

5 JOURS

4 NUITS

TOUR du Thabor sud

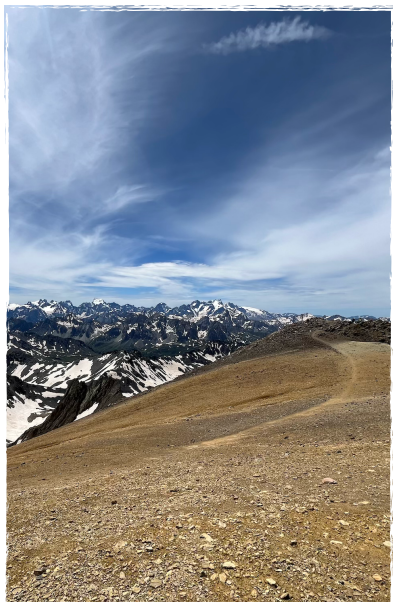
54KM ET 3100M DE D+



RANDONNÉE ACCOMPAGNÉE

Avec une moyenne de **11km et 750m de Dénivelé+** sur les 4 premières étapes, ce Trek vous emmènera dans les endroits les plus mythiques du Massif du Thabor. Classée de **niveau 4(sur5)** en raison de l'étape 3.

Les Nuits se feront en refuge. La 3ème étape sera la plus haute et la plus dure, mais les deux premières étapes serviront de préparation et avec un peu de chance, si réalisée en juillet, elle nous offrira quelques passages en Névés !!! La **vue à plus de 3170m d'altitude** au sommet du Thabor vous ouvre à 360° sur les Ecrins, La Vanoise, le Mont Blanc, Les Alpes Italiennes, et Le Queyras !



Le Trek fera une halte de midi au **fabuleux Lac Rouge**, havre de paix dans le **Massif des Cerces**, où nous pourrions entrevoir les Ongulés (Bouquetins, chamois) qui viennent s'y abreuver. Quelques passages seront réalisés hors sentier. Les paysages de la vallée de Névache, fin de notre périple, ne sont plus à plébisciter et vous graveront des paysages **plein les yeux**.

EFFET WAAAHAH GARANTI !

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

Jour 1 : Névoche – Vallée Etroite – 4 à 5h de marche / 9km / 700m D+ et 574m D-

Nous partons du Parking de Névoche pour le col des Thures (2200m). En chemin, l'Aiguille Rouge s'offre à nous en option. Ce serait dommage de rater ce point de vue sublime à 360°. Les crêtes, puis le lac Châvillon ... ou ce qu'il en reste (l'occasion de parler du retrait glaciaire) sauront nous accompagner avant de plonger avant de nous laisser descendre vers le refuge.

Nuit au refuge de Terzo Alpini

Jour 2 : Terzo Alpini – Refuge du Mont Thabor – 5h de marche / 8km / 732m D+ et ... 5m D-

C'est la journée des Rois Mages !!! (Vous comprendrez seulement si vous venez !) Mais c'est aussi l'occasion d'aller faire coucou au Lac Vert, et/ou d'envisager un petit détour par la maison des chamois et les mines de Blanchet. Si le temps le permet, nous pourrions également nous élever une centaine de mètres au dessus du refuge pour admirer la vue de plus haut, et préparer la journée du lendemain.

Nuit au refuge du Thabor

Jour 3 : Thabor – Refuge des Drayères – 7 à 8h de marche / 16km / 900m D+ et 1200m D-

C'est «l'étape Reine» que vous attendiez avec impatience ! On se lèvera un peu plus tôt pour aller rendre visite au toit du massif du Thabor (très anciennement «Crêt des moines») à 3161m d'altitude, pour le déjeuner. Si la météo le permet, nous aurons un magnifique 360 avec vue sur les écrins, le mont blanc, la Vanoise, les Alpes Italiennes, Le Queyras... **effet WAAAH Garanti !** ... bref il y a de quoi faire. Nous redescendrons ensuite au refuge des Drayères par un passage, un petit peu engagé, mais sur lequel nous prendrons le temps de passer, puis par une succession de lacs entourés de prairies herbeuses.

Nuit au refuge des Drayères

Jour 4 : Drayères – Refuge du Chardonnet – 5h de marche / 11km / 700m D+ et 650m D-

Une étape toute en douceur pour se remettre du Thabor, mais non sans intérêt : le fabuleux Lac Rouge, isolé de toute communication téléphonique, et peu fréquenté sera l'occasion de faire une halte pour midi. Puis, nous emprunterons les balcons de Bellone au détour desquels nous devrions entrevoir quelques fleurs au nom très connu que je tairais ici pour leur protection. Cueillette interdite !!! Enfin, le très accueillant refuge du Chardonnet, qui porte bien son nom, ouvrira certainement la discussion autour du Pic Ombrière, du Col du Raisin et de la Pointe du Demi visibles depuis la terrasse !

Nuit au refuge du Chardonnet

Jour 5 : Chardonnet – Névoche – 3h de marche / 8km / 22m D+ et 650m D-

Cette dernière étape nous laisse plusieurs options : si le groupe souhaite déjeuner à Névoche, nous filons tout droit. Sinon, une option nous permettra de passer en balcons, comme la veille, pour rejoindre le refuge de Buffère avant de redescendre (10km / 231 mD+ et 900m D-). Sinon, selon les motivations et le temps disponible, nous irons chercher le col de Roche Noire (17km – 600m D+ et 1200m D-).

Fin du Trek à 13h (ou 14h si variante 1, 16h si variante 2)

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 :

Parking de Roubion, 05100 Névache, Coordonnées GPS : 45.017017, 6.632004

Via Pans (Iphone) : https://maps.apple/p/.jzt5t_Y13dxZk

Via Google Maps : <https://maps.app.goo.gl/miZTGMTThqiV6uah9>

Depuis Briançon, prendre la direction Montgenèvre jusqu'au carrefour de La Vachette, prendre à gauche sur D994. Continuer pendant 14km. Le parking se situe sur la droite au niveau du camping de la Lame (qui est à gauche).



Horaires :

Départ : RDV à 9h00 le Jour 1, pour le contrôle des sacs.

Dispersion : à partir de 13h le jour 5, voir Programme.

Dates et tarifs :

Dates et tarifs fixés par contrat et visibles sur www.waaah-trek-rando.fr, 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 : Possible en bus depuis Briançon (<https://www.autocars-resalp.com/lignes-horaires/briancon-nevache>).

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, notamment si l'on s'arrête chez un producteur local en chemin).

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.