



Sud Ecrins et val Durance

**Randonnée « liberté » itinérante
6 jours / 5 nuits / 6 jours de randonnée**

**Hébergement en hôtels ou gîtes (4 nuits)
et refuge ou chambre d'hôtes (1 nuit en pleine montagne)**

Cette belle itinérance nous conduit des coteaux ensoleillés de la haute vallée de la Durance, où poussent vignes et lavandes, jusqu'au cœur du Parc National des Ecrins, royaume des glaciers et neiges éternelles. Vous ferez étape dans l'unique village habité de la zone centrale du Parc des Ecrins, Dormillouse, accessible uniquement à pied. Tout au long de la semaine, vous apprécierez les panoramas variés sur les Ecrins, le Queyras et les eaux turquoise de la Durance.

Déroulement du séjour et itinéraire

Jour 1 : Col de Tramouillon (2288 m) - Freissinières (1181 m)

Rendez-vous à la gare de Mont-Dauphin. Court transfert (20 mn) au petit hameau du Ponteil (1533 m) accroché aux contreforts Sud du massif des Ecrins. Magnifique panorama sur la vallée de la Durance. Au fur et à mesure que l'on monte dans le mélézin, on quitte la végétation subméditerranéenne et le caractère montagnard s'affirme. Nous suivons les eaux tumultueuses du torrent de Tramouillon jusqu'à la cabane pastorale du même nom. Le sentier monte ensuite à travers les alpages, domaine des marmottes, et nous conduit au col de Tramouillon, dans une ambiance minérale de rochers et pics acérés (Tête de Gaulent – 2867 m). Nous contemplons alors les sommets enneigés des Ecrins, notamment le Pelvoux (3946 m) et ses glaciers. Nous descendons ensuite dans la douce fraîcheur du mélézin jusqu'à Freissinières, village « vaudois » (Protestant), caché au creux d'une vallée glaciaire suspendue. Nuit en gîte ou hôtel à Freissinières.

Temps de marche : 5h30 / M : 755 m - D : 1100 m.

Jour 2 : Les Crêtes de la Rortie (1763 m) - randonnée en boucle.

Nous montons au petit hameau des Hodouls pour prendre le sentier qui passe juste au pied d'une immense falaise de calcaire. Au cœur de cette falaise se trouve la Grotte des Vaudois, refuge naturel qui servit d'abri aux hérétiques en cas d'attaque durant 5 siècles (de 1300 à 1789). Le sentier s'insinue ensuite entre les rochers pour monter au sommet de la falaise. L'itinéraire, en crête, offre de beaux points de vue plongeant sur la vaste vallée de la Durance. Retour à Freissinières par les charmants petits hameaux des Aujards, Fazis et Roberts. Nuit en gîte ou hôtel à Freissinières.

Temps de marche : 4h00 / M et D : 600 m.

Jour 3 : Alpages d'Odeyer (2000 m) - Dormillouse (1730 m)

Cet itinéraire est proposé uniquement par beau temps et si vous êtes à l'aise sur sentier parfois raviné et peu balisé. Nous remontons à travers les près jusqu'au hameau des Roberts, d'où nous avons une vue superbe sur les vallées de Freissinières et de la Durance. Nous empruntons ensuite un très ancien sentier, aujourd'hui oublié, qui reliait des hameaux perdus dans la montagne qui servirent de refuge aux Vaudois. On a peine à croire que des dizaines de familles vécurent aussi haut et isolées dans la montagne. Nous remontons ainsi la vallée de Freissinières par un itinéraire en balcon, à 700 m au-dessus du torrent de la Biaysse. L'autre versant de la vallée est plus austère avec ses falaises de de 1000 mètres de haut. C'est dans cet univers de haute montagne et une ambiance de bout du monde que se trouve le petit village de Dormillouse, havre de paix et de silence, accessible uniquement à pieds. Nuit en refuge (dortoir) ou Chambre d'hôtes (2 à 4 places).

Temps de marche : 5h30 / M : 820 m - D : 270 m.

Ou bien, par mauvais temps, ou si vous n'êtes pas à l'aise sur sentiers parfois ravinés et peu balisés, l'itinéraire emprunte par le fond de la vallée :

Nous remontons en longeant les eaux tumultueuses de la Biaysse et en passant par les hameaux des Violins (Beau Temple Vaudois) et des Mensals. Puis l'itinéraire quitte le fond de la vallée et emprunte l'ancien chemin muletier pour monter à Dormillouse. Le sentier est parfois taillé dans la falaise et passe sous de belles cascades. Nuit en refuge (dortoir) ou Chambre d'hôtes (2 à 4 places).

