

Le petit Âne Gris Une Traversée des Alpes de Haute Provence

Du 26 octobre au 2 novembre 2014

niveaux : **SO** et ▲

Nombre de personnes : 8

Début de la validation des inscriptions : jeudi 14 août 2014

Ecoutez cette histoire
Que l'on m'a racontée.
Du fond de ma mémoire,
Je vais vous la chanter. ...

Ecouter la chanson : <https://www.youtube.com/watch?v=Km4hdtZ7Iyg>

Traversée du sud au nord des pré-alpes de Haute Provence. De Manosque à Veynes à travers des sites naturels remarquables comme la Montagne de Lure, les gorges de la Méouge et ses marmites de géant, le site d'escalade de Orpierre, la montagne d'Aujourd et enfin la montagne de Céüze (site Natura 2000).

Tout comme le petit âne gris de la chanson nous remonterons la Durance et le Buëch dans une région encore marquée par l'exode rural du début du 20ème siècle.

Participation : 475 € (train AR compris). 8 jours et 7 nuits.

PROGRAMME

Dimanche 26 octobre : **RV à 8h45 à la voie de départ du train**. Je détiens tous les billets déjà achetés. Train TGV à 9h07 à Paris Gare de Lyon pour Aix-en-Provence-TGV. Arrivée prévue 12h14. TER à 12h55 pour Manosque. Puis Taxi de Manosque à Forcalquier.

Randonnée de Forcalquier à Saint-Etienne les Orgues vieux village provençal aux ruelles étroites (façades du XVème siècle) posé au pied de la Montagne de Lure qui le protège du mistral et lui fournit ses sources réputées.

13 km / + 500 / - 400. Gîte d'étape.

Lundi 27 octobre : Nous attaquons l'ascension : Abbaye Notre-Dame-de-Lure (abbaye du XIIème siècle) et son parc ombragé de hêtres et de tilleuls qui auront revêtus leurs plus beaux habits d'automne pour nous. Sommet de la montagne de Lure (1826 m tout de même !) d'où nous jouirons, par temps clair d'une vue panoramique exceptionnelle sur toute la vallée ainsi que sur les Alpes puis parcours de crête si le temps est beau. Descente au Jas des Bailles. 23 km / + 1300 / - 1000. Gîte d'étape.

Mardi 28 octobre : Journée plus calme après les rudesses de la veille. Du Jas des Bailles descente par une magnifique forêt dans la vallée du Jabron, vallée rurale par excellence qui a su garder les activités traditionnelles de la Provence : apiculteurs, culture de la lavande, élevage des moutons (et qui sait un petit âne gris ?) puis remontée sur la crête du Mollard qui nous mènera à Sisteron. Nous ne manquerons pour rien « super Sisteron » ... 18 km. + 500. - 900. Hôtel !

Mercredi 29 octobre : Transfert de Sisteron aux Gorges de la Méouge. Gorges de la Méouge : Ah ! Les gorges de la Méouge et ses marmites de géant, son eau translucide et turquoise ... J'en rêve depuis toujours. Puis nous l'abandonnons pour faire l'ascension de la Montagne de Chabre, encore une très grosse bosse puis enfin descente au village de Orpierre célèbre pour ses falaises et ses sites d'escalade. + 1100 / - 1000 / 23 km. Gîte d'étape.

Jeudi 30 octobre : Nous sommes désormais dans les Hautes Alpes mais toujours dans les préalpes d'un point de vue géologique ! Depuis Orpierre nous rejoindrons Trescléoux puis Serres dans la vallée du Buëch, Serres est une ville importante depuis le moyen âge car située à l'entrée d'une cluse. 21km. + 1600 / - 1600. Si la météo est bonne sinon version allégée côté dénivelés. Hôtel.

Vendredi 31 octobre : Serres, Villaret via la montagne d'Aujourd et le lac du Peyssier qui ont remplacé la montagne de St Génis dans mon programme. La géologie du lieu se complique et il faudra ruser avec les chemins. (= préparez la frontale !). + 1300 / - 1000 / 24 km. Gîte d'étape.

