

Découverte des trésors naturels des Écrins

Partez à la découverte du majestueux Massif des Écrins lors d'un séjour de randonnée inoubliable ! Plongez au cœur du Parc National des Écrins et laissez-vous émerveiller par la diversité de ses paysages. De sommets vertigineux en hameaux isolés, des glaciers ancestraux aux étincelants lacs d'altitude, chaque journée réserve son lot de merveilles à explorer.

Vous serez logé dans un hôtel chaleureux niché au cœur de la vallée de Freissinières. Un emplacement stratégique pour partir à la conquête de ces trésors naturels, tout en profitant d'un havre de repos après vos aventures en montagne.

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil et installation dans votre hôtel

Accueil à la gare de Montdauphin par votre guide et transfert à votre hôtel à Freissinières.

Installation pour 5 nuits puis présentation du séjour par votre accompagnateur.

HEBERGEMENT : en hôtel**

Jour 2 : La vallée de Freissinières

Partons pour une première journée démarrant depuis la source de la Biaysse, où nous sommes immédiatement animé par le chant du Toglodyte mignon, égayant le mélézin qui nous entoure. Au fil de notre randonnée, suivant les méandres des torrents tumultueux, nous découvrons une succession de lacs scintillants. Les flancs des montagnes qui nous dominent se parent tantôt de falaises abruptes, tantôt de paisibles prairies, agrémentées de tapis de rhododendrons en fleurs, teintant le paysage de touches roses.

La boucle prend une dimension culturelle en nous conduisant vers un hameau vaudois isolé en altitude, qui fut le berceau de la première école normale de France.

HEURES DE MARCHE : 5h30

DÉNIVELÉ + : 750 m

DÉNIVELÉ - : 750 m

HEBERGEMENT : en hôtel**

Jour 3 : Le lac de l'Eychauda

Au départ de Chambran, notre itinéraire emprunte le célèbre GR54. Progressivement, le sentier nous éloigne des verts pâturages du vallon de Chambranet où les marmottes sifflent joyeusement, pour nous plonger dans un paysage de plus en plus minéral. Après une succession de lacets serrés, le cirque majestueux de la Crête des Grangettes se dévoile, annonçant l'arrivée tant attendue au lac de l'Eychauda, perché à 2514 mètres d'altitude ! Pour les plus courageux, vous pouvez poursuivre l'ascension vers le col des Grangettes, culminant à 2684 mètres. Là-haut, vous serez récompensé par une vue imprenable sur les eaux scintillantes du lac de l'Eychauda, ponctuées de blocs de glace.

HEURES DE MARCHE : 5h30

DÉNIVELÉ + : 750 m

DÉNIVELÉ - : 750 m

HEBERGEMENT : en hôtel**

Jour 4 : Le Glacier Blanc

Départ en direction du Pré de Madame Carle pour une journée ambiance haute montagne. Ici, les glaciers dominent encore le paysage, recouvrant le sol de leur manteau de glace pour quelque temps encore. Plus de forêts à l'horizon, mais plutôt des rochers et des étendues glacées ! Heureusement, un sentier balisé nous guide tout au long du chemin, inutile donc d'enfiler les crampons.

Au fil de notre progression, nous croiserons chamois et chocards, ces habitants agiles des hauteurs, et bien sûr, les marmottes, toujours curieuses malgré le flot constant de

randonneurs et d'alpinistes. Certaines d'entre elles se laisseront même approcher à quelques pas seulement.

Notre périple nous mènera jusqu'au refuge du Glacier Blanc, où nous ferons halte pour reprendre des forces. Pour les plus motivés d'entre nous, une dernière montée nous permettra d'atteindre le glacier, aux pieds de la mythique Barre des Écrins qui culmine à 4102 mètres d'altitude.

HEURES DE MARCHE : 5h30

DÉNIVELÉ + : 620 m

DÉNIVELÉ - : 620 m

HEBERGEMENT : en hôtel**

Jour 5 : Le vallon de Tramouillon

Départ depuis le pittoresque hameau du Ponteil pour une journée de randonnée exceptionnelle. Nous serpenterons à travers le vallon de Tramouillon, accompagnés par le torrent qui danse joyeusement entre les bois de mélèzes et d'arolles. Dans les falaises qui découpent le paysage, quelques bouquetins ont élu domicile dans les parois rocheuses. Le col, façonné par d'anciens glaciers, nous récompensera de ses vues spectaculaires. Du sommet, un panorama époustouflant s'étend devant nous, dévoilant le nord de la vallée de la Durance. Du majestueux Mont-Viso (3841 m) à l'est, en Italie, aux sommets imposants des Écrins, avec la Barre des Écrins culminant à 4102 mètres, en passant par les vestiges des fortifications de Vauban dans le Briançonnais, chaque regard révèle une nouvelle splendeur de cette région montagneuse.

