



## Le Tour des Ecrins – en gîtes

### Randonnée itinérante 7 jours / 6 nuits / 6 jours de randonnée

Le tour intégral du dernier grand paradis sauvage de France. 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.

### Déroulement du séjour et itinéraire

#### **Jour 1 : Vallouise (1160 m)**

Rdv à la gare de l'Argentière-les-Ecrins (05). Court transfert (10 mn) au 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) 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. 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) - Chalet du Giberney (1642 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 Chalet du Giberney. Ce dernier est situé au cœur d'un immense cirque glaciaire, sauvage et austère, entouré de sommets de 3600 m d'altitude d'où s'écoulent de grandes cascades. Nuit en gîte.

**Temps de marche : 6h30 / M : 1040 m - D : 1210 m.**

#### **Jour 4 : Col de la Vaurze (2500 m) - Valsenestre (1294 m)**

Court transfert (10 mn) à Villar-Loubière (1037 m). Un sentier en lacets monte progressivement au refuge des Souffles (1975 m) puis au col de la Vaurze. Lors de l'ascension nous pouvons admirer des « orgues » verticales (pics acérés) et le Mont Olan (3564 m). Nous descendons ensuite au Désert (1265 m) ... 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 (15 mn) au hameau de Valsenestre, au cœur d'une réserve naturelle. Nuit en gîte.

**Temps de marche : 7h00 / M : 1465 m - D : 1235 m.**

#### **Jour 5 : Col (2613 m) et lac de la Muzelle - Besse en Oisans (1550 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. Transfert (30 mn) de Venosc (935 m) à Besse. Nuit en gîte.

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

#### **Jour 6 : 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. Court transfert (5 mn) au Pont d'Arsine, situé sous les glaciers du nord-est du massif de la Meije. Nuit en gîte.

**Temps de marche : 6h00 / M : 906 m - D : 956 m.**

#### **Jour 7 : Col et lac d'Arsine (2455 m) - le Casset (1512 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 terme de notre Tour des Ecrins. Transfert (30 mn) et séparation à la gare de l'Argentière-les-Ecrins.

**Temps de marche : 5h30 / M : 800 m - D : 950 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).**

**Ce programme peut être modifié par le guide en cas de force majeure.**

## **Cartographie**

**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 / Valloire n°3435 ET

## Niveau

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

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

Vous devez donc faire preuve d'**endurance**. En début de saison, passages sur névés éventuels, demandant une attention accrue et un bon équilibre.

## Hébergement et nourriture

En **gîtes et refuges** confortables, en **pension complète**.

En gîte, vous dormirez dans des chambres collectives (ou dortoirs) partagés entre 4 et 6 personnes.

Dans les refuges, dortoirs de 4 à 12 personnes et sanitaires sur le palier.

A midi vous mangerez un pique-nique « tiré du sac », préparé avec des produits du pays par votre accompagnateur ou vos hébergeurs. Le repas du soir et le petit déjeuner sont servis dans l'hébergement. La cuisine est traditionnelle et copieuse, adaptée aux randonneurs.

## Portage

**Les jours 2 et 3**, vous porterez dans le sac à dos vos affaires pour la journée ainsi que le nécessaire pour la nuit et la toilette ; le refuge du Pré de la Chaumette n'étant pas accessible en voiture.

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

Le reste de vos bagages sera acheminé par minibus entre les hébergements.

## Encadrement

Un accompagnateur en montagne diplômé d'état pour **5 à 12 participants**.

