

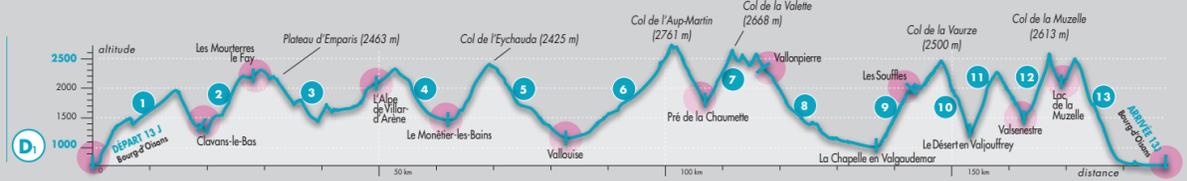
LE GR®54

TOUR DE L'OISANS ET DES ÉCRINS

CARACTÉRISTIQUES DES ITINÉRAIRES

Depuis Bourg d'Oisans (13 jours)
Distance 195 km • Dénivelé 12096 m+

Balisateur



ÉTAPES

Circuit en 13 étapes DÉPART DU BOURG-D'OISANS (D1)

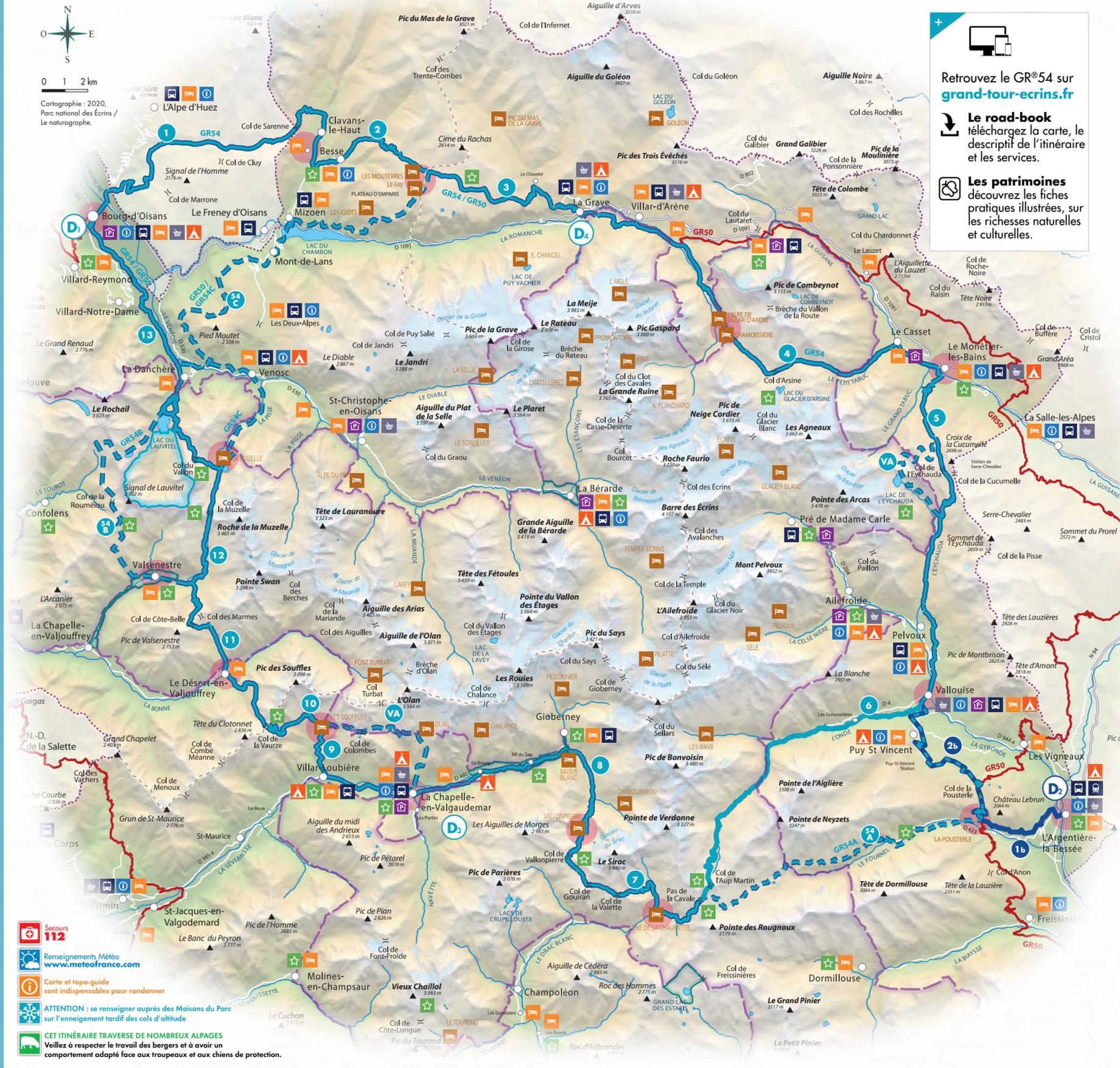
- 1 **BOURG-D'OISANS > CLAVANS-LE-BAS** 6h30 • 21 km • 1450 m+
Cette première étape au-dessus du Bourg d'Oisans invite à prendre de la hauteur à travers un chapelle de hameaux accrochés à flanc de montagne. Bienvenue sur le GR®54 !
- 2 **CLAVANS-LE-BAS > LES MOUTERRES** 4h30 • 10 km • 1050 m+
Le GR continue avec une intrusion dans la haute vallée encaissée du Ferrand, comme taillée au sabre dans le schiste, avant de rejoindre la douce Besse, puis les alpages des Mouterres ouvrant les portes du plateau d'Emparis.
- 3 **LES MOUTERRES > L'ALPE DE VILLAR-D'ARÈNE** 8h30 • 23 km • 1050 m+
Sur les pâturages d'Emparis, piédestal piqué de lacs, se dévoilent la Meije, le Râteau et le glacier de la Girose, puis on rejoint deux hameaux de caractère. L'après-midi laisse place aux alpages de Villar d'Arène, paradis des marmottes et des chamois, au pied de la Grande Ruine et du sommet des Agneaux. Étape également possible à la Grave et au Pied du Col.
- 4 **L'ALPE DE VILLAR-D'ARÈNE > LE MONIÈRE-LES-BAINS** 4h30 • 13 km • 275 m+
Du col d'Arène on peut facilement gagner le lac glacière, caché à quelques enjambées. Dans la vallée de la Guisane, le torrent livre ses couleurs féériques. À l'arrivée, le hameau du Casset apporte sa dose de patrimoine bâti.
- 5 **LE MONIÈRE-LES-BAINS > VALLOUISE-PELVOUX** 7h • 20 km • 975 m+
Une intrusion dans la vallée de la Guisane et déjà les sommets rayonnent de toutes parts. La montée, douce et ombragée, débouche sur l'alpage du Monièr, puis du col de l'Eychauda on apprécie la vue sur le valon de Chambran. Vallouise, en bas, regorge de trésors.
- 6 **VALLOUISE > LE PRÉ DE LA CHAUMETTE** 9h • 24 km • 1600 m+
L'un des grands moments de cette aventure autour des Écrins ! On quitte la douce Vallouise pour déboucher sur les alpages. Puis au fur et à mesure de la montée, le paysage se fait plus austère. Le col de l'Aup Martin se dresse, noir de schiste. Enfin, la descente raide sur le Pré de la Chaumette est à aborder avec prudence.
- 7 **LE PRÉ DE LA CHAUMETTE > LE LAC DE VALLONPIERRE** 6h • 11 km • 1150 m+
