

8 JOURS

7 NUITS

TOUR du Thabor et des Cerces

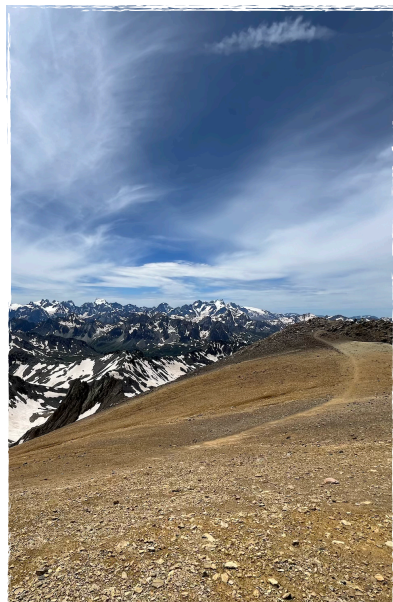
84 KM ET 5200 M D+



RANDONNÉE ACCOMPAGNÉE

Avec une **moyenne de 11km et 730m de Dénivelé positif** ce Trek, de **niveau 4+(sur 5)** vous emmènera dans les endroits les plus mythiques des Massifs du Thabor et des Cerces, pour une itinérance "**hors du temps**".

Les Nuits se feront en refuge. La 4ème étape sera la plus haute et la plus dure, mais les trois premières étapes serviront de préparation et avec un peu de chance, 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 !



Une halte de midi se fera au **fabuleux Lac Rouge**, havre de paix où nous pourrions entrevoir les **Ongulés** (Bouquetins, chamois) qui viennent s'y abreuver. Plusieurs passages seront réalisés **hors sentier**. Le respect de la faune et de la flore y seront impératifs, et je vous guiderai en ce sens. La fin de notre périple nous offrira de magnifiques panoramas sur les Ecrins : Pelvoux, Barre des Ecrins et Meije devant lesquels vous ne résisterez pas à vous photographier !

Vivement qu'on parte ensemble faire ce trek !!!

EFFET WAAAHAH GARANTI !

Isolement

Vue à 360°

3000m

PROGRAMME

Flore de montagne

Hors sentier

Ongulés

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 de Terre Rouge – 6h de marche / 9,5km / 610m D+ et 900m D-

Là, vous regardez la distance et le dénivelé, et vous vous dites... Facile !!! ... Ne vous fiez pas aux apparences ! Cette magnifique étape, ouvrant des panoramas sur la Vanoise et sur les Ecrins, fera l'objet d'un passage hors sentier nécessitant de se frotter aux difficultés de marcher dans un pierrier. A moins que le groupe ne préfère dérouler du sentier balisé avec 17km et 850m de dénivelé +, pour 7 heures de marche avec une pause au refuge des Marches. Selon les conditions, ce pourrait être la neige encore présente qui décidera pour nous. Bref ! Une journée pleine de suspense !!! Le refuge de Terre Rouge ne vous laissera pas indifférent(e).

Nuit au refuge de Terre Rouge

Jour 4 : Terre-Rouges – Refuge de Drayères – 7 à 8 h de marche / 15km / 1050m D+ et 1050m 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 où il fera bon de flâner nostalgiquement en repensant à l'ascension réalisée.

Nuit au refuge de Drayères

Jour 5 : Drayères – Refuge du Clôt des Vaches – 5h de marche / 11,5km / 600m D+ et 500m D-

Une étape toute en douceur pour se remettre du Thabor, mais non sans intérêt : nous passons par la source de la Clarée, puis nous rentrons dans les Cerces où nous attendent la Sauma, la Moulinière et la Cassille ! En d'autres termes, nous basculerons dans les Alpes du Sud et ce devrait être l'occasion de le découvrir l'épinard sauvage !!! Enfin, nous nous laisserons descendre sur ce magnifique refuge flambant neuf : Le Clôt des Vaches.

Nuit au refuge du Clôt des Vaches

Jour 6 : Clôt des Vaches – Refuge du Chardonnet – 6h de marche / 11km / 780m D+ et 800m D-

Nous quittons le Clôt des Vaches pour le col des béraudes, une ascension dont vous devriez vous rappeler par la forte pente de la partie finale. Ensuite, ce sera récompense panoramique au sommet. Passerons-nous par le lac Sorcier ? Si le groupe en a les capacités, ce serait formidable. Quoi qu'il arrive, il y a deux lacs rien que pour nos yeux : Le Bleu du lac des Beraudes, comme nulle part ailleurs, et le fabuleux Lac Rouge, isolé de toute communication téléphonique, terre de repos de nombreuses espèces animales. 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 Ombière, du Col du Raisin et de la Pointe du Demi visibles depuis la terrasse !

Nuit au refuge du Chardonnet

Jour 7 : Chardonnet – Refuge de Buffère – 6h de marche / 11,5km / 600m D+ et 700m D-

Direction le col de Roche Noire pour passer à côté du fameux Pic Ombière, et redescendre le vallon de la Moulette. J'adore cet endroit, on s'y sent bien. L'endroit est agréable, et la vue sur les Ecrins est sublime. Puis nous rejoindrons le col de Buffère, au pied du Grand Aréa, que je vous proposerai de gravir en option. Il en vaut le détour. Enfin, nous rejoindrons notre dernier refuge de ce Trek : Buffère, pour un dernier regard sur le Massif du Thabor.

Nuit au refuge de Buffère

Jour 8 : Buffère – Retour à Névache – 3h de marche / 7,5km / 130m D+ et 600m D-

Cette dernière étape nous laisse plusieurs options : si le groupe souhaite déjeuner à Névache, nous filons tout droit. Sinon, une option nous permettra de monter au Grand Aréa, si il n'a déjà pas été gravi la veille, ou à la Guardiole, pour une belle étape en altitude avant de redescendre à notre point de départ.

Fin du Trek à partir de 13h00, selon options.

Le Thabor, le lac rouge, et tout le reste ... on y retourne ? !!!

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 8, 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 :

8 jours et 7 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 8;
- ✓ 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**.
- ✓ Batterie externe.

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
- ✓ Bouchons d'oreille, Déodorant.

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.