## Rendez-vous et séparation

**Le premier jour**, dimanche, **rendez-vous à 17h30** devant la gare SNCF de l'Argentière-les-Ecrins (05).

**Le dernier jour**, samedi, **séparation vers 16h30**, au même endroit.

## Accès au lieu de Rendez-vous

### En train

ALLER :

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

- Départ à 8h19
- Arrivée à l'Argentière-les-Ecrins à 16h58

RETOUR :

Train de nuit direct

- Départ à 20h44
- Arrivée le lendemain à 6h48 à Paris-Austerlitz

En journée, nombreux trains depuis et vers Marseille, Grenoble ou Valence

### Ou bien TGV depuis Paris

TGV direct Paris-Oulx : Dpt 10h41 >> Arriv 15h23

Navette Oulx-Briançon : Dpt 16h05 >> Arriv 17h10

Train Régional Briançon-Mt-Dauphin-Guillestre : Dpt 17h24 >> Arriv 17h38

Informations non contractuelles données à titre indicatif : à vérifier.

## Renseignements :

SNCF ☎ 36 35 (0,34€/mn) ou [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com)

Navette Oulx-Briançon : 05 Voyageurs ☎ 04 92 502 505 ou [www.05voyageurs.com](http://www.05voyageurs.com)

## En voiture

Grenoble / col du Lautaret / **Briançon** par la **RD1091**. Puis RN94 jusqu'à l'Argentière-la-Bessée.

De Gap, direction Briançon par la RN94, jusqu'à l'Argentière-la-Bessée.

Ou bien par l'Italie (**Tunnel du Fréjus** puis col du Montgenèvre et Briançon)

Visualisez votre itinéraire sur [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr) ou [www.mappy.com](http://www.mappy.com)

**Conditions de circulations :** <https://www.inforoute05.fr/wir3/circulation.html>

**Covoiturage :** <https://www.blablacar.fr/>

De nombreuses opportunités pour voyager de façon **économique et écologique** ...

## Hébergements à proximité du lieu de Rdv

Nom	Situation	Téléphone	Prix indicatifs
Hôtel de la Mairie	A 200 m de la gare	04 92 23 12 70 <a href="http://www.booking.com/hotel/fr/ha-tel-de-la-mairie.fr.html10_02">http://www.booking.com/hotel/fr/ha-tel-de-la-mairie.fr.html10_02</a>	Chambre à partir de 37 €
Gîte Moulin Papillon	A 1,5 km de la gare	04 92 21 85 14 <a href="http://www.moulin-papillon.com/">http://www.moulin-papillon.com/</a>	½ pension à partir de 36 €

## Stationnement à proximité du lieu de Rdv

Vous pouvez vous garer sur le parking de la gare ou du gîte pour la semaine.

## Dates et prix

Les séjours se déroulent **du Dimanche au Samedi. De mi-juin à mi-septembre.**

**Vous pouvez aussi choisir d'autres dates.**

**Tarif par personne : 850 € tout compris**

### Le prix comprend :

- L'hébergement en refuges gardés et gîtes
- Les petit-déjeuners, les pique-niques et les dîners du rdv à la séparation.
- Les transports de bagages et de personnes prévus durant le séjour
- L'encadrement par un accompagnateur diplômé d'Etat

### Le prix ne comprend pas :

- L'acheminement de votre domicile au point de rendez-vous, ni le retour.
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les vivres de course (en-cas), à prévoir selon vos goûts
- 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) respirant 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 randonnée** 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 (sauf en refuge = prêt de chaussons).

## 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.
- Bol ou assiette avec couvercle étanche (type tupperware) + cuillère + couteau de poche.
- Gobelet ou timbale en plastique.
- Petite pharmacie personnelle : élastoplast ou deuxième peau contre d'éventuelles ampoules ; anti-inflammatoire : Aspégic, Doliprane...; pastilles contre le mal de gorge : Strepasil... ; 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) ou à défaut un duvet très léger.
- Vos affaires et une serviette de toilette.

### Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

## Les sacs

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 minibus.

### • Le sac à dos de randonnée

Pour vos affaires de la journée. De contenance 30 à 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 15 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.

## 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 HISCOX – 75002 Paris

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

## Pour nous contacter

[www.trekalpes.com](http://www.trekalpes.com)

Mél : [contact@trekalpes.com](mailto:contact@trekalpes.com)

Tél : 04 92 50 82 93

*Dernière mise à jour : 23-3-17*