

GR54

Le tour des Écrins

Au coeur du parc national de Écrins

DATES DU SÉJOUR
20 au 28 juillet 2024

PRIX DU SÉJOUR
1290€/personne

Séjour de 9 Jours / 8 Nuits

Ce séjour vous est proposé par Clément PAGÈS en partenariat avec AEM Voyages.



DESCRIPTIF DU SÉJOUR

Partez en trek de 9 jours sur l'itinéraire mythique du tour des Écrins en intégralité avec des étapes et un rythme sportif pour les randonneurs aguerris. Des haltes en refuges pour une immersion en montagne et profiter d'un repos salvateur. Ce GR est technique et emprunte des cols à plus de 2700m d'altitude au coeur du parc national des Écrins à travers des paysages de haute montagne au côté de sommets majestueux tels que la Meije (3983m), la Barre des Écrins(4101m) ou le Pelvoux(3946m). Un voyage montagnard qui alterne entre vallée et altitude pour profiter pleinement de cet environnement.

POINTS FORTS

- ❖ Un séjour tout inclus
- ❖ Un GR mythique au coeur du PN des 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 - Plateau d'Emparis

Rendez-vous à BOURG D'OISANS à 7h45.

Accueil et présentations autour d'un café. Transfert à Huez pour le départ de l'itinéraire. Nous passerons le col de Sarenne, puis les villages de Besses pour monter sur le magnifique plateau d'Emparis et ses vastes prairies d'altitudes.

1550 m de dénivelé positif - 750 m de dénivelée négative - 21 km

Transfert : 20 min

Repas compris : Pique-nique de midi, Dîner

Nuit à/au Refuge des Mouterres

JOUR 2 : Plateau d'Emparis - Refuge de l'Alpe de Villar-d'Arène

Nous quittons le plateau d'Emparis pour rejoindre la vallée de la haute Romanche en passant par le village de La Grave au pied de LaMeije(3983m). Le chemin continue jusqu'au refuge de l'Alpe de Villar d'Arène où nous passerons la nuit.

750 m de dénivelé positif - 900 m de dénivelée négative - 22 km

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

Nuit à/au Refuge de L'Alpe de Villar-d'Arène

JOUR 3 : Refuge de L'Alpe de Villar-d'Arène - Monêtier-les-bains

L'itinéraire prend la direction du col d'Arsine, où nous faisons un petit détour pour admirer les lacs de moraine, résultats du retrait glaciaire. Nous reprenons pour descendre dans la vallée de la Guisane pour rejoindre la station de Monêtier-les-Bains, notre halte pour la nuit.

650 m de dénivelé positif - 900 m de dénivelée négative - 15 km

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

Nuit à/au Gîte le Flourou

JOUR 4 : Monétier-les-Bains - Vallouise

Départ de Monétier par la forêt pour passer le technique col des Grangettes (2684m) et basculer dans le vallon du chabran où le lac de l'Eychauda rafraichira les plus ambitieux/euses. Une longue descente nous attend ensuite jusqu'à Vallouise, magnifique village au milieu des montagnes.

1200 m de dénivelé positif - 1550 m de dénivelée négative - 20 km

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

Nuit à/au Gîte L'aiglière

JOUR 5 : Vallouise - Refuge du pré de la Chaumette

À Vallouise nous prendrons la navette qui nous mène jusqu'à Entre-les-Aigues. Nous entamons ensuite la longue ascension du col de l'aup-Martin, perché à 2761m d'altitude. S'enchaîne ensuite le pas de la cavale pour redescendre alors au jolie refuge du pré de la Chaumette, petit paradis sur terre.

1150 m de dénivelé positif - 1000 m de dénivelée négative - 13 km

Transfert : 10 min

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

Nuit à/au Refuge du Pré de la Chaumette

JOUR 6 : Pré de la Chaumette - La Chapelle en Valgaudémar

Nous quittons le refuge pour la belle étape des trois cols dont le col de Vallonpierre (2607m), au pied du Sirac (3441m) et son glacier. Une brève pause, ou pas, à l'idyllique refuge de Vallonpierre et retrouver la vallée de la Séveraisse jusqu'au Village de la Chapelle en Valgaudémar.

