

# Le lac de la Muzelle

Parc national des Ecrins - Les Deux Alpes



Le lac et le refuge de la Muzelle (Christophe Albert - PNE)



*Cette randonnée chemine dans une forêt de résineux et de hêtres jusqu'au refuge et au lac de la Muzelle.*

Monter au lac de la Muzelle c'est côtoyer le passé. S'élever le long des cascades sur les traces des bergers. Découvrir, ultime récompense, le lac où se mire l'imposant glacier suspendu. Réconfort du refuge, calme pastoral, instants magiques.

*André Brun, ancien garde moniteur du secteur de la Muzelle.*

## Infos pratiques

---

Pratique : A pied

---

Durée : 6 h 30

---

Longueur : 11.8 km

---

Dénivelé positif : 1261 m

---

Difficulté : Difficile

---

Type : Aller-retour

---

Thèmes : Géologie, Lac et glacier

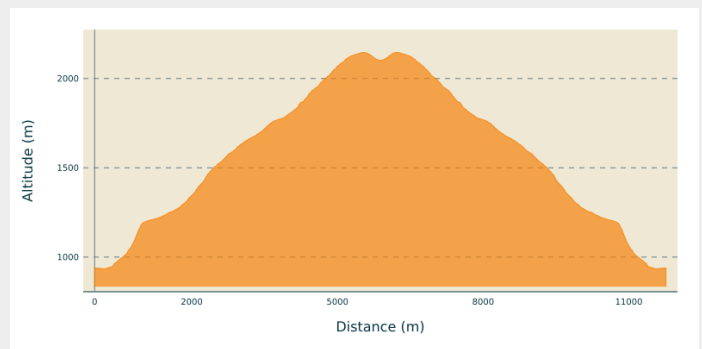
# Itinéraire

**Départ** : L'Alleau, Vénosc

**Balisage** :  GR

**Communes** : 1. Les Deux Alpes

## Profil altimétrique









Altitude min 935 m Altitude max 2147 m

1. Depuis le parking qui borde la rive gauche du Vénéon juste après le pont, prendre la rue étroite qui mène au bout du hameau de l'Alleau.
2. Passer le petit pont et prendre le sentier pavé qui monte en pente raide dans la forêt. Après quelques lacets, une longue traversée reposante permet d'atteindre "le Cerisier", un groupe de maisons en ruine. Continuer sur le sentier qui longe sur sa rive gauche le torrent de la Muzelle, ses lacets aboutissent à quelques cascades bienvenues par grosse chaleur.
3. Arrivé au pied d'une grande pente de schistes, le sentier traverse le torrent et zigzague en de multiples lacets pour atteindre une belle pelouse, puis une cuvette comblée par une tourbière. Déboucher finalement sur une petite bosse pour voir le lac de la Muzelle et son refuge.
4. Redescendre par ce même sentier.

# Sur votre chemin...



-  Un peu d'histoire du vallon de la Muzelle (A)
-  Tourbière de la Muzelle (C)
-  Faune et flore de la tourbière (E)

-  Un vallon de pastoralisme (B)
-  Faille de Ser Barbier (D)
-  Le refuge de la Muzelle (F)



# Toutes les infos pratiques



## En coeur de parc

Le Parc national est un territoire naturel, ouvert à tous, mais soumis à une **réglementation** qu'il est nécessaire de connaître pour préparer son séjour.



## **i** Les chiens de protection des troupeaux

En alpage, les chiens de protection sont là pour protéger les troupeaux des prédateurs (loups, etc.).

Lorsque je randonne, j'adapte mon comportement en contournant le troupeau et en marquant une pause pour que le chien m'identifie.

En savoir plus sur les gestes à adopter avec le dossier [Chiens de protection : un contexte et des gestes à adopter](#).

Racontez votre rencontre en répondant à cette [enquête](#).



## Comment venir ?

Transports

Arrêt de car : l'Alleau

## Accès routier

Depuis le Bourg-d'Oisans suivre la D1091, puis prendre la direction La Bélarde par la D530. Au Bourg d'Arud tourner à droite après le pont sur le Vénéon et rejoindre l'Alleau.

## Parking conseillé

Après le pont de l'Alleau, le long du Vénéon

# Zones de sensibilité environnementale

Le long de votre itinéraire, vous allez traverser des zones de sensibilité liées à la présence d'une espèce ou d'un milieu particulier. Dans ces zones, un comportement adapté permet de contribuer à leur préservation. Pour plus d'informations détaillées, des fiches spécifiques sont accessibles pour chaque zone.

## Faucon pèlerin

Période de sensibilité : Février, Mars, Avril, Mai, Juin

Contact : Parc National des Écrins  
Julien Charron  
julien.charron@ecrins-parcnational.fr

Nidification du Faucon pèlerin.

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec le Faucon pèlerin en période de nidification sont principalement le vol libre et les pratiques verticales ou en falaise, comme l'escalade ou l'alpinisme. Merci d'éviter cette zone !

En cas de survol merci de rester au-dessus de 1910m d'altitude à une distance de 300m sol.

## Circaète Jean-le-Blanc

Période de sensibilité : Mars, Avril, Mai, Juin, Juillet, Août, Septembre

Contact : Parc National des Écrins  
Julien Charron  
julien.charron@ecrins-parcnational.fr

Nidification du Circaète-Jean-le-Blanc

Les pratiques qui peuvent avoir une interaction avec le Circaète-Jean-le-Blanc en période de nidification sont principalement les pratiques aériennes comme le vol libre ou le vol motorisé.

