



Rando Bien-être dans les Écrins, incontournable Vallouise

FRANCE - ALPES DU SUD



La Vallouise est une vallée menant aux plus hauts sommets du Parc national des Écrins. Nous découvrons la diversité de sa faune et de sa flore ainsi que ses nombreux panoramas. Durant ce séjour nous avons le plaisir de côtoyer le même environnement que les alpinistes et de partager leurs passions pour les hautes cimes faites de roches, de glace et de neige! Le soir, nous sommes hébergés dans un petit hôtel confortable où nous pouvons profiter en option de son espace bien-être.



7 jours / 6 nuits
5 jours de marche



5 à 14 personnes



En étoile



★★★★



Hôtel



Code : 1314

LES POINTS FORTS :

- Un hôtel familial, et un accès à l'espace bien-être
- Un repas en refuge
- Les randonnées sur tous les plus beaux sentiers du secteur
- Entre vallons, lac et le Glacier Blanc



PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : PUY SAINT VINCENT

Ça y est, nous vous voilà arrivé au pays des guides! Sur une route sinueuse, nous pénétrons peu à peu dans ce décor mythique... Nous apercevons au loin la fameuse barre des Ecrins et ses impressionnantes parois verticales. Nous en prenons plein les mirettes, ce n'est que le début du voyage! Au bout de votre périple, nous arrivons à l'hôtel où nous sommes accueillis avec chaleur. Après la présentation du séjour et un bon repas, nous rejoignons notre chambre pour un repos bien mérité avant la première balade du lendemain. Rendez-vous le dimanche à 19h15 à l'hôtel, si nous arrivez en train, notre accompagnateur nous accueille en gare à 18h45 pour le transfert sur le lieu de rendez-vous. Accueil et présentation du séjour par votre accompagnateur.

JOUR 2 : LE VALLON DE NARREYROUX

Aujourd'hui, nous pénétrons dans un décor digne des plus beaux contes de fées! Nous démarrons en cheminant dans une forêt de mélèzes, au bord d'un torrent. Les reflets des rayons de soleil dans l'eau glacée et le chant des oiseaux nous font l'effet d'une méditation apaisante. A la sortie du bois, nous découvrons avec ravissement la petite chapelle et ses fresques murales ainsi que les chalets d'alpage blottis au creux du vallon. Vision idyllique au milieu d'une vaste prairie ornée de fleurs : œillets sauvages, orchidées, campanules et autres beautés qui ajoutent à la féerie de l'endroit. Nous poursuivons un peu plus loin pour arriver à la cascade qui nous étourdit par son débit impressionnant. Nous levons les yeux pour admirer en toile de fond les Pointes de l'Aiglierie et des Neyzets.

▲ 6h de marche, +650m/-650m de dénivelée

JOUR 3 : LE LAC DE L'EYCHAUDA - VALLON DE CHAMBRAN

Pour cette nouvelle journée de randonnée, nous explorons le Parc National des Ecrins avec un itinéraire de choix! Nous remontons le vallon de Chambran le long du torrent, et nous nous élançons sur les lacets dessinés à travers une pente herbeuse et rocailleuse. Ces pentes forment les cachettes préférées des marmottes. Nous les écoutons donner l'alerte en sifflant sur notre passage. Nous débouchons enfin, oh merveille! Devant nous se dévoile le lac de l'Eychauda niché au fond d'un cirque glaciaire au bout duquel se niche le glacier de Séguret Foran. Peut-être subsiste-t-il encore quelques icebergs flottants au milieu de ce lac glaciaire d'un bleu laiteux. Il s'agit de l'un des trois plus grands lacs du massif des Ecrins, lieu privilégié pour une pause pique-nique bien méritée! Dans ce paysage minéral, le lac glacé nous éblouit de ses reflets miroitants. Nous sommes dans le cœur du Parc, la baignade est donc exclue, sous peine de se transformer en glaçon !