Les trois cols de la Vallette, de Gouiran et de Vallonpièrre, permettent de passer du Champour au Valgaudemar tout en profitant d'une halte méritée au lac de Vallonpièrre.
- 8 **LE LAC DE VALLONPIERRE > LA CHAPPELLE-EN-VALGAUDEMAR** 3h30 • 14 km • 75 m+
Un dernier regard sur le géant de pierre, le Sirac et son reflet dans le lac de Vallonpièrre... avant une longue descente jusqu'à la Chapelle-en-Valgaudemar. En perdant de l'altitude le paysage change : place aux couleurs, aux fleurs, aux cours d'eau et aux troupeaux de brebis. Le bonheur !
- 9 **LA CHAPPELLE-EN-VALGAUDEMAR > LES SOUFFLES** 4h30 • 10 km • 975 m+
Le départ se fait en douceur au fil de la rivière, pour découvrir les derniers hameaux de la haute vallée de la Séveraise. La montée mène aux alpages, sous le pic des Souffles. Une halte s'impose alors au pied d'un impressionnant cirque glaciaire, contrefort de l'Olan, à 2 000 m d'altitude.
- 10 **LES SOUFFLES > LE DÉSERT-EN-VALJOUFFREY** 5h30 • 11 km • 650 m+
En route pour une vertigineuse traversée sous le Pic des Souffles. À force d'échelons et de mains courantes, on atteint le col de la Vaurze, porte d'entrée sur la sauvage haute vallée du Valjouffrey. Au programme figure une plongée à pic et un but ultime tout au fond de la vallée : le paisible hameau du Désert-en-Valjouffrey.
- 11 **LE DÉSERT-EN-VALJOUFFREY > VALSENESTRE** 5h • 11 km • 1025 m+
Place aux prairies alpines, royaume des asphodèles et des marmottes. Côte Belle, le col du jour, porte bien son nom : il apparaît verdoyant dès la sortie du hameau du Désert. Aux confins des alpages d'adret, il est orné d'orgues géologiques inmanquables.
- 12 **VALSENESTRE > LE LAC DE LA MUZELLE** 5h30 • 9 km • 1300 m+
Le mythique col de la Muzelle est là qui tend les bras. Aujourd'hui, ça grimpe ! Pas moins de 50 lacs, taillés dans le schiste, permettant de toucher le but ultime de cette grande aventure. Un pur moment de montagne qui débouche sur un havre de paix un peu plus bas : les rives du lac de la Muzelle.
- 13 **LE LAC DE LA MUZELLE > BOURG-D'OISANS** 7h • 20 km • 475 m+
Le col du Vallon est le passage entre les deux lacs d'altitude qui font la renommée de ces deux vallées surplombant le Vénéon. Réserve intégrale et sentier pavé caractérisent le valon du Lauvitel, tandis que pastoralisme, refuge et tourbière agrémentent la vallée de la Muzelle. Le GR®54 atterrit en douceur au Bourg d'Oisans, quitté près de deux semaines plus tôt !

