

### Le Tour des Ecrins

Le **Tour des Ecrins** vous propose un itinéraire au cœur du Parc national des Écrins, offrant une belle variété de paysages entre montagnes, lacs d'altitude et panoramas. Ce circuit relie la haute vallée de la Romanche et le **pays de la Meije au Valgaudemar**. Vous y découvrirez des refuges de montagne, où vous pourrez faire une pause agréable avant de reprendre votre chemin. Une semaine de randonnée dans les Alpes du Sud, en pleine immersion dans la nature du **Parc national des Ecrins**.

Ce parcours de randonnée, d'une longueur d'**environ 140 kilomètres**, vous permet de vivre l'authenticité des Alpes du Sud tout en offrant des défis adaptés aux randonneurs de niveau intermédiaire. Les sentiers vous mèneront à travers des vallées sauvages, des forêts de pins, des crêtes rocheuses et des lacs d'altitude. Chaque étape du **tour des Ecrins** vous offre l'opportunité de découvrir des paysages variés, avec un dénivelé progressif qui vous permettra de prendre le temps de profiter du cadre environnant.

Tout au long du parcours, vous aurez l'occasion de vous ressourcer dans les refuges de montagne, lieux propices à la convivialité et à la détente après une journée de marche. Ces étapes sont idéales pour se reposer, recharger ses batteries et partager des moments chaleureux avec d'autres randonneurs. Vous pourrez ainsi aborder la prochaine journée de randonnée dans les meilleures conditions, en vous laissant porter par la beauté des lieux.

Retrouvez notre [guide complet sur le tour des Ecrins](#) !

## PROGRAMME

### **Jour 1 : Monétier - Lac de l'Eychauda - Pelvoux**

Vous pouvez laisser votre véhicule le long de la Guisane sur le parking au départ du GR54 (parking gratuit, non gardé).

Si vous choisissez d'arriver la veille, vous pouvez loger au gîte "le Flourou" qui est juste en face de ce parking.

Attention, il s'agit d'une véritable étape, il sera nécessaire de partir tôt (9h maximum).

Vous quittez aujourd'hui la vallée de la Guisane pour Pelvoux. Au départ de Monétier-les-Bains, grande montée matinale dans le vallon de Tabac pour rejoindre le col escarpé des Grangettes (2684m). Vous avez une vue plongeante sur le lac de l'Eychauda, gelé tard dans la saison.

Descente dans le magnifique vallon de l'Eychauda pour rejoindre le Vallon Chambran.



**HEURES DE MARCHÉ** : 7h

**DÉNIVELÉ +** : 1100 m

**DÉNIVELÉ -** : 800 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en gîte

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages (si vous avez choisi cette option)

### **Jour 2 : Entre les Aygues - Col de l'Aup Saint Martin - Pré de la Chaumette**

Pour cette étape, nous vous conseillons de prendre la navette régulière (payante et sur réservation auprès de votre hébergeur, elle vous économisera 2 bonnes heures de marche).

Départ pour cette étape avec un nécessaire léger, vos sacs ne pourront pas être transportés au refuge du Pré de la Chaumette

Longue montée dans le vallon en pente douce (possibilité de réserver la navette qui vous conduira au fond de la vallée (6km), vous renseigner auprès de votre hébergement pour la réservation). Une fois sorti dans les alpages on aperçoit au loin le col derrière plusieurs verrous rocheux que vous remontez longuement.

La montée finale est un peu plus raide, dans les schistes noirs, une atmosphère un peu austère qui pimentera la fin de l'ascension. Passage du Col de l'Aup Martin (2761m) puis le Pas de la Cavale. Descente rapide sur le Refuge du Pré de la Chaumette.



**HEURES DE MARCHÉ** : 7h30

**DÉNIVELÉ +** : 1200 m

**DÉNIVELÉ -** : 750 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en refuge

**ASSISTANCE BAGAGES** : sans transport de bagages

**Jour 3 : Pré de la Chaumette - Col de la Valette, Col de Vallonpierre, Vallée du Valgaudemar**

Départ du refuge pour les « fameux 3 cols ». En effet, l'essentiel de la journée va se faire dans l'ascension de trois cols successifs : le Col de la Valette (2668m), le col Gouiran, un peu en dessous, avec ses petits lacs. Le dernier, le Col de Vallonpierre (2607m) domine le vallon rocheux qui domine le refuge de Vallonpierre.