▲ 6h de marche; +750m/-750m de dénivelée



JOUR 4 : LE GLACIER BLANC (2542m) - BARRE DES ECRINS (4102m) - LE PELVOUX (3932m)

S'il y a bien un lieu qu'il faut absolument voir lorsqu'on vient dans les Ecrins, il s'agit du mythique Glacier Blanc! Depuis le Pré de Madame Carle, haut lieu de l'alpinisme, nous nous sentons immensément petit, écrasé par toutes ces parois mythiques qui nous entourent : la Barre des Ecrins (4 102 m), point culminant du massif, ou encore Le Pelvoux (3 932 m). Au cœur du Parc National, dans cet univers minéral glacé austère et majestueux, nous grimpons en direction du géant... Nous apercevons la langue du Glacier Noir s'enfiler au fond de la moraine, tandis que le Glacier Blanc nous nargue perché au-dessus de nos têtes. Autrefois les deux se rejoignaient, aujourd'hui séparés, ils rétrécissent à vue d'oeil, réchauffement climatique aidant... Nous crapahutons sur le sentier qui se prolonge en gradins rocheux. Le sifflement des marmottes nous accompagne tout du long. Nous dénichons les fleurs les plus robustes à cette altitude : digitale, épilobe en épi ou encore joubarbe. L'arrivée à l'ancien refuge Tuckett (2 438 m), au pied d'une petite étendue d'eau issue du glacier, est propice à une pause. Nous nous retrouvons pour admirer la perspective qui se déploie devant vos yeux. Malgré nos lunettes de soleil, les sommets mythiques nous éblouissent : les trois Dents du Pelvoux, le Pic Sans Nom et l'Ailefroide. Après une petite halte, nous pouvons poursuivre un peu plus haut en direction du refuge du Glacier Blanc (2 542 m), juché sur son promontoire rocheux. Cette journée vous laissera sans aucun doute un souvenir éclatant...

▲ 5h30 de marche, +625m/-625m de dénivelée

JOUR 5 : LE BELVEDERE DES TROIS REFUGES (2370m)

Après une journée en haute altitude riche en émotions, nous changeons d'atmosphère sur un itinéraire loin du flot de randonneurs. Nous partons du hameau de Puy-Aillaud pour rejoindre les alpages de la Blanche. N'oubliez pas nos jumelles Au programme, observation de la faune sauvage : chamois, marmottes et même parfois des aigles, sans oublier la vue! Au sommet du belvédère, nous pourrions admirer le panorama de la vallée du Pré de Madame Carle que nous avons traversé la veille. Aiguisons notre regard en cherchant à dénicher les trois refuges depuis ce point de mire : le Refuge du Sélé (2 511 m), le Refuge du Pelvoux (2 700 m), et bien sûr le Refuge du Glacier Blanc (2 542 m)! Ainsi, nous pouvons mieux appréhender l'étendue du massif des Ecrins.

▲ 6h de marche, +765m/-765m de dénivelée

JOUR 6 : LA JOURNEE DE L'ACCOMPAGNATEUR : SURPRISE INSOLITE

Pour cette journée, laissez-vous surprendre par votre accompagnateur... Il ou elle vous emmènera à la découverte de son jardin secret, un petit coin qu'il affectionne particulièrement et tient à vous faire partager. Main dans la main, il vous guidera selon son imagination et ajoutera sa touche personnelle à cette randonnée. Abandonnez-vous sans attentes, en toute confiance, pour assouvir cette délicieuse curiosité qui vous tenaille...

JOUR 7 : PUY SAINT VINCENT

Fin du séjour après le petit-déjeuner.

C'est ici que nous nous quittons! Nous rejoignons la gare de L'Argentière-les-Ecrins via un bus local. Mais ce n'est qu'un au revoir, le Pays des Ecrins nous attend pour de prochaines explorations...

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

- Le départ du 7 juillet 2024 se terminera le jour 6 après la randonnée.
- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.
- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Nos guides feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et leur professionnalisme. Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.
- En cas de nombre insuffisant de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ. Nous anticipons au maximum cette prise de décision, parfois à 5-6 semaines de votre départ, afin de vous permettre de vous organiser au mieux. Si vous vous rendez au point de RV du séjour en transport en commun, nous vous recommandons d'éviter les tarifs non modifiables - non remboursables tant que le départ n'est pas confirmé, ou de prévoir une assurance annulation auprès des compagnies de transport.

NUITS SUPPLÉMENTAIRES :

Nuits supplémentaires possibles, en formule demi-pension :

- Nuit en chambre de 2 : 89€ par personne
- Nuit en chambre individuelle : 115€

PERSONNALISER SON VOYAGE :

Accès au spa possible avec supplément.

- Supplément bien-être (accès au spa) : 15€ la séance d'une heure à régler sur place – sur réservation.

