En balcon sur la Durance, le massif des Ecrins se dresse fièrement du haut de ses 4102 m. Dès votre arrivée dans cette vallée, une vraie ambiance montagne vous saisira avec en toile de fond le Pelvoux, un des sommets mythique qui dominera votre semaine de randonnée nordique.
En compagnie d'un moniteur "du pays", vous gouterez aux joies de ce ski "écolo", sur des pentes adaptées à un niveau perfectionnement.
Le soir, un hébergement chaleureux clôturera votre journée physique autour d'une séance de SPA et les bons petits plats maison préparés avec soin.

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil et installation
Accueil à 18h30 à la gare TER de l'Argentière - Les Ecrins (20mn de votre hébergement, transfert possible).

Installation pour 5 nuits puis présentation du séjour et distribution du matériel par votre moniteur

Jour 2 : La vallée de chambran
Au départ de notre auberge à travers champs et forêt nous rejoindrons la route puis le sentier large qui mène au hameau pastoral de Chambran.

À partir de ces quelques maisons, s'ouvre un vaste plateau qui se redresse pour rejoindre plein nord le col de l'Echauda et vers l'ouest le lac du même nom.
Pour cette première journée nous ne dépasserons pas l'altitude de 1800. Retour par la descente la plus douce

DÉNIVELÉ + : 500 m
DÉNIVELÉ - : 500 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en auberge

Jour 3 : La combe de Narreyroux
Court transfert à la chapelle Saint Vincent pour démarrer notre montée en direction du hameau de Narreyroux ; notre itinéraire longe le torrent de la Combe pour arriver dans ce magnifique vallon perché.

Dominés par les sommets de la Pendine et de l'Aiglière notre but sera d'atteindre le pied des cascades qui franchissent l'ancien verrou glaciaire.

Retour en suivant la route carrossable non déneigée pendant tout l'hiver.

DÉNIVELÉ + : 550 m
DÉNIVELÉ - : 550 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en auberge

Jour 4 : Au pied du Pelvoux
Quatre kilomètres de montée progressive permettent de rejoindre Ailefroide depuis le tunnel des Claux.
Ce hameau non habité l'hiver, haut lieu de l'alpinisme pendant l'été nous accueillera dans un silence favorisant l'approche de la faune.

Nous longerons les pentes abruptes du Pelvoux pour atteindre le pré de Madame Carle duquel nous apercevrons les premiers séracs du glacier blanc.

La barre et le dôme des Ecrins resteront cachés derrière d'impressionnantes falaises. Retour par le même itinéraire

DÉNIVELÉ + : 580 m

DÉNIVELÉ - : 580 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en auberge

Jour 5 : Tête d'Oréac - refuge de la Pousterle
Nous quitterons notre auberge pour une nuit en refuge.

Du village de Puy Saint Vincent parmi les chalets isolés à travers mélèzes et zones déboisées pour le pâturage nous monterons jusqu'à la tête d'Orac qui domine la très longue vallée du Fournel.
La traversée du plateau nous permettra de descendre jusqu'à notre petit refuge au confort douillet.

DÉNIVELÉ + : 680 m
DÉNIVELÉ - : 650 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

Jour 6 : Les Têtes
Nous chausserons les skis à la porte de notre refuge pour nous hisser jusqu'aux Têtes un des plus beaux panoramas en 360 ° de la région.
Puis longue descente douce jusqu'au village de Puy Sant Vincent.
Retour à l'auberge pour récupérer nos bagages.
Dispersion, retour en gare de l'Argentiere pour 15h.

DÉNIVELÉ + : 320 m
DÉNIVELÉ - : 650 m

En fonction des conditions de neige, du niveau du groupe et de la disponibilité dans les refuges, le programme peut être modifié, notament la nuit en refuge qui pourra être réalisée au refuge de Mautino sur les hauteurs de Briançon.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Accueil à la gare de l'Argentiere les Ecrins a 18h30 par le TER Via Valence ou Marseille.
Dans tous les cas, les réservations de ces navettes sont obligatoires à la réservation. Les places seront limitées aux personnes ayant réservées.

EN VOITURE :

De Grenoble, 2 itinéraires sont possibles pour rejoindre Pelvoux :
- Via Gap
- Via le col du Lautaret et Briançon

Au niveau de l'Argentière la Béssé, prendre la direction Pelvoux - Valouise
Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites : www.viamichelin.fr www.mappy.fr.
Attention : les cols de l'Izoard, Agnel et Galibier sont fermés l'hiver. Certains sites ou GPS prévoient de vous y faire passer, mais l'accès y est complètement impossible. De même, ne pas prendre les options par le tunnel du Fréjus et Oulx qui sont beaucoup plus longues et très coûteuses. Renseignez-vous sur l'état de la route du col au 04 92 24 44 44 (répondeur).

