

5 JOURS

4 NUITS

TOUR de la Haute Séveroise

56 KM ET 3700M DE D+

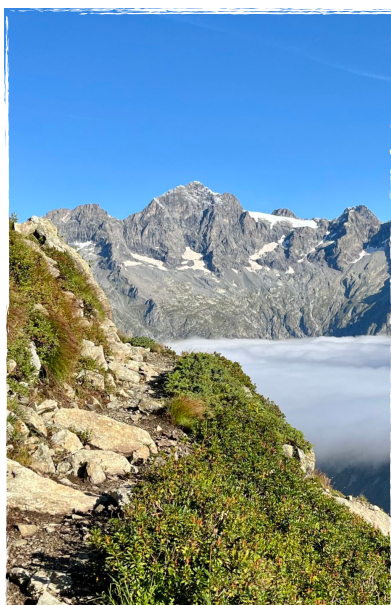
OPTION : 67KM ET À 4800M DE D+



RANDONNÉE ACCOMPAGNÉE

Avec une moyenne de **13km et 950m de Dénivelé+** sur les 4 premières étapes Découvrez le secteur le plus **isolé** et le plus **extra-ordinaire** du **sublime GR54** dans le **Parc National des Ecrins**. Classée de **niveau 4+ (sur5)**.

Au départ de Champoléon (05) dans le Champsaur, nous basculerons dans le Valgaudemar par le mythique col de Vallonpierre (2607m) où la verdure laisse place aux **Schistes** Argileux, **Marnes** et **Calcaires** Noirs avec vue sur les **glaciers**. Une partie du circuit se fera en balcons entourés de pics et de sommets à 3500m.



Quelques passages nécessiteront la pose des mains sur les rochers ou sur des câbles, mais sans grande difficulté. Les refuges de Vallonpierre, du Pigeonnier et de Chabournéou ne vous laisseront pas indifférent : le calme et l'isolement de ces **hauts lieux des Ecrins** marqueront à jamais la zone "Nostalgie" de votre cerveau. En gros, Vous ne savez pas encore pourquoi vous y allez, mais vous saurez pourquoi vous voulez y retourner !!!

Le Pas de la Cavale et de l'Aup Martin seront des options de la première ou la dernière étape (selon le sens), mais ils sont indispensables si vous souhaitez satisfaire votre curiosité Géologique : des **Flysh Marno-Gréseux** plissés par les millions d'années de soulèvement des Alpes.

67km et 4800m si option Col du Pas de la cavale (Niveau 5)

EFFET WAAAH GARANTI !

Possibilité de manger et dormir la veille au soir à proximité (me contacter)

Jour 1 : Auberts – Refuge de VallonPierre – 5h de marche / 9km / 1150m D+ et 350m D-

Nous partons du Parking des Auberts pour l'ascension directe du col de Vallonpierre (2600m) en deux étapes, avant de redescendre vers le refuge de Vallonpierre où nous passerons la nuit. C'est l'étape de « chauffe » qui nous permettra de préparer tranquillement notre corps à la suite de l'aventure, car une fois passé un sentier alternatif tracé suite à un éboulement rocheux, le sentier principal sera particulièrement roulant jusqu'à notre point de chute. Après avoir gravi les deux tiers de l'ascension, vous découvrirez avec étonnement les contrastes offerts par le Vallon Plat et le Sirac, au détour de troupeaux de moutons qui ont leur estive en ces lieux.

Nuit au refuge de Vallonpierre

Jour 2 : Vallonpierre – Refuge du Pigeonnier – 6h de marche / 14,5km / 900m D+ et 750m D-

On quitte Vallonpierre pour aller toucher l'eau de la Séveraise et du lac du Lauzon. Des « Lauzon », il y en a partout dans les Alpes, mais celui-ci vaut vraiment le détour, notamment pour y prendre le déjeuner. Si nous avons le temps, nous irons chercher le Lac bleu par un petit détour. Moins connu, il servira de point de départ à la dernière phase de la journée : l'ascension du refuge du pigeonnier où le gardien nous attend avec sa spécialité ! J'espère que la météo sera de la partie pour un **effet WAAAH garanti !**

Nuit au refuge du Pigeonnier

Jour 3 : Pigeonnier – Refuge de Chabournéou – 6h de marche / 14km / 850m D+ et 1250m D-

Vous avez certainement entendu parler des Bans et du Sirac ? Cette journée qui commence par 700m de descente sera l'occasion de les admirer. Une journée panorama, tout en balcons, pour remonter vers le mythique refuge de Chabournéou. En chemin, les vestiges d'anciennes bergeries vous intriguent, nous sommes en plein coeur du parc national des Ecrins et vu d'ici la question du retrait glaciaire depuis le Würm à son apogée il ya 22000 ans se remarque à l'oeil nu. C'est une étape qui peut être rafraichissante lors de la traversée des torrents glacés !

