

Organisatrice : Hélène BATTUT
Contact : Voir rubrique "kifaikoi" sur le site

Vézelay et ses vallées

Du vendredi 11 novembre au dimanche 13 novembre 2016



Besoin de respirer et de se ressourcer ? Je vous propose une escapade de 3 jours dans le Vézélien, partie nord du Parc Naturel Régional du Morvan, qui nous permettra de parcourir ses collines boisées, la vallée sauvage de la Cure, et la pittoresque vallée du Cousin aux pieds d'Avallon, terme de notre randonnée. La région est reconnue pour ses sites naturels d'exception, ses trésors architecturaux, et la beauté de ses paysages et de ses villages perchés, tels Vézelay et Avallon. Nous séjournerons à Vézelay, village classé ainsi que sa belle basilique romane, au patrimoine mondial de l'UNESCO.

Niveau physique : Moyen

Niveau technique : ▲

Terrain présentant quelques pentes raides et passages délicats près de l'eau.

Nombre de personnes : 8, organisatrice comprise.

Date de début de validation des inscriptions : mardi 6 septembre 2016.

Programme :

Vendredi 11 novembre 2016 : Sermizelles – Vézelay

Arrivés à Sermizelles à 10 h 15, nous débuterons notre randonnée en direction de Vézelay vers le sud : Rivières, collines, bois et villages.

Givry (vallée du Cousin) – Domercy le Vault – Asquins (vallée de la Cure) – Vézelay : visite du village et de la basilique. Les terrasses de Vézelay, à 300 m de hauteur, dominant les environs, offrent un point de vue exceptionnel sur les premiers contreforts du Morvan, la vallée de la Cure et les villages environnants.

Nuit à l'hôtel à Vézelay et dîner dans un restaurant proche. Ravitaillement possible à l'épicerie du village.

15 km – dénivelé cumulé : + 430m/-270m – environ 4 h 00 de marche effective (sans les pauses et le pique-nique).

Samedi 12 novembre 2016 : Saint-André-en-Morvan – Vézelay

Transfert en taxi (14 km de route) jusqu'à St-André-en-Morvan. Nous sommes au cœur du Parc Naturel du Morvan et de ses collines boisées. Par la partie la plus pittoresque de la vallée de la Cure qui prend ici la forme de gorges, nous rejoignons Vézelay vers le nord. Forêts, hameaux, bords de la rivière et hauteurs, puis vignobles du Vézélien.

Cure – Pierre Perthuis, avec ses 2 ponts – Foissy les Vézélais – St Père - Vézelay

Selon le temps dont nous disposons (la nuit vient à 17 h 00...), visite de l'église Notre Dame à St Père, « joyau de l'art gothique bourguignon ».

2ème nuit à l'hôtel à Vézelay et dîner dans un restaurant proche. Ravitaillement possible à l'épicerie du village. Pour cette journée de samedi, le sac pourra être allégé, puisque nous restons dans le même hôtel que la veille.

21 km – dénivelé cumulé : +500m/-460m – environ 6 h 00 de marche effective.

Dimanche 13 novembre 2016 : Vézelay – Avallon

De Vézelay à Avallon, terme de notre randonnée, par les bois, les vignes, les collines, les bocages, et les villages du Vézélien, puis la sauvage vallée du Cousin aux rives parfois malaisées.

La ville d'Avallon est située sur un promontoire granitique, dominant de plus de 100 m la rive droite du cousin. La vieille ville a conservé ses remparts, reconstruits au 15è siècle. Flanqués de 6 tours circulaires, de bastions, d'échauguettes et de portes d'enceinte, ces remparts rappellent l'ancienne place forte qu'était Avallon.

St Père – Nanchère – Tharoiseau (village perché) – Island – Pontaubert – Avallon, où nous prendrons le train du retour à 16 h 43.

21 km – dénivelé cumulé : +300m/-300m – environ 6 h 00 de marche effective.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. L'organisatrice 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.

Transports SNCF :

Aller : Vendredi 11 novembre 2016 :

Départ de PARIS BERCY à 7h 37, via Laroche Migennes et Auxerres (TER+TER+autocar) ; Arrivée à SERMIZELLES à 10h 15 .

Regroupement des participants à SERMIZELLES à l'arrivée.

Retour : Dimanche 13 novembre 2016 :

Départ d'AVALLON à 16 h 43, ter direct ; Arrivée PARIS BERCY à 19 h 24.

Equipement : Bonnes chaussures de marche, le terrain peut être glissant (rochers, bords de rivière), sac à dos 30 à 40 L maxi, faites léger 6 ou 7 kg maxi pique-nique compris, protections contre le froid et la pluie, bonnet et gants polaires, cape de pluie, guêtres pour la boue et la pluie, lampe frontale, sifflet, bâtons si vous en avez l'habitude, gourdes, en-cas énergétiques, affaires de toilette (avec des échantillons par exemple) et rechange, chaussures légères pour le soir, bouchons d'oreille, pharmacie personnelle, papiers, téléphone portable avec chargeur. Pas de drap sac ni de serviettes de toilette, nous sommes à l'hôtel.

Hébergement : En hôtel ** en chambres de 2 lits pour les 2 nuitées à Vézelay. (sac allégé samedi)

Repas du midi : Tirés du sac. **Prévoir au moins votre pique-nique de vendredi.** Ravitaillement possible à Vézelay vendredi soir et samedi soir (petite épicerie).

Coût prévisionnel : 180€

Comprenant les 2 nuitées à l'hôtel, les 2 petits déjeuners, les 2 dîners au restaurant (boissons non comprises), à Vézelay, vendredi soir et samedi soir ; les frais administratifs du club, le taxi de samedi matin, une participation à mes frais d'organisation (train, carte, courrier). Une régularisation sera faite en fin de séjour, en fonction des prix du taxi, petits déjeuners (à l'étude, je les trouve chers à l'hôtel!), dîners au restaurant, que je vais négocier.

Non compris : les transports SNCF, les 3 repas de midi tirés du sac, les en-cas et boissons diverses, notamment les boissons des dîners au restaurant.

Inscriptions : Dès la parution de cette fiche technique, **après demande d'accord auprès de l'organisatrice** (sur le formulaire d'inscription en ligne, ou par courriel si vous ne vous inscrivez pas en ligne).

Validation des inscriptions à partir du **mardi 6 septembre 2016**, confirmation de celles-ci selon les règles de priorité d'inscription du Club et dans la limite des places disponibles.

Attention seules les inscriptions accompagnées du paiement sont prises en compte le jour de la validation. Si vous vous inscrivez dans la sortie à plus d'un mois du départ, vous pouvez souscrire une assurance annulation, voir le détail dans le processus d'inscription et demandez le dépliant au Club.

Vous devrez être à jour de votre cotisation CAF 2016-2017 lors de cette sortie.



Crédit photo François Bonnet

Bureaux : 12 rue Boissonnade 75014 PARIS – Adresse postale : 5 rue Campagne Première 75014 PARIS

Téléphone : 01 42 18 20 00 -

www.clubalpin-idf.com

Association loi 1901, affiliée à la Fédération Française des Clubs Alpains et de Montagne