

# Les lacs Egorgéou et Foréant

**Circuit difficile, enfants à partir de 8 ans**

**4 jours**

**Juillet - Octobre**

**Altitude de 1760 à 2610 m**

**Départ et arrivée au Roux**

Dominé par le Pain de Sucre qui culmine à 3208 m, le vallon de Bouchouse abrite plusieurs lacs d'altitude dont les lacs Egorgéou, Baricle et Foréant, où l'on peut observer des plantes de marais apparues lors des dernières glaciations (carex, joncs arctiques, linaigrettes cotonneuses) et dont une partie des rives est interdite aux randonneurs pour préserver la biodiversité du site. Il est également fréquenté par les bouquetins qui affectionnent ses parois rocheuses.

## *Les étapes*

### **Jour 1: Le Roux (1760 m) – La Monta (1670 m) (Gîte ou Bivouac)**

Dénivelé + : 320 m / Dénivelé - : 380 m / Distance : 9 km / Tps de marche : 3 h

Vous quittez le Roux par la variante du GR58 et traversez le torrent du Bouchet avant de rejoindre la piste forestière qui s'élève progressivement dans le bois de la Brune pour arriver au Fusteit (2010 m) sur les pistes de ski d'Abriès. Là, vous rejoignez le GR58 qui descend sur Ristolas en passant par l'étang de Moussou (1920 m). Arrivés en fond de vallée, vous empruntez l'élégant pont à structure bois qui enjambe le torrent du Guil et vous suivez le GR58 qui traverse Ristolas. Vous longez la rive gauche du torrent jusqu'à La Monta (ou l'Echalp - 1700 m), où vous installez votre bivouac ou profitez d'un hébergement en gîte.

### **Jour 2: La Monta (1670 m) – Lac Egorgéou (2400 m) (Bivouac)**

Dénivelé + : 730 m / Distance : 5,5 km / Tps de marche : 3 h

Quittez votre lieu d'hébergement et suivez le GR58 qui vous emmène à l'entrée du vallon de Bouchouse et s'élève dans le mélézin jusqu'aux Chalets de la Médille. Soyez attentifs car vous aurez peut être l'occasion d'observer les bouquetins qui arpentent les austères parois rocheuses qui surplombent le vallon. Le sentier continue de s'élever dans ce décor majestueux au relief contrasté, où la forêt cède la place au minéral. Et au terme de plusieurs heures de marche, voici enfin le lac Egorgéou, avec son voisin caché le lac Baricle, véritables bijoux blottis au pied de l'impressionnante Crête de la Taillante. L'après-midi est consacrée au farniente ou à la découverte du lac Baricle et à l'installation du campement.

### **Jour 3: Lac Egorgéou (2400 m) – Lac Foréant (2610 m) – La Monta (1670 m) (Gîte ou Bivouac)**

Dénivelé + : 210 m / Dénivelé - : 940 m / Distance : 9,5 km / Tps de marche : 4 h

Après une incursion au lac Foréant, dominé par les crêtes rocheuses environnantes, royaume minéral apprécié par les cueilleurs de génépi et biotope par excellence du lagopède alpin, des niverolles et des chamois, vous redescendrez dans la vallée du Guil par l'itinéraire de montée. Hébergement gîte ou bivouac.

## **Jour 4: La Monta (1670 m) – Le Roux (1760 m) par Abriès**

Dénivelé + : 290 m / Dénivelé - : 200 m / Distance : 10 km / Tps de marche : 3 h

Au départ de la Monta (ou de l'Echalp), rejoindre de GR58 en rive gauche du torrent du Guil et le suivre à la descente jusqu'à Ristolas. A la sortie du village, quittez le GR et continuez en rive gauche du torrent sur la piste forestière du bois de Jassaygues pour rejoindre Abriès. Traversez le village et prenez la route en direction du Roux, puis récupérez le GR58 qui s'élève dans la forêt. Ensuite, quittez le GR dans la première épingle à cheveux vers 1800 m d'altitude et descendez à main gauche par le sentier qui rejoint la piste forestière en contrebas. Traversez le torrent et rejoignez le Roux par l'itinéraire de départ.