FICHE PRATIQUE

NIVEAU PHYSIQUE :

- Marcheur Confirmé

Pour marcheur confirmé ayant une bonne condition physique et une résistance à l'effort.

5 à 6 heures de marche en moyenne par jour comportant une dénivellation moyenne de 600 à 800m en montée et/ou descente.

Le niveau "Marcheur Confirmé" se justifie sur ce séjour par les dénivelés se situant tous les jours entre 600 et 800m de dénivelé positif. Les Ecrins sont un peu plus exigeants que le Queyras car les sentiers sont dans un environnement plus minéral et moins avec une ambiance de collines champêtres. Les 2 jours les plus difficiles sont le Lac de l'Eychauda (Jour 3) et le Glacier Blanc (Jour 4) mais ces journées restent très accessibles.



NIVEAU TECHNIQUE :

Particularité du massif : ce massif est un massif assez encaissé. Nous sommes entourés de sommets culminant au-delà des 3000 m, et la vallée est assez basse. De fait, nous sommes amenés à faire des randonnées plus courtes que ce que vous pouvez avoir l'habitude de faire pour un niveau équivalent, mais pour autant le dénivelé est bien présent ! La majorité des randonnées se fait également en aller/retour, les boucles étant quasiment impossible, mais n'ayez crainte, vous ne verrez pas la même chose à l'aller, qu'au retour...

ENCADREMENT :

Notre équipe est constituée de femmes et d'hommes passionnés par leur métier et enthousiastes à l'idée de vous guider ! Nous vous confierons entre les mains sûres d'un accompagnateur ou d'une accompagnatrice, diplômé et spécialiste des Ecrins qui saura vous faire partager son amour pour la nature et la montagne. Chacun d'entre-eux possède sa propre personnalité et saura attirer votre attention sur les détails merveilleux que cache la nature, comme autant de trésors à contempler : l'observation des rapaces et des mammifères au détour d'un sentier, les innombrables espèces de fleurs et arbres dont le massif regorge, l'art de conter les histoires et anecdotes insolites de chaque village, etc. Avant tout, il saura vous mettre en confiance, par sa connaissance du milieu, sa lecture du terrain, son attention pour chaque détail. N'hésitez pas à solliciter ce professionnel de la montagne pour son expertise sur votre matériel ou vos petits bobos. Le traditionnel « débrief » de fin de randonnée autour d'un verre désaltérant ou d'une boisson chaude est toujours le bienvenu, de même que les échanges et blagues, qui lui permettent de créer une atmosphère bienveillante et de faire de vos vacances un pur moment de plaisir et de lâcher-prise.

HÉBERGEMENT :

Vous séjournerez à Puy-Saint-Vincent, dans un hôtel 2* Logis de France, aux portes des Ecrins avec une vue exceptionnelle sur les sommets et parois mythiques qui vous font face. Le cadre environnant est digne d'un conte de fées et l'hébergement est idéalement situé pour démarrer de nombreuses randonnées sans effectuer de longs trajets. Dans une chambre de 2 personnes, orientée plein sud, vous profiterez un peu plus longtemps du soleil rasant en fin d'après-midi.

L'ambiance familiale se ressent dans l'accueil de Sophie et Jean-François qui vous satisferont par leur gentillesse et leur disponibilité. Lors de vos soirées, vous n'aurez que l'embarras du choix entre les diverses possibilités : vous lover dans un canapé au coin de la cheminée, vous enflammer sur une partie de billard, ping-pong ou baby-foot, ou bien vous détendre en profitant du SPA privatif (réservation à faire le matin pour le soir) composé d'un sauna, hammam et jacuzzi.

➤ Pour les séjours du 3 et du 10 septembre, vous serez logés dans le chalet annexe situé à 20 mètres de l'hôtel.

RESTAURATION :

Dans la mesure du possible, les produits employés sont frais, locaux (circuits courts privilégiés) et de saison, voire bio. Le tout, agrémenté dans une cuisine généreuse, traditionnelle et aux accents du Sud (oui, ici on cuisine à l'huile d'olive !). Pour le midi, vous retrouverez souvent des salades composées dans de petites boîtes hermétiques réutilisables. Vous aurez également l'agréable surprise de découvrir des produits typiques de notre massif : charcuterie artisanale, fromages locaux, miel et délices sucrés, etc.