DISPERSION

Le vendredi vers 17h à la gare de l'Argentière - Les Ecrins

NIVEAU

Moyen : 2 skieurs
400 m à 700 m de dénivelé par jour
5 à 6 h de ski par jour
Évolution sur pistes forestières et alpages

HEBERGEMENT

L' Auberge La Blanche se situe à **Pelvoux en Vallouise**, porte du **Parc National des Écrins** dans les Hautes-Alpes.
Karine et Laurent seront heureux de vous accueillir au fil des saisons dans leur vaste maison datant de 1651, voûtée et typique de la vallée de la Vallouise, Gîte d'étape et de séjour classé 3 épis Gîte de France.
Quinze petites **chambres** douillettes et confortables, une **cuisine** familiale et traditionnelle à partager dans leur auberge.
Chambres de 4 places, sanitaires à partager, literie fournie, serviettes à prévoir. Possibilité de chambre double, supplément de 50€ par personne.
Une nuit en refuge de montagne innaccéssible ! nous choisirons en fonction de la météo et de l'état de l'enneigement le refuge de la Pousterle, Dormillouse ou Mautino en Italie.
Tout le charme d'une grande maison de famille à deux pas des stations de Pelvoux-Vallouise, de Puy Saint-Vincent et des sentiers de randonnée...
Attention : Les structures d'accueil dans ces vallées reculées sont parfois très limitées en capacité. Nous pourrons être amené, contre notre volonté, à modifier le lieu

d'hébergement, sans préavis de notre part si l'auberge de la Blanche n'avait plus de disponibilités.
Dans ce cas, aucune contrepartie financière ne pourrait être demandée.

TRANSFERTSINTERNES

PORTAGE DES BAGAGES

Vous devez conditionner l'ensemble de vos affairesen 2 sacs : 1 sac à dos et 1 grand sac de voyage souple.
1 - Le sac à dos :
Sac à dos de randonnée d'une capacité de 35 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée (Vêtement chaud, gourde, pique-nique, appareil photos, jumelles, …)
2 - Le grand sac de voyage souple :
Il doit contenir le reste de vos affaires.
Vous devrez prévoir vos affaires pour la nuit au refuge de Dormillouse, votre sac ne sera pas transporté.

Vous devrez prévoir vos affaires pour la nuit au refuge, votre sac ne sera pas transporté.

GROUPE

Groupe : de 4 à 10 participants.

ENCADREMENT

Moniteur de ski spécialisé dans la pratique de la randonnée nordique.

MATERIEL FOURNI

Pharmacie collective
Trousse de premiers secours placée sous la responsabilité de votre accompagnateur.

Matériel fourni:

- Chaussures et skis de randonnée nordique.
- DVA - Pelle et sonde
- Bâtons télescopiques
- Trousse de premiers soins
- Matériel de sécurité individuel

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements :

- Chaussettes de laine chaudes. Éviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax ou de laine.
- Guêtres.

- Chaussures de randonnée montantes et imperméables.
- Chaussures détente pour le soir (tennis) et après skis.
- Pantalon ou salopette de montagne ou de ski imperméable.
- Un collant thermique type Carline.
- Tee-shirt ou sous-vêtements chauds et respirants. Évitez le coton, très long à sécher, préférez les matières synthétiques type nylon (polypropène).
- Pull-over chaud ou fourrure polaire.
- Veste style Gore-tex.
- Bonnet chaud et cagoule en soie ou polaire.
- Paire de moufles et gants en soie ou polaire (à utiliser sous les moufles).
- Paire de moufles de rechange ou gants.
- Tenue d'intérieur
- Maillot de bain

Équipement :

- Une protection solaire efficace (lunettes filtrantes et crème protectrice) à mettre impérativement dans le sac à dos.
- Tampon « Ear » contre les ronflements.
- Boules Quiès.
- Nécessaire de toilette léger.
- Du papier hygiénique (pour les randonnées) et des mouchoirs.
- Serviette de bain (une serviette vous est fournie, en prévoir d'autres si besoin).
- Un grand sac plastique pour protéger l'intérieur de votre sac en cas de pluie.
- Gourde isotherme (1,5 litre minimum).
- Lampe de poche.
- Couteau pliant type Opinel, cuillère et boite plastique étanche, type Tuperware de 300 ml environ !
- Appareil photo.

Couchage : Draps et couvertures fournis, prévoir un drap sac pour la nuit au refuge de Dormillouse..

Pharmacie personnelle :

- Une pharmacie personnelle contre la fatigue musculaire, les troubles digestifs du froid et de l'altitude
- Les ampoules
- Vos médicaments habituels
- Bande adhésive élastique (élasthoplast : 5 cm x 2,5 m)
- Jeux de pansements adhésifs, compresses désinfectantes
- Double peau (protection contre les ampoules disponibles en pharmacie).

LE PRIX COMPREND

L'encadrement,
le prêt du materiel,
bâtons et matériel de sécurité,
l'hébergement en pension complète sauf les boissons.

LE PRIX NE COMPREND PAS

Le transport aller-retour jusqu´au lieu de rendez–vous,
Les assurances,
Les frais d'inscription,
Les boissons,
Vos dépenses,
Prévoir un budget pour vos boissons et achats personnels.