HEURES DE MARCHE : 5h30

DÉNIVELÉ + : 700 m

DÉNIVELÉ - : 700 m

HEBERGEMENT : en hôtel**

Jour 6 : Le lac Fangeas et hameau de Dormillouse

Pour notre dernière journée, nous irons découvrir les hauteurs de la vallée de Freissinières. Au programme une cascade impressionnante, un beau mélézin, un lac idyllique, une petite sente secrète et le seul hameau encore habité du parc de Écrins. Si l'on rajoute une vallée à l'histoire tumultueuse la journée sera trop courte !

Pour notre ultime journée de randonnée, nous irons à la découverte de la haute vallée de Freissinières. Notre programme promet une succession de merveilles : une cascade majestueuse, un beau mélézin, la quiétude d'un lac idyllique, et enfin, la découverte du seul hameau encore habité du Parc National des Écrins. Avec en prime une vallée marquée par une histoire tumultueuse, cette journée s'annonce bien trop courte pour tout découvrir !

HEURES DE MARCHE : 5h

DÉNIVELÉ + : 600 m

DÉNIVELÉ - : 600 m

Le programme est donné à titre indicatif. Le guide reste seul juge du programme qu'il peut modifier à tout instant, pour des raisons de sécurité ou en fonction des conditions

météorologiques, ou bien par rapport au niveau physique et technique des randonneurs. Les indications pour les temps de montée et d'étapes sont données à titre indicatif.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Si vous arrivez en train, vous devrez prendre le « pack mobilité » (40€ à réserver à l'inscription) et votre guide passera vous prendre à 18h20 précise à la gare de Montdauphin-Guillestre (le pack mobilité vous permet également de bénéficier des déplacements pour accéder aux départs des randonnées pendant votre séjour).

Le « pack mobilité » est à réserver à l'inscription.

Si vous arrivez en voiture, l'accueil se fait à l'hôtel à Freissinières.

DISPERSION

Le jour 6 vers 17h à la gare de Montdauphin-Guillestre.

NIVEAU

Niveau physique moyen

400 m à 700 m de dénivelé par jour

5 à 6 h de marche par jour

Évolution sur pistes forestières et sentiers de montagne

HEBERGEMENT

Hébergement en hôtel** à Freissinières.

L'hôtel est équipé d'un sauna, un accès par personne et par personne est inclut dans le séjour. Possibilité d'avoir plus de créneau sur place (en supplément).

Les chambres sont toutes équipées de salle de bain, WC et lavabo privatif.

Possibilité de chambre individuelle selon disponibilités.

Attention : Les structures d'accueil dans ces vallées reculées sont parfois très limitées en capacité. Nous pourrions être amené, contre notre volonté, à modifier le lieu d'hébergement, sans préavis de notre part si l'hébergement n'avait plus de disponibilités.

TRANSFERTS INTERNES

Les quelques déplacements pour se rendre au départ des randonnées seront réalisés avec les véhicules personnels de chacun des participants.

Pour les personnes arrivant en train, nous vous proposons un pack mobilité pour maximum 8 participants sur le groupe (1 minibus 9 places conduit par l'accompagnateur).

PORTAGE DES BAGAGES

Vous devez conditionner l'ensemble de vos affaires en 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.

GROUPE

Groupe de 4 à 15 participants.

ENCADREMENT

Accompagnateur en moyenne montagne (BE).

MATERIEL FOURNI

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,

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, une boîte plastique étanche type tuperware d'une capacité de 300ml, cuillère.

Appareil photo.

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 (élastoplast : 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,
- L'hébergement en pension complète sauf les boissons,
- L'accès au sauna une fois dans la semaine,
- L'accès depuis la gare de Montdauphin avec le pack mobilité,
- Les frais d'inscriptions,
- Les frais d'organisation,
- Les taxes de séjour.

LE PRIX NE COMPREND PAS

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