



OZ-EN-OISANS

PARCOURS D'ORIENTATION PATRIMOINE NATUREL ORIENTEERING TRAIL LOCAL HERITAGE

À LA DÉCOUVERTE
DES LACS D'OZ
DISCOVER
THE LAKES OF OZ



OZ-EN-OISANS

OZ 3300 est une station de montagne qui culmine jusqu'à 3330 mètres (Pic Blanc), mais Oz-en-Oisans c'est aussi une des communes les plus étendues de l'Oisans, qui se compose de 11 hameaux, discrets et pittoresques, reliés par les nombreux sentiers qui maillent le territoire : le Bessey, le Roberand, l'Enversin d'Oz, Sardonne, le Pontonnier, la Beurrière, la Voûte, le Pré de l'Arche, l'Ile d'Oz, le Boulangeard et Oz village.

Ce parcours vous permet de découvrir le plateau de l'Alpette, les lacs Carrelet et Lamat, et de magnifiques panoramas sur les massifs de Belledonne et des Grandes Rousses.

The highest altitude of Oz-en-Oisans is 3330 meters (Pic Blanc), it's also one of the widest village of the Oisans area. Several hiking trails make the connection between the 11 hamlets of the village: le Bessey, le Roberand, l'Enversin d'Oz, Sardonne, le Pontonnier, la Beurrière, la Voûte, le Pré de l'Arche, l'Ile d'Oz, le Boulangeard et Oz village.

This trail allows you to discover the Alpette plateau, the Carrelet and Lamat lakes, and magnificent views of the Belledonne and Grandes Rousses mountains.



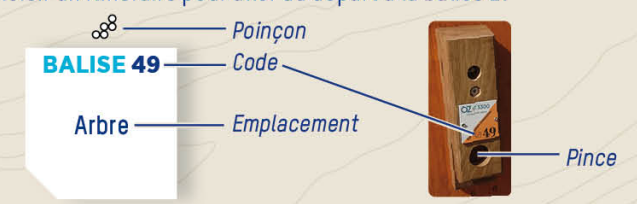
LES ESPACES LOISIRS ORIENTATION EN ISÈRE NEARBY ORIENTEERING SITES

Toutes les activités outdoor
de l'Isère sont accessibles
depuis ISÈRE
OUTDOOR
Find your next outdoor
activity on ISÈRE
OUTDOOR
Application mobile téléchargeable sur
Download the mobile app on
App Store Google Play



COMMENT ÇA MARCHE ?

- 1- Orienter la carte et repérer le départ.
- 2- Choisir un itinéraire pour aller du départ à la balise 1.



- 3- Utiliser la pince pour poinçonner.
- 4- Répondre à la question du dépliant.
- 5- Continuer vers les balises suivantes en respectant l'ordre.

Bonne découverte !

RECOMMANDATIONS

- Il est de la responsabilité de tout pratiquant d'estimer ses capacités à pouvoir pratiquer la course d'orientation sur cet espace.
- Respectez les lacs et les tourbières, restez sur les sentiers.
- Ramassez vos déchets, ne laissez rien sur site.
- Assurez-vous de votre équipement et des conditions météorologiques avant votre départ.
- Prenez de la marge par rapport au temps de marche indiqué pour ne pas rater le dernier départ de la télécabine.
- **SECOURS** : En cas de danger, **appelez le 112** et donnez la position exacte de l'accidenté.



L'application Suricate permet de signaler les problèmes que vous rencontrez lors de la pratique d'un sport de nature (erreur de balisage, besoin de sécurisation...)

INFORMATIONS

- OFFICE DE TOURISME OZ 3300
04 76 80 78 01 ■ oz-en-oisans.com
- COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE COURSE D'ORIENTATION
cdco38.fr

HOW DOES IT WORK ?

- 1- Position your map and find the starting point.
- 2- Choose an itinerary to go from the starting point to the first checkpoint.



- 3- Don't forget to punch.
- 4- Answer the question on the document.
- 5- Find the next checkpoint while following the order.

Enjoy!

RECOMMENDATIONS

- It is the participants' responsibility to gauge their ability to take part in this activity.
- Respect the lakes and bogs, stay on the trails.
- Make sure to pick up your waste; do not leave anything behind.
- Check the weather forecast and your equipment before engaging in this activity.
- Be careful not to miss the last departure of the skilift.
- **RESCUE** : In case of an emergency, **call 112** and give the casualty's exact location.