Nuit au refuge du Chabournéou

Jour 4 : Chabournéou – Pré de la Chaumette – 6 à 8 h de marche / 15km / 1000m D+ et 1200m D-

C'est l'étape la plus longue de notre Trek. Nous nous leverons plus tôt ce matin là pour arriver à Vallonpierre aux lueurs matinales... C'est tout juste magique ! Est-ce parce que c'est un vallon plat entouré de pierres que l'on appelle ce coin vallonpierre ? Demandez aux gardiens lors de notre pause café, en admirant le Sirac se refléter dans le lac !!! Puis nous irons rejoindre les marmottes qui s'amuse à quelques mètres de vous sans vous accorder la moindre attention, avant de retrouver nos moutons en direction du col de La Valette, zone de repas pour le déjeuner. Enfin, nous nous laisserons glisser jusqu'au refuge du pré de la Chaumette pour un repos bien mérité.

Nuit au refuge du Pré de la Chaumette

Jour 5 : Pré de la Chaumette – Auberts – 1 : 2h00 de marche / 4km / 20m D+ et 400m D-

Au choix du groupe :

1 – Flaner sur le chemin du retour en profitant du Drac et des espèces environnantes.

2- Monter à la Cabane de Rougnoux pour observer les Flysh Marno-Gréseux témoins du soulèvement des Alpes. 4h00 de marche / 8km / 266m D+ et 600m D-

3- Monter au Col de l'Aup Martin ou «Le Spectacle Resplendira» pour un **Effet WAAAH Garanti !!!** La difficulté de cette dernière option en vaut la chandelle. 6 à 7h de marche - 15km - 900m D+ et 1200m D-

Fin du Trek à 12h (ou 15h00 si variante 2, 16h30 si variante 3)

A peine arrivés au parking, je vous entends déjà me dire... «Quand-est-ce qu'on remet ça ???»

L'itinéraire est proposé à titre indicatif. Il pourra être modifié au cours de la randonnée pour des raisons d'adaptation au niveau du groupe, pour votre sécurité, en raison de la météo ou d'une fermeture administrative soudaine pouvant être liée aux événements climatiques.

ORGANISATION

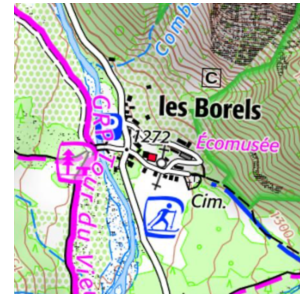
Lieu de départ et d'arrivée :

Champoléon les Borels, 05260 Champoléon, Coord. GPS : 44.720732, 6.258636

Via Pans (Iphone) : https://maps.apple/p/4_LYrrHIKteyD6

Via Google Maps : <https://maps.app.goo.gl/eEU2fdYob1uTQtG46>

Depuis la Vallée du Champsaur, en venant de Gap ou Grenoble, prendre la direction Orcières-Merlettes. Depuis Pnt du Fossé, faire 4km jusqu'à passer sur le pont du Drac, et tourner tout de suite à gauche. Rouler 4km (5min) jusqu'à traverser Champoléon, parking à gauche.



Horaires :

Départ : RDV à 8h30 le Jour 1, pour le contrôle des sacs, et convoi jusqu'au départ.

Dispersion : à partir de 12h le jour 5, selon options, voir Programme.

Dates et tarifs :

Dates et tarifs fixés par contrat et visibles sur <https://waaah-trek-rando.fr/waaah-trek-rando/trek-rando/tour-de-la-haute-severaise/>, au moment de la réservation.

Modalités de déplacement :

L'ère de l'économie de CO2 et d'énergie est en plein essor et en phase avec ce que vous venez chercher : une nature préservée, et la fierté du parcours réalisé.

Accès : En bus depuis Gap (<https://www.champsaur-valgaudemar.com/a-voir-a-faire/infos-pratiques/comment-venir/>).

