

# Vénéon en Oisans

du samedi 10 août 2024 au samedi 17 août 2024

Organisatrices : <a href="#">Danielle Haenn, Hélène Battut</a>	Niveau : <b>Moyen+ ▲▲</b>
Avec accord : <b>Ou</b>	Semi itinérant avec portage
Effectif maximum : <b>8</b>	Refuge



Vallon des Étançons

Nous vous proposons une semaine en montagne au cœur de l'Oisans sauvage et du Parc National des Écrins. Dans cette vallée glaciaire de Vénosc, après Saint-Christophe-en-Oisans, la route se termine à La Bélarde, petit hameau du fond de vallée, au bout du monde. Nous randonnerons le long du beau torrent du Vénéon, avec pour camp de base le Chalet Alpin de La Bélarde et quelques nuits en refuges, de quoi observer les sommets prestigieux : la Meije, les Ecrins, l'Ailefroide, les Bans.

## Niveau et esprit

Terrain montagneux (torrents, pierriers), sans difficulté. Nous ferons de courtes étapes, complétées d'extension autour des refuges, avec de bons dénivelés certains jours, aussi une bonne forme physique est indispensable. Rythme de montée M+, soit +350m/ heure.

## Participation aux frais

**430 €** (à payer en 2 fois, 230€ à l'inscription et 200€ le 17 juillet)

**Incluant** : 7 nuits en demi-pension, les transports locaux en Bus, les frais d'organisation du CAF, les frais des organisatrices (carte, transport).

**N'incluant pas** : le repas de midi pris en pique-nique, les en-cas et boissons, le transport depuis Paris.

Attention : paiement dans les refuges en espèces ou chèques, pas de CB.

## Transport

**Aller** : Départ samedi 10/08 à 07h14 de PARIS GARE DE LYON. Arrivée à 10h13 à GRENOBLE.

**Rendez-vous à 10h20 dans le hall de la gare de Grenoble**, pour prendre le BUS 75 à 10h45, en gare routière de Grenoble pour Bourg-d'Oisans.

Vous pouvez aussi venir la veille à Grenoble (A.J. ou hôtel vous avez le choix).

**Retour** : Départ samedi 17/08 à 9h50\* BUS 77 de La Bérarde, et BUS 75 de Bourg d'Oisans, arrivée à 14h42 à Grenoble.

Vous pouvez prendre un TGV à GRENOBLE pour PARIS GARE DE LYON, à partir de 15h00.

## Hébergement et repas

Hébergement en refuge, chambres collectives ou dortoir (avec lits superposés).

5 nuits au Chalet Alpin de La Bérarde (location draps possible 6€). 1 nuit au refuge de La Muzelle. 1 nuit au refuge de La Lavey. En demi-pension. Pour les pique-niques possible d'en commander en refuge (13€).

Ravitaillement possible à l'arrivée à Bourg d'Oisans, et à La Bérarde, le Café du Vénéon fait épicerie.

## Programme

**J1 - 10/08 - Grenoble, Bourg-d'Oisans, Les Gauchois, La Bérarde (1737m)**, 10km, +275m, 3h de marche

Bus de Grenoble à 10h45 pour Bourg-d'Oisans, arrivée à 12h08.

Randonnée de mise en jambe de Bourg-d'Oisans jusqu'aux Gauchois, par le GR et les lacs Bleu et Buclet. Mais il est aussi possible de prendre une navette pour Vénosc.

Bus 77 vers 16h\* depuis l'arrêt les Ougiers pour La Bérarde.

Nuit au Chalet Alpin de La Bérarde.

**J2 - 11/08 - Vallon des Étançons, Le Châtelieret (2225m)**, 15km, +/- 700m, 5h30 de marche

Montée au refuge du Châtelieret par le vallon des Étançons, au pied de la face sud de la Meige.

Nuit Chalet Alpin La Bérarde.

**J3 - 12/08 - Lac de la Muzelle (2129m)**, 6km, +1226m, 5h de marche

Bus de La Bérarde à 9h50\* pour Bourg d'Arud (13km). Face au village de Vénosc, depuis le hameau de l'Alleau (934m), le sentier débute en forêt, par la cascade de la Muzelle, puis montée soutenue vers l'ancien village du Plénet, le torrent de la Pisse et ses cascades, jusqu'au lac de la Muzelle.

Nuit au refuge de la Muzelle.

**J4 - 13/08 - La Muzelle, Vénosc, 11km, +250m, -1400m, 5h de marche**

Au-dessus du refuge, en AR, la Roche Percée et les Cheminées de Fée qui surplombent le lac (2300m), 3km, +/- 160m, 1h30. Redescente de la Muzelle par le même itinéraire, jusqu'à Vénosc, visite du village.

Retour en Bus à La Bérarde vers 16h\*.