Temps de marche : 3h30 / M : 550 m

Jour 4 : Lacs Palluel (2472 m) et Faravel - Freissinières

Au petit matin, nous montons à travers la fraîcheur du mélézin par un beau sentier qui monte progressivement pour rejoindre les alpages et les marmottes. Le lac Palluel, d'origine glaciaire, est situé au pied du Grand Pinier (3117 m), dans un vaste cirque d'altitude. Nous traversons ensuite un plateau rocheux, couverts de centaines de cairns (monticules de pierres) pour arriver au grand lac Faravel, alimenté par un petit glacier fossile. Nous descendons ensuite au fond de la vallée (1450 m), via Dormillouse. Transfert (15 mn) et nuit en gîte ou hôtel à Freissinières.

Temps de marche : 5h30 / M : 742 m - D : 1022 m.

Jour 5 : Col des Lauzes (1837 m) et de la Pousterle (1763 m) - Vallouise (1163 m)

Court transfert (5 mn) au hameau des Aujards (1600 m). Après une petite montée à travers champs, nous arrivons au col et au lac des Lauzes. De l'autre côté, nous descendons, à travers la forêt, dans le vallon sauvage du Fournel, réserve biologique. C'est le royaume du chardon bleu des Alpes, espèce rare et protégée. Le col de la Pousterle, superbe belvédère sur les Ecrins et le Pelvoux (3946 m), nous ouvre les portes de la Vallouise. Nuit en gîte ou hôtel à Vallouise.

Temps de marche : 5h30 / M : 650 m - D : 1090 m

Jour 6 : Lac de l'Eychauda (2514 m)

Court transfert (10 mn) au hameau de Chambran (1720 m). Nous remontons tranquillement le vaste vallon de Chambran jusqu'à la cabane du berger. Nous entamons alors l'ascension d'un puissant verrou glaciaire au sommet duquel se trouve le lac de l'Eychauda. C'est un des plus vastes lacs des Ecrins. Ses eaux turquoise sont issues de la fonte des glaciers de Monétier que l'on aperçoit au-dessus. Retour à Chambran et transfert (30 mn) à la gare de Mont-Dauphin.

Temps de marche : 4h45 / M et D : 800 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

Cartes IGN Top 25 : Meije-Pelvoux n°3436 OT / Orcières-Merlettes n°3437 ET

Nombre minimum de participant(s) : 2

Niveau : entre 3 et 4

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

Etapes quotidiennes de 4h30 de marche et de 750 m de dénivelé en moyenne.

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

Etapes de 5h à 5h30 de marche en moyenne et d'environ 900 m de dénivelé chaque jour.

Vous devez pratiquer la randonnée régulièrement et avoir une bonne forme physique.

Hébergement et nourriture

En gîte ou hôtel (4 nuits) et en refuge ou chambre d'hôte (1 nuit), en demi-pension.

Les 2 premières nuits : gîte ou hôtel à Freissinières.

La 3^e nuit : refuge ou chambre d'hôte à Dormillouse.

La 4^e nuit : même gîte ou hôtel que les 1^{eres} nuits, à Freissinières.

La 5^e nuit : gîte ou hôtel à Vallouise.

A Freissinières :

En Auberge de Pays, en chambres de 2 personnes avec salle de bain privative.

« Version Gîte » = couvertures fournies, prévoir drap-sac et serviette de bain.

« Version Hôtel » = draps de lit et serviettes de bain fournis.

A Dormillouse :

« Version Gîte » En refuge = **dortoirs collectifs partagés entre 6 ou 8 personnes** / Douches chaudes / couettes fournis ; emporter drap-sac et serviette de bain.

« Version Hôtel » En chambre d'hôtes = **chambres privées de 2 à 4 personnes** avec salle de bain privative ; draps de lit et serviettes de bain fournis.

A Vallouise :

« Version Gîte » = **dortoirs collectifs partagés entre 2 à 6 personnes** avec sanitaires collectifs ; couvertures fournies, prévoir drap-sac et serviette de bain.

« Version Hôtel » = **chambres de 2 personnes** avec salle de bain privative ; draps de lit et serviettes de bain fournis.

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

Pique-niques : vous pourrez les commander sur place à votre hébergeur (au plus tard la veille pour le lendemain). Leur prix varie entre 8 € et 15 € par personne selon les hébergements. Mais vous avez également la possibilité de vous ravitailler pour préparer vos propres pique-niques, à 2 km de Freissinières (seulement en juillet-août) et à Vallouise (Pas à Dormillouse).

Portage

Les jours 3 et 4 vous porterez dans le sac à dos vos affaires pour la journée ainsi que le strict nécessaire pour la nuit et la toilette (serviettes de bain et drap-sac pour le refuge) ; le village de Dormillouse n'est pas accessible 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, si vous avez choisi la formule « transfert des bagages ». Sinon vous porterez toutes vos affaires de la semaine dans votre sac à dos (certaines randos se font en boucle = sac léger).

