



Sud Ecrins et val Durance - Hôtel

Randonnée « liberté »

Semi-itinérante

5 jours / 4 nuits / 5 jours de randonnée

Au départ d'une Auberge de Pays, de belles randonnées vous conduiront 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 passerez par l'unique village habité de la zone centrale du Parc des Ecrins, Dormillouse, accessible uniquement à pied. Tout au long du parcours, 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 votre Auberge à Freissinières (Hautes-Alpes – 05) ou à la gare de Mont-Dauphin-Guillestre. Si vous êtes venus en voiture nous montons la déposer ensemble au parking de Dormillouse (30 min aller-retour) où vous la récupérerez le jour3 en fin d'étape. Puis, transfert (30 mn) en véhicule TrekAlpes à la cabane de Tramouillon (1963 m) dans les alpages des contreforts Sud du massif des Ecrins. Magnifique panorama sur la vallée de la Durance. 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 Hôtel.

Temps de marche : 3h30 / M : 350 m - D : 1110 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 hôtel.

Temps de marche : 4 h00 / 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. Court transfert (10 mn) et nuit en hôtel à Freissinières.

Temps de marche : 5h45 / M : 820 m - D : 620 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. Court transfert (10 mn) et nuit en hôtel à Freissinières.

Temps de marche : 3h45 / M : 550 m - D : 300 m.

Jour 4 : 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 hôtel.

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

Jour 5 : 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 Freissinières ou 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) : 1

Niveau



Etapes quotidiennes de 4h30 à 5h00 de marche et de 800 m de dénivelé en moyenne. Vous devez pratiquer la randonnée régulièrement ou avoir une bonne forme physique.

Hébergement et nourriture

En **hôtels** confortables, **en demi-pension**.

Auberge de Pays** à Freissinières et hôtel familial* à Vallouise.

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 9 € et 12 € par personne selon les hébergements. Mais vous avez également la possibilité de vous ravitailler pour préparer vos propres pique-niques, au camping de Freissinières (Uniquement en Juillet-Aout, à 2km de l'auberge) ou à Vallouise.

Portage

Vous porterez dans votre sac à dos uniquement vos affaires de la journée.

Le reste de vos bagages sera acheminé par minibus.

Si vous avez choisi la formule « sans transfert des bagages », vous porterez toutes vos affaires de la semaine dans votre sac à dos uniquement le Jour 4 (les autres jours vous randonnez à partir de l'hôtel, sac allégé).

Point de départ et de retour

Le premier jour, rendez-vous à 8h30 devant la **gare SNCF de Mont-Dauphin-Guillestre (05)** (Eyglies-Gare, nomenclature DDE) ou bien à votre auberge à Freissinières si vous êtes arrivés en voiture la veille. 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 départ

En train

Jusqu'à la Gare de Mont-Dauphin-Guillestre :

Train de nuit direct depuis la gare de Paris-Austerlitz

- Départ à 20h57
- Arrivée le lendemain à Mt-Dauphin-Guillestre à 07h52

En journée, trains depuis Marseille, Grenoble ou Valence

Horaires et tarifs non contractuels, donnés à titre indicatif. A vérifier sur www.oui.sncf

En voiture

Grenoble / col du Lautaret / Briançon par la D 1091 ; puis Mt-Dauphin-Eygliers-Gare par la N 94.

ou Grenoble / La Mure / col Bayard / Gap par la RN 85. Puis direction Briançon par la RN 94 jusqu'à Mt Dauphin-Eygliers-Gare.

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* (arrivée la veille en voiture)	Freissinières	04 92 20 93 01 www.relais-vaudois.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 €
Auberge l'Échaugnette	Fort de Mt-Dauphin 1,5 km de la gare	04 92 45 07 13 www.echaugnette.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'auberge à Freissinières.

Dates et prix

Départs possibles tous les jours du 15 mai au 01 novembre.

A partir de : 450 €

Tarifs / Personne SANS transfert des bagages	
4 ou plus participants	450 €
3 participants	480 €
2 participants	525 €
1 seul participant	795 €

Supplément chambre individuelle = 100 eur

Supplément transferts des bagages =

70 eur pour un groupe de 1 à 8 personnes ; 120 eur si 9 personnes ou plus.

Supplément transferts si arrivée en train =

100 eur pour un groupe de 1 à 4 personnes ; 150 eur si 5 à 8 personnes.

Le prix comprend :

- L'hébergement en hôtels** ou *, confortables.
- Les petit-déjeuners (sauf jour 1) et les dîners (sauf dernier jour).
- Les transports de bagages et de personnes prévus durant le séjour.
- 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.
- 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 : Strepsil....
- Crème solaire protectrice pour la peau et "stick" pour les lèvres.
- Couverture de survie légère en aluminium.
- Vos affaires de toilette.

Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...
- 1 lampe de poche ou frontale.

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 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 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.

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 18% 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 HISCOX – 75002 Paris

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

Pour nous contacter

www.trekalpes.com

Mél : contact@trekalpes.com

Tél : 04 92 50 82 93

Dernière mise à jour 29-3-18