

# Lac de la Douche depuis Le Casset



Randonnée n°3254730

Une randonnée proposée par Caludine0513

Une randonnée familiale, très classique. En grande partie dans la forêt à l'abri du soleil, sauf en fin de parcours pour accéder au lac.

Le sentier longe le Parc des Écrins et par endroits y pénètre. Attention à la réglementation des Parcs Nationaux notamment l'interdiction des chiens même tenue en laisse (voir l'affichage au début de parcours).

<b>Durée :</b>	3h25	<b>Difficulté :</b>	Moyenne
<b>Distance :</b>	8.01km	<b>Retour point de départ :</b>	Oui
<b>Dénivelé positif :</b>	403m	<b>Activité :</b>	A pied
<b>Dénivelé négatif :</b>	403m	<b>Régions :</b>	Alpes, Ecrins, Dauphiné
<b>Point haut :</b>	1911m	<b>Commune :</b>	Le Monétier-les-Bains (05220)
<b>Point bas :</b>	1508m		

## Description

Après Le Monétier-les-Bains, continuer vers le Col du Lautaret et prendre à gauche la D300 vers Le Casset. Se garer à l'entrée du village (nombreux parkings).

**(D/A)** Traverser le village du Casset et parvenir au pont sur la Guisane. Le franchir et poursuivre en face sur la piste supportant le GR®54, également mentionné sur le panneau signalétique. Suivre le balisage Blanc et Rouge. Prolonger sur la piste, il y a aussi possibilité de couper les virages en empruntant les sentiers. Parvenir au Pont du Clot du Gué.

**(1)** L'emprunter puis obliquer à gauche pour poursuivre sur le GR®54. Parvenir à une aire aménagée au niveau du torrent du Glacier du Casset.

**(2)** Conserver le GR® (tracé) ou prendre à droite le sentier herbeux en restant toujours rive droite du Torrent du Petit Tabuc. Atteindre une zone caillouteuse.

**(3)** Prolonger l'ascension en restant vigilant car le sentier devient de plus en plus caillouteux. Atteindre une portion plus plane qui permet d'atteindre en passant entre quelques blocs de pierre le Lac de la Douche.

**(4)** Reprendre le même cheminement en sens inverse pour revenir au parking du Casset **(D/A)**.

## Informations pratiques

**(4)** Vous pouvez circuler autour du lac et/ou faire une pause. Au bord du Lac de la Douche de nombreux bancs ont été aménagés avec des matériaux de fortune (bois, pierres). Le lac est au pied d'une langue de glacier et est alimenté par le torrent du Petit Tabuc.

Selon l'heure et les saisons, le lac présente des couleurs et des reflets différents. Le Col d'Arsine et les montagnes se reflètent dans le lac. La couleur principale du lac est un bleu limoneux.

La randonnée peut se poursuivre vers le Col d'Arsine et Villar d'Arène pour les plus aguerris et les mieux équipés.

[Voir ici](#)

## A proximité

Vous pouvez prévoir un pique-nique avec ou sans les enfants.

Les nombreuses cascades et de ruissellements d'eau. Vous pouvez apprécier le calme et les bruits de la nature s'il n'y a pas trop personnes.

En automne, les mélèzes offrent leurs couleurs dorées.

Donnez-nous votre avis sur : <https://www.visorando.com/randonnee-lac-de-la-douche-depuis-le-casset/>