Point de départ et de retour

Le premier jour, rendez-vous à 8h30 devant la gare SNCF de Mont-Dauphin-Guillestre (05) = Eyglies-Gare selon la nomenclature DDE, ou à votre hébergement à Freissinières si vous arrivez la veille en voiture. Vous devez arriver "en tenue" (habillement + sac à dos et pique-nique de la journée), prêts à partir directement en randonnée. **Le dernier jour, séparation vers 16h00**, au même endroit.

Accès au point de point de départ

En train

Train de nuit direct depuis la gare de Paris-Austerlitz

• Départ à 21h10

• Arrivée le lendemain à Mt-Dauphin à 07h52

En journée, trains depuis Marseille, Grenoble ou Valence

Horaires non contractuels, donnés à titre indicatif. Renseignements SNCF :

<https://www.oui.sncf>

En voiture

Grenoble / col du Lautaret / Briançon par la RD 1091 ; puis Eyglies-Gare par la RN 94.

ou Grenoble / La Mure / col Bayard / Gap par la RN 85. Puis direction Briançon par la RN 94 jusqu'à Eyglies-Gare (Mt-Dauphin-Guillevestre, nomenclature SNCF).

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

Hébergements à proximité du point de départ

Nom	Situation	Contact	Prix indicatifs / base 2 pers
Relais des Vaudois	Freissinières (Si arrivée la veille en voiture)	04 92 20 93 01 www.relais-vaudois.com	½ pension à partir de 60 €
Hôtel les 5 Saisons	Freissinières (Si arrivée la veille en voiture)	04 92 23 64 78 http://www.les5saisons.com	½ pension à partir de 60 €
Hôtel Auberge du Roy	400 m de la Gare	04 92 45 03 15 www.laubergeduroy.com	Chambre à partir de 68 € Petit-déjeuner 7,5 €
Hôtel Lacour	Gare	04 92 45 03 08 www.hotel-lacour.com	Chambre à partir de 57 € Petit-déjeuner 7,5 €
Gîte Auberge le Glacier Bleu	Fort de Mt-Dauphin 1,5 km de la gare	04 92 45 18 47 www.leglacierbleu.fr	Chambre à partir de 46 € Petit-déjeuner 7 €
Auberge l'Échauguette	Fort de Mt-Dauphin 1,5 km de la gare	04 92 45 07 13 www.echauguette.com	Chambre à partir de 61 € Petit-déjeuner 7 €

Stationnement à proximité du point de départ

Vous pourrez vous garer sur un parking près de l'hôtel ou du gîte à Freissinières.

Dates et prix

Départs possibles tous les jours du 01 mai au 01 novembre (selon enneigement, le programme peut-être modifié).

A partir de : **495 €**

Tarifs / Personne version GITE	SANS transfert des bagages	AVEC transfert des bagages
4 ou plus participants	495 €	520 €
3 participants	540 €	570 €
2 participants	600 €	645 €
1 seul participant	760 €	850 €

Supplément chambres privatives « Version Hôtel » =

- pour les 3 nuits à Freissinières et la nuit à Vallouise : 60 € / pers
- pour la nuit en chambre d'hôtes à Dormillouse : 50 € / pers (si 2 personnes) ou 40 € / pers (si 3 ou 4 personnes)

Supplément transferts de personnes si arrivée en train =

100 eur pour un groupe de 1 à 4 personnes ; 200 eur si 5 à 8 personnes.

Le prix comprend :

- L'hébergement.
- Les petit-déjeuners (sauf jour 1) et les dîners (sauf dernier jour).
- Les transports de personnes et de bagages prévus durant le séjour selon options.
- La documentation (carnet de route) : topo-guide + carte(s).

Le prix ne comprend pas :

- L'acheminement de votre domicile au point de départ, ni le retour.
- **Les pique-niques.**
- 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.
- 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 ...
- Crème solaire protectrice pour la peau et "stick" pour les lèvres.
- Couverture de survie légère en aluminium.
- Vos affaires de toilette.

Si vous êtes en « Version Gîte » uniquement :

- **Drap-sac (couvertures ou couettes fournies).**
- **Serviette de toilette** (non fournie).
- 1 lampe de poche ou frontale pour se déplacer la nuit dans les dortoirs.

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 taxi (si vous avez choisi cette option), *sauf à Dormillouse.*

• **Le sac à dos de randonnée**

Pour vos affaires de la journée. De contenance 30 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 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 avez choisi l'option « sans 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. De contenance 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 kg environ.

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

Dernière mise à jour 1-3-20