



## L'ECHAILLON

Hôtel\*\*, SPA & Activités

05100 NÉVACHE

Tél : 04 92 21 37 30

infos@echaillon.com

[www.sejours-echaillon.com](http://www.sejours-echaillon.com)

Été 2024

# LE TOUR DU THABOR

## Clarée – Savoie – Thabor

Randonnée itinérante accompagnée en refuges  
6 jours, 5 nuits, 6 jours de marche



*Aux confins des Hautes-Alpes, de la Savoie et de l'Italie, au cœur d'un massif exceptionnellement riche de l'Histoire de la frontière entre royaumes Français et Sarde, le mont Thabor trône en maître des lieux, placide et inamovible. Au départ de Néevache, nous vous proposons une randonnée d'envergure, à cheval sur les territoires Néevachais et Mauriennais, à la rencontre de ces montagnes sauvages et minérales, en groupe de 8 personnes maximum.*

*Un circuit original, de refuge en refuge, de lac en lac, de vallée en vallée, qui satisfera les randonneurs qui apprécient les grands espaces et les longues journées de marche. Un itinéraire ponctué de l'ascension de sommets qui offrent de splendides panoramas. A découvrir absolument !*

SARL GENTIL, L'ECHAILLON IM005130001

Garant financier : APST 15, av Carnot 75017 Paris

TVA intracommunautaire : FR3840279613000019

Assurance professionnelle : BEST ASSUR HOTEL, **contrat N°2D0182500327**

Assurance frais médicaux et interruption de séjour et d'activité

Chez Assurinco Assurance Voyage, 122 bis quai de Tounis, BP 90932, 31009 Toulouse cedex,

[www.assurinco.com](http://www.assurinco.com) – **contrat vagabondage N°4637**

**L'Echaillon est adhérent au réseau Vagabondages**

**Et à celui des Hôtelières Randonneurs.**



# **PROGRAMME**

## **Jour 01 : Névache – col des Acles – Côte Névachaise - Granges de la vallée étroite**

Rendez-vous à 9h30 à l'hôtel l'Echaillon à Névache (1600 m), où, si elle vous a accompagné, vous pourrez garer votre voiture pour la semaine. Depuis l'hôtel, nous descendons vers le village de Plampinet (1480 m) -en guise de réveil musculaire, d'où nous empruntons la piste qui monte vers le petit hameau isolé des Acles. Nous faisons alors le tour du Guion par le col des Acles (2260 m) et la côte Névachaise pour rejoindre le col de l'Echelle (1779 m). Depuis la crête, nous avons une superbe vue sur la vallée étroite et le Thabor. Nous rejoignons la vallée par le passage de l'échelle et longeons son torrent jusqu'aux Granges.

**1100m de montée - 950m de descente - 7 à 8 heures de marche**

## **Jour 02 : Granges de la vallée étroite – Mont Thabor - Refuge du Thabor**

Depuis le refuge (1765 m), nous remontons la vallée étroite vers les anciennes mines de Blanchet et le Prat du Plan (2200 m). Sous les contreforts du Grand Seru, nous suivons le chemin de croix qui mène à la chapelle du Mont Thabor, d'abord dans les alpages broutés par les vaches italiennes, puis par les croupes orange caractéristiques de ce sommet (3178 m). C'est ensuite la descente vers le col des Méandes, et une petite ascension finale pour le refuge par le col de la Vallée Etroite (2434 m).

**1500m de montée - 800m de descente - 7 à 8h de marche**

## **Jour 03 : Refuge du Thabor – Pointe et col des Sarrasins – Refuge des Marches**

Nous commençons la journée en descendant sous le Mounioz par les chalets du même nom. Nous remontons le vallon où coule le ruisseau des Sarrasins, pour grimper la pointe des Sarrasins (2963 m). Une belle promenade d'altitude avec un panorama à 360 degrés, en particulier sur les sommets de la Maurienne et de la Tarentaise, et un aperçu de l'in vraisemblable ancienne mine de galène. Nous rejoignons ensuite le col des Sarrasins (2844 m), pour descendre vers le refuge des Marches (2230 m), niché dans sa vallée au-dessus du grand lac artificiel de Bissorte.

**900m de montée - 1200 m de descente - 5 à 6h de marche**

## **Jour 04 : Refuge des Marches – Passage du Pic de Thabor – Pointe de Terre Rouge – Refuge Terre Rouge**

Une journée haute en couleur ! Depuis le refuge, nous remontons le vallon le long du torrent de Bissorte, jusqu'au cirque rocheux niché sous le Pic du Thabor (3207 m). A son pied nous découvrons le passage du Pic de Thabor (2952 m), dans un cadre géologique extraordinaire. De là, nous gravissons l'étonnante Pointe de Terre Rouge (3080 m), qui mérite bien son nom. L'itinéraire de descente vers le refuge Terre Rouge (2182 m) sera au choix de votre accompagnateur qui aura plusieurs options, selon la forme du groupe et la météo.

