

# Le Lac des Bèches par le Refuge de la Lavey

## Écrins

## E3

J1 : 2 h 15

5.7 km

D+ 411 m, D- 193 m

J2 : 4 h 50

10.7 km

D+ 818 m, D- 1031 m



Le Refuge de la Lavey, qui occupe un ancien hameau d'alpage - Thierry Maillot - Parc national des Écrins ©

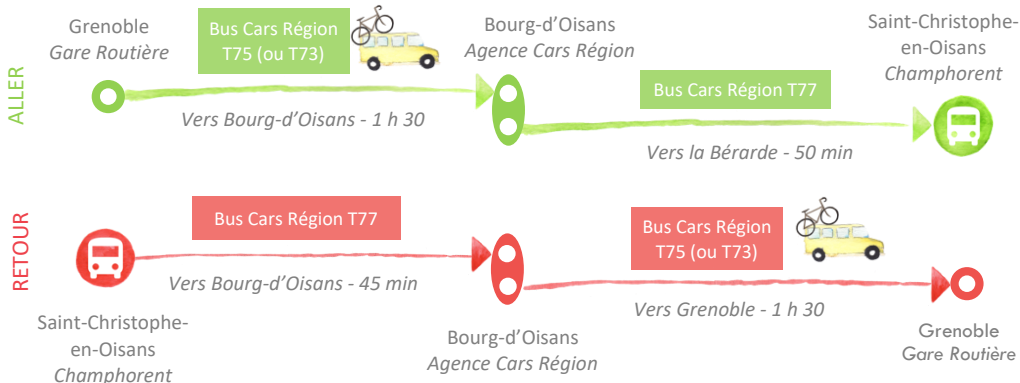
## ACCESSIBILITÉ – Transport en commun



Aller ou Retour : tous les jours en été (1 horaire possible)

