



Grand Tour des Ecrins – 10 ou 11 étapes

Randonnée « liberté » itinérante
11 jours / 10 nuits / 10 jours de randonnée
Ou bien
12 jours / 11 nuits / 11 jours de randonnée

Nuits en gîtes, refuges et hôtel

Une aventure humaine **exceptionnelle** : vous réaliserez, sans aucun transfert, le tour intégral du dernier **grand paradis sauvage de France**. Plus de **11.000 mètres de dénivelé** (34 tours Eiffel !) au total. Vous passerez par les hauts cols, à près de 3000 m, à travers une **nature brute et intacte**. Des **panoramas grandioses** sur des **sommets culminants à près de 4000 m** (Pelvoux, Sirac, Meije), recouverts de glaciers et neiges éternelles. De nombreux **lacs d'altitudes**, vastes miroirs où se reflètent les cimes alentours et le **ciel azur des Alpes du Sud**.

Itinéraire du Tour en 10 étapes

Jour 1 : Vallouise (1160 m)

Rdv en fin d'après-midi à votre gîte, dans le petit village de Vallouise, aux portes de la haute montagne et du massif des Ecrins. Nuit en **gîte**.

Jour 2 : Col de l'Aup Martin (2761 m) - Refuge du Pré de la Chaumette (1810 m)

Réveil matinal et transfert (20 mn) en navette au fin fond de la vallée de l'Onde, à Entre-les-Aygues (1600 m), aux pieds du massif des Bans (3669 m). Si vous ne prenez pas la navette, comptez 1h30 de marche et 430 m dénivelé positif en plus. La remontée du vallon de la Selle, en pente douce, jusqu'à Champ Rond (2250 m) est une bonne « mise en jambes » avant l'ascension du col de l'Aup Martin, point culminant de la semaine. On rejoint ensuite le Pas de la Cavale (2735 m) qui nous ouvre les portes du Haut Champsaur. Ce versant Ouest du massif des Ecrins est plus verdoyant. Le refuge se trouve au milieu d'une vaste prairie, sous le Sirac (3441 m). Nuit en **refuge**.

Temps de marche : 6h00 / M : 1160 m - D : 950 m.

Jour 3 : Col de Vallonpierre (2607 m) - Refuge du Clot (1400 m) ou Chalet du Gioberney (1640 m)

Nous remontons les vallons glaciaires de la Pierre, puis de la Vallette pour arriver au col de la Vallette (2668 m), juste sous l'imposant Sirac et ses glaciers suspendus. Le sentier contourne ce géant de roche et de glace, dans une ambiance de haute montagne, pour rejoindre, en balcon, les cols de Gouiran (2597 m) puis de Vallonpierre. Ce dernier est la porte d'entrée du Haut Valgaudemar, massif le plus sauvage et le plus isolé des Ecrins. Magnifique panorama sur les sommets et glaciers des Bans et des Rouies (3589 m). Plus, bas dans les alpages, le lac de Vallonpierre (2271 m), est le lieu idéal

pour une pause méritée. Nous poursuivons la descente par le vallon de la Séveraisse pour arriver au refuge du Clot *ou au Chalet Hôtel-Gîte du Gioberney (si transfert des bagages)*. Nuit en **refuge ou en gîte**.

Temps de marche : 7h00 / M : 1200 m - D : 1600 m (1400 m si nuit au Gioberney)

Jour 4 : La Chapelle en Valgaudemar (1100 m) - Refuge de l'Olan (2344 m)

Descente au village de la Chapelle en Valgo. Puis nous entamons une belle montée, en lacets, par le vallon de Combefroide jusqu'au refuge de l'Olan. Le refuge est situé juste au pied du sommet du même nom, superbe pyramide culminant à 3564 m. Vous êtes ici dans le domaine de la haute montagne, entourés par des falaises immenses où sont accrochés glaciers et neiges éternelles. Nuit en **refuge**.

