



13 LE LAC DU GOLÉON PAR LE CRUQ DES AIGUILLES

 **6h30**
 **13 km**
 **900 m**
 **Troupeaux (vaches et moutons).**



Le site du Lac du Goléon ne s'offre au randonneur qu'après un rude montée depuis Valfroide ; mais parvenu la haut quelle récompense ! D'autant plus qu'un confortable refuge vous y accueillera pour une nuit ou un simple casse-croute ; l'itinéraire proposé qui passe par le beau col nommé « Cruq des Aiguilles » constitue une alternative variée et plus alpine à la courte montée de Valfroide que l'on se réservera plutôt pour la descente.

VOIR ET SAVOIR

Natura 2000 Plateau d'Emparis - Goléon

Natura 2000 est un réseau de sites naturels qui hébergent des espèces et des milieux naturels rares ou menacés à l'échelle européenne. L'objectif d'un site Natura 2000 est la conservation sur le long terme de ces espèces et de ces habitats naturels.

Natura 2000 est le plus grand réseau mondial de préservation de la biodiversité.

Le site « Plateau d'Emparis-Goléon » se situe sur la commune de La Grave en zone périphérique du Parc national des Écrins. Il s'étend sur 7476 ha du Plateau d'Emparis aux vallées du Gâ (ou vallon de la Buffe), de Martignare et du Maurian (ou Goléon).

Son paysage est fortement modelé par les activités agro-pastorales.

Les milieux agro-pastoraux comportent

8 alpages, exploités en 2013 par 14 agriculteurs. La bonne conservation des habitats et de la biodiversité dépend du maintien des pratiques agro-pastorales extensives que sont la fauche et le pâturage. Au travers des mesures incitatives, les éleveurs s'engagent en faveur de la conservation des milieux naturels et de la biodiversité,

- à retarder la fauche pour favoriser le cycle des végétaux et permettre leur reproduction;
- à éviter les passages répétés et le stationnement des animaux sur les zones sensibles (zones humides ...).

Le site a été retenu par le réseau Natura 2000 également pour ses zones humides remarquables, que l'on retrouve dans le vallon du Goléon et sur le Plateau d'Emparis.



Des Hières, suivre la bonne piste carrossable qui suit la vallée en direction de Valfroide et 500 m avant le parking d'Entraigues prendre à gauche la piste de tracteur en direction de « la Sauce » ; traverser le hameau puis monter (est) en direction du rognon de Serre Coupa ; repérer et suivre le sentier qui monte en lacets serrés la « côte Lombarde » et à 2200 m environ on atteint des herbages plus plats qui conduisent jusqu'aux ruines du Puy Garnier(2346 m).

De ce point continuer vers le Nord, traverser un petit Ruisseau et continuer en montant légèrement pour passer à proximité de la zone de captage d'eau (Alimentation en eau potable des hameaux de la Grave). On repère facilement le Cruq des

Aiguilles, joli col en U situé 300 m plus haut. Remonter une première pente raide qui mène à la crête dominant la vallée (rochers ruiniformes), puis après un court replat au pied du col, gagner ce dernier par une pente raide et caillouteuse (2707 m).

La descente vers le refuge et le lac s'effectue sur l'autre versant (Est) par des pentes herbeuses coupées de petits ressauts rocheux.

Après une pause bien méritée, reprendre le sentier de descente (raide et caillouteux) qui conduit à travers les prés de fauche aux hameaux de Valfroide, puis par la large piste rejoindre le point de départ de l'itinéraire aux Hières.

PS : il est possible depuis les Hières de rejoindre en voiture le parking d'Entraigues (croisement difficile).