

## LE VALLON DE MALENTRAZ (ECRINS)

**Véhicules :** Prendre la rocade sud, puis la direction de Vizille et la montée de Laffrey. Aller jusqu'à La Mure. Dans cette localité prendre la direction de Gap par la RD 1085 puis la direction de Valbonnais et Entraigues par la D.26 et la D.526. De ce dernier village, prendre à droite la D.117 pour entrer dans la Vallée de la Bonne en direction de la Chapelle-en-Valjouffrey. Traverser la Chapelle-en-Valjouffrey et poursuivre jusqu'au hameau des Faures. Se garer dans le hameau.

**Distance : 77 Km, X,Y parking : 44°51'36", 06°02'56", Tracé Gpx :**

 exp\_20 - Le vallon de Malentraz.gpx

**Départ :** Marmottes, à la fin du hameau prendre la route forestière avant de s'engager, dans l'épingle à cheveux, sur un sentier direction Ouest-Sudouest. Le suivre jusqu'à une intersection. Prendre direction plein sud en remontant la Combe du ruisseau de Malentraz. Au point 1262 traverser le ruisseau de Malentraz. Attention pont glissant en conditions humides. Passer près d'une source puis au point 1493 et continuer jusqu'à la cabane de Malentraz, direction du Col de Menoux / Lac Lauvet. Dans le vallon, des chamois sont observables (notamment sur les pentes des Rochers de la Pignio).

**Retour :** redescendre par le même chemin jusqu'à la combe des Ballets, prendre plein ouest un sentier qui va à Côte Belle. A l'intersection prendre plein Nord le sentier qui va traverser plusieurs combes jusqu'au point 1520 (nombreuses pistes forestières dans le secteur) et descendre tous les lacets jusqu'à la côte 1262 où l'on rejoint le ruisseau de Malentraz et le chemin de l'aller. Continuer à descendre et prendre à la prochaine intersection à gauche un sentier qui conduit directement au point de départ après avoir traversé, au niveau de l'antenne, la route forestière.

**Marmottes : + 711 m, 8,1 Km environ**

**LES 2 ALPES 3336 ET (Plis : i - 2)**



Sens des aiguilles

FFEPGV Club de Saint-Ismier : [gvsaintismier.org](http://gvsaintismier.org)

Fiche-rando destinée **uniquement** aux randonneurs de la Gymnastique Volontaire de Saint-Ismier.

**Toute autre utilisation ainsi que toute duplication doit faire l'objet d'une autorisation de la GV de Saint-Ismier.**

## LAC LAUVET (ECRINS)

**Véhicules :** Prendre la rocade sud, puis la direction de Vizille et la montée de Laffrey. Aller jusqu'à La Mure. Dans cette localité prendre la direction de Gap par la RD 1085 puis la direction de Valbonnais et Entraigues par la D.26 et la D.526. De ce dernier village, prendre à droite la D.117 pour entrer dans la Vallée de la Bonne en direction de la Chapelle-en-Valjouffrey. Traverser la Chapelle-en-Valjouffrey et poursuivre jusqu'au hameau des Faures. Se garer dans le hameau.

**Distance : 77 Km, X,Y parking : 44°51'58", 06°02'45", Tracé Gpx :**

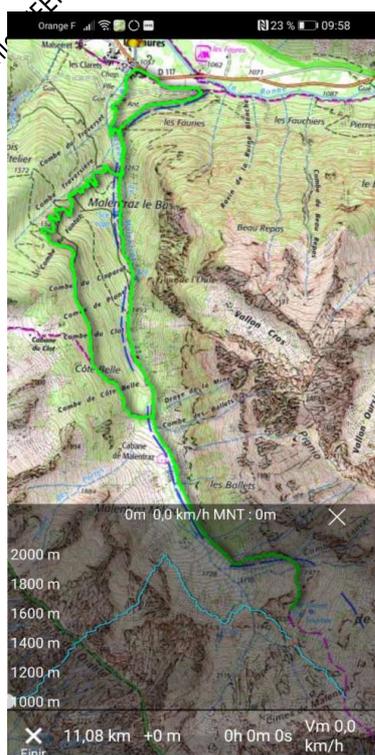
 exp\_20 - Le vallon de Malentrax.gpx

**Départ : Bouquetins, Chamois :** A la fin du hameau prendre la route forestière avant de s'engager, dans l'épingle à cheveux, sur un sentier direction ouest, sud-ouest. Le suivre jusqu'à une intersection. Prendre direction plein sud en remontant la combe du ruisseau de Malentrax. Au point 1262 traverser le ruisseau de Malentrax. Attention pont glissant en conditions humides. Passer près d'une source puis au point 1493 et continuer jusqu'à la cabane de Malentrax. Dans le vallon, des chamois sont observables (notamment sur les pentes des Rochers de la Pignio). Poursuivre le sentier en direction sud-est vers le Lac Lauvet. Une pente raide en lacets permet d'accéder au lac.

**Variante Chamois :** Possibilité éventuellement de continuer jusqu'au Col de Menoux (+ 420 m, +2.3 km AR). soit au total : + 1440 m, 13.3 km

**Retour** par le même itinéraire jusqu'à la combe des Ballets. A ce niveau prendre plein ouest un sentier qui va à Côte Belle. A l'intersection prendre plein Nord le sentier qui va traverser plusieurs combes jusqu'au point 1520 (nombreuses pistes forestières dans le secteur) et descendre tous les lacets jusqu'à la côte 1262 où l'on rejoint le ruisseau de Malentrax et le chemin de l'aller. Continuer à descendre et prendre à la prochaine intersection à gauche un sentier qui conduit directement au point de départ après avoir traversé, au niveau de l'antenne, la route forestière.

**Chamois, Bouquetins : + 1115 m, 11.0 Km environ LES 2 ALPES 3336 ET (Plis : i - 2)**



Sens des aiguilles

FFEPGV Club de Saint-Ismier : [gvsaintismier.org](http://gvsaintismier.org)

Fiche-rando destinée **uniquement** aux randonneurs de la Gymnastique Volontaire de Saint-Ismier.

Toute autre utilisation ainsi que toute duplication doit faire l'objet d'une autorisation de la GV de Saint-Ismier.