Temps de marche : 5h00 (5h30 si nuit au Gioberney) / M : 1340 m - D : 445 m (685 m si nuit au Gioberney)

Jour 5 : Pas de l'Olan (2683 m) - Col de la Vaurze (2500 m) - Le Désert en Valjouffrey (1260 m)

Nous gravissons le col du Pas de l'Olan, juste sous la face Sud de l'Olan et ses glaciers, avant de poursuivre par un sentier en balcon qui mène au lac Lautier (2363 m). Après être passé au **refuge des Souffles (1968 m)**, nous entamons la seconde ascension du jour, le col de la Vaurze. Nous descendons ensuite au Désert. Avec ses lavoirs, ses fontaines et sa chapelle, ce petit village de montagne est un des plus isolés des Ecrins. Il comptait 200 à 300 habitants en 1850. De nos jours, seulement une vingtaine de personnes y vivent à l'année. Nuit en **gîte**.

Temps de marche : 8h30 / M : 1400 m - D : 2470 m !!!!

Jour 6 : Col de Côte Belle (2290 m) - Valsenestre (1300 m)

Courte étape tranquille pour reprendre des forces, à mi-parcours du Tour des Ecrins. Le hameau de Valsenestre, habité seulement à la belle saison est situé au cœur d'une réserve naturelle. Nuit en **gîte**.

Temps de marche : 5h00 / M : 1110 m - D : 1085 m.

Jour 7 : Col (2613 m) et lac de la Muzelle - Le Bourg d'Arud (935 m)

Nous commençons la journée par une montée en pente douce, en bord de torrent, jusqu'aux anciennes carrières de marbre rose (1600 m). Puis commence une ascension de 1000 mètres, par un sentier en lacets, qui nous mène au col de la Muzelle où des névés subsistent jusqu'à tard dans l'été. De l'autre côté, le grand lac de la Muzelle est lové au creux d'un vaste cirque, entouré de sommets vertigineux. Nous descendons ensuite le long du tumultueux torrent de la Pisse, ponctué de nombreuses cascades, jusqu'au village du Bourg d'Arud. Nuit en **gîte** ou **hôtel**.

Temps de marche : 7h30 / M : 1365 m - D : 1715 m.

Jour 8 : Lac du Chambon (1044 m) - Refuge des Clots (1540 m)

Début d'étape aux allures méditerranéennes à travers un coteau aride et rocailleux (lavande, serpolet, origan ...). Puis l'itinéraire remonte dans les alpages verdoyants de Pied Moutet avant de redescendre sur le lac du Chambon. Le sentier, en balcon au-dessus des eaux turquoise (issues de de la fonte des glaciers) de ce vaste lac (3 km de long), remonte enfin vers le refuge des Clots. Nuit en **refuge**.

Temps de marche : 7h30 / M : 1300 m - D : 700 m.

Jour 9 : Plateau d'Emparis (2456 m) - le Pont d'Arsine (1667 m)

La traversée du débonnaire plateau d'Emparis, où pâturent paisiblement des troupeaux de vaches, contraste avec les pics acérés et les immenses glaciers suspendus du massif de la Meije que l'on a constamment en ligne de mire. Clou du spectacle : le petit lac Lérié où se reflète le Pic de la Meije (3983 m). Nous rejoignons enfin le village animé de la Grave, capitale de l'alpinisme dans les Ecrins. Remontée le long du torrent impétueux de la Romanche, jusqu'au Pont d'Arsine, situé sous les glaciers du nord-est du massif de la Meije. Nuit en gîte.

Temps de marche : 7h30 / M : 1200 m - D : 1060 m.

Jour 10 : Col et lac d'Arsine (2455 m) - le Monétier-les-Bains (1500 m)

Nous suivons l'immense vallon d'Arsine qui remonte doucement jusqu'au cirque et au lac du même nom. Au passage nous admirons les superbes sommets enneigés des massifs du Pavé (3823 m) et de la Grande Ruine (3765 m). Les eaux du lac d'Arsine sont issues directement du glacier situé juste au-dessus ; d'où sa couleur bleu turquoise. Le tumultueux torrent du Petit Tabuc nous conduit au petit village du Casset. Courte descente le long du torrent de la Guisane pour rejoindre le Monétier-les-Bains. Nuit en gîte.

Temps de marche : 6h00 / M : 800 m - D : 950 m.