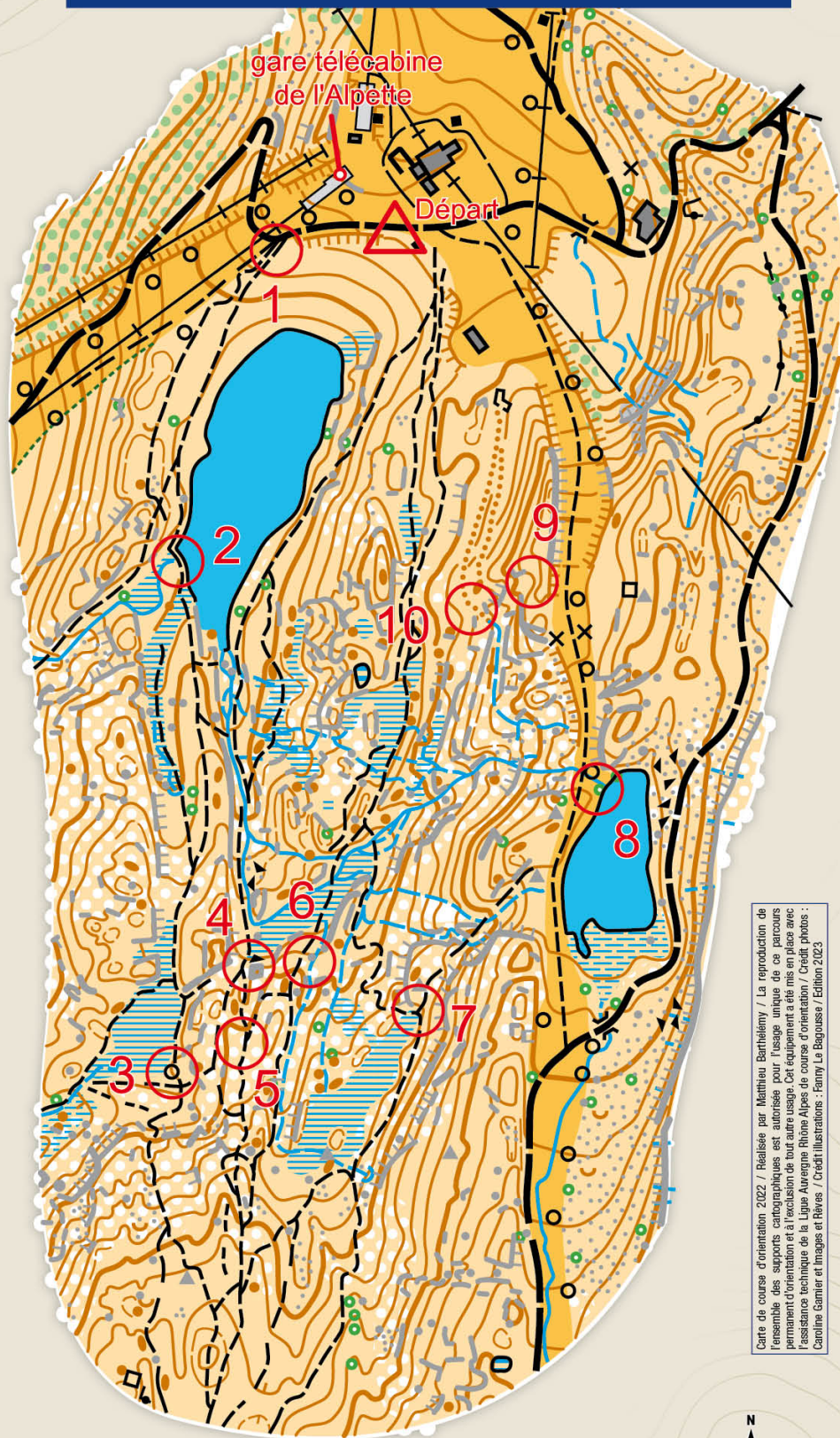
Suricate (mobile app and web) enables you to report any problems you may encounter when practicing a sport in nature (waymarking errors, safety problems, multi-usage conflict, etc.), feel free to use it, your report will be helpful.

