

Les Hautes Vallées De l'Oisans

Au coeur du parc national de Écrins

Séjour de 8 Jours / 7 Nuits

Ce séjour vous est proposé par les membres du bureau des guides l'Alpe d'Huez en partenariat avec AEM Voyages.



DESCRIPTIF DU SÉJOUR

8 jours de randonnée itinérante dans le parc national des Écrins le long des vallées du Vénéon et son eau bleu si turquoise ainsi que la haute vallée de la Romanche jusqu'à sa source. L'itinéraire chemine dans la forêt, à travers les alpages et aussi en haute altitude pour découvrir des milieux variés, propre à la montagne ainsi que sa faune emblématique. Les refuges et auberges de l'Oisans ouvrent leurs portes pour des haltes authentiques et reposantes.

POINTS FORTS

- ❖ Un séjour tout inclus
- ❖ Un itinéraire au coeur du PNR DE Écrins
- ❖ Encadré par un accompagnateur en montagne
- ❖ Des paysages et une ambiance haute montagne

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

PROGRAMME DU SÉJOUR

JOUR 1 : Bourg-d'Oisans - St-Christophe

Rendez-vous à BOURG D'OISANS à 9h00.

Accueil et présentations autour d'un café. Transfert en taxi à Venosc pour le départ de la randonnée le long du Vénéon.

Nous suivons la rivière pour atteindre St-Christophe en Oisans. Installation dans notre hébergement, balade ou visite possible et selon l'heure.

600 m de dénivelé positif - 50 m de dénivelée négative - 9 km

Transfert : 20 min

Repas compris : Pique-nique de midi, Dîner

Nuit à/au Hôtel la Cordée

JOUR 2 : St-Christophe - Refuge de La Lavey

Départ de la rando par la traversée du Vénéon pour une montée raide jusqu'au petit refuge de l'Alpe du Pin. Nous continuons notre chemin en balcon pour entrer dans le vallon sauvage de la Muande où apparaît le refuge de La Lavey pour passer la nuit. Il faudra prendre les affaires pour 2 jours car aucune route n'atteint ce refuge.

850 m de dénivelé positif - 700 m de dénivelée négative - 11 km

Repas compris : Petit-déjeuner - Pique-nique de midi - Dîner

Nuit à/au Refuge de La Lavey

JOUR 3 : Refuge de La Lavey - La Bérarde

Nous quittons le refuge pour en direction du lac des fétoule, qui surplombe la vallée du Vénéon. La descente nous mène ensuite sur les berges de la rivière puis l'itinéraire, en pente douce, arrive à La Bérarde. Hameau incontournable de St-Christophe, mythique dans l'histoire de l'alpinisme et surplombé des plus hauts sommets des Écrins comme la Meije ou la Barre de Écrins. Nous retrouvons nos valises et prenons place dans l'hébergement.

850 m de dénivelé positif - 800 m de dénivelée négative - 15 km

Repas compris : Petit-déjeuner - Pique-nique - Dîner

Nuit à/au Chalet Alpin

JOUR 4 : La Bérarde - Refuge Temple Écrins (2410m)

Départ de la Bérarde toujours à la poursuite du Vénéon en passant par le vallon de l'encoula, nous rapprochant des glaciers et entouré de sommets dépassant 3000 m d'altitude. Les pentes douces du fond de vallée laissent place à la raide montée jusqu'au refuge Temple Écrins, étape indispensable à de nombreuses courses d'alpinisme.

900 m de dénivelé positif - 200 m de dénivelée négative - 14 km

Repas compris : Petit-déjeuner - Pique-nique de midi - Dîner

Nuit à/au Refuge Temple Écrins

JOUR 5 : Temple Écrin - La Bérarde - La Grave

Depuis le refuge nous aurons la possibilité, selon l'envie, d'aller effleurer les 3000m et les glaciers environnants. Nous retrouverons ensuite La Bérarde et un transfert nous mènera à La Grave, village mythique de la Haute-Romanche au pied de la Meije (3983m).

600 m de dénivelé positif - 1300 m de dénivelée négative - 9 km

Transfert : 1h

Repas compris : Petit-déjeuner - Pique-nique de midi - Dîner

Nuit à/au Hôtel le Castellan

JOUR 6 : La Grave - Refuge de l'Alpe de Villar d'Arène

C'est maintenant la Romanche que nous suivons par le sentier forestier pour rejoindre ensuite le grand alpage de Villar-d'Arène et trouver notre refuge. Après le pic-nic et s'être installé nous continuerons jusqu'au lac d'Arsine, formé par le retrait glaciaire.

850 m de dénivelé positif - 400 m de dénivelée négative - 15 km

Repas compris : Petit-déjeuner - Pique-nique de midi - Dîner

Nuit à/au Refuge de l'Alpe de Villar d'Arène

JOUR 7 : Refuge de l'Alpe de Villar-d'Arène - Refuge du Pavé

Nous commençons notre itinéraire jusqu'aux sources de la Romanche puis plus loin vers les glaciers. Nous reviendrons ensuite pour entrer dans le vallon voisin et monter par l'immense moraine jusqu'au refuge du pavé à plus de 2800m. Ambiance haute montagne assurée.

900 m de dénivelé positif - 150 m de dénivelée négative - 10 km

Repas compris : Petit-déjeuner - Pique-nique de midi - Dîner

Nuit à/au Refuge du Pavé

JOUR 8 : Refuge du pavé - Col du Lautaret - Bourg d'Oisans

Pour cette cette journée nous redescendons le vallon pour retrouver les prairies de l'alpage et du col du Lautaret par un sentier en balcon, face aux glaciers. Après une visite au jardin du Lautaret, nous prendrons le taxi pour un transfert à Bourg-d'Oisans pour terminer ce séjour.

