



Tour des Ecrins – 8 étapes

Randonnée « liberté » itinérante
9 jours / 8 nuits / 8 jours de randonnée

Nuits en gîtes et refuges

Une aventure **exceptionnelle** avec près de **10.000 mètres de dénivelé** (Plus de 30 tours Eiffel !). Vous passerez par des cols élevés, à près de 3000 m, à travers une **nature brute et préservée**. Vous profiterez de 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

Jour 1 : Besse en Oisans (1550 m)

Rdv en fin d'après-midi à votre gîte, dans le petit village de Besse, un des « plus beaux villages de France ». Nuit en gîte.

Jour 2 : Plateau d'Emparis (2456 m) - Villar d'Arêne (1650 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). Vous rejoignez enfin le village animé de la Grave, capitale de l'alpinisme dans les Ecrins. Il reste encore une heure de marche, entre le torrent de la Romanche et les glaciers du nord-est du massif de la Meije, pour rejoindre le petit village de Villar d'Arêne. Nuit en gîte.

Temps de marche : 7h00 / M : 1200 m - D : 1100 m.

Jour 3 : Col et lac d'Arsine (2455 m) - le Casset (1512 m) - Vallouise (1160 m)

Vous suivez l'immense vallon d'Arsine qui remonte doucement jusqu'au cirque et au lac du même nom. Au passage vous admirez les superbes sommets enneigés des massifs du Pavé (3823 m) et de la Grande Ruine (3765 m). Les eaux du lac d'Arsine (en option) sont issues directement du glacier situé juste au-dessus ; d'où sa couleur bleu turquoise. Le tumultueux torrent du Petit Tabuc vous conduit au joli petit village du Casset. **Transfert (45 mn)** et nuit en gîte à Vallouise.

Temps de marche : 5h30 / M : 700 m - D : 900 m. (+ 40 mn et 100 m de M et D si lac d'Arsine)

Jour 4 : 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). 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. Vous rejoignez ensuite le Pas de la Cavale (2735 m) qui vous

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 5 : Col de Vallonpierre (2607 m) - Chalet du Gioberney (1640 m)

Vous remontez 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. Vous poursuivez la descente par le vallon de la Séveraisse pour arriver au Chalet-Gîte du Gioberney. Nuit en gîte.

Temps de marche : 7h00 / M : 1200 m - D : 1400 m

Jour 6 : La Chapelle en Valgaudemar (1100 m) - Refuge de l'Olan (2344 m)

Descente au village de la Chapelle en Valgo. Puis vous entamez 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 : 5h30 / M : 1340 m - D : 685 m

Jour 7 : Pas de l'Olan (2683 m) - Refuge des Souffles (1968 m)

Vous gravissez 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). Montée au col de Colombe et descente au refuge des Souffles (1968 m). Nuit en refuge.

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

Jour 8 : Col de la Vaurze (2500 m) - Le Désert en Valjouffrey (1260 m) - Valsenestre (1300 m)

Ascension du col de la Vaurze. Vous descendez 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. **Transfert (20 mn)** au hameau de Valsenestre, au cœur d'une réserve naturelle, habité autrefois à l'année, mais aujourd'hui seulement à la belle saison. Nuit en gîte.

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

Jour 9 : Col (2613 m) et lac de la Muzelle - Besse en Oisans (1550 m)

Vous commencez 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 vous 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. Vous descendez ensuite le long du tumultueux torrent de la Pisse, ponctué de nombreuses cascades. **Transfert (40 mn) de Venosc (935 m) à Besse.** Fin du séjour.

Temps de marche : 7h30 / M : 1320 m - D : 1680 m.

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

GRANDE FORME

1 2 3 4 5

6

SUP

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

Vous devez 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** (chambres ou dortoirs collectifs de 2 à 6 places / possibilité de chambre privative avec supplément) **et refuge** (dortoirs collectifs de 4 à 12 places), tous confortables, **en demi-pension**.

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 9 € et 13 € par personne selon les hébergements. Mais vous avez également la possibilité de vous ravitailler pour préparer vos propres pique-niques, à Vallouise, la Chapelle en Valgaudemar, Besse, la Grave.

Où serait-il possible de loger en chambres privées (sous réserve de disponibilité).

Supplément de 20 eur / nuit / personne

Besse **OUI**

Villar d'Arêne **OUI**

Vallouise **OUI**

Refuge du Pré de la Chaumette **NON**

Chalet du Gioberney **OUI**

Refuge de l'Olan **NON**

Refuge des Souffles **NON**

Valsenestre **OUI**

Portage

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

Les 3 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 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

Villar d'Arêne **OUI**

Villouise **OUI**

Refuge du Pré de la Chaumette **NON**

Chalet du Gioberney **OUI**

Refuge de l'Olan **NON**

Refuge des Souffles **NON**

Valsenestre **OUI**

Point de départ et de retour

Départ de Besse en Oisans (38). Retour au même endroit le dernier jour.

Accès au point de départ

En voiture

Grenoble > Barrage du Chambon par la RD 1091 ; puis Besse par la D25.

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

Stationnement à proximité du point de départ

Parkings gratuits au village de Besse où vous pourrez laisser votre véhicule pour la durée du séjour.

Dates et prix

Départs possibles tous les jours, SAUF le MERCREDI, de mi-juillet à mi-septembre (selon enneigement).

Tarifs par personne (en dortoir collectif)		
Nombre de participants	Sans transfert bagages	Avec transfert bagages
2 participants	1050 €	1450 €
3 participants	950 €	1250 €
4 participants ou plus	850 €	1075 €
<i>Pique-niques (8 jours)</i>	104 €	

En Option :

Hébergement en **chambre/dortoir privatifs** (sous réserve de disponibilité) = 20 eur / nuit / personne

Le prix comprend :

- L'hébergement (8 nuits) en refuges gardés ou gîtes.
- Les petit-déjeuners et les dîners.
- Les transports de personnes prévus durant le séjour.
- 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 4 (réservée par TrekAlpes, 8 € environ à régler sur place).
- **Les pique-niques (en option).**
- Les transports de bagages (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 et des Souffles.**

• Le sac à dos de randonnée

Pour vos affaires de la journée. De contenance 30-35 litres.

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 durant les 8 étapes** et le pique-nique de la journée seulement.

Votre sac à dos doit avoir une contenance de 40-45 litres.

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 14-3-23