**900m de montée- 950m de descente - 6 à 7h de marche**

## **Jour 05 : Refuge Terre Rouge – Col de Valmeinier – Lacs des Muandes - Refuge de Ricou**

Nous retournons vers les Hautes-Alpes et la vallée de Névache aujourd'hui, en remontant le vallon de Neuvache, jusqu'aux lacs des Glaciers et au col de Valmeinier, puis à la Roche du Chardonnet (2950 m). Une descente facile nous mène aux différents lacs du vallon des Muandes. Depuis le lac Long, nous partons pour une longue traversée en balcon jusqu'au refuge Ricou (2115 m).

**800m de montée – 900m de descente - 6h30 à 7h30 de marche**

## **Jour 06 : Refuge de Ricou – Pic du Lac Blanc – le Vallon - Névache**

Un classique de la vallée de la Clarée, de toute beauté, et qui nous offrira un dernier point de vue sur le Thabor (et le Mont Blanc... parmi tant d'autres) : nous montons au Pic du Lac Blanc qui « flirte avec les 3000 » à 2980 mètres. Puis c'est l'heure du retour vers la civilisation à Névache en empruntant le long vallon du vallon pour une redescente en douceur. Dispersion prévue vers 16h30.

**900m de montée- 1400m de descente - 6 à 7 h de marche**

**Nous pouvons être parfois amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain, etc.), soit directement du fait de l'accompagnateur (météo, niveau du groupe, etc.). Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !**

## **FICHE PRATIQUE**

### **ACCUEIL**

Le dimanche matin, à 9h30 à l'hôtel l'Echaillon à Névache. Si vous arrivez en retard : le jour même, en cas de retard de dernière minute, appelez-nous au 04 92 21 37 30.

### **DISPERSION**

Vers 16h30 à Névache le vendredi au même endroit.

### **NIVEAU**

Randonneur niveau 4 sur une échelle de 5 :

- 6 à 8 h de marche par jour
- Itinéraire de montagne avec des dénivelées de 900 à 1200 (et +) mètres cumulés en montée et/ou en descente.
- Sac à dos : vous portez vos affaires de la journée et vos affaires pour la semaine tous les jours. Il n'y a pas de portage organisé sur ce circuit.

### **GROUPE**

Le séjour sera confirmé à partir de 5 personnes inscrites. Nous limitons le groupe à un maximum de 8 personnes (plus l'accompagnateur).

### **ENCADREMENT**

Par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, connaissant très bien le massif.

### **HEBERGEMENT / REPAS**

L'hébergement du soir se fait en refuges de montagne, en dortoirs de 4 à 12 places selon le refuge. Certains sont presque des auberges et d'autres un peu plus rustiques. Cela participe au charme de la randonnée en montagne : le dépaysement y compris dans l'hébergement, la simplicité d'un habitat « refuge » partagé, l'hospitalité des gardiens...

Si vous avez peur du ronflement des voisins (ou du guide, hein !), emportez vos boules « Quies » ! Depuis l'engouement initial pour la randonnée dans les années 70, les refuges ont bien évolués, et cherchent à constamment s'améliorer pour séduire de nouveau une clientèle qui aurait tendance à les bouder. Venez en juger par vous-même, vous ne le regretterez pas ! Vous trouverez des douches presque dans chaque refuge maintenant mais il faudra partager le « temps » sous la douche.

### **HEBERGEMENT AVANT OU APRES LA RANDONNEE**

Si souhaitez arriver la veille ou repartir le lendemain, nous vous accueillons avec plaisir à l'hôtel, en demi-pension à partir de 88 € selon la date, en chambre à 2 places. Merci de réserver à l'inscription avec acompte.

### **PORTAGE DES BAGAGES**

Nous n'organisons pas le portage des bagages sur ce circuit. Son éloignement et sa position à cheval entre plusieurs vallées entraîneraient un surcoût rédhibitoire, alors nous avons décidé de vous proposer une formule « à l'ancienne », où chacun porte ses affaires pour la semaine. Cela oblige à un peu de réflexion sur ce qu'il est vraiment nécessaire d'emporter avec soi pour passer une belle semaine. Et finalement, grâce à Dame Nature, c'est peu !

Vous pourrez laisser votre sac de voyage avec ce dont vous n'avez pas besoin à l'hôtel. Vous le retrouverez à la fin du séjour.

## EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements :

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

Un sous-pull à manches longues en matière respirante.

Une veste en fourrure polaire chaude.

Une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable.

Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable. Ces 3 couches doivent toujours être dans votre sac à dos car en montagne le temps change très vite.

Prévoir des vêtements qui séchent rapidement et donc proscrire le coton (sauf pour le soir au refuge). Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Essayer d'éviter les anoraks : trop chauds et encombrants.

### Dans votre sac à dos :

- 1 sac à dos de 40/50 litres.
- 2 bâtons télescopiques.
- 1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante.
- 2 ou 3 T-shirts à manches courtes, respirant.
- 2 ou 3 paires de chaussettes de marche.
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- 1 cape de pluie.
- 1 chapeau ou casquette contre le soleil.
- 1 petit bonnet léger avec des petits gants en polaire pour se protéger du froid ou du vent.
- 1 pantalon de trekking ample.
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle de type Vibram. Penser à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps
- 1 paire de guêtre basse (facultative)
- **Obligatoire** : 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité.
- **Obligatoire** : 1 crème solaire et stick à lèvres protecteur.
- 1 maillot de bain (facultatif, seulement si vous pensez vous baigner dans un lac ou torrent) et une serviette de toilette (peu encombrante et qui sèche rapidement)
- 1 thermos ou une gourde (1,5 litre minimum).
- 1 couteau de poche de type Opinel/couteau suisse.
- 1 petite pochette (de préférence étanche) où vous avez mis votre argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- 1 petit rouleau de papier toilette, des mouchoirs.
- 1 boîte plastique hermétique (contenance 0,3 litre minimum) + gobelet + couverts.
- 1 lampe frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie.
- 1 appareil-photo et/ou jumelles (facultatif).
- 1 autre pantalon confortable pour le soir.
- Des sous-vêtements.
- 1 nécessaire de toilette.
- 1 paire de Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- **Obligatoire** : 1 drap-sac pour les refuges. Les duvets sont inutiles.

### **Pharmacie personnelle :**

- Vos médicaments habituels.
- Des médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- Des pastilles contre le mal de gorge.
- **Obligatoire** : une bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8cm de large,
- Des jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- Des doubles peaux (type Compeed ou SOS ampoules).
- Une pince à épiler.

### Votre sac à dos ne devrait pas dépasser 8kg (sans l'eau et le picnic) !

- Les vêtements mouillés peuvent sécher tous les soirs au refuge. Il est inutile de prévoir un change complet pour chaque jour.
- En refuge, il y a toujours des « chaussons » fournis, type Crocs ou sabots, vous n'avez pas besoin de vous charger d'une paire de chaussures supplémentaires (des sandales à la rigueur)
- Votre trousse de pharmacie doit être réduite au maximum. Dans votre sac à dos, vos médicaments personnels, quelques pansements, élastoplaste, etc.
- Pour la trousse de toilette, privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages.
- Si vous partez pour plusieurs semaines, pensez à mettre dans un deuxième sac les affaires dont vous n'aurez pas besoin durant votre randonnée.

### **DATES ET PRIX**

Du dimanche 07 au vendredi 12 juillet  
Du dimanche 14 au vendredi 19 juillet  
Du dimanche 21 au vendredi 26 juillet  
Du dimanche 28 juillet au vendredi 02 août  
Du dimanche 04 au vendredi 09 août  
Du dimanche 11 au vendredi 16 août  
Du dimanche 18 au vendredi 23 août  
Du dimanche 25 au vendredi 30 août

### **TARIF UNIQUE 730€**

#### **LE PRIX COMPREND**

- Les frais d'organisation et d'encadrement
- La nourriture et l'hébergement en pension complète du picnic du jour 1 à celui du jour 6
- Les transferts prévus au programme

#### **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Les boissons et les dépenses personnelles
- Les transports aller et retour à Névache
- Les assurances annulations, assistance, rapatriement et interruption de séjour (facultative)

## **POUR EN SAVOIR PLUS**

### **ACCÈS A NÉVACHE**

Pour nous rejoindre dans notre belle vallée, préservée et donc un peu éloignée, plusieurs solutions s'offrent à vous. Les voici brièvement exposées, l'idéal est que vous nous appeliez pour que nous vous guidions dans cette planification importante pour la réussite de vos vacances :

#### **Les rails**

Depuis Paris, vous avez plusieurs possibilités :

Soit en arrivant côté italien par le Paris / Saint Michel-Valloire + bus St Michel-Valloire / Briançon.  
Soit Paris / Grenoble + bus Grenoble / Briançon  
Soit en arrivant directement Paris / Briançon, par le train de nuit ou les trains de jours  
Depuis Marseille ou Valence, il y a des TER directs pour Briançon.