⚠ ligne saisonnière T77 en service l'été uniquement

- 12.6 Kg de CO<sub>2</sub>

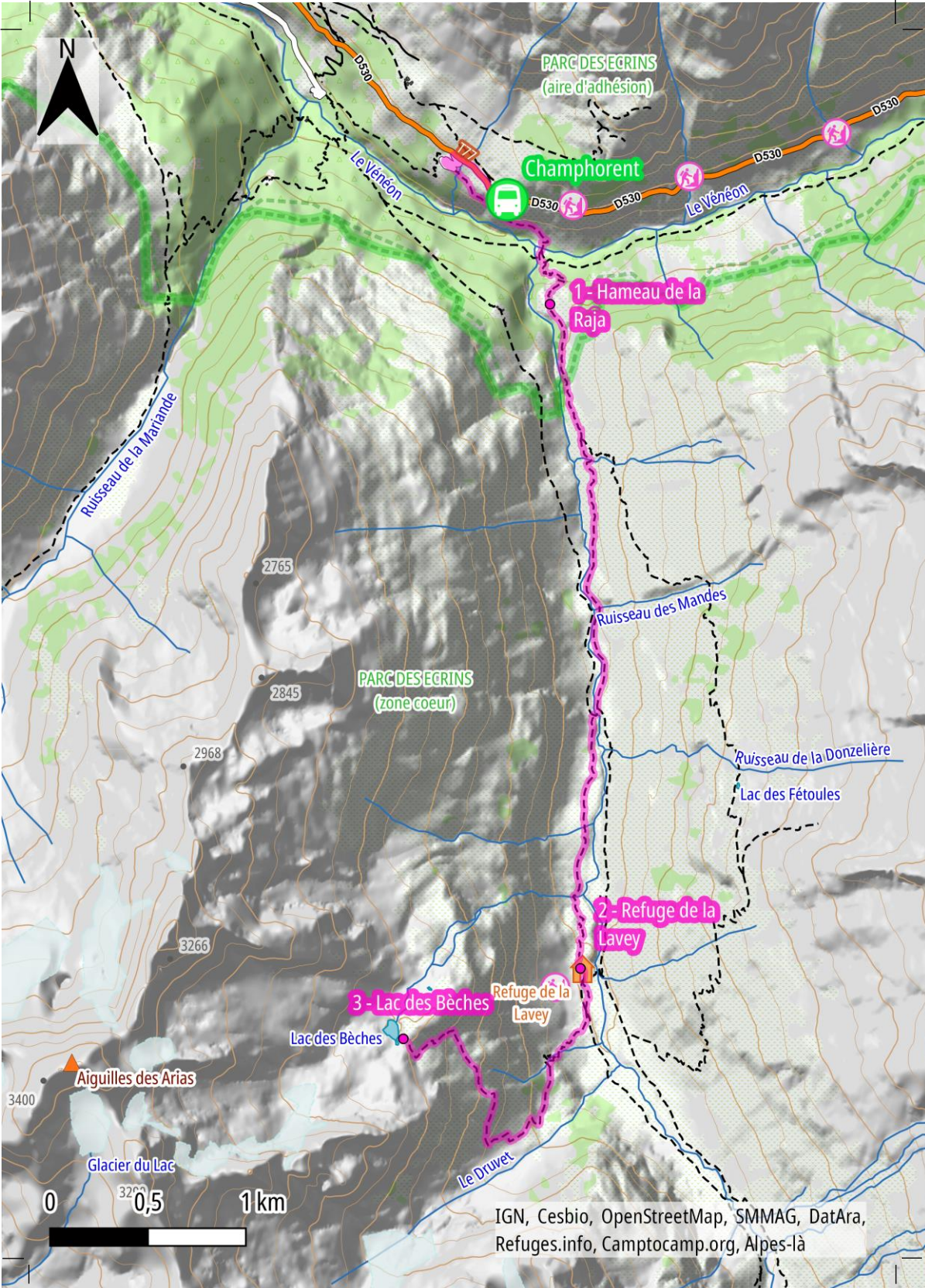


Aller : stop envisageable sur l'axe Grenoble - Vizille - Bourg-d'Oisans au niveau de rond-point par exemple (pas d'arrêt aménagé)

Retour : depuis le hameau ou le parking de Champhorent



Champhorent depuis Bourg-d'Oisans (possible l'hiver par route sèche) :  
25 km D+ 890 m D- 20 m (voie verte entre Bourg-d'Oisans et Venosc)



PARC DES ECRINS  
(aire d'adhésion)

Champhorent

1 - Hameau de la Raja

PARC DES ECRINS  
(zone coeur)

2 - Refuge de la Lavey

3 - Lac des Bêches

Refuge de la Lavey

Lac des Bêches

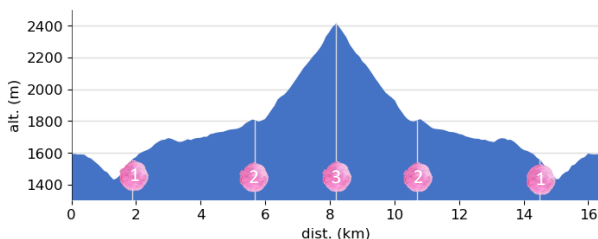
Aiguilles des Arias

Glacier du Lac

IGN, Cesbio, OpenStreetMap, SMMAG, DatAra,  
Refuges.info, Camptocamp.org, Alpes-là

## ITINÉRAIRE – Aller-retour

À la découverte d'un magnifique vallon d'alpage et de ses lacs, sous le regard des emblématiques sommets de l'Olan et des Rouies et de leurs glaciers.



**Champhorent (hameau) (1586 m)** – 45 min (1.9 km, D+ 106 m, D- 164 m)

Depuis l'arrêt, prendre la route pour rejoindre le parking de Champhorent (dir. NW). Descendre alors dans les gorges d'abord par la petite route (à gauche) menant à un 2ème parking, puis au niveau de la 3ème épingle, prendre le sentier indiqué Vallon de la Lavey (dir. SE). Après une traversée descendante, atteindre le magnifique pont de pierre sur le torrent du Vénéon et le traverser. Poursuivre en face par le sentier qui monte au Sud (rive droite du ruisseau de la Muande) pour atteindre l'ancien hameau de la Raja.



**Hameau de la Raja (1552 m)** – 1 h 30 (3.8 km, D+ 283 m, D- 29 m)

Continuer sur le sentier qui progresse ensuite en pente douce dans le vallon, le long de la Muande, vers le Refuge de la Lavey. Au bout de 2 km, traverser le ruisseau au niveau d'un nouveau pont de pierre. Continuer en rive gauche (dist 1,5km). Après un passage par des dalles en pente douce (au niveau de la cabane de berger), découvrir le Refuge de la Lavey caché par cet ancien verrou glaciaire.



**Refuge de La Lavey (1798 m)** – 1 h 55 (2.5 km, D+ 614 m)

Continuer le sentier vers le fond du vallon sur 200 m puis monter vers le Lac des Bêches. Le sentier se dirige vers le ruisseau du Druvet (SW) avant de revenir au-dessus des barres rocheuses surplombant le refuge. Atteindre le Lac des Bêches après une série de dalles moutonnées polies par un ancien glacier.



**Lac des Bêches (2408 m)** – 2 h 55 (8.2 km, D+ 204 m, D- 1 025 m)

Retourner au refuge de la Lavey puis redescendre le vallon jusqu'au point de départ par l'itinéraire aller.



**Champhorent (hameau) (1586 m)**



Le Lac des Bêches et l'arête des Papillons  
- Camptocamp.org (CC-BY-SA)

J1 : 2 h 15    J2 : 4 h 50

5.7 km    10.7 km  
D+ 411 m    D+ 818 m  
D- 193 m    D- 1031 m

Carte IGN Top 25 : 3336ET



Pas de difficulté particulière.