150 m de dénivellée positive - 950 m de dénivellée négative - 13 km

Transfert : 45 min

Repas compris : Petit-déjeuner - Pique-nique de midi

Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant notamment en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants, de la disponibilité des hébergements ou tout autre événement inattendu. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.

ACCUEIL

Le Jour 1, rendez-vous à BOURG D'OISANS à 09h00.

DISPERSION

Le Jour 8, fin du séjour à BOURG D'OISANS à 17h00.

ENCADREMENT DU SÉJOUR

Encadrant : Clément PAGÈS

Certification : DE Accompagnateur en montagne

N° de téléphone : +33 6 31 81 42 06

Adresse e-mail : pagescjy@gmail.com

NOMBRE DE PARTICIPANTS

Nombre de participants minimum : 6 personnes

Nombre de participants maximum : 8 personnes

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Technicité : Moyenne

Niveau de difficulté physique : 2/4

Données générales du parcours : Env. 700m de D+ et 13km / jour

Aptitudes : Être en bonne conditions physique, Être capable de faire un effort physique de faible intensité pendant 5h00

HÉBERGEMENT / RESTAURATION

Type d'hébergement et catégorie : 4 nuits en refuge, 3 nuits en gîte

Type de chambre pour le séjour : dortoirs ou chambre double/triple

Services inclus ou non : Il est nécessaire d'emporter un drap de sac (sac à viande) et une taie d'oreiller. Des chaussons sont disponibles dans les refuges mais pas forcément dans toutes les auberges.

Repas : En pension complète du pic-nic le J1 jusqu'au pic-nic du J8

Les repas seront pris dans les hébergements ou sur dehors pour les pic-nic et confectionnés par l'établissement ou par le guide pour les pic-nic. Les pic-nic sont composés de manière équilibrée et confectionnés avec au maximum de produits locaux et de qualités. Veuillez me préciser si vous avez des régime alimentaire particulier. Les boissons ne sont pas comprises.

TRANSFERTS INTERNES

Les transferts sont assurés par une compagnie de taxi local au départ et à l'arrivée à Bourg d'Oisans.

PORTAGE DES BAGAGES

Le portage des bagages est assuré par la même compagnie de taxi pour tous les hébergements accessibles par la route, soit les soirs des J1, J3 et J5. Les bagages ne seront pas accessibles les soirs des J2, J4, J6 et J7 et il sera nécessaire de porter l'équipement pour le refuge avec soi.

DATES DU SÉJOUR

06 au 13 juillet
2024

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'état
- L'hébergement en refuge et auberges, en chambre de 2 à 8 personnes (draps et linge de toilette non fournis),
- La pension complète du pique-nique du Jour 1 au pique-nique de midi du Jour 8,
- Les transferts aller / retour pour rejoindre les points de départ / arrivée de la randonnée, et les hébergements.
- L'entrée au jardin alpin du Lautaret

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil/dispersion du séjour,
- Les repas non compris : Petit-déjeuner du jour 1 et dîner du J8
- Les boissons et les achats personnels,
- Les assurances (assistance rapatriement obligatoire, assurance annulation fortement conseillée, assurance bagages...),
- Les frais de dossier d'AEMV de 15 € / dossier
- Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

SANTÉ / SÉCURITÉ

Certificat médical obligatoire si contrainte de santé connue.

Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours.

Le guide possède une trousse de premiers secours mais vous pouvez prendre vos propres soins si nécessaire.

ÉQUIPEMENT ET MATÉRIEL INDIVIDUEL INDISPENSABLE

Liste de l'équipement et du matériel indispensables à chaque participant

- Une paire de chaussures de randonnée, crantée
- Pantalon de randonnée
- T-shirt technique (pas de coton)
- Polaire fine
- Doudoune ou polaire épaisse
- Veste de pluie, imperméable type gore-tex
- Change pour les soirs (T° fraîche) au refuge
- Une paire de gants
- Casquette ou chapeau
- Bonnet
- Tour de cou (genre buff)
- Lunettes de soleil indice 3 minimum
- Crème solaire
- Bâtons (Si vous avez l'habitude)
- Une gourde (ou poche à eau)
- Boîte pique-nique et couverts
- Drap de sac et taie d'oreiller lampe frontale (refuges)
- Une pharmacie personnel et réduite au minimum
- Un sac à dos de randonnée de 30/40 L
- Un sac de voyage de 60/100 L transporté par véhicule

Vous pouvez compléter avec ce qui vous est nécessaire tout en restant raisonnable en termes de volume et de poids ne dépassant pas 12 kg. Ceci afin de respecter les conditions de travail du chauffeur et la capacité de son véhicule.

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne - 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

FORMALITÉS ET ASSURANCES

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte vitale ou carte européenne d'assurance maladie pour un séjour dans l'UE / EEE ou en Suisse
- Assurance Responsabilité civile : chaque participant doit être couvert en RC dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs
- **L'assurance assistance / rapatriement est obligatoire.** Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas, AEM VOYAGES vous propose un contrat Europ Assistance comprenant l'assistance / rapatriement, l'assurance annulation et interruption du séjour et bagages et effets personnels.

POUR EN SAVOIR PLUS

Vous pouvez contacter le guide directement pour des questions plus précises ou des informations importantes à transmettre (santé, régime, contraintes, vertige...)