelques beaux instants de « répit », au sein d'une nature plus douce, entre deux cols acérés. On goûte alors encore mieux la sérénité des alpages. L'étape suivante conduit, en suivant le torrent de la Séveraisse, à La Chapelle-en-Valgaudemar, un petit village pittoresque blotti au creux des cimes. Pendant la descente, on a le bonheur de retrouver une végétation plus dense, les jolies fleurs des Alpes faisant écho aux blancs manteaux des brebis. Les sons et les odeurs, encore tout à fait montagnards, changent au fil de notre dégringolade vers La Chapelle.

Bien entendu, le circuit se poursuit le lendemain par une remontée vers Villar-Loubière puis jusqu'au refuge des Souffles, construit sous un cirque glaciaire des plus imposants. L'impressionnant col de la Vaurze se dresse ici, devant nous. Pour l'atteindre, on entame une traversée technique, parfois vertigineuse. Heureusement, de nombreux passages ferrés, échelons et mains courantes sécurisent nos pas. L'émotion reste forte lorsqu'il s'agit d'engager la longue descente, très raide, qui plonge jusqu'au petit hameau du Désert-en-Valjoubert. Blotti dans le vallon, il conserve une architecture montagnarde typique. Le temps semble s'y être arrêté. Un bel endroit pour récupérer avant de se lancer dans la suite de l'aventure !

C'est un décor plus verdoyant, moins austère que les montagnes de schiste rencontrées précédemment qui nous attend alors, en reprenant le sentier vers le col de Côte Belle. Les sifflets des marmottes, que l'on surprend sur l'alpage, semblent nous encourager sur cette belle étape. Notre regard se tend immanquablement vers les orgues minérales que l'on rencontre avant

de rejoindre Valsenestre.

Il faut reprendre de l'énergie : on aborde maintenant l'un des gros morceaux de ce GR® 54, avec l'ascension du col de la Muzelle, le point culminant du parcours. Un moment inoubliable, avec son sentier tellement impressionnant vu d'en bas, qui serpente dans les schistes. On compte plus de 50 virages pour se hisser en haut ! La descente permet de savourer l'instant de paix qui se présage à l'horizon, le refuge et les douces rives du lac de la Muzelle. Le col du Vallon, plus facile, nous conduit en douceur vers le lac de Lauvitel, avant de continuer la descente pour atteindre Le Bourg-d'Oisans.

Reprenons notre souffle pour la dernière partie de ce grand tour des Écrins. Le sentier redevient très technique, avec de nombreuses mains courantes qui mènent aux minuscules hameaux accrochés à la montagne. Il redescend ensuite sur le torrent de Sarenne, avant de remonter jusqu'au col du même nom. Nous évoluons à nouveau dans un univers minéral.

Au col, après avoir admiré le panorama sur les monts de Lans, on redescend sur Clavans et la vallée du Ferrand. La remontée vers Besse et les alpages offre à nouveau un doux contraste verdoyant. Le plateau d'Emparis, écrin de nature tranquille et hospitalière, entre pâturages et lacs, dévoile ses vues imprenables sur les cimes de la Meije et du Rateau et sur le glacier de la Girose. Les lacs Noir et Lérié valent eux aussi le détour et constituent autant de pauses sereines, dans un environnement à la fois grandiose et hospitalier. Les hameaux pittoresques, les rencontres avec les marmottes et les chamois rythment cette journée de marche comme seule la montagne peut en offrir. Après une belle descente vers La Grave, on poursuit l'itinéraire en suivant le cours de la Romanche, jusqu'à trouver sa source sur le doux alpage Villar-d'Arène. On retrouve ici, pour un final grandiose, l'univers de la haute montagne. Le col d'Arinsine offre ensuite une échappée fantastique sur le lac glaciaire, avant de descendre sur le joli hameau du Casset et Le Monétier-les-Bains. Il ne restera plus, pour les dernières étapes, après avoir franchi le col de l'Eychauda, qu'à se laisser doucement glisser d'alpage en alpage vers le charmant village de Vallouise et rejoindre L'Argentière-la-Bessée pour boucler cette grande plongée dans l'univers alpin.