Circuit en 15 étapes DÉPART DE L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE (D2)

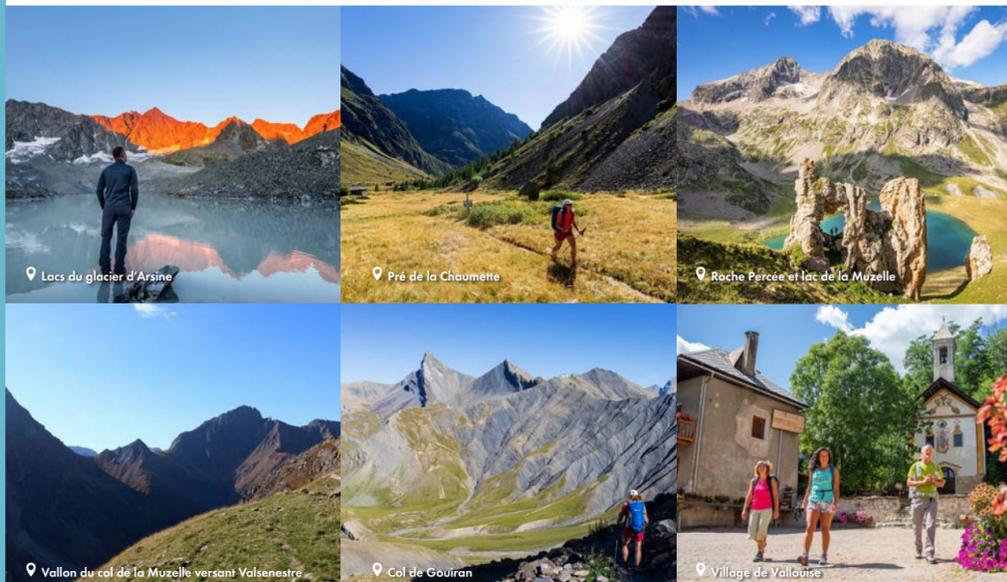
- 1b **L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE > VALLOUISE** 6h • 15,6 km • 812 m+
Le col de la Pouterle, passage entre Fournel et Vallouise permet une mise en jambe tout en douceur pour entamer ce tour, et rejoindre ce beau village de Vallouise.
- 2b **VALLOUISE > L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE** 4h • 16 km • 650 m+
Remontée sur le col de la Pouterle et descente sur l'Argentière...

