

CLUB ALPIN FRANÇAIS – ILE DE FRANCE
12, rue Boissonade – 75014 – PARIS
01-42-18-20-00

ORGANISATION

Robert FLAMME - 18, avenue des Chênes - 77270 VILLEPARISIS
Téléphone : 01-64-27-38-47
Email : RFlamme@wanadoo.fr

DU PAYS DE GIONO AUX MEXICAINS DE
BARCELONNETTE
(Du 27 août au 3 septembre 2005)

Présentation du séjour :

De Sisteron, région où Giono situa l'action de nombre de ses œuvres à Barcelonnette, au cœur de la vallée de l'Ubaye, nous cheminerons sur les crêtes du massif des Monges qui se situe à la jonction entre le monde méditerranéen et le monde alpin, nous découvrirons la vallée de la Blanche, Seyne-les-Alpes et par deux cols d'altitude nous atteindrons Barcelonnette et les somptueuses résidences de ses « Mexicains ».

Programme :

Samedi 27 août

Accueil à Sisteron en début d'après-midi. Visite de la ville
Hébergement à l'hôtel.

Dimanche 28 août

De Sisteron au gîte d'étape de Saint-Geniez.
Environ 1 300 m. de dénivelé positif sur 18 km. De 6 à 8 h 00 de marche.

Lundi 29 août

Du gîte d'étape de Saint-Geniez au gîte d'étape d'Authon.
Environ 1 400 m. de dénivelé positif sur 21 km. De 7 à 9 h 00 de marche.

Mardi 30 août

Du gîte d'étape d'Authon au gîte d'étape de Baudinard en passant par la crête des Monges
Environ 1 200 m. de dénivelé positif sur 18 km. De 6 à 8 h 00 de marche.

Mercredi 31 août

Du gîte d'étape de Baudinard au village de Selonnet par un magnifique parcours en crête. Transfert taxi au Gîte d'étape « Les Silves » à Seyne.
Environ 1 700 m. de dénivelé positif sur 25 km. De 9 à 10 h 00 de marche.

Jeudi 1er septembre

Journée de repos au gîte d'étape « Les Silves » à Seyne les Alpes.
Montée facultative en aller-retour au fort de Dormillouse (belvédère extraordinaire sur les vallées de la Durance et de l'Ubaye. Environ 1100 m. de dénivelé positif.

Vendredi 2 septembre

Du gîte d'étape « Les Silves » à Seyne au gîte d'étape de l'abbaye de Lavercq
Environ 1 600 m. de dénivelé positif sur 19 km. De 7 à 9 h 00 de marche.

Samedi 3 septembre

Du gîte d'étape de l'abbaye de Lavercq au villages des Thuiles dans la vallée de l'Ubaye.
Environ 1 200 m. de dénivelé positif sur 17 km. De 6 à 7 h 00 de marche.
Transfert par car ou taxi à Barcelonnette. Visite de la ville et dislocation du groupe.

Ce programme doit être considéré comme indicatif. Il pourra être modifié avant le départ, en cas de difficultés d'hébergement et durant la randonnée pour motifs de sécurité (passages en crête par temps orageux, pluies intenses, forts vents, ... etc.

Hébergement :

En demi-pension, à l'hôtel à Sisteron puis en gîtes d'étape (dortoirs ou chambres à plusieurs lits).

Equipement :

Nous passerons en altitude (à plus de 2 000 m) aussi il convient de s'équiper sérieusement en vêtements chauds (laine polaire ou parka de sport d'hiver) et de pouvoir se protéger contre la pluie (cape ou poncho). Les chaussures devront être adaptées à la marche parfois hors sentiers et sur pierriers («Vibram» ou similaire sur les 2/3 arrière de la semelle est un «plus» que je conseille). Sont à exclure impérativement les "jogging", "tennis" et autres "basket".

Téléphone portable :

Le téléphone portable s'est considérablement répandu (la preuve, l'organisateur en a un !) Il n'en reste pas moins vrai que son usage se doit d'être aussi discret que possible durant les activités « nature ». Pour ce faire, il vous est demandé de bien vouloir laisser votre éventuelle « petite merveille » en position de messagerie durant la marche en groupe, lors des repas, dans les dortoirs et d'une manière générale, dans toutes les circonstances où son usage pourrait importuner les participants à la randonnée ainsi que les autres randonneurs.

Niveau physique et psychologique requis :

Randonneurs ayant une très bonne condition physique, pratiquant régulièrement la randonnée à bonne allure (400 m de dénivelé par heure, plusieurs heures de suite) en terrain accidenté et présentant un profil psychologique leur permettant de garder une humeur égale face aux divers aléas pouvant survenir lors d'une randonnée de ce type (mauvais temps, grosse chaleur, problèmes d'hébergement, qualité de la nourriture, ...)

Prix : 400,00 euros

Ce prix comprend:

- L'hébergement en demi-pension en hôtel ou gîte d'étape.
- Les frais administratifs (secrétariat C.A.F).
- Les frais d'organisation (téléphone, courrier, photocopies, cartes, voyages de l'organisateur, ...).
- Les transports de liaison (Selonnet-Seyne et Les Thuiles-Barcelonnette)

Il ne comprend pas:

- Les transports aller-retour pour vous rendre sur le site et en revenir.
- Les repas de midi.
- Les suppléments aux repas et dépenses personnelles.

Renseignements et Inscription :

Inscriptions auprès du Secrétariat du C.A.F (12, rue Boissonade 75014 PARIS).
A partir du 1er avril et après accord de l'organisateur.

Attention : les inscriptions de dernière minute obligent l'organisateur à faire des réservations tardives. Il peut arriver en ce cas, qu'un, ou plusieurs gîtes soient complets. Il faut alors modifier le parcours voire, au pire, annuler le séjour. Donc, dès que vous êtes décidé, inscrivez-vous. Vous me faciliterez la tâche.

L'inscription n'est effective qu'après le versement d'un acompte de **120,00 euros**.

Une réunion préparatoire aura lieu le jeudi 4 août 2005 à 19 h 00 dans les locaux du C.A.F.
Votre présence à cette réunion, sauf empêchement majeur, est indispensable.

Renseignements complémentaires auprès de l'organisateur Robert FLAMME (Voir coordonnées dans l'en-tête).

A compter du mois de juin, je suis souvent absent de mon domicile. Il vous est possible de me laisser un message au **06-70-35-81-19**. Mon portable sera allumé tous les jours entre 18 et 19 h pour vous permettre de me parler directement (sous réserve d'une bonne réception et que je n'oublie pas !).

Le groupe ne pourra dépasser le nombre de 9 (hors organisateur). Pour la bonne économie du projet, si, à la date de clôture des inscriptions, le nombre d'inscrits (hors organisateur) était inférieur à 5, le séjour serait annulé.