Descente jusqu'à la vallée de la Severaisse. Possibilité de navette sur réservation pour raccourcir de 7km l'arrivée jusqu'à la Chapelle en Valgaudemar.



**HEURES DE MARCHÉ** : 7h30

**DÉNIVELÉ +** : 1200 m

**DÉNIVELÉ -** : 1200 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en gîte ou refuge

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages (si vous avez choisi cette option)

**Jour 4 : La Chapelle en Valgaudemar - Col des Clochettes - Refuge de l'Olan ou Refuge des Souffles**

Pour cette étape, vous partez à nouveau avec un nécessaire léger (pas de transport de sacs possible), vous retrouvez vos sacs à l'étape suivante.

De la Chapelle (1075 m), le sentier monte inlassablement, même si quelques cascades agrémentent la montée. Rapidement, vos efforts sont récompensés par la vue qui s'élargit au fil de la montée, notamment sur le pic Pétarel (2618m), le pic de Colle Blanche (2975m) et le pic de Parières (3076m), au sud (si le niveau vous le permet, vous pouvez rejoindre le refuge de l'Olan, situé dans un cadre magnifique au pied de l'Olan, de la Rouye et de la cime du Vallon).

Vous traversez ensuite rapidement vers le col des Colombes (2423 m) et le lac Lautier, puis par une descente en balcon, vous rejoignez le Col des Clochettes et le refuge des Souffles (1968 m).



**HEURES DE MARCHÉ** : 6h30

**DÉNIVELÉ +** : 1375 m

**DÉNIVELÉ -** : 450 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en refuge

**ASSISTANCE BAGAGES** : sans transport de bagages

#### **Jour 5 : Refuge de l'Olan ou Refuge des Souffles - Col de Vaurze - Le Désert de Valjouffrey.**

Au départ du refuge, vous montez à flanc de montagne vers le col de Vaurze, frontière naturelle entre les Alpes du Sud et les Alpes du Nord.

C'est sous le chant de belles cascades que vous appréciez les derniers panoramas magnifiques sur la partie méridionale des Ecrins. Passage du Col de Vaurze (2500 m), puis dans cet environnement très minéral, vous abordez la descente sur le Désert de Valjouffrey.



**HEURES DE MARCHÉ** : 5h30

**DÉNIVELÉ +** : 650 m

**DÉNIVELÉ -** : 1295 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en gîte

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages (si vous avez choisi cette option)

### **Jour 6 : Désert de Valjouffrey - Col de Cote Belle - Valsenestre**

Vous quittez ce magnifique petit village dont l'ancienne école a été aménagée en refuge pour remonter le vallon de la Laisse en direction du Col de Côte Belle (2220 m).

Dans ces alpages où trône une flore impressionnante quasiment tout l'été, vous vous attarderez sur une curiosité géologique impressionnante appelée ici les Orgues Géantes.

Descente dans la réserve naturelle de la Haute Vallée du Béranger jusqu'au gîte de Valsenestre.



**HEURES DE MARCHÉ** : 6h30

**DÉNIVELÉ +** : 1050 m

**DÉNIVELÉ -** : 995 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en gîte

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages (si vous avez choisi cette option)

### **Jour 7 : Valsenestre - Col de la Muzelle - Venosc**

Départ de ce petit village du Valbonnais pour rejoindre un des passages les plus prestigieux que compte le GR54 : Le Col de la Muzelle (2613 m).

Dans ce vallon alpestre, vous croiserez sans doute les troupeaux de brebis qui paissent tranquillement... la montée se fait de plus en plus raide et paraît bientôt infranchissable, mais le Parc des Ecrins ayant fait récemment des travaux d'amélioration, le passage du col de la Muzelle se fait aisément.