VARIANTES

- 5A De Vallouise au Pas de la Cavale, par le Col de la Pouterle.
- 5B De la descente de Côte-Belle jusqu'au lac du Lauvitel, par Valsenestre et le col de la Rouméiou.
- 5C Du refuge de la Muzelle au plateau d'Emparis, par Venosc et Mizoën (variante alpine avec mains courantes et échelles).
- VA Variante alpine par le col des Grangettes
- VA Variante alpine par le Pas de l'Olan



- Secours 112
- Renseignements Météo www.meteofrance.com
- Carte et topo-guide sont indispensables pour randonner
- ATTENTION : se renseigner auprès des Maisons du Parc sur l'enneigement tardif des cols d'altitude
- CET ITINÉRAIRE TRAVERSE DE NOMBREUX ALPAGES
Veillez à respecter le travail des bergers et à avoir un comportement adapté face aux troupeaux et aux chiens de protection.



LÉGENDE

- Limite du cœur du Parc
- Limite de l'aire optimale d'adhésion
- Zone réserve naturelle
- Zone réserve intégrale
- ☆ Sites
- 🏠 Maisons de Parc
- 🏠 Refuge
- 🏠 Gîte d'étape
- 🏠 Chambre d'hôtes
- 🏠 Camping
- 🏠 Office de Tourisme
- 🏠 Ravitaillement
- 🏠 Arrêt de bus
- 🏠 Gare SNCF



Parc national des Écrins

Le massif des Écrins est l'un des 11 parcs nationaux français. À ce titre, il bénéficie notamment de suivis scientifiques, d'un réseau de sentiers de découverte, de Maisons du Parc et d'une protection réglementaire pour sa zone Cœur.



Les limites du cœur du parc national sont matérialisées par les drapeaux peints bleu-blanc-rouge.

Ouvert à tous, sa préservation dépend de la responsabilité de chacun !
ecrins-parcnational.fr

Retrouvez le GR®54 sur grand-tour-ecrins.fr

Le road-book téléchargez la carte, le descriptif de l'itinéraire et les services.

Les patrimoines découvrez les fiches pratiques illustrées, sur les richesses naturelles et culturelles.