TRANSPORT DES BAGAGES :

Pendant ce séjour, vous effectuerez des randonnées en étoile, ce qui signifie que vous n'aurez pas à porter vos bagages, car ils resteront à l'hôtel. Vous n'aurez donc pas besoin d'un sac à dos volumineux. Prévoyez simplement un petit sac à dos d'environ 30 à 35 litres pour emporter vos effets essentiels de la journée, tels que le casse-croûte fourni par l'hôtel, des vêtements chauds, une gourde, etc.



TRANSFERTS :

Minibus 8 personnes.

Les transferts sur les différents départs de randonnée se feront en minibus, conduit par votre accompagnateur.

Si le groupe dépasse ce nombre, nous pouvons vous demander d'utiliser parfois votre propre véhicule pour de courts transferts au départ des balades (entre 3 et 7 km).

GROUPE :

De 5 à 14 participants.

RENDEZ-VOUS :

Rendez-vous le dimanche à 19h15 à l'hôtel. L'hôtel 2* est situé au lieu-dit « Clôt Saint Romain », environ 500m avant le village de Puy-Saint-Vincent (1400m). Installation, présentation du séjour et repas en commun.

Si vous arrivez en train, votre accompagnateur vous accueille en gare à 18h45 pour le transfert sur le lieu de rendez-vous.

Attention, pour organiser ce transport et être certain d'avoir votre place, vous avez l'obligation de nous réserver votre transfert maximum une semaine avant la date du séjour. Le nombre de places étant limité, tous changements devront être signalés au plus tard 72h avant votre arrivée (soit le jeudi soir dernier délai).

DISPERSION :

Fin du séjour le samedi après le petit-déjeuner.

MOYENS D'ACCÈS :



EN VOITURE

➤ Depuis le nord, prenez le col du Lautaret via Briançon (RN 94) ou Grenoble (RN 94/D902). Ou encore, depuis Grenoble, empruntez l'autoroute A51 vers Gap, puis la RN94 Vallouise / Puy Saint Vincent

➤ Depuis le sud, passez par Valence ou Sisteron, continuez vers Gap, puis Embrun, L'Argentière la Bessée, Vallouise et enfin Puy Saint Vincent

➤ POUR TOUS

Environ 1 km avant Vallouise, un carrefour permet de rejoindre directement Puy-Saint-Vincent (route sur la gauche bien indiquée). Suivre cette route en direction de la station de ski pendant environ 4 à 5 km avant d'emprunter sur la gauche (dans un virage) la route conduisant au village et à la station de Puy-Saint-Vincent 1 400 m. L'hôtel se situe à environ 150 m de cette intersection (panneau indicateur de l'hôtel).



EN TAXI

Taxi Pelvoux Écrins - Vallouise - Tél. 06 62 13 34 30 www.ecrins-taxis.fr - contact@ecrins-taxis.fr



EN NAVETTE

En autocar :

- Liaisons depuis Marseille, Nice vers L'Argentière-la-Bessée : zou.maregionsud
- Liaisons directes Grenoble / Briançon : zou.maregionsud
- Liaisons intra-départementales : zou.maregionsud

Accès de la gare de L'Argentière-la-Bessée à l'hôtel. Selon la période, possibilité de navettes de la gare jusqu'à Puy-Saint-Vincent, à l'hôtel Aiglière. Information et réservation : zou.maregionsud



EN TRAIN

Voyagez en train jusqu'à la Gare de L'Argentière Les Ecrins

Arrivez facilement depuis Paris en train de jour ou de nuit. Consultez les horaires sur SNCF Connect. Pour les voyageurs en provenance du sud, empruntez la ligne Marseille-Briançon. Profitez de la simplicité du voyage ferroviaire pour découvrir cette superbe destination

DATES ET PRIX

INFORMATIONS DATES ET PRIX :

Départ du 7/07/2024 en 6 jours (fin le vendredi au lieu du samedi). Prix réduit en conséquence.

Pour plus de détails concernant les Privilèges Chemins du Sud, et pour les villes et dates des Salons, vous pouvez consulter notre page : www.cheminsdusud.com/remises-privileges

Privilèges Chemins du Sud : remise fidélité -5%

Afin de vous remercier de votre fidélité, nous vous accordons une remise de 5%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi!).

Cette remise vous sera attribuée systématiquement pour tous les séjours suivants, et sans durée de validité imposée. Elle est appliquée rétroactivement si elle a été oubliée sur un séjour réservé !