La descente sur le lac et le refuge de la Muzelle est rapide... la terrasse du refuge dominant le lac sera propice à une pause.

Descente par le torrent jusqu'à Bourg d'Arud... au beau milieu de plusieurs cascades.

Transfert (30 mn) à Besse, au-dessus du Lac du Chambon pour le tronçon final !



**HEURES DE MARCHÉ** : 6h30

**DÉNIVELÉ +** : 1295 m

**DÉNIVELÉ -** : 1630 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en gîte

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages (si vous avez choisi cette option)

#### **Jour 8 : Besse - Plateau d'Emparis - Villard d'Arène**

Très belle randonnée pour cette journée au départ du petit village de Besse en Oisans à la découverte du fabuleux Plateau d'Emparis et de ses lacs.

Tout au long de votre marche, vous avez une vue imprenable sur la Meije et ses glaciers. Les abords du lac Lérié ou du lac Noir seront des endroits propices pour faire une pause contemplative, photographique et/ou méditative.

Enfin, l'ambiance débonnaire du plateau fait que certains considèrent même ce plateau comme le plus beau coin des Alpes.

Descente sur le Village de la Grave puis de Villard d'Arène pour y faire étape.



**HEURES DE MARCHÉ** : 6h30

**DÉNIVELÉ +** : 1200 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : en gîte

**DÉNIVELÉ -** : 1200 m

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages (si vous avez choisi cette option)

#### **Jour 9 : Villard d'Arène - Lac Glaciaire d'Arsine - Monetier-les-Bains**

De ce mythique village de Villard d'Arène, par une montée alpestre, vous grimpez en direction des sources de la Romanche jusqu'au Col d'Arsine.

Petit détour vers l'étonnant lac - glacier d'Arsine.

Ce petit réservoir d'eau de fonte des glaces possède une couleur laiteuse en raison de la présence de paillettes minérales en suspension dans les eaux et provenant de l'érosion glaciaire.

Traversé du Réou d'Arsine puis descente au Casset, dernier village de Serre Chevallier.



**HEURES DE MARCHÉ :** 6h

**DÉNIVELÉ + :** 790 m

**DÉNIVELÉ - :** 950 m

**ASSISTANCE BAGAGES :** avec transport de bagages (si vous avez choisi cette option)

## FICHE PRATIQUE

### ACCUEIL

Le jour 1 au parking du pied des pistes à Monêtier-les-Bains (05)

Vous pouvez laisser votre véhicule le long de la Guisane sur le parking au départ du GR54.  
Parking gratuit, non gardé.

Si vous choisissez d'arriver la veille, vous pouvez loger au gîte "le Flourou" qui est juste en face ce parking.

Attention, il s'agit d'une vraie étape, il sera nécessaire de partir tôt (9h maximum).

#### **Accès :**

##### En voiture :

Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites :

[www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)

[www.mappy.fr](http://www.mappy.fr)

##### En train :

Veillez consulter le site de la SNCF au moment de votre inscription.

Aller train de nuit Paris/Briançon ou de jour TGV via Valence ou Grenoble.

Retour : train de nuit Briançon/Paris ou de jour Briançon/Valence ou Grenoble puis TGV Valence ou Grenoble/Paris.

### DISPERSION

Le jour 9 à Monêtier-les-Bains.

### NIVEAU

Sportif.

Dénivelé positif moyen : 950 m par jour

Durée moyenne des étapes : 6h00 par jour

Difficultés particulières : randonnées sur bons sentiers de montagne balisés, mais qui peuvent être parfois assez pentus ou caillouteux. Passages dans des vers schisteux sans grandes difficultés. Quelques passages un peu exposés.

### HEBERGEMENT

**Hébergement classique en gîte et refuge de montagne :** Chambre collective, les draps et serviettes ne sont pas fournis (prévoir un drap de sac), les sanitaires sont sur le palier.