Hébergement marqué	
HÔTEL LE TERMINUS	Av. de la Gare - 38520 Le Bourg-d'Oisans Altitude : 220 m - 12 places
AUBERGE DU SAVEL	Le Village - 38142 Clavières-Haut-Oisans Altitude : 1350 m - 15 places
GÏTE LE SARET	Rue du Saret - 38142 Bessée-Oisans Altitude : 1500 m - 47 places
CHAMBRES D'HÔTES ESCALE EN OISANS*	Impasse de Grand Fort - 38142 Bessée-Oisans Altitude : 1550 m - 4 places
Étape 2 : De Clavières--le-Bas aux Moutières	
REFUGE DU FAY	Le Prieau d'Empoires - 38142 Mizoën Altitude : 2258 m - 24 places
REFUGE LES MOUTIERES	Région des Moutières - 38142 Mizoën Altitude : 2250 m - 27 places
Étape 3 : Des Moutières et l'Alpe de Villar-d'Arène	
DE VILLAR D'ARENÉ	Altitude : 2079 m - 94 places
CHALET REFUGE DE CHAMMOISSIÈRE	Villar d'Arène - 05320 La Grave Altitude : 2106 m - 20 places
Sur le chemin ou à proximité	
GÏTE AUBERGE CHEZ BAPTISTE	Altitude : 1800 m - 36 places
REFUGE DU PIC	Vallois de la Bâtie - 05480 Villar d'Arène Altitude : 1944 m - 22 places
DU MAS DE LA GRAVE	Altitude : 1800 m - 36 places
GÏTE AUBERGE ENSOULETÉE	Altitude : 1800 m - 29 places
GÏTE LAUBERGE	Altitude : 1800 m - 29 places
GÏTE	Altitude : 1800 m - 29 places
AU VIEUX GUIDE	Altitude : 1800 m - 29 places
GÏTE LE ROCHER	Altitude : 1800 m - 29 places
GÏTE LES MÉTÈZES	Altitude : 1800 m - 29 places
GÏTE AUBERGE LA BRÈCHE	Altitude : 1800 m - 29 places
GÏTE AUBERGE LA BÈCHE	Altitude : 1800 m - 29 places
GÏTE AUBERGE LE PAS DE L'ANÈ	Altitude : 1800 m - 29 places
HÔTEL-AUBERGE EDELWEISS	Altitude : 1800 m - 29 places
Étape 4 : De l'Alpe de Villar-d'Arène ou Monbéliers-Bains	
GÏTE LE FLOUROU*	Altitude : 1800 m - 29 places
HÔTEL ALLEY & SPA	Altitude : 1500 m - 40 places
HÔTEL-AUBERGE DU CHOUÇAS*	Altitude : 1500 m - 48 places
HÔTEL-AUBERGE DU CHOUÇAS*	Altitude : 1500 m - 48 places
GÏTE-HÔTEL LE REBANÇON*	Altitude : 1515 m - 20 places

HÔTEL LE MONT OLAN	Altitude : 1050 m - 32 places
GÏTE LES GLACIERS	Altitude : 1100 m - 42 places
Étape 8 : Du lac de Vallompierre à la Chapelle-en-Valgaudemar	
REFUGE DE CHABOURNÉOU*	Altitude : 2020 m - 40 places
A proximité	
REFUGE DE VALMONTIERES*	Altitude : 2271 m - 39 places
Étape 7 : Du Pré de la Choumeite ou lac de Vallompierre	
REFUGE DU PRÉ DE LA CHOUMEITE	Altitude : 1810 m - 60 places
CHALET-HÔTEL ALERHOIDE	Altitude : 1560 m - 54 places
HÔTEL ENGIBERGE	Altitude : 1560 m - 48 places
A proximité	
SAINT-ANTOINE	Altitude : 1250 m - 41 places
Sur le chemin	
GÏTE LAUGÏÈRE	Altitude : 1200 m - 21 places
HÔTEL REDEWEISS	Altitude : 1160 m - 42 places
GÏTE AU FIL DE LONDE*	Altitude : 1150 m - 12 places
HÔTEL LES VALLOIS	Altitude : 1150 m - 12 places
CHAMBRE D'HÔTES LE CLOT SAINT-JOSEPH	Altitude : 1250 m - 16 places
CHALET ALPIN TRYCHAUDA	Altitude : 1200 m - 76 places
GÏTE-AUBERGE DE LA BLANCHÈ*	Altitude : 1250 m - 35 places
Étape 5 : De Monbéliers-Bains à Vallouise-Feytaux	
GÏTE DES GUBERTES	Altitude : 1500 - 54 places
DE VALP	Altitude : 1710 m - 14 places
AUBERGE LE PONT DU LAUZET*	Altitude : 1688 m - 35 places
GÏTE DE L'ANGUILLETTE	Altitude : 1600 m - 29 places
GÏTE CHALET LE FONTENIL	Altitude : 1600 m - 29 places
A proximité	
REFUGE DES SOURFES	Altitude : 1975 m - 30 places
GÏTE DE LA CHARRIÈRE	Altitude : 1050 m - 10 places
Sur le chemin	
REFUGE DE LOIAN	Altitude : 2345 m - 54 places
CHALET-HÔTEL DU GOBERNEY	Altitude : 1645 - 72 places
A proximité	
GÏTE LE CASSET	Altitude : 1100 m - 33 places
GÏTE JAMVOI*	Altitude : 1397 m - 36 places
XAVIER BLANC	Altitude : 1397 m - 36 places
Sur le chemin	
GÏTE LES ARIAS*	Altitude : 1250 m - 26 places
AUBERGE DE L'ÉTERLOU	Altitude : 1300 m - 6 places
Étape 11 : Du Désert-en-Vallotry à Volans	
GÏTE LE BRÉANGÈRE	Altitude : 1300 m - 35 places
Étape 12 : De Volans ou lac de la Muzelle	
REFUGE DE LA MUZELLE	Altitude : 2130 m - 68 places
Étape 13 : Du lac de la Muzelle à Bourg-d'Oisans	
DE LA MEÏJE	Altitude : 220 m - 50 places
LES PETITES SOURCES	Altitude : 220 m - 50 places
HÔTEL DE MILAN	Altitude : 220 m - 27 places
HÔTEL OERLAND	Altitude : 220 m - 56 places
HÔTEL DES ALPES	Altitude : 220 m - 56 places
CHAMBRE D'HÔTES CHALET LA CACHETTE*	Altitude : 220 m - 2 places