Espaces naturels :

Zone cœur du Parc  
national des Écrins  
Zone Natura 2000



**Refuge de la Lavey**  
à réserver



Bivouac autorisé entre 19h et  
9h à plus d'une heure de  
marche des accès et limites  
du parc.



Chien interdit, même tenu en  
laisse



Pas de feu  
Pas de cueillette  
Pas de prélèvement



Au refuge de la Lavey

Variantes

- Tour par le **Lac des Fétoules**
- Monter au **Lac des Rouies** depuis le refuge de la Lavey

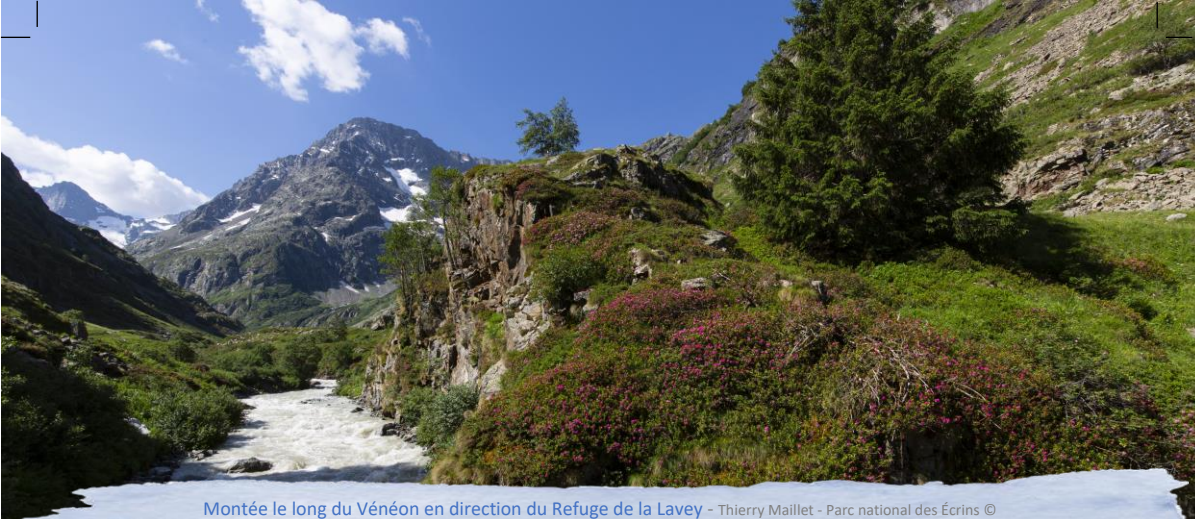
Randonnée hivernale



Itinéraire à adapter en cas de  
neige, réservé aux personnes  
expérimenté-es. Risques de  
glissade et d'avalanches  
suivant conditions.

Pas d'accès bus : voir accès  
vélo depuis Bourg-d'Oisans au  
printemps sur route déneigée.





Montée le long du Vénéon en direction du Refuge de la Lavey - Thierry Maillet - Parc national des Écrins ©



## LA GRENOUILLE ROUSSE

La petite mare située devant le refuge de la Lavey accueille une population de grenouilles rouges venant se reproduire à chaque printemps. Certaines hibernent l'hiver dans la vase de la mare. Comme les autres grenouilles brunes, elle possède un masque brun qui va de l'arrière du tympan jusqu'à l'avant de l'œil. En Europe, la grenouille rousse est considérée comme l'espèce d'amphibien atteignant les plus hautes altitudes. La ponte de cette grenouille se présente sous forme d'une boule compacte pouvant contenir plusieurs centaines d'œufs flottant ou posés au fond de la mare. Ce nombre d'œufs très important est nécessaire pour assurer la survie de l'espèce car très peu d'entre eux atteindront l'état adulte.



Grenouille Rousse dans le Vénéon – Ludovic Imberdis - Parc national des Écrins ©



Le **Grand Olan** est une liqueur produite localement à base de 22 plantes et dont le nom vient d'un sommet des Écrins. A découvrir par exemple à La Cordée.



**La Cordée** à St-Christophe-en-Oisans (La Ville) : hébergement et restauration



Alpinisme :  
- **Aiguille d'Entre-Pierroux** par l'Arête des Papillons depuis le Lac des Bêches (PD)  
- **A la Tête des Fétoules** (PD- pour l'arête SE)  
- **Aiguille de l'Olan** (PD)  
**Site de blocs** autour du refuge



**Refuges de la Lavey** : boissons, restauration  
**La Cordée** à St-Christophe-en-Oisans (La Ville) : café, librairie, restauration, activités culturelles...