INFORMATIONS

- OZ 3300 TOURIST OFFICE
04 76 80 78 01 ■ oz-en-oisans.com
- COMITÉ DÉPARTEMENTAL DE COURSE D'ORIENTATION
cdco38.fr

PARCOURS D'ORIENTATION ORIENTEERING TRAIL

DIFFICULTÉ EN ORIENTATION MOYEN | ACCÈS JUIN À OCTOBRE
ORIENTEERING DIFFICULTY MEDIUM | ACCESS JUNE TO OCTOBER
2,5 KM | +80 M | +/- 1 H 15 | 10 BALISES



Carte de course d'orientation 2022 / Réalisée par Mathieu Barthélemy / La reproduction de l'ensemble des supports cartographiques est autorisée pour l'usage unique de ce parcours d'orientation. Toute autre utilisation est formellement interdite. Pour plus d'informations, contactez le Service Technique de la Ligue Alpine Rhône Alpes de course d'orientation / Crédit photos: Caroline Gaminier et Images et Références / Crédits illustrations: Garry La Bagousse / Edition 2023

- Balise / Control point
- Bâtiment / Building
- Sentier / Trail
- Télécabine / Skilift
- Canon à neige / Snow gun
- Table / Table
- Arbre isolé / Isolated tree
- Pelouse / Grassland
- Courbe de niveau / Landform
- Fossé / Ditch
- Butte / Small knoll
- Falaise / Cliff
- Rocher / Boulder
- Lac / Lake
- Tourbière / Peat bog
- Ruisseau / Stream

Échelle: 1/5000* 1cm représente 50 m sur le terrain. Dénivelé entre 2 courbes de niveau 5 m.
Scale: 1/5000* 1cm represent 50 m on site. The elevation gain between two contour lines is 5 m.

1 L'ESTIVE / MOUNTAIN PASTURE

Tout comme l'emplacement de l'actuelle station d'Oz, ce petit plateau, nommé l'Alpette, a accueilli l'estive jusque dans les années 60. Les chalets dans lesquels femmes, enfants et animaux logeaient l'été étaient isolés. En cas d'urgence :

- A** on suspendait un drap blanc dans les rochers
- B** on soufflait dans une corne de brume

This small plateau is called l'Alpette. until the 60s, it used to be dedicated to mountain pasture, just like the ski resort. The chalets in which women, children and animals lived during the whole summer were very isolated. In case of emergency:

- A** a white sheet was hung on the rocks
- B** someone blew a foghorn

2 LES TOURBIÈRES / PEAT BOGS

Doté de plusieurs tourbières, le secteur du lac Carrelet est en cours de classement en Espace Naturel Sensible. Ici vivent la grenouille rousse, le triton alpin et de nombreuses plantes typiques du milieu, comme la linaigrette à gaines. Les tourbières sont très fragiles car sensibles aux changements.

Leurs plantes craignent particulièrement la sécheresse et :

- A** les températures très froides
- B** le piétinement

The Carrelet lake area is made of several peat bogs is currently in the process of being classified as a sensitive natural zone (ENS : Espace Naturel Sensible). Many typical plant and animal species can be found here, such as grass frogs, alpine newts or hare's-tail cottongrass. Peat bogs are very sensitive to changes - and therefore very fragile. The plants are particularly vulnerable to droughts and:

- A** very low temperatures
- B** trampling



3 LES PLANTES CARNIVORES / THE CARNIVOROUS PLANTS



Le sol des tourbières étant pauvre en minéraux et en azote, certaines plantes complètent leur alimentation avec des insectes. La grassette (Pinguicula alpina), que l'on trouve aux alentours du lac Carrelet, piège ses proies avec ses feuilles collantes, puis les digère grâce aux enzymes sur sa feuille. La digestion d'une petite mouche dure :

- A** 2 heures
- B** 2 jours

Minerals and nitrogen are only available in small quantities in boglands: this is why some of the plants have evolved to supplement their diet with insects. Alpine butterwort (Pinguicula alpina), which is found in the Carrelet lake area, uses its sticky leaves to trap prey, and then digests them by using the enzymes on its leaves. Digesting a small fly takes:

- A** 2 hours
- B** 2 days

4 MYRTILLES OU EMBRUNES ? / BLUEBERRIES OR BOG BILBERRIES?

Saurez-vous différencier les myrtilles (Vaccinium myrtillus) des embrunes (V. oliginosum) ? Si les myrtilles ont des feuilles dentées et des fruits sucrés à chair noire, les embrunes, ou aïrelles des marais, ont des feuilles vert-bleuâtre plus arrondies et des fruits à chair blanche et fade. La cueillette des myrtilles est réglementée, en Isère, les peignes sont interdits avant le 15 août et la cueillette est limitée à :