HÔTEL LA BOUSSOLE	Altitude : 965 m - 23 places
A proximité	
GÏTE LA BOUSSOLE	Altitude : 965 m - 23 places
Variante GRS5B	
CHALET LAUGÏÈRE	Altitude : 1400 m - 23 places
GÏTE ALPÉUNE*	Altitude : 1450 m - 21 places
HÔTEL LA FENDINE	Altitude : 1400 m - 62 places
LA MAISON ABÏL	Altitude : 1000 m - 11 places
CHAMBRES D'HÔTES HÔTEL LA GARE	Altitude : 1035 m - 20 places
HÔTEL GLAZETTE	Altitude : 1035 m - 19 places
HÔTEL DE LA MAIRIE	Altitude : 1035 m - 25 places
GÏTE LE MOULIN PAVILLON	Altitude : 1409 m - 20 places
Variante GRS5A (et Départ de l'Argentière-la Bessée)	
HÔTEL LA FORÊT DE MARONNE	Altitude : 1409 m - 20 places
A proximité	
GÏTE LAUVITTEL LODGE	Altitude : 976 m - 28 places
Sur le chemin	
HÔTEL LE TERMINUS	Altitude : 220 m - 12 places

HÔTEL LE MONT OLAN	Altitude : 1050 m - 32 places
GÏTE LES GLACIERS	Altitude : 1100 m - 42 places
Étape 8 : Du lac de Vallompierre à la Chapelle-en-Valgaudemar	
REFUGE DE CHABOURNÉOU*	Altitude : 2020 m - 40 places
A proximité	
REFUGE DE VALMONTIERES*	Altitude : 2271 m - 39 places
Étape 7 : Du Pré de la Choumeite ou lac de Vallompierre	
REFUGE DU PRÉ DE LA CHOUMEITE	Altitude : 1810 m - 60 places
CHALET-HÔTEL ALERHOIDE	Altitude : 1560 m - 54 places
HÔTEL ENGIBERGE	Altitude : 1560 m - 48 places
A proximité	
SAINT-ANTOINE	Altitude : 1250 m - 41 places
Sur le chemin	
GÏTE LAUGÏÈRE	Altitude : 1200 m - 21 places
HÔTEL REDEWEISS	Altitude : 1160 m - 42 places
GÏTE AU FIL DE LONDE*	Altitude : 1150 m - 12 places
HÔTEL LES VALLOIS	Altitude : 1150 m - 12 places
CHAMBRE D'HÔTES LE CLOT SAINT-JOSEPH	Altitude : 1250 m - 16 places
CHALET ALPIN TRYCHAUDA	Altitude : 1200 m - 76 places
GÏTE-AUBERGE DE LA BLANCHÈ*	Altitude : 1250 m - 35 places
Étape 5 : De Monbéliers-Bains à Vallouise-Feytaux	
GÏTE DES GUBERTES	Altitude : 1500 - 54 places
DE VALP	Altitude : 1710 m - 14 places
AUBERGE LE PONT DU LAUZET*	Altitude : 1688 m - 35 places
GÏTE DE L'ANGUILLETTE	Altitude : 1600 m - 29 places
GÏTE CHALET LE FONTENIL	Altitude : 1600 m - 29 places
A proximité	
REFUGE DES SOURFES	Altitude : 1975 m - 30 places
GÏTE DE LA CHARRIÈRE	Altitude : 1050 m - 10 places
Sur le chemin	
REFUGE DE LOIAN	Altitude : 2345 m - 54 places
CHALET-HÔTEL DU GOBERNEY	Altitude : 1645 - 72 places
A proximité	
GÏTE LE CASSET	Altitude : 1100 m - 33 places
GÏTE JAMVOI*	Altitude : 1397 m - 36 places
XAVIER BLANC	Altitude : 1397 m - 36 places
Sur le chemin	
GÏTE LES ARIAS*	Altitude : 1250 m - 26 places