Remise FFRandonnée – remise -5%

Afin d'encourager le développement de la randonnée sur notre territoire et la protection de l'environnement, Chemins du Sud offre une remise de 5% sur tous nos séjours, à tous les adhérents licenciés de la Fédération Française de la Randonnée.

Remise Salons – remise -5%

Chemins du Sud a un stand sur plusieurs salons du Tourisme en France et en Belgique. Réduction de 5% accordée sur tous nos séjours, pour toute personne nous rendant visite à notre stand. Utilisation de cette remise une fois par Salon, sans obligation d'achat sur place : pas de durée limitée pour l'utiliser.

Remise Groupes constitués – remise -8% à -18%

La réduction varie selon le nombre de participants. Que ce soit en formule Liberté ou avec un de nos accompagnateurs, partez entre amis ou avec votre club de randonnée, en groupe privatisé, à la date de votre choix.

NOTRE PRIX COMPREND :

- Le transfert entre la gare et l'hôtel du jour 1
- Transferts prévus au programme de la randonnée
- Encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'État
- Pension complète de dimanche soir au samedi matin

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- Le transfert entre l'hôtel et la gare du jour 7
- L'accès à l'espace bien-être (15€ la séance)
- L'assurance annulation et/ou assistance
- Votre transport aller/retour jusqu'au lieu de rendez-vous et de dispersion
- Les boissons et dépenses personnelles
- Les frais d'inscription éventuels
- Le supplément chambre individuelle
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "Le prix comprend"

FRAIS D'INSCRIPTION :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- Pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais d'inscription.
- Pour toute inscription à partir de 90 jours du départ : 15€/personne.

EN OPTION :

- Supplément chambre individuelle (en fonction des disponibilités au moment de la réservation) : 150€

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

VÊTEMENTS :

Attention, voici la partie la plus épineuse. Attaquons nous à la préparation de votre garde-robe ! En montagne, le principal est d'être à l'aise dans ses vêtements et libre de ses mouvements afin de pouvoir gambader comme un lièvre au milieu des prairies ou crapahuter tel un chamois sur les sentiers escarpés. Nous vous recommandons de suivre le principe des 3 couches :

- ✓ un tee-shirt à manches courtes en matière respirante type laine de mérinos ou vêtement thermique
- ✓ une veste chaude en fourrure polaire ou polartec ou polyester extensible
- ✓ une veste coupe-vent imperméable et respirante (type gore-tex)

Ce principe peut être adapté suivant vos préférences et au vu de la météo, bien entendu ! Par un temps radieux, en fournissant un effort continu, vous pourrez ne porter qu'un tee-shirt. Si une brise se lève lorsque vous arrivez sur un sommet ou sur une crête, il peut être utile d'avoir un tee-shirt manches longues chaud type laine de mérinos à enfiler rapidement. De la même manière, évitez de garder sur vous des vêtements mouillés après avoir transpiré. Un tee-shirt de rechange ou le tee-shirt manches longues peut s'avérer bien utile pour éviter d'attraper un coup de froid ! Vous pouvez par exemple profiter de la pause de midi pour faire sécher votre tee-shirt humide au soleil.

Pour le bas du corps, vous pouvez choisir un short ou pantalon souple (éviter les modèles qui vous compriment le ventre !) et léger. En cas de pluie, vous pourrez enfiler par-dessus un surpantalon respirant et déperlant comme votre veste coupe-vent de type gore-tex.

En tant que randonneur aguerri, vous n'êtes pas sans savoir que le coton est à proscrire. Il vaut mieux préférer des matières qui sèchent rapidement, type laine (mérinos), soie ou fibre synthétique. Attention à bien privilégier des matières souples et respirantes pour la pratique de la randonnée. Les k-ways et autres imperméables sont à proscrire, sauf si vous souhaitez créer un effet sauna sous vos vêtements !...