1100 m de dénivelé positif - 1650 m de dénivelée négative - 23 km

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

Nuit à/au Hôtel du Mont Olan

JOUR 7 : La Chapelle en Valgaudémar - le désert en Valjouffrey

L'itinéraire nous offre un échauffement jusqu'à Villar-Loubière puis entame le fameux col de la Vaurze (2500m) où le refuge de l'Olan nous permet une petite pause dans cette franche ascension. La descente tout aussi efficace nous amène jusqu'au désert en Valjouffrey. Ici, le gîte communal des Arias nous accueille chaleureusement pour l'étape.

1400 m de dénivelé positif - 1250 m de dénivelée négative - 17 km

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

Nuit à/au Gîte des Arias

JOUR 8 : Le désert en Valjouffrey - Valsenestre

Pour cette journée nous passons le col de Côte-Belle et ses impressionnantes écaillés de roche. La descente se fait face à l'imposant col de la Muzelle qui nous donne un avant goût pour le lendemain. Nous arrivons ensuite à Valsenestre dans la haute vallée du Béranger et sa réserve naturelle.

1050 m de dénivelée positive - 1000 m de dénivelée négative - 10 km

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

Nuit à/au Gîte le Béranger

JOUR 9 : Valsenestre - Bourg d'Oisans

Pour cette dernière étape l'itinéraire passe le col de la Muzelle (2613m) et bascule sur le lac homonyme. Après une pause au refuge, nous passerons le col du vallon puis le magnifique lac du Lauvitel, incontournable de l'Oisans. Retour dans la vallée par le hameau des Gauchoirs puis les berges du Vénéon pour arriver enfin à Bourg d'Oisans.

1750 m de dénivelée positive - 1700 m de dénivelée négative - 27 km

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.

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/>

ACCUEIL

Le Jour 1, rendez-vous à BOURG D'OISANS à 07h45.

DISPERSION

Le Jour 9, 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 : 2 personnes

Nombre de participants maximum : 7 personnes

NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Technicité : Soutenue

Niveau de difficulté physique : 4/4

Données générales du parcours : Env. 1400m de D+ et 20km / jour

Aptitudes : Être en bonne condition physique, être capable de marcher pendant 7h00 en portant un sac à dos.

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 J9

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

Les refuges n'étant pas accessibles par la route, les participants porteront tout le matériel avec eux. Un drap de sac et des rechanges sont nécessaires pour les nuits en refuges. Il convient d'emporter une seule tenue de rechange pour la randonnée. Il sera possible de laver les vêtements au cours du séjour.

DATES DU SÉJOUR

20 au 28 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 9,
- Les transferts pour rejoindre les points de départ / arrivée de la randonnée, et les hébergements.

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 (Problème cardiaque, diabète, articulaire, prothèses...).

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

Le poids est votre ennemi alors ne vous chargez pas inutilement. L'équipement le plus léger est celui qu'on ne prend pas.

- 1 paire de chaussures de randonnée, crantée et en état
- 3 sous-vêtements
- 3 paires de chaussettes
- 1 Pantalon de randonnée
- 1 maillot de bain léger
- 2 T-shirt technique (pas de coton)
- 1 Polaire fine
- 1 Doudoune ou polaire épaisse
- 1 Veste de pluie, imperméable type gore-tex
- 1 Change pour les soirs (T° fraîche) au refuge
- 1 trousse de toilette réduite au minimum
- 1 paire de gants
- Casquette ou chapeau
- Bonnet
- Tour de cou (genre buff)
- Lunettes de soleil indice 3 minimum
- Crème solaire
- 1 paire de Bâtons
- 1 gourde 1,5L minimum
- 1 Boîte pique-nique et couverts
- Drap de sac et taie d'oreiller
- 1 lampe frontale
- 1 pharmacie personnel et réduite au minimum
- 1 petit sac filet à linge sal
- 1 sac à dos de randonnée de 40/50 L
- CB ET espèces pour les refuges

Astuces: Des nettoyages des vêtements se feront en cours de séjour, à la main ou en laverie si accessible. Pour le change du refuge, un T-shirt manches longues, un collant et un petit short suffisent. Des crocs seront disponibles dans les refuges.

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 toutes questions plus précises ou des informations importantes à transmettre (santé, régime, contraintes, vertige...)