AUBERGE DE L'ÉTERLOU	Altitude : 1300 m - 6 places
Étape 11 : Du Désert-en-Vallotry à Volans	
GÏTE LE BRÉANGÈRE	Altitude : 1300 m - 35 places
Étape 12 : De Volans ou lac de la Muzelle	
REFUGE DE LA MUZELLE	Altitude : 2130 m - 68 places
Étape 13 : Du lac de la Muzelle à Bourg-d'Oisans	
DE LA MEÏJE	Altitude : 220 m - 50 places
LES PETITES SOURCES	Altitude : 220 m - 50 places
HÔTEL DE MILAN	Altitude : 220 m - 27 places
HÔTEL OERLAND	Altitude : 220 m - 56 places
HÔTEL DES ALPES	Altitude : 220 m - 56 places
CHAMBRE D'HÔTES CHALET LA CACHETTE*	Altitude : 220 m - 2 places

Gîtes, hôtels, campings, refuges et chambres d'hôtes vous accueillent tout au long du GR®54. En vallée ou en altitude, ressourcez-vous dans les hébergements conviviaux et chaleureux qui jalonnent cet itinéraire mythique.

HÉBERGEMENTS Liste non exhaustive qui présente les hébergements du GR®54 proposés de la nuitée ou de la demi-pension. Retrouvez l'ensemble des hébergements sur www.grand-tour-ecrins.fr et auprès des Maisons de Parc et Offices de tourisme locaux.



Découvrez le **GR®54 - Tour de l'Oisans et des Écrins**. Dans les pas des pionniers, lui seul mène aux pieds des sommets mythiques des Alpes du Sud : La Meije, la Barre des Écrins, Le Sirac... 190 km, 14 cols et 12000 m de dénivelé positif, c'est un parcours sportif et sauvage. Créé en 1964, il se situe en majeure partie dans la zone cœur du Parc national des Écrins. Il est une invitation à la découverte de paysages uniques, d'une faune et d'une flore exceptionnelles et protégées.

Le randonneur évoluera entre vallées habitées et haute montagne, avec parfois des ambiances himalayennes sans égales. Il fera face à des espaces apprivoisés par l'homme, ainsi qu'à des territoires indemnes de toute trace humaine, qui ont gardé leur tempérament sauvage. Pour ne rien gêner, il profitera également du climat des Alpes du Sud et de leur végétation particulière, en se reposant à l'ombre des mélèzes, en profitant des recettes locales et des hébergements conviviaux pour se revigorer chaque soir.

À l'assaut du GR®54, venez naviguer à travers différentes vallées aux profils singuliers : l'Oisans vertical, vallée des pionniers ; le Briançonnais aux portes de la haute montagne ; la Vallouise et ses vallées cachées ; le Champsaur, jardin alpin du pays bocager ; le Valgaudemar, un « Himalaya » au sud des Alpes ; le Valbonnais, paisible et tout en forêt.