### ***infos pratiques & tarifs***

#### **Les ânes**

\*Ils sont destinés à porter vos bagages. Animaux grégaires, ils apprécieront votre compagnie mais aussi celle de leurs semblables et **au delà de 3 personnes**, il est préférable de voyager avec 2 ânes pour le confort et le bien-être de tous.

\*Leur équipement : chaque âne est muni d'un licol, d'une longe, d'un bât en bois et de 2 grandes sacoches accrochées de chaque côté du bât. Il peut porter 30 kg, soit les bagages de 2 à 3 randonneurs. La charge doit être parfaitement équilibrée (15 kg de chaque côté). Au dessus de l'animal, ne peuvent être posées que des charges légères (matelas...), afin d'éviter de l'épuiser ou de le déséquilibrer.

\* Nourriture de l'âne et nuit: dans la plupart des gîtes, un parc est aménagé pour les ânes et nous fournissons le matériel nécessaire pour les attacher la nuit.

#### **Préparation de votre randonnée**

Nous vous conseillons d'arriver au Roux la veille de votre départ afin de faire connaissance et préparer votre randonnée (étude de l'itinéraire). Un hébergement est possible au gîte le Cassu, en face de notre camp de base (<https://www.gite-lecassu.com/fr/>).

Le matin du départ, prévoir au minimum une heure pour la préparation de l'âne et l'organisation des bagages.

#### **La période**

Cette randonnée peut se faire de juillet à octobre. A partir du 15 septembre, certains hébergements (gîtes, refuges, camping) peuvent être fermés.

#### **La carte IGN**

Ce circuit figure sur la carte IGN (1/25000 ième) 3637OT - Mont Viso, St Véran, Aiguilles, Queyras.

#### **Les hébergements**

Pour cette randonnée, possibilité d'hébergement en gîte ou bivouac sous tente (matériel non fourni).

<https://www.montourduqueyras.fr/fr/index.aspx>

#### **Le ravitaillement**

Vous devez arriver avec le nécessaire pour la durée de votre séjour. Pour l'eau, prévoyez une gourde par personne et des pastilles de Micropur.

### **Vos bagages**

Dans les Hautes-Alpes le climat est très contrasté : ardeur du plein soleil, le jour, et fraîcheur surprenante, la nuit. Prévoyez donc :

- \* des chaussures de marche et des chaussures légères pour le soir,
- \* des vêtements de rechange, un pull chaud, un chapeau pour le soleil,
- \* des vêtements de pluie (poncho imperméable),
- \* gourde, lampe de poche, carnet, stylo, briquet, couteau, ficelle,
- \* pharmacie, crème protectrice et lunettes de soleil,
- \* sacs plastiques pour envelopper les affaires dans le sac (très efficace en cas de pluie) et pour redescendre vos poubelles,
- \* réchaud et matériel de cuisine, tente et sac de couchage (si vous campez)

### **Votre chien**

Au niveau réglementaire, votre chien peut vous accompagner sur les sentiers du Parc Naturel Régional du Queyras à condition qu'il soit tenu en laisse. Après un temps d'adaptation et d'observation mutuelle, il cohabitera avec les ânes. Il faut cependant prendre en compte que cela ne simplifie pas l'organisation de votre randonnée car il est parfois difficile de tout gérer en même temps : l'âne ou les ânes, les enfants, les bagages, la carte pour suivre le bon chemin et...le chien ! D'autant plus qu'il faut parfois se tenir à distance de l'âne avec le chien en laisse et qu'il peut y avoir des problèmes avec les chiens qui protègent les troupeaux de moutons en alpage. Les chiens ne peuvent pas dormir dans les hébergements et en général, un abri est prévu pour eux à l'extérieur. Pensez à nous prévenir si vous prévoyez de randonner avec un chien.

### **Votre voiture et matériel divers**

Durant votre randonnée, votre voiture reste sur un des parkings du hameau du Roux d'Abriès.

### **Tarif**

Il comprend la location d'un âne équipé d'un bât, d'un licol, d'une longe et de deux sacoches. Votre hébergement et le transport éventuel des ânes doivent être réglés en sus.

**4 jours avec un âne: 220 €**

Pour plus d'informations : **06 82 48 09 99 ou [anerosin@orange.fr](mailto:anerosin@orange.fr)**

Pour réserver ce séjour, merci de télécharger et compléter notre [contrat de location](#) (voir lien sur notre site) et de joindre un acompte de 30% du montant.