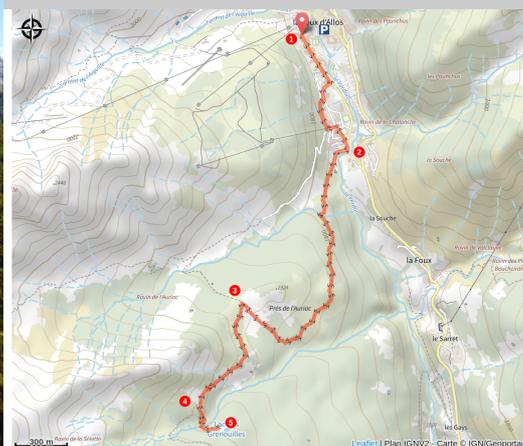


Lac des Grenouilles

Allos



Au retour du lac des Grenouilles (SA - CD Alpes de Haute-Provence)

Cette randonnée vous amènera à travers prairies et forêts de mélèzes à la zone humide du lac des Grenouilles.

Après être sorti de la station Val d'Allos - La Foux, le parcours monte en forêt sur un sentier ombragé, débouche dans des pâturages puis continue à nouveau dans un mélèzein jusqu'à la zone humide du lac des Grenouilles.

Informations pratiques

Pratique : Randonnée pédestre

Durée : 2 h 30

Longueur : 7.6 km

Dénivelé positif : 341 m

Difficulté : Facile

Type : Boucle

Thèmes : Balade en famille,
Lac, cascade et rivière

Itinéraire

Départ : Office municipal de Tourisme, Val d'Allos - La Foux.

Arrivée : Office municipal de Tourisme, Val d'Allos - La Foux.

Balisage :  GRP®  PR

1. Depuis l'Office municipal de Tourisme, se diriger vers l'hôtel Le Toukal puis descendre la rue sur la gauche (). Passer le rond point et prendre la première rue à droite après l'arrêt de bus. Après 100 m de route goudronnée, au niveau du point de tri sélectif, s'engager à droite sur un chemin de terre, puis immédiatement à gauche pour passer derrière la résidence. Déboucher sur une piste carrossable. Descendre à gauche en direction du départ du télésiège, puis à droite devant les courts de tennis en direction du pont de l'Abrau.
2.  **Pont de l'Abrau** (1 750 m) -Devant ce dernier, s'engager à droite sur un chemin de terre. 150 mètres plus bas, bifurquer à droite sur un sentier bordé d'arbres qui s'élève à travers la prairie. Franchir un ruisseau puis continuer d'abord en forêt puis dans des pâturages. Au niveau d'une ruine, tourner à droite. Le sentier, de plus en plus raide, continue à s'élever dans la prairie et les mélèzes jusqu'à un carrefour.
3.  **Cabane de la Selette** (1 940 m) - Prendre à gauche. Suivre le sentier d'abord en traversée à plat puis en montée. Après un passage raide, déboucher sur un replat herbeux et un nouveau croisement.
4.  **Ravin de la Selette** (2 020 m) - Tourner à gauche, descendre dans le ravin de la Selette, le franchir et monter dans la forêt sur l'autre rive pour arriver dans une clairière où se situe la zone humide du lac des Grenouilles ().
5.  **Lac des Grenouilles** (2 000 m) - Le retour s'effectue par l'itinéraire emprunté à l'aller.

Itinéraire inscrit au Plan Départemental de la Randonnée des Alpes de Haute-Provence.

Sur votre chemin...



Toutes les informations pratiques

Profil altimétrique



Altitude min 1751 m
Altitude max 2018 m

Transports

Limitons les déplacements en voiture, pensons aux transports en commun et au covoiturage. Tous les transports en commun sur zou.maregionsud.fr

Service de [navettes gratuites](#) dans le Val d'Allos (Transports Haut-Verdon Voyages)
Tél : +33 (0)4 92 83 95 81

Accès routier

Depuis Allos (9km), suivre la D908 en direction de La Foux d'Allos.

Parking conseillé

Parking au centre de Val d'Allos - La Foux.

Lieux de renseignement

Agence de Développement des Alpes de Haute-Provence
8 rue Bad-Mergentheim, 04005 Digne-les-Bains Cedex
<https://www.tourisme-alpes-haute-provence.com/>

Office municipal de tourisme du Val d'Allos
Place de la coopérative, 04260 Allos
Tel : +33 (0)4 92 83 02 81
<http://www.valdallos.com/>