SYLVAIN BAZIN

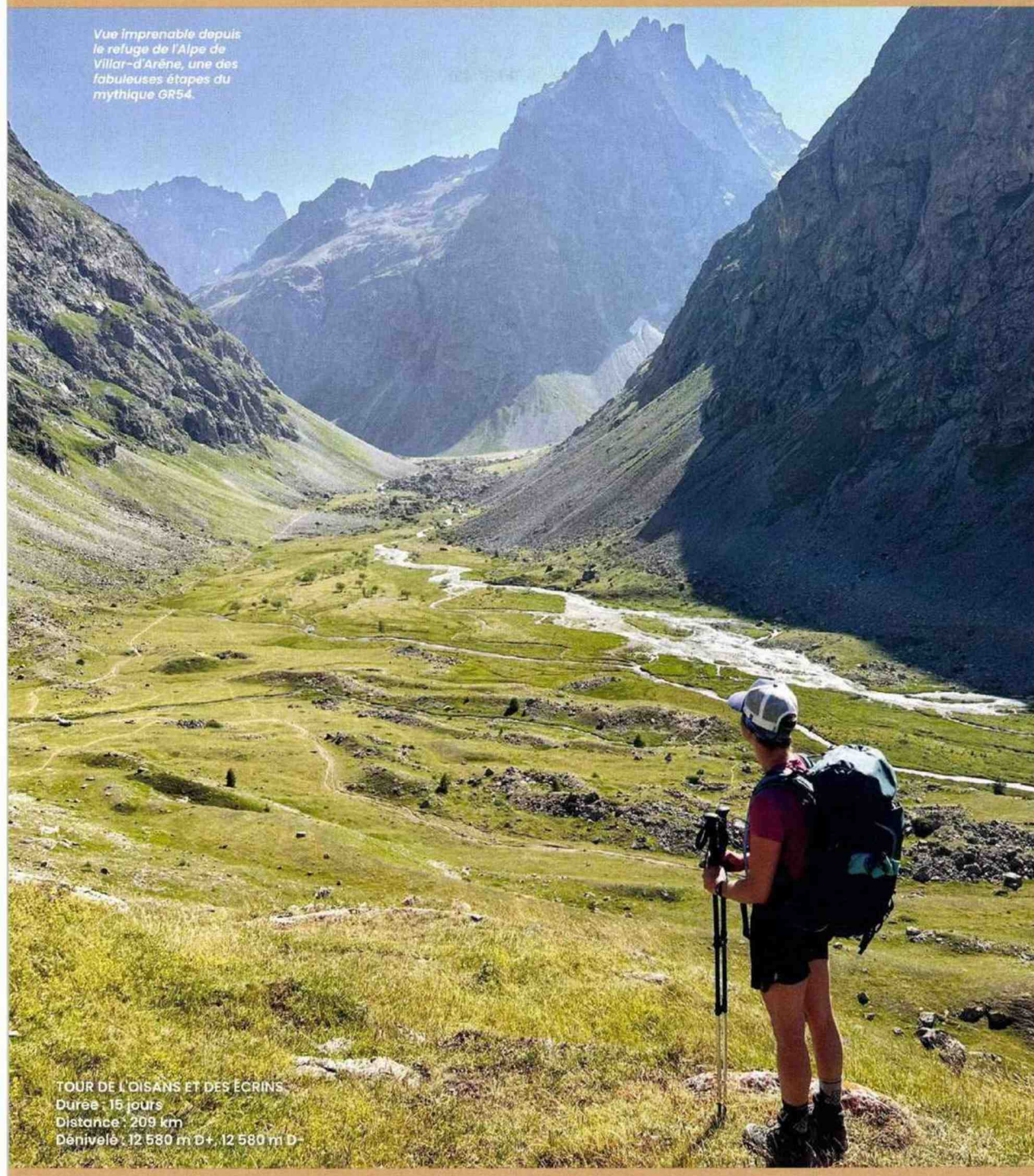
© CORIANE MANTZ





AUTOUR DES GR

*Vue imprenable depuis
le refuge de l'Alpe de
Villar-d'Arène, une des
fabuleuses étapes du
mythique GR54.*



TOUR DE L'OISANS ET DES ÉCRINS
Durée : 16 jours
Distance : 209 km
Dénivelé : 12 580 m D+, 12 580 m D-





ÉTAPES DU GR® 54

Parcours au fort dénivelé, avec des passages nécessitant une bonne habitude des terrains montagnards. Certaines étapes sont longues et demandent de l'endurance. Il est à conseiller à des randonneurs possédant une bonne condition physique et une expérience en montagne.

- Étape 1 : L'Argentière-la Bessée – La Pouterie
3h30 • 8,5 km • 800 m D+

- Étape 2 : La Pouterie – Le Pré de la Chaumette
8h • 24 km • 1375 m D+

- Étape 3 : Le Pré de la Chaumette – lac de Vallonpierre
6h • 11 km • 1 150 m D+

- Étape 4 : lac de Vallonpierre – La Chapelle-en-Valgaudemar
3h30 • 14 km • 50 m D+

- Étape 5 : La Chapelle-en-Valgaudemar – Les Souffles
4h30 • 10 km • 950 m D+

- Étape 6 : Les Souffles – Le Désert-en-Valjoux
5h30 • 11 km • 625 m D+

- Étape 7 : Le Désert-en-Valjoux – Valsenestre
5h • 11 km • 1 025 m D+

- Étape 8 : Valsenestre – lac de la Muzelle

5h30 • 9 km • 1 300 m D+

- Étape 9 : lac de la Muzelle – Bourg-d'Oisans
7h • 19 km • 450 m D+

- Étape 10 : Bourg-d'Oisans – Clavans-le-Bas
6h30 • 20 km • 1 400 m D+

- Étape 11 : Clavans-le-Bas – Les Moutettes
4h30 • 10 km • 1 050 m D+

- Étape 12 : Les Moutettes – L'Alpe de Villar-d'Arène
8h30 • 23 km • 1 050 m D+

- Étape 13 : L'Alpe de Villar-d'Arène – Le Monétier-les-Bains
4h30 • 13 km • 250 m D+

- Étape 14 : Le Monétier-les-Bains – Vallouise-Pelvoux
7h • 20 km • 975 m D+

- Étape 15 : Vallouise – L'Argentière-la Bessée
4h • 16 km • 650 m D+

On peut également envisager l'itinéraire depuis le Bourg-d'Oisans. Le circuit est un peu plus court. Il part du Bourg-d'Oisans, et suit les étapes décrites plus haut (étapes 10 à 14) avant de se séparer à nouveau pour éviter la descente sur l'Argentière : reprendre le fil du parcours à l'étape 3 du circuit décrit précédemment.