Jour 11 : Col de l'Eychauda (2425 m) - Vallouise (1160 m)

Montée à travers le mélézin vers le col de l'Eychauda. Du col ascensions optionnelles (hors itinéraire) de 2 sommets au choix :

- Rocher de l'Yret (2830 m) : 1h45 aller-retour / M et D : 400 m
- La Cucumelle (2698 m) : 1h15 aller-retour / M et D : 275 m

Beaux panoramas sur les Ecrins à l'Ouest et le Queyras au Sud-Est.

Temps de marche : 6h00 / M : 955 m - D : 1265 m.

Itinéraire du Tour en 11 étapes

Identique au Tour en 10 étapes.

A la seule différence que l'étape la plus longue est scindée en 2 ...

Jour 5 : Refuge de l'Olan - Le Désert en Valjouffrey (1260 m)

Temps de marche : **8h30/9h** / M : 1400 m - D : **2470 m !**

Elle est alors remplacée par ...

Jour 5 : Refuge de l'Olan (2344 m) - Refuge des Souffles (1968 m)

Temps de marche : **4h15** / M : 800 m - D : 1170 m.

Jour 6 : Refuge des Souffles - Le Désert en Valjouffrey (1260 m)

Temps de marche : **4h30** / M : 600 m - D : 1300 m.

La suite de l'itinéraire est identique au Tour en 10 étapes ...

Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et n'incluent pas les pauses.

M : Montée (dénivelé positif total) - D : Descente (dénivelé négatif total).

Qu'est-ce-que la Randonnée « Liberté » ?

Ce séjour s'effectue sans accompagnateur. Nous effectuons les réservations des hébergements et les transferts de personnes et de bagages prévus au programme. Vous devez savoir lire une carte topographique et être capables de vous orienter avec une boussole. Nous vous fournissons un « Carnet de Route » contenant toutes les indications nécessaires au bon déroulement de votre randonnée. Vous devez également gérer votre temps et le rythme de parcours pour ne pas arriver en retard et ne pas vous épuiser outre mesure.

Documents fournis

- Un « topo-guide » ou « road-book » : description écrite et détaillée de l'itinéraire, jour par jour.
- Des cartes, ou extraits de cartes, IGN Top 25 (échelle 1/25.000e) avec le tracé de l'itinéraire.
- Des bons d'échange (vouchers) que vous remettrez à chacun des hébergements.
- Des étiquettes à accrocher à vos bagages (si transfert de ces derniers).

Cartographie

5 cartes IGN Top 25 : Meije-Pelvoux n°3436 OT / Orcières-Merlettes n°3437 ET / Champsaur n°3437 OT / Les 2 Alpes n°3336 ET / Le Bourg d'Oisans n°3335 ET

Nombre minimum de participant(s) : 2

Pour des raisons de sécurité en montagne, nous organisons ce trek dès 2 participants.

Niveau

En 10 étapes

GRANDE FORME 1 2 3 4 5 **6**

SUP

Étapes quotidiennes de 6 à 7h de marche et de plus de 1100 m de dénivelé en moyenne.

Une étape de 8h30 et de 2400 m de descente en milieu de parcours. Mais cette étape est intercalée entre 2 étapes courtes. **Vous devez faire preuve de beaucoup d'endurance.**

En 11 étapes

GRANDE FORME 1 2 3 4 5 **6**

Étapes quotidiennes de 6 à 7h de marche et de plus de 1100 m de dénivelé en moyenne.

L'étape de 8h30 et 2400 m de descente en milieu de parcours est scindée en 2. Mais vous devez toujours faire preuve d'endurance !

Avertissement :

En début d'été (jusqu'à la mi-juillet), passages sur névés éventuels, demandant une attention accrue et un bon équilibre.

Aux cols les plus élevés, terrain schisteux et glissant par temps de pluie.

Hébergement et nourriture

En **gîte** (dortoirs collectifs / possibilité de chambre privative avec supplément) **et refuge** (dortoirs collectifs), tous confortables, **en demi-pension.**

En gîte, vous dormirez dans des chambres collectives ou dortoirs partagés entre 2 à 6 personnes.

En refuge, dortoirs de 6 à 10 personnes et sanitaires sur le palier.

