

L'ALPIN MALIN  
MEMOGUIDE #1

21

SPOTS AQUATIQUES &  
RESSOURCANTS DES ALPES DU SUD

Pour un tourisme + régénératif & durable  
(À VISITER HORS-SAISON !)

PDF

**Retrouvez dans ce mini-guide, mon top 21 favori des lieux aquatiques pour les beaux jours, des Hautes-Alpes aux départements limitrophes.**

**Des idées sorties désaltérantes comme jamais, pour lézarder, pique-niquer en famille, refaire le Monde, voire vous baigner (quand c'est autorisé).**

*Avant de découvrir les 21 spots, voici les légendes...*

*Vous croiserez 4 émoticônes au fil de la liste...*

 **Baignade autorisée (sous votre responsabilité)** : Avant votre venue, vérifiez toujours la législation en vigueur à l'instant T, et les bons gestes à adopter, pour tel ou tel territoire, notamment auprès des Offices de Tourisme. La surveillance de baignade dans certains lacs s'effectuent seulement l'été. Adoptez les bonnes attitudes au bord des points d'eau : restez bien dans les chemins balisés, consultez les bulletins météo (orages...).

 **Accessible en randonnée** : Si vous croisez cet icône, c'est que le spot est accessible uniquement après de la marche. Veillez à rester dans les sentiers balisés et à vous tenir éloigner des patous (notamment pour les zones aquatiques en moyenne et haute altitude).

 **Animaux acceptés (en laisse)** : Certains spots sont accessibles aux chiens. Les autorisations / interdictions pour les animaux peuvent fluctuer avec le temps. Tout comme l'autorisation des baignades, avant votre venue, téléphonez aux offices de tourisme compétents pour de plus amples renseignements.



**Potentiel instagrammable (note sur 20) :** quelle est la photogénie des lieux ? Je vous livre mon ressenti suggestif par rapport aux spots proposés.



**Parking payant (en haute saison) :** Certaines zones ont mis en place des stationnements payants l'été. De 1 à 10€ suivant les lieux. Renseignez-vous auprès des offices de tourisme avant votre venue.

## 1. Le Lac de la Roche de Rame (Entre Embrun et Briançon)



/// A 10 minutes de Guillestre... Je vous conseille cette... escapade bucolique, notamment hors-saison. Le tour du lac se fait en une quinzaine de minutes. Animaux non acceptés. Places de parking limitées (surtout en affluence estivale, le spot longe la nationale. Il est facile d'accès mais très "passant" l'été).

## 2. Le Plan d'Eau d'Embrun



 /// De nombreuses aires de détente et pistes de santé (comptez 35 minutes de marche pour faire le tour du Plan d'Eau). Contrairement au Lac de Serre Ponçon, qui a subi de plein fouet la sécheresse en 2022, le Plan d'Eau a sauvé les meubles et est resté plutôt bien rempli. Animaux non acceptés.

### 3. Le Parcours des Fées (Crévoux, Cascade du Razis)



👟 /// D'un côté, une forêt sombre, idyllique, peuplée de légendes. De l'autre, des pâtures aux reflets maïs, baignés de lumière. Au milieu, une rivière, le Crévoux, qui galope vers un hippodrome d'églantiers et de sauge intimidée.

A 30 minutes d'Embrun, ce parcours parsemé d'œuvres artistiques vous mènera jusqu'à la rafraîchissante Cascade de Razis.

📷 18/20

### 4. La Cascade de la Pisse (Châteauroux les Alpes)

👟🐕 /// Sous ce nom pas très flatteur, se niche une randonnée d'1h30 pour atteindre la Cascade, dans un décor éblouissant. Animaux acceptés sur une partie

du chemin, mais renseignez-vous auprès des autorités compétentes avant votre venue.



## 5. Le Lac d'Allos (Allos)

 /// Une randonnée de 1h30 aller-retour en partant du Parking du Laus. Un envoûtement des sens, arrivé sur place. Un refuge peut vous accueillir (uniquement sur réservation). Vous pourrez croiser par chance quelques marmottes en chemin. Bon à savoir : vous pouvez réserver une place de parking en avance l'été, sur [le site web](#). Animaux non acceptés.



## 6. La Cascade de Fontcouverte (Névache)



    /// Un petit moment magique à vivre, avec de nombreuses berges pour lézarder. Animaux non acceptés.

 17/20

## 7. Le Saut du Laïre (Prapic)

 /// 9 kilomètres. 400 mètres de dénivelé (doux au départ, puis davantage pentu en milieu de parcours), et vous voici face à une des plus belles vallées de la région, aux échos de marmottes, avec en bouquet final, suivant la saison, une jolie cascade à dévorer des yeux. A 50 minutes de Gap. Animaux non acceptés.

 15/20

## 8. Le Lac de Saint Apollinaire (Hautes Alpes)



👟🌈🐕 /// Un lieu ressourçant à souhait, avec une petite balade autour du lac, qui vous prendra une dizaine de minutes, à plat. La vue sur Serre Ponçon est dingouissime. Animaux acceptés. A 15 minutes de Chorges, 30 minutes de Gap.

📷 19/20

## 9. Le Lac de Pelleautier (Abords de Gap)



 /// Ici le paysage est un art martial : il impose le respect, face aux colosses de pierre. Il fait progresser le regard, vers les plaines, puis les sommets.