Randonnée : Le corps humain est fait pour marcher. Beaucoup d'agences vous vendent des séjours où vous ne portez plus, voire même où vous ne marchez que sur des portions d'itinéraires... Pour quel impact environnemental ? Pour quelle satisfaction du chemin accompli ? Mon avis est qu'on peut se surprendre à randonner sans aide au cours d'un Trek. Une préparation physique et matérielle, mêlée à un peu de motivation, et c'est parti ! On en discute ? !

Co-voiturage : La réunion obligatoire en Visio sera l'occasion de déterminer si il est possible.

Groupe :

De 3 à 10 personnes.

Durée :

5 jours et 4 nuits. Possibilité de manger la veille au soir et de dormir à proximité (me contacter).

Encadrement :

Benoit VINCENS - Accompagnateur en Montagne Diplômé (DE-AMM).

Hébergement :

Les nuits se feront en refuge. Les refuges disposent de couvertures. Un simple sac à viande, ou un drap de sac léger est suffisant pour ne pas avoir froid la nuit.

Restauration :

Les repas seront pris en 1/2 pension aux refuges, qui fourniront les pic-nics du midi. Prévoir une boîte refermable de 0,8l à 1l.

Dépenses personnelles :

Les refuges ne prennent pas la carte bleue. Veillez à partir avec des espèces (20€ par jour devraient être suffisants).

Intolérances :

Les personnes ayant des allergies ou intolérances alimentaires devront le signaler lors de la commande, afin de le communiquer aux refuges/gîtes lors de la réservation.

Tarif

Le prix comprend :

- ✓ Les repas du soir du jour 1 au midi du jour 5;
- ✓ L'accompagnement par un Accompagnateur en Montagne Diplômé;
- ✓ Si nécessaire, un entretien préalable visant à définir des «conseils de préparation physique»;
- ✓ Un rendez-vous en visio, obligatoire, 1 mois avant, avec le groupe pour les questions d'ordre général, et pour le choix du matériel;
- ✓ L'hébergement en refuges/gîtes;
- ✓ Les taxes de séjour.

Le prix ne comprend pas :

- les boissons et collations individuelles,
- le trajet pour vous rendre sur le lieu de départ,
- les assurances,
- Un «programme particulier» de remise en forme, ou de préparation à la randonnée en montagne, proposé en option;
- tout ce qui n'est pas indiqué dans «Le prix comprend».

MATERIEL Obligatoire

La réunion en visio 1 mois avant sera l'occasion de poser vos questions sur le matériel et pour moi de vérifier qu'il est adapté. Ainsi, vous aurez encore le temps de vous équiper si nécessaire.

Pour la randonnée :

- ✓ Chaussures de marche habituelles.
- ✓ Bâtons de Trail ou de Randonnée.
- ✓ Sac de randonnée 30 à 40 litres.
- ✓ 1 Tenue de rechange (teeshirt, short, sous-vêts)
- ✓ Pantalon **et** veste de pluie **10 000 SMB minimum**.
- ✓ Poncho jetable.
- ✓ Casquette, lunettes, gants légers, Buff, Bonnet d'été.
- ✓ Tenue chaude pour le soir (polaire technique, pantalon technique, sous vêtement technique chaud).
- ✓ Veste chaude (type doudoune compressible).
- ✓ 2 bouteilles d'eau de **MINI 0,75l chacune**.

Pour les nuits en refuge/gîte :

- ✓ Drap de sac léger (soie, synthétique, coton)
- ✓ Serviette de toilette 50x90cm max (+gant léger)
- ✓ Trousse de toilette légère
- ✓ 100g de savon de marseille
- ✓ 6 à 10 mini pinces à linge

Les Gîtes et Refuges disposent de couvertures. Il n'est donc pas nécessaire de prévoir un duvet.

Pour soi :

- ✓ Mini trousse de secours avec 2 dosettes de désinfectant, pansements 3 tailles, pince à épiler, couverture de survie, 2 dosettes de sérum physio.
- ✓ Médicaments personnels, **ordonnance obligatoire si traitement médical en cours**.
- ✓ Barres de céréales, Pates de fruits... pour 5 jours.
- ✓ Protections intimes (si besoin), crème solaire.
- ✓ Un sac étanche du volume interne du sac (un sac poubelle fera l'affaire)
- ✓ Un petit sac, pour les affaires sales que vous n'auriez pas pu laver et éviter le contact avec le reste du contenu de votre sac de randonnée.
- ✓ De la monnaie en liquide. Prévoir 20€/jour. Les refuges ne prennent pas la carte bleue. Chèques.
- ✓ Une boîte hermétique en plastique (pas de verre ! type tuper-ware de 0,8 litres)
- ✓ Carte nationale d'identité.