Le repas du soir et le petit déjeuner sont servis dans l'hébergement. La cuisine est traditionnelle et copieuse, adaptée aux randonneurs.

Pique-niques : si vous ne les avez pas réservés lors de l'inscription, vous pourrez **les commander par téléphone au plus tard 4 ou 5 jours avant** votre passage (numéros sur topo-guide). Leur prix varie entre 8 € et 12 € par personne selon les hébergements (maximum 14 € à Bourg d'Arud). Mais vous avez également la possibilité de vous ravitailler pour préparer vos propres pique-niques, à Vallouise, la Chapelle en Valgaudemar, Venosc, Mizoën, la Grave, le Monétier-les-Bains.

Où serait-il possible de loger en chambres privées, sous réserve de disponibilité (7 soirs / 11)

Jour 1 : Nuit à Vallouise **OUI** (+20 eur / personne)

Jour 2 : Refuge du Pré de la Chaumette **NON**

Jour 3 : Chalet du Giberney **OUI** (+15 eur / personne)

Jour 4 : Refuge de l'Olan **NON**

Jour 5 : Refuge des Souffles **NON**

Jour 6 : Le Désert en Valjouvrey **OUI** (+15 eur / personne)

Jour 7 : Valsenestre **OUI** (+20 eur / personne)

Jour 8 : Bourg d'Arud **OUI** (+30 eur / personne)

Jour 9 : Refuge des Clots **NON**

Jour 10 : Pont d'Arsine **OUI** (+15 eur / personne)

Jour 11 : Le Monétier **OUI** (+20 eur / personne)

Jour 12 : Vallouise (Fin)

(Soit 135 € / pers maximum sur la durée du trek)

Portage

Si vous avez choisi l'option « transfert des bagages ».

Les jours où vous montez dormir en refuges vous porterez dans le sac à dos vos affaires pour la journée ainsi que le strict nécessaire pour la nuit et la toilette ; les refuges du Pré de la Chaumette, de l'Olan, des Souffles et des Clots n'étant pas accessibles en voiture.

Tous les autres jours vous porterez dans votre sac à dos uniquement vos affaires de la journée.

Le reste de vos bagages sera acheminé par taxi.

Où retrouverez-vous vos bagages en fin d'étape (**6 soirs / 10**) :

Jour 1 : Nuit à Vallouise

Jour 2 : Refuge du Pré de la Chaumette **NON**

Jour 3 : Chalet du Giberney **OUI**

Jour 4 : Refuge de l'Olan **NON**

Jour 5 : Refuge des Souffles **NON**

Jour 6 : Le Désert en Valjouvrey **OUI**

Jour 7 : Valsenestre **OUI**

Jour 8 : Bourg d'Arud **OUI**

Jour 9 : Refuge des Clots **NON**

Jour 10 : Pont d'Arsine **OUI**

Jour 11 : Le Monétier **OUI**

Jour 12 : Vallouise (Fin)

Point de départ et de retour

Départ de **Vallouise (05)**, le matin du deuxième jour. Retour au même endroit le dernier jour.

Accès au point de départ

En train jusqu'à l'Argentière :

ALLER :

Depuis la gare de Paris-Gare-de-Lyon (correspondance à Marseille)

- Départ à 8h37
- Arrivée à l'Argentière-les-Ecrins à 16h57

RETOUR :

Train de nuit direct

- Départ à 20h21
 - Arrivée le lendemain à 7h23 à Paris-Austerlitz
- En journée, nombreux trains depuis et vers Marseille, Grenoble ou Valence

Horaires non contractuels, donnés à titre indicatif.

Renseignements SNCF : <https://www.sncf-connect.com/>

De la gare de l'Argentière à Vallouise-Centre :

- Navettes

Ligne saisonnière Saisonnière S43 (L'Argentière _ Pelvoux via Vallouise)

Tarif indicatif : 6 € le trajet env.

Informations : Zou.maregionsud.fr

Réservation : <https://zou.maregionsud.fr/mes-lignes-de-bus-dans-les-hautes-alpes/>

- Taxi Réasalp

Tél = 04 92 20 47 50

De 25 € (Jour) à 30 € (Nuit, dimanche et férié) le trajet (**Prix non contractuels, donnés à titre indicatif**).

