

Autour des Ecrins **10 au 20 juillet 2008**

avec Jean Dunaux

Au départ du vallon de la Muzelle, cette randonnée de plus de neuf jours tourne d'ouest en est autour du massif de l'Oisans. Du Lauvitel on gagne Mizoen, perché sur son piton avec sa vue sur les gorges de la Romanche jusqu'aux lointaines arêtes du Taillefer. C'est ensuite la très belle traversée du plateau d'Emparis, vaste zone de pâturages face aux glaciers de la Meije : terrasses étagées, bergeries de pierre aux creux des alpages, troupeaux de vaches et de moutons. Puis La Grave nous accueille dans un lieu d'exception. On poursuit sur Le Monétier-les-Bains au climat sec et lumineux avant d'atteindre Vallouise "la tête en haute montagne et le cœur au soleil". Pour observer les Ecrins de l'est, on passe alors dans le massif de Montbrison à Puy Saint André, pour traverser le lendemain la Réserve Naturelle des Partias Condamine et redescendre sur Vallouise. Enfin, c'est le Lac de l'Eychauda avant de regagner Le Monétier-les-Bains.

Randonnée avec seul portage des affaires de la journée, les sacs sont véhiculés de gîte en gîte (disponibles tous les soirs sauf 2 étapes).

Jeudi 10 juillet

TGV Paris Gare de Lyon départ 7h 46 arrivée Grenoble 10h 50.

Correspondance autocar VFD Grenoble départ 11h 15 arrivée Bourg d'Oisans 12h 10
Transfert par taxi sur la Danchère (992m).

Dépose des sacs au gîte et randonnée de mise en jambes.
Cabanes du Lauvitel (1 548m) et retour.
+550m –550m de dénivelée, 3 heures et demie de marche environ.

Vendredi 11 juillet

Les Ecrins vus de l'Ouest, nuit en refuge *sans transfert des sacs*.
Bourg d'Arud, Le Pleyne (1 263m), le Clot du Selat (1 910m), Refuge de la Muzelle (2 130m).
+ 1 250m –100m de dénivelée, 6 heures de marche environ.

Samedi 12 juillet

La Roche Percée, les Cheminées de Fée, Point de vue (2 581m), retour au Lac de la Muzelle (2 099m), Col du Vallon (2 541m), Cabanes de Selles (1 505m), Lac de Lauvitel, Gîte de la Danchère
+ 1 000m –2 000m de dénivelée, 7 heures et demie de marche environ.

Dimanche 13 juillet

Pont des Ougiers (849m), Plan Vernay (1 150m), Sapey (1 548m), Mont de Lans (1 265m), Barrage du Chambon (1 044m), Mizoen (1 185m)
+ 900m –700m de dénivelée, 6 heures et demie de marche environ.

Lundi 14 juillet

Les Ecrins vues du Nord par le Plateau d'Emparis.
Les Clots (1 520m), Chalets du Fay (2 258m), Confluent Rif Blanc & Rif Tort (2 200m), le Col du Sauchey (2 365m), le Chazelet (1 786m), les Terrasses (1 776m), La Grave (1 474m)
+ 1 150m –1 000m de dénivelée, 8 heures et demie de marche environ.

Mardi 15 juillet

Villar d'Arène (1 650m), l'Alpe de Villar d'Arène (2 079m), le Col d'Arsine (2 348m), le Casset (1 512m), Le Monêtier-les-Bains (1 470m)
+ 750m –900m de dénivelée, 8 heures de marche environ.

Mercredi 16 juillet

Col de l'Eychauda (2 425m), les Chalets de Chambron (1 720m), Vallouise (1 166m)
+ 750m –900m de dénivelée, 8 heures de marche environ.

Jeudi 17 juillet

Les Ecrins vues de l'Est, *sans transfert des sacs*.
Le Grand Parcher (1 250m), Barthalay (1 502m), Serre des Hieres (2 063m), la Croix de la Salcette (2 331m), les Tenailles de Montbrison, le Sepet (1 763m), Puy Saint André (1 515m)
+ 1 200m –900m de dénivelée, 8 heures de marche environ.

Vendredi 18 juillet

Réserve Nationale des Partias Condamine, les Combes (1 853m), le Col de la Trancoulette (2 293m), le Col de Vallouise (2 621m), Vallouise (1 166m)
+ 1 200m –1 600m de dénivelée, 7 heures de marche environ.

Samedi 19 juillet

Transfert en taxi pour les Chalets de Chambron (1 719m), le Ravin de la Sastrière (1 861m), le Lac de l'Eychauda (2 514m), le Col de la Grangettes (2 684m), le Vallon de la Montagnolle, Le Monêtier-les-Bains (1 470m)
+ 1 000m –1 300m de dénivelée, 7 heures de marche environ.

Dimanche 20 juillet

Autocar VFD départ 7h 34 Le Monêtier-les-Bains arrivée 9h 40 Grenoble
Correspondance TGV départ de Grenoble 10h 05 arrivée 13h 13 Paris Gare de Lyon
Possibilité de retour plus tardif
Autocar VFD départ 16h 34 Le Monêtier-les-Bains arrivée 18h 40 Grenoble
Correspondance TGV départ de Grenoble 19h 21 arrivée 22h 19 Paris Gare de Lyon

Ce programme est indicatif et peut être modifié ou adapté si nécessaire (et possible) par l'organisateur en fonction de différents aléas, notamment météorologiques.

Niveau Soutenu ΔΔ

Une bonne forme physique est indispensable.
Groupe de 8 participants, dont l'organisateur.
Cartes IGN 3336ET, 3436ET et 3536OT

Inscription à partir du mardi 04 mars au secrétariat du CAF IDF, 12 rue Boissonade 75014 Paris, après accord obtenu de l'organisateur.

Prix indicatif de 510 € (base 8 participants), 100 € à verser à l'inscription, le solde à payer au secrétariat trois semaines avant le départ, comprenant :

- ✓ l'hébergement en demi-pension
- ✓ les frais d'inscription et d'organisation
- ✓ le transfert en taxi de Bourg d'Oisans à la Danchère et de Vallouise aux Chalets de Chambron
- ✓ le transfert des bagages de gîte en gîte (sauf 2 étapes : portage des affaires pour la nuit)

Il ne comprend pas les repas du midi, en-cas et boissons diverses, le transport SNCF ni autocar Grenoble - Bourg d'Oisans et Le Monétier-les-Bains - Grenoble (27 euros environ) .

Equipement :

- ✓ sac à dos de 40 litres pour contenir le piquenique, eau (prévoir gourdes) et affaires nécessaires aux deux nuits sans transfert des bagages
- ✓ protection efficace contre la pluie (cape, poncho, goretex) et le soleil (chapeau, lunettes, filtre solaire)
- ✓ chaussures de marche rodées adaptées à la marche sur et hors sentiers (semelles "Vibram" recommandées), à exclure impérativement "jogging", "tennis", "basket" et "pataugas".
- ✓ tout matériel indispensable en randonnée : couverture de survie, petite trousse pharmacie, etc...
- ✓ tous médicaments personnels, avec leur ordonnance médicale
- ✓ pour le soir, rechanges, pull & chaussures légères, nécessaire de toilette dont serviette
- ✓ sac de couchage ou "sac à viande" pour les gîtes
- ✓ un sifflet.