

Retour aux sources Parisii !



Technique : Terrain non montagneux (quelques passages hors piste)

Physique : moyen+

Nombre de personnes : 10 (organisateur compris)

Date d'ouverture des inscriptions : 10 mai 2012.

Transport : Train à la charge de chacun. Tarif : aller/retour de l'ordre de 90 € au meilleur tarif.

Lieu de rendez-vous : gare de les Laumes-Alésia à 10h15.

Aller : Samedi 30 juin 2012 :

Gare Paris Bercy (TER 17755) 7h38 – Les Laumes-Alésia 10h01
(tarif loisir : 35 €)

Retour : Dimanche 01 juillet 2012 :

Gare Blaisy-bas – Dijon ville (TER 91911) 18h04-18h26

Gare Dijon ville (TGV 6708) 19h01-20h37 Paris gare de Lyon
(tarif loisir : 55 €)

Au creux d'un vallon délicieusement boisé, la Seine prend sa source en Bourgogne. Ces lieux accueillait jadis, de nombreux pèlerins qui venaient solliciter la guérison de leurs maux. En remerciement, ils offrirent à la Déesse Sequana de nombreux ex-voto. Ces sculptures (en bois, en pierre, et en bronze) représentaient dans la plupart des cas, des parties de l'anatomie humaine. Elles sont désormais, en partie, au musée archéologique de Dijon. Sur une des sources principales, une grotte artificielle, faite de pierres percées, abrite depuis 1866 "la Nymphé de la Seine", due aux ciseaux du sculpteur dijonnais Jouffroy.

Hébergement : tente.

Inscription : 8€ participation au frais de l'organisateur.

Les repas : prévoir 2 pique-niques et un repas (chaud ou pas selon chacun) pour le soir et un petit-déjeuner, pas de ravitaillement en cours de chemin. Repas lyophilisés à privilégier, viande séchée pour les pique-niques, bon vin pour le soir recommandé. Ravitaillement en eau "miraculeuse" aux sources de la Seine.

PROGRAMME

J1. Les Laumes - Alesia - St Germain source-seine :

De passage à Alise Ste Reine, nous traverserons le Mt Auxois (site présumé d'Alésia), puis le descendrons par la crête. Puis de pâtures en vallons et forêts de feuillus, nous atteindrons St Germain et de combe en combe les sources de la Seine. Nous bivouaquerons à proximité. Bien sûr, une fois n'est pas coutume, nous dégusterons cette eau de source sainte et saine (et miraculeuse peut-être !), goût à découvrir.

26 km

Dénivelée cumulée : + 841 m / - 612 m.



J2. Sources de la Seine - Blaisy-bas:

Au départ de ce lieu des sources de la seine, nous pourrions y voir le premier pont de ce ruisseau naissant futur fleuve antique. Après avoir parcouru quelques kilomètres, nous passerons à proximité des sources de l'Ignon qui est un affluent de la Tille, donc un sous-affluent de la Saône et du Rhône. Nous traverserons Ste Seine l'Abbaye, où nous pourrions observer l'abbaye bénédictine fondée au [VIe siècle](#), maintes fois ravagée et reconstruite à travers les siècles. Après la traversée d'un plateau, nous redescendrons dans de jolies combes pour rejoindre Blaisy-bas.

24 km - - Dénivelée cumulée : + 671 m / - 732 m.

Équipement : nécessaire de camping ; tente légère, sac de couchage, matelas, réchaud (possibilité de partager pour ceux qui n'en ont pas), popote, gourde. Bonnes chaussures de randonnée à semelles type Vibram (pas neuves), vêtements efficaces contre la pluie, polaire (en Morvan, même en été, il peut faire frais), re-

changes, bâtons conseillés. Nécessaire de toilette, pharmacie personnelle, lampe frontale, protection solaire, barres énergétiques, chaussures légères pour le soir, papiers d'identité. Capacité eau minimum 1,5 litres. Carte CAF obligatoire.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisateur se réserve le droit de le modifier à tout moment, notamment en fonction des conditions de terrain posant danger, d'obstacles imprévus, de cohésion du groupe, de météo taquine, et pour d'autres raisons de sécurité. Les participants devront avoir le niveau demandé.

Inscription : auprès du secrétariat du CAF Ile de France à partir du 10/05/2012. L'inscription n'est effective qu'après le versement de 8 €. Il existe une assurance annulation, se renseigner au secrétariat du CAF pour plus de renseignements. Date limite d'inscription le 26/06/2012.

Cartographie: carte IGN 1/25 000 n° 2921O, 2922E, 3022ET, 2921E.