Samedi 01 novembre : Villaret – Col des Guérins. + 1150 / - 850 / 13 km. Parcours aventureux. Si nous arrivons tôt et la météo propice nous irons peut être admirer la montagne de Céüze au couchant du soleil. La montagne de Céüze est constituée d'une corniche en forme de fer à cheval. Elle culmine à 2 016 m d'altitude au pic de Céüze, à l'est de la corniche, c'est un bel exemple de synclinal perché. C'est aussi un haut lieu de l'escalade qui est très connue pour la difficulté de ses voies.

Dimanche 02 novembre : Montagne de Céüze (si pas fait la veille), puis traversée sur Veynes où nous attend un TER à 16h40 pour Valence gare TGV à 19h01 suivi d'un TGV à 19h10 pour Paris. + 800 / - 1300 / 22 km. **Arrivée Paris gare de Lyon à 21h23.**

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 météo taquine, et pour d'autres raisons de sécurité. Les participants devront avoir le niveau demandé.

Coût prévisionnel : **475 € comprenant le transport en train** (en TGV à l'aller et au retour) et les transferts pour se rendre au départ de la randonnée et en repartir et le transfert du J4 et les demi pensions des 7 soirs et les frais CAF et les frais d'organisation, **mais ne comprenant pas** les repas des midis, ni les en-cas et boissons diverses ... Les comptes seront individualisés en fin de circuit et tout frais non engagé vous sera remboursé quelques temps après le retour de la randonnée. Par contre si des événements nous obligeaient à utiliser d'autres taxis que ceux mentionnés, nous devons payer ceux-ci en plus.

RENSEIGNEMENTS

Niveau physique : SO : Randonnée accessible à des personnes pratiquant régulièrement la randonnée à bonne allure en terrain accidenté ou d'autres sports équivalents. Certaines étapes relèvent du niveau M+ mais globalement le cumul du dénivelé et de la distance font de cette sortie une randonnée soutenue. Certaines étapes pourront être écourtées en cas de météo très mauvaise mais pas toutes.

Repas du midi : à apporter ou acheter sur place, à la charge des participants, ils seront pris sur le terrain. Prévoir 2 midis dès le départ. Dimanche qui sera pris dans les transports et lundi midi (pas le temps d'acheter à St Etienne les Orgues et commerces fermés le matin). Ensuite ravitaillements réguliers possibles sur place.

Hébergement : Gîte d'étape en général et deux hôtels. Chambres et petits dortoirs à partager.

Equipement et matériels à emporter : Chaussures de marche, sac à viande léger, chaussures légères et propres pour le soir. Cape de pluie et/ou sur-pantalon de pluie. Bonnet léger et gants (mistral possible). Lampe frontale obligatoire (la nuit tombe tôt puisque le changement d'horaire sera passé).

Inscription :auprès du secrétariat du CAF Ile de France ou en ligne, toutes les demandes seront traitées **à partir du 14 août** puis au fil de l'eau. L'inscription n'est effective qu'après le versement de 245 € et de son complément de 230 € qui sera encaissé le 25 septembre. **Il faut préparer ses deux paiements à l'inscription** sinon vous ne serez pas inscrit. Il existe une assurance annulation, à 2,5 % du prix du circuit, se renseigner au secrétariat du CAF pour plus de renseignements. (Uniquement pour les inscriptions à plus de 30 jours du départ).

De légers ajustements pourront être faits tant sur l'itinéraire que sur les prix mais sans grosse variation de l'esprit global.

Note spéciale « sncf » : si vous ne payez pas le train et que vous vous inscrivez dans cette sortie, je peux vous confier les billets TGV déjà achetés pour vous et vous les revendez sur un site comme « troc des trains » à votre bénéfice.

Adhésion 2015 : Pour participer à cette sortie vous devrez avoir renouvelé votre adhésion 2015 au Club Alpin d'Ile-de-France. Chose qui n'est pas possible avant le 2 septembre de toute façon. Idem si vous êtes nouvel adhérent, attendez début septembre pour le devenir.