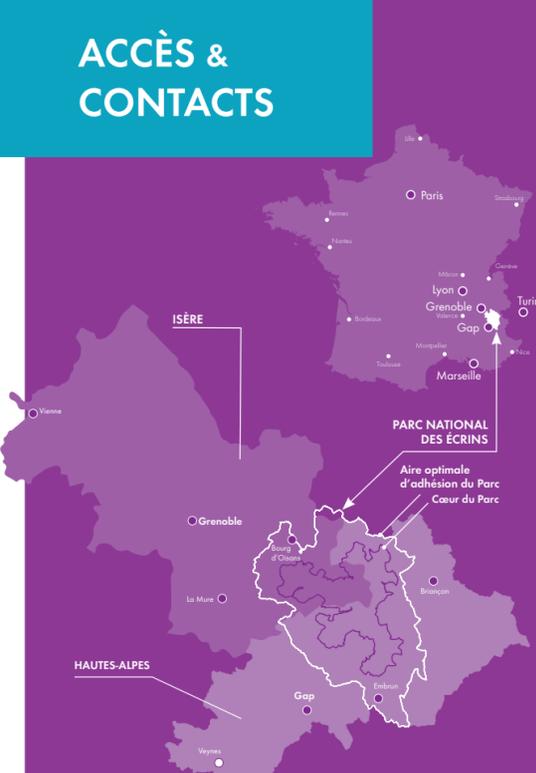
Quatre départs vous sont proposés :

- D1** > Depuis Bourg d'Oisans : 195 km • 12 096 m+ • 13 jours.
 - D2** > Depuis l'Argentière-la Bessée : Quel bonheur de sortir du train pour partir directement en montagne... 223 km • 13 500 m+ • 15 jours.
 - D3** > Depuis La Chapelle-en-Valgaudemar : 187 km • 11 766 m+ • 12 jours.
 - D4** > Depuis La Grave : 182 km • 12 153 m+ • 14 jours.
- Plus d'infos sur : grand-tour-ecrins.fr





ACCÈS & CONTACTS



grand-tour-ecrins.fr
grandtourecrins

FFRandonnée Hautes-Alpes hautes-alpes.ffrandonnee.fr
FFRandonnée Isère isere.ffrandonnee.fr
Parc national des Écrins ecrins-parcnational.fr
Hautes-Alpes hautes-alpes.net
Isère isere-tourisme.com

hautes-alpes.ffrandonnee.fr

isere.ffrandonnee.fr

ecrins-parcnational.fr

hautes-alpes.net

isere-tourisme.com

Parc national des Écrins. 2020. www.lanubiotrophe.fr. Crédits photos: PNE - Tibbaur Blais, Thierry Maillet, Cyril Courcier, Christophe Albert, Mirielle Coublon. Les «GR» et «COR» sont des créations originales et des marques de la FFRandonnée. Toute reproduction non autorisée constitue une violation du Code de la propriété intellectuelle. Actualisation 2020.



GR®54 - TOUR DE L'OISANS ET DES ÉCRINS

DE 10 À 15 JOURS



Randonnée Pédestre

Niveau : **DIFFICILE**
15 juin > 15 septembre
Randonnée-Liberté



INFOS PRATIQUES

CARTES & GUIDES

Cartes IGN top 25 :
3335 ET, 3336 ET, 3435 ET, 3436 ET, 3437 ET, 3437 OT, 3536 OT

Carte en poche du massif des Écrins
1/60000*

Topo Guide FFRandonnée « le GR®54 ».
Tour de l'Oisans et des Écrins. Réf 508

LES SERVICES PLUS

Transports en commun
itinisere.fr • zou.maregionsud.fr • autocars-resalp.com

Renseignements

Maison du Parc de Bourg-d'Oisans 04 76 80 00 51
Maison du Parc du Briançonnais 04 92 21 42 15
Maison du Parc de Vallouise 04 92 23 58 80
Maison du Parc du Valgaudemar 04 92 57 11 11

Idées séjours et activités hautes-alpes.net • isere-tourisme.com



CRÉEZ VOTRE SÉJOUR EN QUELQUES CLICS

Choisissez votre itinéraire

Téléchargez votre road-book

Découvrez les richesses du Parc national

grand-tour-ecrins.fr