En voiture

Grenoble / col du Lautaret / Briançon par la RD 1091 ; puis l'Argentière-la-Bessée (=l'A. les Ecrins) par la RN 94.

ou Grenoble / La Mure / col Bayard / Gap par la RN 85. Puis direction Briançon par la RN 94 jusqu'à l'Argentière-la-Bessée (=l'A. les Ecrins).

De l'Argentière, prendre la route RD 994 sur 10 km pour arriver à Vallouise.

Visualisez votre itinéraire sur www.viamichelin.fr ou www.mappy.com

Hébergements à proximité du point de départ

Si vous désirez prolonger votre séjour à Vallouise. Nous pouvons vous réserver dans l'hébergement suivant (non compris dans le prix du séjour/tarifs indicatifs).

Nom	Situation	Contact	Prix indicatifs
Gîte l'Aiglière	Vallouise	06 83 14 12 35 Site Internet	½ pension à partir de 56 €

Stationnement à proximité du point de départ

Parkings dans le village de Vallouise où vous pourrez laisser votre véhicule pour la durée du séjour.

Dates et prix

Départs possibles (selon enneigement) n'importe quel jour, **du 10 juillet au 10 septembre.**

A partir de : 740 €

Tarifs par personne pour le Tour en 10 Etapes		
Nombre de participants	Sans transfert bagages	Avec transfert bagages
2 participants	875 €	1375 €
3 participants	840 €	1175 €
4 ou 5 participants	815 €	1065 €
6 participants et plus	Nous consulter	
Pique-niques	12 € / jour	

Options / personne :

-**Tour en 11 étapes** : + 70 € / transfert des bagages + 0 €

-**Hébergement en chambre privative** (7 nuits, sous réserve de disponibilité) :

135 eur maxi par personne (pour le Tour ou 10 ou 11 étapes).

Le prix comprend :

- L'hébergement (10 ou 11 nuits) en refuges gardés, gîtes et hôtel.
- Les petit-déjeuners (sauf jour 1) et les dîners (sauf dernier jour) = ½ pension.
- La documentation (carnet de route) : topo-guide + cartes.

Le prix ne comprend pas :

- L'acheminement de votre domicile au point de départ, ni le retour.
- La navette pour Entraigues le jour 2 (10 € environ à régler sur place).
- Les transports de bagages éventuellement prévus durant le séjour (en option).
- **Les pique-niques (en option).**
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les vivres de course (en-cas).
- L'assurance annulation/assistance/rapatriement/interruption.

Assurance

Elle est facultative mais nous avons l'obligation légale de vous les proposer.

Le paiement du séjour par carte bancaire peut, dans certains cas, vous couvrir en partie.

Renseignez-vous auprès de votre banquier.

Nous vous proposons une assurance offrant de nombreuses garanties :

- Annulation • Assistance/Rapatriement • Interruption • Dommage bagages

Son montant est de **4,85% du prix total du séjour**. Elle doit être souscrite et réglée en totalité dès l'inscription. Les détails du contrat et la procédure à suivre en cas de besoin, vous seront adressés avec votre confirmation d'inscription ou sur simple demande.

Modalités de paiement

Si vous vous inscrivez plus de 3 semaines avant le départ, nous vous demandons un acompte de 30% du prix du séjour.

Le solde restant devra ensuite être réglé au plus tard 3 semaines avant le départ.

Si vous vous inscrivez moins de 3 semaines avant le départ, vous réglez la totalité du prix du séjour.

Conditions de vente

Les conditions générales (voyages et séjours) et particulières légales de vente sont disponibles sur simple demande ou sur notre site Internet.

Votre habillement

En montagne le temps change vite et en quelques heures la température peut chuter de plus de 10°C. Le soir, en altitude, la température est souvent inférieure à 10°C. Même si vous randonnez en été, équipez-vous « chaudement ». **Comment vous habiller « de la tête aux pieds »**

La Tête

- Chapeau ou casquette
- Lunettes de soleil protection 3 ou 4

Le Buste

La « règle des 3 couches » :

- Première couche : Tee-shirt ou chemise (manche courte ou manche longue) respirants favorisant l'évacuation de la transpiration. En matière synthétique (polyester) mais pas 100% coton.
- Seconde couche : Veste ou sweat polaire, pour garder la chaleur, tout en évacuant la transpiration.
- Troisième couche : Veste imperméable, type Gore-Tex, pour protéger du vent et de la pluie.