Attention le survol motorisé dans la zone cœur Parc National des Écrins est interdit en-dessous de 1000m sol et une réglementation spécifique s'applique au survol non-motorisé.

Voir la réglementation pour les survols non-motorisés : <https://www.ecrins-parcnational.fr/les-survol-non-motorises>

Voir la réglementation pour les survol motorisés: <https://www.ecrins-parcnational.fr/les-survol-non-motorises>

## **Lieux de renseignement**

### **Maison du Parc de l'Oisans**

Rue Gambetta, 38520 Le Bourg d'Oisans

[oisans@ecrins-parcnational.fr](mailto:oisans@ecrins-parcnational.fr)

Tel : 04 76 80 00 51

<http://www.ecrins-parcnational.fr/>



## **Source**



Parc national des Ecrins

<https://www.ecrins-parcnational.fr>

# Sur votre chemin...

---



## Un peu d'histoire du vallon de la Muzelle (A)

A la fin du XIXe siècle la forêt était quasi inexistante, réduite pour favoriser l'activité pastorale (sur les hauteurs) et la culture des céréales, principalement de l'orge, au dessus des zones habitées. Vers 1945, les hameaux les plus hauts, comme celui de Laffreyte au dessus du Bourg-d'Arud, se sont vidées de leurs habitants. Aujourd'hui la forêt a repris le dessus, dissimulant le souvenir de quelques ruines au bas du sentier. Avant l'avènement de l'automobile et la création des routes, cet itinéraire du lac puis du col de la Muzelle était très emprunté par les habitants de Venosc pour passer dans la vallée voisine du Valbonnais.

Crédit photo : Collection PNE

---



## Un vallon de pastoralisme (B)

La configuration du site en fait un territoire très favorable au pastoralisme depuis plusieurs siècles. Cette zone d'alpages est louée au XIXe et XXe siècles à des transhumants du sud de la France. Les troupeaux locaux de Venosc et en particulier du hameau de Laffreyte s'y rendent également. A l'époque, les premiers animaux emmontagnés chaque année sont les vaches, puis par la suite les ovins. Depuis les années 1980, un troupeau de moutons d'environ 1200 têtes transhume en provenance des Hautes-Alpes dès le mois de juin et passe l'été sur cet alpage.

Crédit photo : PNE - Brun André

---



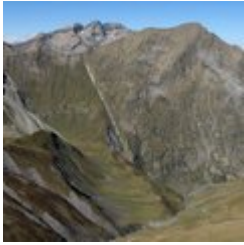
## Tourbière de la Muzelle (C)

La zone humide, traversée peu avant d'arriver au lac de la Muzelle, regorge d'une étonnante biodiversité. Reste d'un grand lac issu du retrait glaciaire, ce marécage s'est peu à peu comblé de végétaux formant ainsi une tourbière, la plus grande de la vallée du Vénéon. Depuis de nombreuses générations, les bergers ont utilisé la tourbe comme combustible. Aujourd'hui son extraction est prohibée. Le lieu est protégé par des clôtures dans le cadre d'une mesure agri-environnementale.

Crédit photo : PNE - Nicollet Jean-Pierre

---





## Faille de Ser Barbier (D)

La faille de Ser Barbier met en contact un socle cristallin (aiguille de Venosc) et un dépôt marneux (col du Vallon). Elle s'est formée au jurassique lors de l'ouverture de la mer Téthys, par cassure et effondrement du massif cristallin. Le frottement des deux parties a créé un beau miroir strié bien dégagé par l'érosion.

Crédit photo : PNE - Albert Christophe



## Faune et flore de la tourbière (E)

La tourbière est un milieu très particulier qui, par définition produit de la tourbe. Elle se présente sous l'aspect d'un tapis spongieux de sphaignes, végétaux gorgés d'eau proches des mousses qui s'accumulent au fil du temps. Leur étude scientifique permet de retracer l'évolution des climats en même temps que celle de la végétation. Les tourbières se repèrent de loin quand la linaigrette est en fleur. Ethymologiquement son nom désigne un "portelaine" : ses touffes duveteuses et son aspect cotonneux en font une plante aisément identifiable. Vous pourrez également rencontrer alentours un animal très actif par temps humide : la grenouille rousse. Résistant au froid, c'est un batracien fort bien adapté au milieu montagnard. Le ventre jaune et la grande tache sombre à l'arrière de l'œil englobant le tympan sont deux caractéristiques bien observables de l'espèce.

Crédit photo : PNE - Coulon Mireille



## Le refuge de la Muzelle (F)

Le fond du vallon vient buter contre les parois de la roche de la Muzelle, du pic du Clapier du Peyron et de la tête de la Muraillette. L'histoire moderne de ce lieu est marquée par l'alpinisme. C'est le 2 juillet 1875 que Coolidge guidé par Almer père et fils ouvrit la voie normale à la Roche de la Muzelle par la face est-nord-est et l'arête nord-est. A cette époque, même si une cabane pastorale servait d'abri aux alpinistes, le bivouac était encore de mise dans le vallon de la Muzelle. En 1967, c'est dans ce cirque rocailleux que la commune a édifié le refuge au bord du lac de la Muzelle.

Crédit photo : PNE - Albert Christophe