- A** 1 kg / personne / jour
- B** 5 cueillettes / personne / an

Can you tell blueberries (Vaccinium myrtillus) from bog bilberries (V. oliginosum)? Whereas blueberry shrubs have dented leaves and blue fruits with sweet black flesh, bog bilberries have green-blueish leaves with rounded tops, and blue fruits with white and rather tasteless flesh. In order to protect the plants, harvests are regulated. In the Isère area, the use of blueberry combs is forbidden before August 15th and the harvests are limited to:

- A** 1 kg / person / day
- B** 5 harvests / person / year

5 LA VUE / THE VIEW

Ce point de vue permet d'admirer la plaine du Bourg-d'Oisans (ou plaine de Rochetaillée). On trouve à gauche le massif du Taillefer, tout au fond le Vercors, puis sur la droite le massif de Belledonne qui culmine avec le Grand Pic de Belledonne à 2 977 m. Il fait la limite entre l'Oisans et :

- A** la vallée du Grésivaudan
- B** la Haute-Savoie

Here you can enjoy the view of the Bourg-d'Oisans plain (also called the Rochetaillée plain). On the left, you can see the Massif du Taillefer, far in the back the Vercors, and on the right the Massif de Belledonne. Peaking at 9,767 ft (2 977 m) with the Grand Pic de Belledonne, the mountains separate the Oisans area from:

- A** the Grésivaudan valley
- B** the Haute-Savoie department

6 LES ANCIENNES MINES / THE HISTORIC MINES

Au-delà de la barre rocheuse qui surplombe l'Alpette se trouvent d'autres lacs (lac Blanc, lac de la Fare...), ainsi que les anciennes mines des Grandes Rousses.* Parmi celles-ci, la mine du Milieu, la plus haute mine des Alpes (2 810 à 2 915 m), d'où on extrayait plomb, cuivre et argent durant l'Antiquité et le Moyen-Âge. Le site a ensuite été délaissé en raison :

- A** de l'effondrement du cours des métaux
- B** du refroidissement climatique à partir de la fin du XIIIe siècle

*Plus d'informations à Oz village, à l'exposition permanente (voir avec l'Office du Tourisme).

More lakes (the Blanc lake, the Fare lake...), as well as the Grandes Rousses former mines, are situated beyond the rock bars just over the Alpette plateau. One of them, la mine du Milieu (the Milieu mine) is the highest in the Alps (9,219 to 9,564 ft; 2 810 to 2 915 m). It was exploited for lead, copper and silver during Antiquity and the Middle-Ages, and was then abandoned because of:*

- A** the collapse of metal prices
- B** the climatic global cooling that started at the end of the 13th century

* More information in Oz village, at the permanent exhibition (ask at the Tourist Office).

7 LA CHEMINÉE D'EQUILIBRE / THE SURGE CHAMBER

La montagne du Rissiou est parcourue par une galerie qui mène l'eau du barrage de Grand-Maison (1695 m), situé derrière la montagne, jusqu'à la centrale EDF (725 m).* En regardant attentivement, vous pouvez apercevoir un promontoire bétonné d'où émerge la cheminée d'équilibre de la galerie. En cas de fermeture rapide des vannes, la pression de l'eau endommagerait les infrastructures ; ce puit vertical agit alors comme une soupape de sécurité pour :

- A** absorber temporairement le débit excédentaire
- B** permettre un accès rapide aux secours

* Plus d'informations sur le barrage au musée Hydrelec (Vaujany).

Through the Rissiou mountain, a pipe brings water from the Grand-Maison dam situated right behind the mountain (5,561 ft; 1 695 m high) to the power plant below (2,379 ft; 725 m high). Now look carefully in order to find the concrete surface from which a chimney rises. If the valves are suddenly closed, water pressure could damage the structure; the chimney was therefore built in order to:*

- A** trap the pressure surge
- B** provide a short access to the plant for rescue teams

* More information on the dam at the Hydrelec museum (Vaujany).