#### Pour faire Briançon / Névache :

Soit en navette régulière (en saison)

Soit en taxi ou transport privatif en fonction des horaires et du nombre de personnes.

Au moment de votre réservation pensez à nous communiquer vos horaires d'arrivée.

### **N'hésitez pas à nous appeler, nous vous aiderons dans votre démarche !**

**La route :** vous pouvez venir en voiture jusqu'à l'hôtel, où il y a un grand parking pour vous garer. Nous serons rapides dans ce descriptif, en ces temps modernes où les GPS équipent nos voitures et nos téléphones.

Depuis le sud, vous remontez la vallée de la Durance pour rejoindre Briançon.

Depuis le nord et l'ouest, vous pouvez comme les cyclistes passer par le col du Lautaret et son panorama spectaculaire, ou choisir le confort (et son prix) du passage par l'Italie, grâce au Tunnel de Fréjus, réplique routière du projet ferroviaire ambitieux du milieu du XVIIIème siècle.

Pensez au covoiturage !

**Les airs :** vraiment l'avion n'est plus trop tendance, mais si vous venez de très loin, (notre réputation étant internationale !), vous pourrez atterrir à Lyon ou à Turin, d'où vous trouvez des navettes pour Briançon !

### **INFORMATIONS ANNEXES**

A Névache, nous sommes un peu au bout du monde, nous ne disposons malheureusement pas de distributeurs de billet, ni de pharmacie, ni de station-service... Pour un déroulement plus serein de votre séjour, pensez à bien vous organiser en conséquence.

### **CLIMAT**

« 300 jours de soleil par an » Les Alpes du sud portent bien leur nom. L'influence méditerranéenne se fait sentir par un ensoleillement généreux.

L'air est pur et sec donc parfait pour les sportifs comme vous ayant besoin d'oxygénation !

Par rapport à une grande partie de la France, une des autres caractéristiques du climat des Hautes Alpes, ce sont les écarts de température (continentalité). Les écarts saisonniers sont élevés mais surtout les écarts entre le jour et la nuit sont importants.

### **ENVIRONNEMENT et TOURISME RESPONSABLE**

Névache est un écrin naturel préservé.

C'est un site classé et une zone Natura 2000. Ce classement européen a pour objectif de favoriser le maintien de la biodiversité tout en tenant compte des exigences économiques, sociales et régionales.

A ce titre l'hôtel a pris des engagements pour agir pour un tourisme responsable : recyclage des déchets, économie d'eau et gestion de la consommation d'électricité. Pour les repas, c'est le circuit court et bio qui est privilégié.

Nous vous demandons d'adopter un comportement éco responsable durant votre séjour.

### **LE SAVIEZ-VOUS ?**

Névache fait partie du top 20 des plus grandes communes de France avec pas loin de 192 km<sup>2</sup>. Voilà de quoi user vos souliers !

La commune est peuplée de 359 Névachais contre 940 âmes en 1836 ou encore seulement 119 irréductibles en 1975.

Névache est traversée par le 45<sup>ème</sup> parallèle nord, c'est-à-dire qu'elle se situe à égale distance du pôle Nord et de l'équateur.

La Clarée aurait dû donner son nom à la Durance car au niveau du confluent, le débit et surtout la longueur de la Clarée sont supérieurs à ceux de la Durance.

### Un peu d'histoire :

Dans les années 80-90, un projet autoroutier visant à relier Marseille à Turin prévoit de percer un tunnel sous le col de l'échelle et de créer une autoroute dans la vallée de la Clarée. C'est en juillet 1992 que Ségolène Royal, alors ministre de l'Environnement, signe le décret de classement de toute la vallée.

Le territoire de la commune s'est agrandi de la Vallée Étroite (auparavant italienne) en 1947, à la suite des rectifications de frontière après la Seconde Guerre mondiale. Cet ajout constitue une exception à la règle faisant passer les frontières aux lignes de partage des eaux.

### **TRÈS IMPORTANT**

**L'encadrement se réserve le droit de modifier le programme quelle qu'en soit la cause (conditions météorologiques, niveau technique des participants, surcharge éventuelle des refuges, etc....) dans le souci d'un meilleur déroulement du séjour.**

## **RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION À**

### **L'ÉCHAILLON**

**Hôtel \*\*, SPA & Activités**

Hameau du Roubion 05100 NEVACHE

TÉL : 00 33 (0)4 92 21 37 30

infos@echailon.com

[www.sejours-echailon.com](http://www.sejours-echailon.com)