



# Les demoiselles coiffées Circuit A

## Fiche pratique

**Situation:** départ d'Espinasses. Prendre la D900b sur 2,9km direction Remollon-Tallard, puis la route à droite direction Theus (Après la cave du domaine Allemand), à droite après les vignes. Les quelques lacets vous emmènent au village.

**Parking** Fond du dernier grand virage gauche avant le panneau THEUS

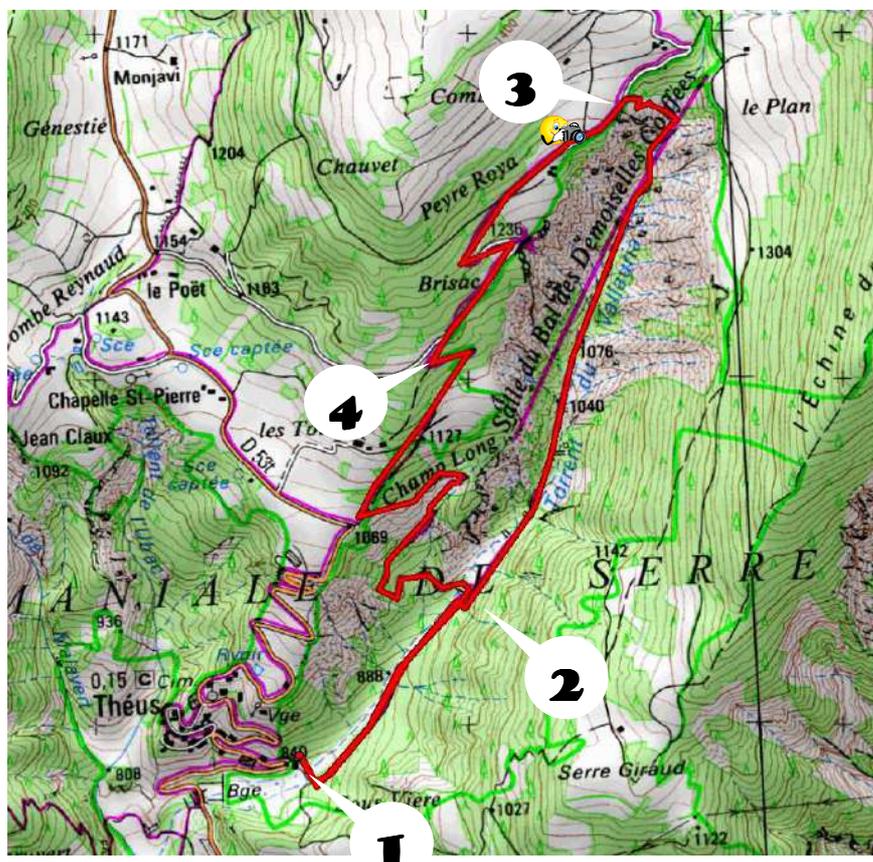
**Balitage:**  
Bleu  
Circuit A

## Fiche technique:

Dénivelé positif:  
520 m  
Distance réelle: 6,5 km  
Durée: 4h30  
Difficulté: rouge

## Conseils

A faire à la fraîche et à éviter par temps orageux.  
Alternance ombre, soleil.  
Pensez à prendre de l'eau.