8 LES ENNEIGEURS / SNOW GUNS

Plusieurs pistes de ski alpin et de ski de fond permettent de découvrir l'Alpette en hiver. Les perches au bord de ce sentier sont des enneigeurs qui pulvérisent de l'eau et de l'air sous haute pression. Extrêmement fines, les gouttelettes se transforment en neige avant d'arriver au sol. En France, on ajoute à l'eau :

- A** rien : aucun adjuvant n'est autorisé
- B** une bactérie nommée Pseudomonas syringae, qui fait geler l'eau au-dessus de 0°C

Several Alpine ski slopes and cross-country skiing trails cross the Alpette plateau. The poles you can see along the path are snow machines, which spray a mixture of pressurized air and water - tiny droplets, which transform into snow before touching the ground. What is added to the water sprayed by snow guns in French ski resorts?

- A** Nothing : all additives are prohibited

- B** Pseudomonas syringae, a bacteria which makes water freeze above 0°C

9 LA VALLEE DE LA ROMANCHE / THE ROMANCHE VALLEY

La vallée de la Romanche s'étend jusqu'au sud de Grenoble, où la Romanche se jette dans le Drac. En 1911, un glissement de terrain crée un barrage naturel au niveau de Livet-et-Gavet, formant le lac St Laurent qui remonte jusqu'au Bourg d'Oisans. Le 14 septembre 1219, à la suite d'un violent orage, le barrage se rompt, produisant une inondation meurtrière qui détruit une partie de :

- A** Grenoble
- B** Lyon

The Romanche Valley spreads to the South of Grenoble, where it meets the river Drac. In 1911, a landslide formed a natural dam just before Livet-et-Gavet, creating the St Laurent lake, ending up in Bourg d'Oisans. The burst of the dam after a violent thunderstorm on September 14th 1219 resulted in a disastrous flood, killing thousands of people. It destroyed part of:

- A** Grenoble
- B** Lyon

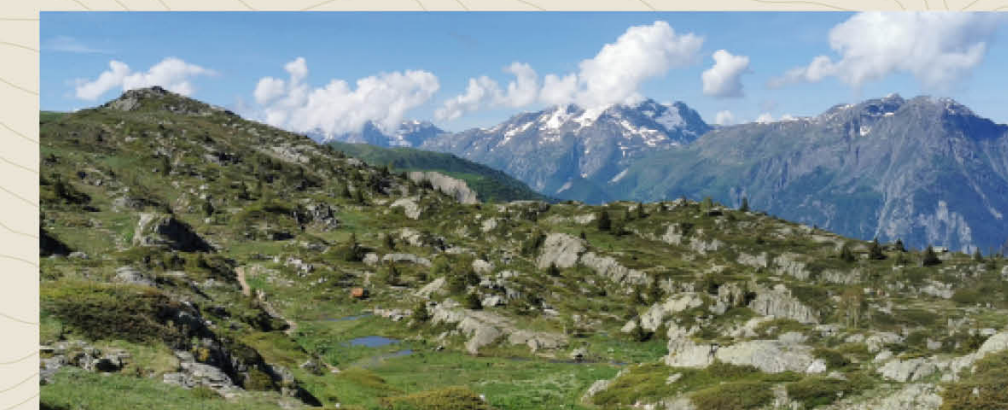
10 L'EAU / WATER

La petite dépression au sol en forme de rigole est une rive : un petit canal qui apportait l'eau aux chalets d'alpage. Utilisée pendant l'estive pour les besoins des familles et pour faire boire le bétail, l'eau était canalisée depuis :

- A** le lac Blanc
- B** le lac Lamat

The swale like depression you can see on the ground is locally called a rise [pronounced « riz »]. This small canal was used to bring water to the families and the animals during mountain pasture season. The water came from:

- A** the Blanc lake
- B** the Lamat lake



Réponses aux questions / Solutions :

1-A / 2-B / 3-B / 4-A / 5-A / 6-B / 7-A / 8-A / 9-A / 10-B

BALISE 81
poteau bois
pole

BALISE 82
petit barrage
small dam

BALISE 83
panneau
sign

BALISE 84
bloc rocheux
boulder

BALISE 85
jonction de sentiers
trail junction

BALISE 86
rocher
rock

BALISE 87
jonction de sentiers
trail junction

BALISE 88
près du bosquet
near the grove

BALISE 89
petit vallon
small valley

BALISE 90
près du fossé
near the ditch