## Points de passages

**D/A Village du Casset. Se diriger vers le pont de la - Guisane (rivière)**

N 44.985377° / E 6.484114° - alt. 1508m - km 0

**1 Pont du Clot du Gué**

N 44.983615° / E 6.47125° - alt. 1572m - km 1.28

**2 Option Gr ou chemin à droite**

N 44.978511° / E 6.462989° - alt. 1690m - km 2.59

**3 Passage très caillouteux en forêt**

N 44.975737° / E 6.454057° - alt. 1830m - km 3.42

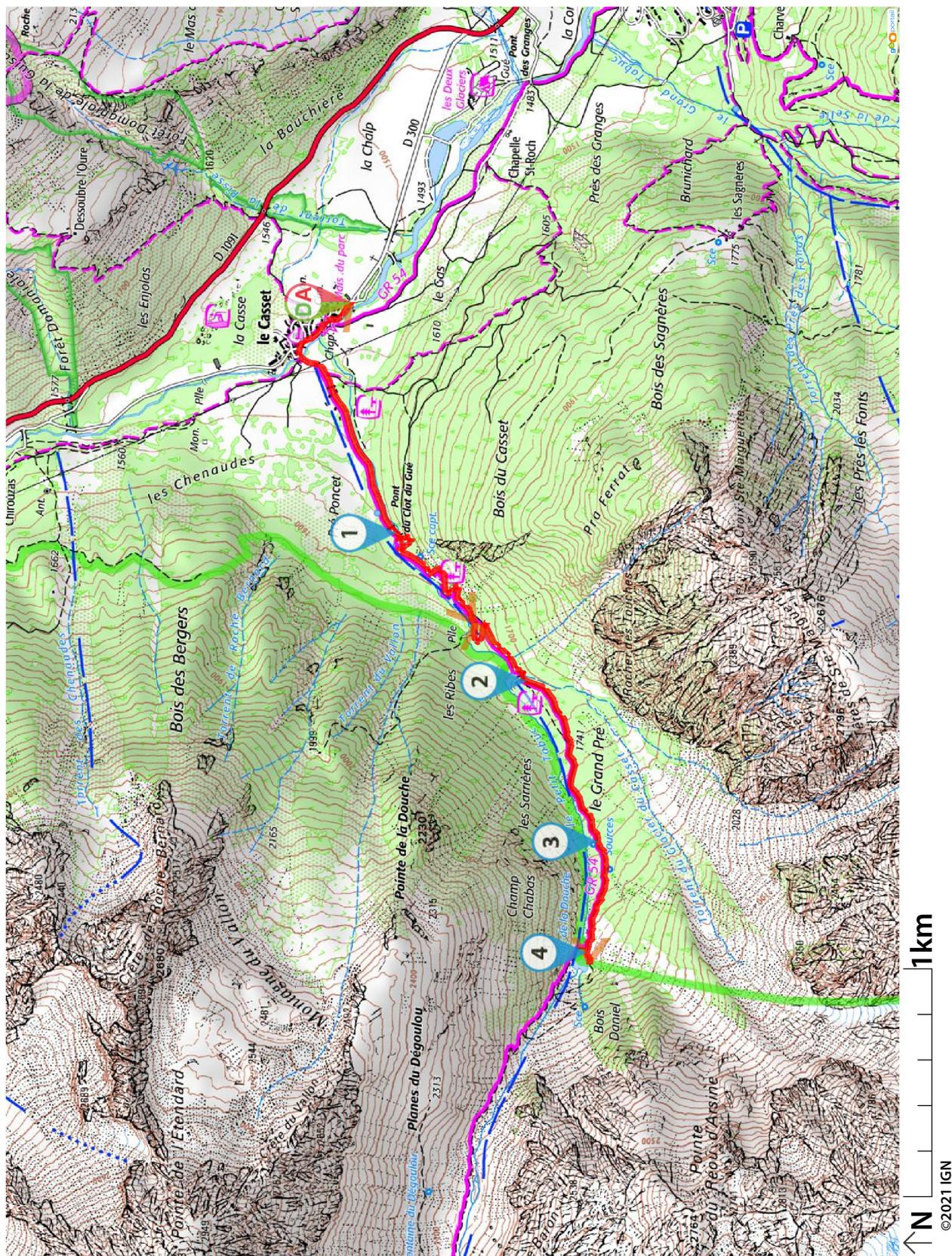
**4 - Lac de la Douche**

N 44.976174° / E 6.447851° - alt. 1907m - km 3.95

**D/A Village du Casset**

N 44.985377° / E 6.484114° - alt. 1508m - km 8.01

Téléchargez l'application Visorando pour suivre cette randonnée



Visorando et l'auteur de cette fiche ne pourront pas être tenus responsables en cas d'accident survenu sur ce circuit.



# LA CHARTE

du *visorandonneur*

## Préparation de sa randonnée



### BIEN CHOISIR SA RANDONNÉE

en fonction de sa durée, et de sa difficulté, en fonction de ses compétences et de sa condition physique.



### CONSULTER LA MÉTÉO

et se renseigner sur les particularités du site : neige, température, horaires et coefficient des marées, vent, risque d'incendie...



### S'ÉQUIPER EN CONSÉQUENCE

équipement particulier, moyen d'alerte, trousse à pharmacie, vêtements... et prendre de quoi boire et s'alimenter.



### PRÉVENIR

au moins une personne du projet de randonnée.

## Comportement pendant la randonnée



### RESTER SUR LES SENTIERS

(sauf cas exceptionnel).



### RESPECTER

les cultures et les prairies, ne pas cueillir ou ramasser les fruits.



### RESPECTER LES INTERDICTIONS

propres au site : ne pas cueillir, ne pas faire de feu, ne pas camper...



### REFERMER

les clôtures et barrières après les avoir ouvertes, demeurer prudent en cas de troupeau et s'en écarter.



### RAMENER SES DÉCHETS

ne pas laisser de traces de son passage.



### ÊTRE DISCRET

respectueux et courtois vis à vis des autres usagers.



### GARDER LA MAÎTRISE DE SON CHIEN

le tenir attaché, l'avoir auprès de soi à chaque croisement d'autres usagers, pouvoir le rappeler à tout moment. Randonner avec son chien est à proscrire en présence de troupeaux.



### LA NATURE EST UN MILIEU VIVANT

qui évolue avec le temps, randonner c'est partir à l'aventure avec les risques qui y sont liés. Savoir renoncer et faire demi-tour est aussi un geste responsable.

**Qu'il soit privé ou public**, vous randonnez toujours sur un terrain ne vous appartenant pas, particulièrement s'il est privé, les propriétaires autorisent (généreusement, gracieusement ou aimablement) le passage.

**Merci de ne pas poursuivre en justice en cas d'accident ceux chez qui vous randonnez au risque de se voir interdire ce loisir; mais vous pouvez signaler tout risque rencontré.**