Nuit Chalet Alpin La Bérarde.

**J5 - 14/08 - Plan du vallon de La Lavey (1797m), 5km, + 543m, 3h de marche + Lac des Bêches, 5km, +/-600m, 3h30 de marche**

Bus de La Bérarde vers 9h50\* (9,5km) jusqu'à Champhorent.

Départ du pont des Rajas, cascade de La Lavey, ruisseau de la Muande, et montée jusqu'aux alpages du haut vallon de La Lavey. Extension possible au lac des Bêches en AR, d'où le panorama est superbe.

Nuit refuge de La Lavey.

**J6 - 15/08 - La Lavey, Saint-Christophe, 9km, +200m, - 743m, 3h30 de marche**

Redescente par le hameau du Souchey, la forêt de Mariande et sa cascade, le long du Vénéon, jusqu'à Saint-Christophe, visite du village et si possible son musée de l'Alpinisme.

Retour en Bus de St Christophe à La Bérarde vers 16h\*.

Nuit Chalet Alpin La Bérarde.

**J7 - 16/08 - Le Vénéon, Plan du Carrelet, 12km, +/- 500m, 4h30 de marche**

Depuis La Bérarde, le sentier remonte le Vénéon, en franchissant plusieurs torrents équipés de passerelles pour déboucher sur le plan du Carrelet. Boucle vers le torrent du Chardon, puis en direction de la Roche de la Temple. Retour par le refuge du Carrelet à La Bérarde.

Nuit Chalet Alpin La Bérarde.

**J8 - 17/08 - Bus retour pour Grenoble à 9h50\* de La Bérarde, à Bourg-d'Oisans. Bus pour Grenoble à 13h50, et arrivée à Grenoble à 14h46.**

\*Les horaires d'été du Bus 77 pour La Bérarde ne sont pas encore fixés à la date de rédaction de la Fiche Technique.

*Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions du terrain, d'obstacles imprévus, des transports, du groupe, de la météo et pour toute raison de sécurité. Les participants doivent avoir le niveau physique et technique demandé ainsi que l'entraînement correspondant.*

## Équipement

### Papiers

- Carte CAF, pièce d'identité,
- Carte d'assurance-maladie
- Carte bancaire, chèques ou espèces
- 1 chèque pour régler un éventuel solde,
- Coordonnées téléphoniques de l'encadrant.

### Marche et portage

- Chaussures de moyenne montagne avec une bonne accroche,
- Bâtons recommandés,
- Sac à dos de 30 à 40 litres,
- Gourde ou poche à eau à tuyau de 2 litres.

### Alimentation

- 7 pique-niques, en-cas, eau pour la première journée,
- Couteau pliant, fourchette, cuillère, gobelet, boîte à salade.

### Hygiène

- Effets de toilette, petite serviette.

### Vêtements

- Chemisette ou tee-shirt,

- Pantalon, short,
- Tenue de rechange,
- Chapeau ou casquette.

### Pluie ou froid

- Polaire, coupe-vent imperméable et respirant,
- Vêtement de pluie,
- Guêtres "stop tout",
- Housse de pluie du sac à dos,
- Bonnet, gants, tour du cou,
- Grand sac plastique si besoin de laisser des affaires dans un refuge.

### Sécurité

- Petite pharmacie personnelle, pastilles pour purifier l'eau,
- Sifflet, couverture de survie,
- Téléphone mobile et chargeur,
- Crème et lunettes de soleil,
- Lampe frontale.

### Nuitées

- Drap-sac,
- Bouchons d'oreille (selon le confort recherché),
- Sandales.

## Modalités sanitaires

Chacun devra être en mesure de s'aligner sur les règles sanitaires en vigueur au moment de la sortie.

## En cas d'accident grave

Si un accident grave advient lors de la sortie, il est indispensable d'avertir au plus vite les dirigeants du Club. Leurs contacts sont disponibles avec le lien suivant : <https://www.clubalpin-idf.com/contacts-urgence>.

## Inscription

Sauf mention contraire sur la page de la sortie, la demande d'inscription est possible dès maintenant en ligne ou auprès du secrétariat. Elle ne sera effective qu'après réception de vos règlements ou paiements en ligne. Vous devez impérativement effectuer tous les paiements demandés à l'inscription y compris les paiements différés.

Les places seront attribuées à partir du **jeudi 18 avril 2024** selon les [règles de priorité](#) du club.

Vous pouvez vous faire remplacer ou annuler votre inscription à tout moment avant le début de la sortie, moyennant les frais spécifiés dans les [conditions d'annulation et de remboursement](#). À plus de 30 jours du départ, vous pouvez en outre souscrire une assurance annulation pour couvrir ces frais, à l'exclusion d'une franchise et du montant de cette assurance.