Ici, le paysage dresse sur son kimono, des ceintures de couleurs : le bleu profond des rives, les nuances de blé des côteaux, le rouge vif des baies sauvages, et le gris surnaturel des arêtes au loin, boursouflées de nuages en devenir.

 14/20

## 10. Le Plan d'Eau des Iscles (Veynes)

 /// Dans la verdoyante plaine du Buëch, je vous conseille ce spot parfaitement aménagé, bucolique à souhaits, avec un espace restauration lors des beaux jours. A 25 minutes de Gap. Animaux non acceptés.

 15/20

## 11. Les Sources de Phazy (Guillestre)



/// Nichées aux abords de Guillestre, les sources sont un endroit unique et majestueux qui ne peut que vous émerveiller. Baignade interdite. Animaux non acceptés. Un arrêt minute pour prendre de belles photos aux teintes dignes des décors du Colorado.

 15/20

## 12. Le Plan d'Eau du Riou (Garde Colombe)



/// Seize hectares, deux plages, et des décors idylliques mêlant collines anciennes et montagnes lointaines. A 30 minutes de Sisteron.

 14/20

### 13. La Plage de Savel (Sud Isère)



  /// On rejoint la Matheysine, au delà des terres du Champsaur, pour une virée dans un décor spectaculaire, au bord du Drac et du Lac de Monteynard. Baignade interdite. Lézarder est bien entendu autorisé ;) Animaux acceptés.

 15/20

### 14. Les 3 Lacs (Rochebrune et Piégut)

 /// A 20 minutes de Gap, la Durance prend des allures de paradis. Une halte à réaliser notamment hors saison (barbecues, nombreuses aires de pique-niques).

 13/20

## 15. La Baie de Chanteloube (Chorges)



  /// A 15 minutes de Gap, l'une des plus belles rives de Serre Ponçon, avec un espace détente et une vue imprenable sur le Morgon. La Plage des Trémouilles fait partie des incontournables du secteur. A privilégier en juin et septembre.

 17/20

## 16. Lac Sainte-Anne (Ceillac)

👟🐶 /// A 2411 mètres d'altitude, profitez d'une vue exquise sur ce confetti bleu profond. Comptez la journée entre 400 et 700 mètres de dénivelé, suivant le sentier arpenté. Je vous conseille d'attendre le mois de juin pour être quasiment sûr de voir le Lac sans son duvet de neige.

📷 18/20

## 17. Lac de l'Orceyrette (Abords de Briançon)



👟🐶 /// Une très belle balade autour de ce lac d'altitude aux reflets mentholés. Une des plus belles perspectives que j'ai pu rencontrer dans les Alpes. Privilégiez l'intersaison (juin et septembre) pour un maximum de tranquillité. Au dernier

parking (gratuit) : il vous reste une vingtaine de minutes de marche avant d'arriver au paradis.



## 18. La Marmite des Géants



 /// A 7 km de Réallon dans les hautes-Alpes, une étrange cavité, située sur les hauteurs du Hameau des Gourniers, impressionne les voyageurs de passage.

Mais pourquoi s'appelle-t-elle ainsi ?

Ce terme nous vient tout droit du Québec ! Car oui, les marmites du géant parsèment la planète, et le folklore de nos amis outre-atlantique vaut le détour !

Il faut se rendre au Canyon Saint Anne pour y comprendre la genèse : « Les soirs de pleine lune, les géants viennent cuire leur soupe dans la marmite de la rivière Sainte-Anne. Des troncs de bouleaux arrachés à la forêt pour brasser la

soupe, sont abandonnés sur les bords de la marmite et témoignent du passage des géants. On peut aussi sentir le fumet de la soupe lorsqu'on emprunte les sentiers le long des berges de la rivière. »

 17/20

## 19. Le Plan d'Eau du Champsaur



  /// A 30 minutes de Gap, une superbe base de loisirs récompense les voyageurs en quête de détente absolue. Ombrages à volonté, terrain de mini-golf, espace buvette et restauration aux beaux jours.

 15/20

## 20. Domaine de Charance (Gap)

 /// Un méli-mélo de rivières et d'étangs, sur les hauteurs de la capitale des Hautes-Alpes. Une promenade désaltérante avec une vue imprenable sur les montagnes (Champsaur, Morgon, Céüse...).

 16/20

## 21. Les Gorges de la Méouge (Ribiers)



 /// A proximité de **Laragne** (cité magistrale du Buëch) : serpez avec malice et gourmandise, l'un des plus beaux canyons de PACA. Moins connu que le Verdon, mais tout aussi dépaysant. De nombreuses rives vous permettront de lézarder au soleil, au bord de l'eau.

***Parmi d'autres propositions...***

**22. Le Lac du Lauzet-Ubaye** 

Plan d'Eau de Siguret (Jausiers)

Lac de Saint Pierre

Lac de la base de Loisirs d'Orcières Merlettes

Lac de Castillon

Les Gorges du Verdon (Bauduen, Moustiers Sainte Marie, Sainte Croix du Verdon)

Lac du Lauzon (Dévoluy)

Les Rives du Verdon (Vinon-Sur-Verdon)

Le Plan d'Eau des Ferréols (Digne-les-Bains)