Les Jambes

- Pantalon de randonnée, solide, respirant et "déperlant", en matière synthétique (éviter le 100% coton) pour une protection contre les déchirures, le vent et la pluie.
- Short de randonnée : pour ceux qui ne craignent pas le froid, la pluie, les égratignures ou les piqûres d'insectes.
- Pantalon léger (type jogging) pour le soir

Les Mains

- 1 paire de gants légers

Les Pieds

- Chaussures montantes, pour un bon maintien de la cheville, avec une membrane type Goretex pour une bonne étanchéité et évacuation de la transpiration. Semelle avec de bon crampons (bonne

accroche), pas trop usés, de type Vibram. Nous vous recommandons **d'utiliser vos chaussures chez vous avant de participer à une rando** d'une semaine afin que vos pieds s'y adaptent.

- Chaussettes de randonnée en matière synthétique (pas 100% coton) pour une bonne évacuation de la transpiration et limitation des frottements (prévention des ampoules).
- Des chaussures légères (sandales ou baskets) pour le soir

Matériel divers

Les indispensables

- Gourde de 1 litre minimum.
- 1 ou 2 bâtons télescopiques
- Bâche de protection du sac à dos (étanche)
- Papier hygiénique pour la journée
- 1 lampe de poche ou frontale pour se déplacer la nuit dans les dortoirs
- Couteau de poche
- Petite pharmacie personnelle : élastoplast ou deuxième peau contre d'éventuelles ampoules ; anti-inflammatoire : Aspégic, Doliprane... ; pastilles contre le mal de gorge : Strepsil....; boules Quiès contre les ronflements ... et tous vos médicaments personnels habituels.
- Crème solaire protectrice pour la peau et "stick" pour les lèvres.
- Couverture de survie légère en aluminium.
- Drap-sac (couvertures fournies dans les gîtes et refuges).
- Vos affaires et **une serviette** de toilette.

Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

Les sacs

Si vous avez choisi l'option « transfert de bagages » :

Vous porterez uniquement vos affaires de la journée, ainsi que votre pique-nique, dans votre sac à dos. Le reste de vos affaires sera acheminé par taxi. **Sauf aux refuges du Pré de la Chaumette, de l'Olan, des Souffles et des Clots.**

• Le sac à dos de randonnée

Pour vos affaires de la journée. De contenance 40 litres environ.
Privilégiez un sac léger, avec armature dorsale rigide, bretelles et ceinture larges et confortables.
Prévoir une bâche de pluie pour protéger le sac en cas de pluie.

• Le bagage transporté entre les hébergements

Un seul bagage par personne et **12 kg par bagage** maximum.
Il contient toutes les affaires non utilisées pendant la journée.
Préférer un sac de voyage ou sac à dos et éviter les valises rigides.
N'oubliez pas d'y attacher l'étiquette que nous vous aurons fournie.

Si vous n'avez pas choisi l'option « transfert de bagages » :

Vous utiliserez **votre unique sac à dos** pour transporter **vos affaires personnelles de la semaine** et le pique-nique de la journée.

Votre sac à dos doit avoir une contenance de **40 litres env.**

Privilégiez un sac léger, avec armature dorsale rigide, bretelles et ceinture larges et confortables. Prévoir une bâche de pluie pour protéger le sac en cas de pluie.

Le poids total de votre sac une fois plein ne devra pas dépasser 15% de votre poids corporel.

Pour une personne de 60 kg, le poids maximum sera donc de 9-10 kg.

Informations légales

TrekAlpes EURL au capital de 7500 €

Inscription au RCS de Gap sous le SIREN n°530 670 546 le 7 mars 2011

Garantie financière 100.000 € par Groupama

Responsabilité civile professionnelle par MMA

Licence d'agence de voyages n°IM005110006 par Atout France – 75008 Paris

Nous contacter www.trekalpes.com contact@trekalpes.com 04 92 50 82 93

maj 6-3-23