Jour 1 : Chalet CAF de l'Eychauda

Jour 2 : Refuge CAF du Pré de la Chaumette

Jour 3 : Gîte de la Chapelle en Valgaudemar

Jour 4 : Refuge CAF des Souffles

Jour 5 : Gîte d'étape du Désert de Valjouffrey

Jour 6 : Gîte d'Etape de Valsenestre

Jour 7 : Gîte d'étape de Besse en Oisans

Jour 8 : Gîte d'étape du Chazelet ou de Villard d'Arène

#### Formule confort :



Possibilité d'être hébergé en chambre privative de 2 personnes 6 nuits sur 8 en fonction des disponibilités : **245€/personne.**

## **TRANSFERTS INTERNES**

Transfert entre Venosc et Besse en Oisans (environ 30 mn) le jour 7.

## **PORTAGE DES BAGAGES**

Selon l'option choisie :

**Sans transport des bagages :** Vous portez vos affaires personnelles pour toute la durée du séjour.

**Avec transport des bagages :** Vous portez seulement vos affaires pour la journée. Le reste de vos bagages est transporté entre les hébergements (qu'un seul bagage par personne, privilégiez les sacs souples et ne doit pas excéder 12 kg). Dans le cas où le transport des bagages n'est pas possible dans un hébergement du séjour, vous porterez vos affaires personnelles pour un soir. Vous retrouverez vos bagages le jour suivant.

Possibilité de retrouver vos sacs tous les soirs sauf pour les refuges du Prés de la Chaumette, refuge des Souffles.

## **GROUPE**

Départ possible dès un participant avec supplément départ personne seule.

## **ENCADREMENT**

Pas de guide sur ce voyage.

Avant votre départ nous vous remettons un road book spécialement conçu pour ce circuit, composé d'indications précises qui vous permettront d'effectuer vos journées de découverte et de randonnée en toute liberté.

Pour profiter et apprécier pleinement votre voyage de randonnée, vous devez être en mesure d'assurer votre autonomie sur le terrain avec les documents fournis.

## **MATERIEL FOURNI**

### **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

**Vêtements :**

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard
- 1 bonnet et/ou bandeau
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Éviter le coton, très long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes (matière respirante) en Capilène (Patagonia), Dryflo (Lowe Alpine), Light Effect (Odlo) etc...
- 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 short ou bermuda
- 1 pantalon de trekking
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 veste style Gore-tex, simple et légère
- 1 sur-pantalon imperméable (facultatif)

- 1 maillot de bain
  - Des sous-vêtements
  - Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Éviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple.
  - 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville (semelle type Vibram)
  - 1 paire de sandales ou paires de chaussures détente pour le soir.
- La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

### **Équipement :**

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
  - 1 paire de bâtons télescopiques (facultatif) : facilite les montées et les descentes et très utile pour évoluer sur des terrains accidentés ou glissants.
  - 1 gourde (1.5 l de préférence)
  - 1 lampe frontale (facultatif)
  - 1 couverture de survie (facultative)
  - 1 couteau de poche (à mettre dans le bagage allant en soute)
  - 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
  - Nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence (il existe du savon liquide biodégradable de marque CAO).
  - 1 serviette de toilette : ils en existent qui sèchent rapidement : marque Packtowl (existent en 4 tailles).
  - Boule Quiès (facultatif)
  - Papier toilette - Crème solaire + stick à lèvres.
- Un drap sac

### **MATERIEL PIQUE-NIQUE (facultatif) :**

- Une boîte plastique hermétique pour transporter votre pique-nique.
- Un gobelet
- Des couverts

### **Pharmacie personnelle :**

- Vos médicaments habituels
- Vitamine C ou polyvitamine
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- Bande adhésive élastique (type Elastoplast, en 6 cm de large)
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Double peau (SOS Ampoules de marque Spenco, disponible en magasins de sport, en pharmacie, parapharmacie...)

## **LE PRIX COMPREND**

- Les documents de voyages,
- L'hébergement en demi-pension (sauf le J3 en nuit + petit-déjeuner),
- Le transfert du jour 7 entre Venosc et Besse,
- Les frais d'organisation et d'inscription,
- Les taxes de séjour.

## **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Les assurances,
- Le transport aller-retour jusqu'au point de départ,
- Les boissons et dépenses personnelles,
- Le dîner du J3,
- Les pique niques.