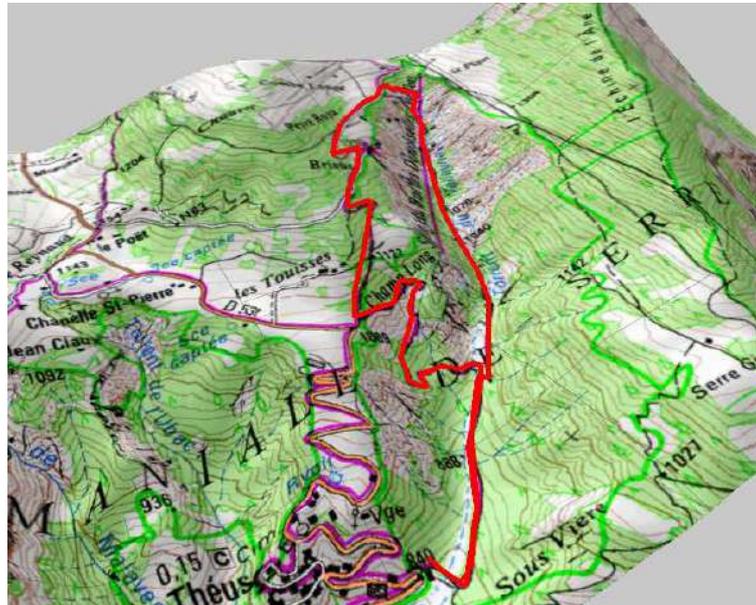
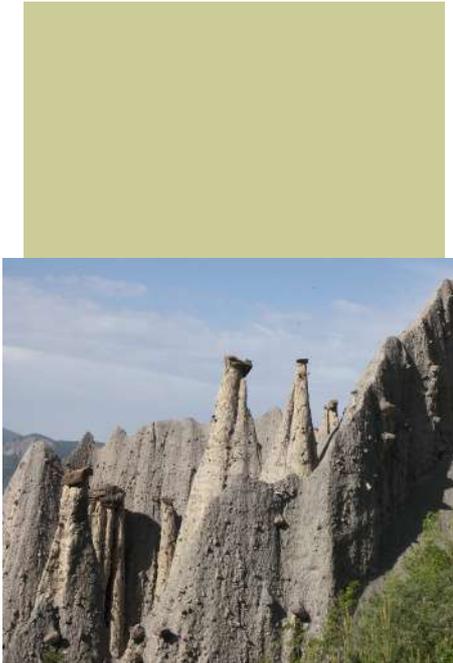


Un voyage dans les temps géologiques au royaume des cheminées de fée.

1. Du parking, prendre le chemin forestier qui traverse le torrent du Vallauria. Prendre aussitôt à gauche le chemin qui longe le torrent sur la rive gauche (poteau de direction « les demoiselles coiffées » balisage bleu et orange).
2. Environ 700 m plus loin, laisser le sentier à gauche (Maugarot, qui sera l'itinéraire retour) et prendre à droite. Le sentier remonte le torrent du Vallauria slalomant entre les demoiselles coiffées.
3. En haut du sentier, arrivés sur la D53, prendre la route à la descente qui ramène à Theus.  
-Pose photo au parking devant la Salle de danse des Demoiselles coiffées. 📷
4. Poursuivre la route sur près d'un km avant de prendre une piste sur la gauche vous ramenant au circuit B des demoiselles coiffées.



# Les demoiselles coiffées Circuit A



La vie des demoiselles coiffées.

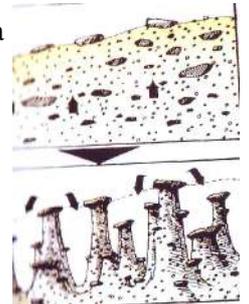
**Office de Tourisme de la  
Communauté de Communes  
du Pays de Serre-Ponçon**

Pavillon du Tourisme  
05130 ROUSSET

Tel : 04.92.54.41.18 - Fax :  
04.92.54.44.82

Email :  
[info\[at\]ot-serreponcon.com](mailto:info[at]ot-serreponcon.com)

La version scientifique: Leur naissance est due à la combinaison de l'érosion par l'eau sur la moraine glaciaire (conglomérat de terre et de pierre) d'où un affaissement du niveau de la terre, mais aussi par la présence de gros blocs de roche dure qui font office de parapluie protégeant la terre sous leur surface. Elles ne poussent pas, c'est le sol qui descend mais le vent, la pluie, la neige affinent année après année le tour de taille de ces belles jusqu'à faire choir leur « coiffe ». Mais celle-ci une fois au sol pourra former une nouvelle demoiselle coiffée d'ici quelques années. Et le cycle continue!



La version des anciens: Les filles du Pays de Serre-Ponçon étaient si jolies que les garçons venaient de loin pour les faire danser. Une année, alors que les garçons avaient quitté le bal du mardi gras (ils devaient se lever très tôt), le diabolique musicien a entraîné dans sa folle farandole nos belles demoiselles qui s'étaient vêtues de leurs plus beaux attraits. L'ambiance dans la salle de bal était à son comble quand au douzième coup de minuit, le musicien disparut dans un rire diabolique et sa sorcellerie a figé nos belles demoiselles à jamais.