La garde-robe d'usage pour randonner :

- ✓ 1 chapeau de soleil ou casquette
- ✓ 1 bonnet ou tour de cou multifonction type BUFF© et 1 paire de gants légers pour se protéger du vent
- ✓ 2 tee-shirts manches courtes adaptés à l'effort (type microfibre synthétique ou naturel)
- ✓ 1 vêtement isolant type : polaire ou doudoune
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche si possible (type goretex ou équivalent)
- ✓ 1 cape de pluie ou une housse de protection du sac à dos pour le mauvais temps (souvent intégrée dans les sacs)
- ✓ 1 pantalon de trekking ample
- ✓ 1 short ou bermuda adapté à la marche
- ✓ 1 surpantalon imperméable et respirant (type gore-tex ou équivalent)
- ✓ 2 à 3 paires de chaussettes de randonnée
- ✓ 1 maillot de bain



MATÉRIEL :

- ✓ 1 sac à dos de 30/35 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale
- ✓ 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type Vibram Penser à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps (chaussures basses déconseillées à partir des séjours de niveau 3 chaussures)
- ✓ 2 bâtons télescopiques
- ✓ 1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos
- ✓ 1 paire de lunettes de soleil catégorie 3
- ✓ 1 thermos pour une boisson chaude ou froide
- ✓ 1 gourde (prévoir minimum 1,5l/pers) ou poche à eau type « Camel back » avec pipette
- ✓ 1 gobelet, couteau et fourchette pour les pique-niques
- ✓ Des vivres de course de votre préférence (nous vous en donnons également en complément)
- ✓ 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte bancaire, carte vitale, contrat d'assistance (le reste de vos papiers et clé de voiture peuvent être confiés à l'hôtel durant le séjour)
- ✓ 1 couverture de survie
- ✓ papier toilette avec un petit briquet pour le brûler
- ✓ crème solaire sans nanomatériaux indice 4 et écran labial
- ✓ un couteau de poche
- ✓ un sifflet

Pour le soir à l'hébergement :

- ✓ Votre nécessaire de beauté indispensable pour vous bichonner
- ✓ Votre drap de sac pour vous coucouner sous les couvertures
- ✓ Une paire de chaussures légères, crocs ou chaussons pour déambuler à votre aise à l'intérieur
- ✓ Vos affaires de rechange
- ✓ 1 lampe frontale
- ✓ Un masque et des boules Quies pour dormir sur vos deux oreilles

PHARMACIE :

Pharmacie personnelle :

- ✓ vos médicaments habituels
- ✓ médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- ✓ bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large
- ✓ des jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- ✓ double peau (type Compeed ou SOS ampoules)

FORMALITÉS

FORMALITÉS :

- Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance).

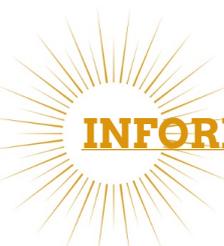


ASSURANCES :

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

- Assurance annulation : 3% du montant du séjour (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant votre départ).
- Assurance assistance rapatriement : 2% du montant du séjour.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du séjour.

Textes complets des assurances envoyés sur demande.



INFORMATIONS DESTINATION

GÉOGRAPHIE :

LE PARC NATIONAL DES ÉCRINS

C'est en 1973 que le Parc National des Ecrins voit le jour, sous l'impulsion de ceux qui arpentent ses flancs (alpinistes, associations naturalistes et Club Alpin Français). Ses adorateurs connaissent sa vulnérabilité et ont à cœur de préserver ses richesses.

Le Parc est composé d'une zone « cœur » dont la réglementation est stricte afin de mieux protéger sa biodiversité fragile et exceptionnelle. Il comporte également une aire optimale d'adhésion qui comprend 59 communes ayant adhéré à sa charte. Celle-ci induit une forte solidarité écologique entre le cœur et les espaces environnants. Le but est de réunir tous les acteurs et de trouver un équilibre entre les enjeux économiques du territoire, à travers la valorisation de son patrimoine, et la préservation de ses richesses naturelles. Ceci est mis en œuvre en tenant compte du développement durable des communes adhérentes.

Le vaste massif des Ecrins est composé de sept vallées : « Le Briançonnais aux portes de la haute montagne, la Vallouise et ses vallées cachées, l'Embrunais, une montagne éclaboussée d'eau et de soleil ; le Champsaur, jardin alpin du pays bocager ; le Valgaudemar, un Himalaya au sud des Alpes ; le Valbonnais, paisible et escarpé ; l'Oisans vertical, vallée des pionniers. »

LA VALLOUISE

Au cours de ce séjour, vous aurez le plaisir de découvrir la vallée de la Vallouise, à laquelle on accède depuis L'Argentière-La-Bessée. Cette ancienne ville minière, aujourd'hui peuplée de guides, est réputée mondialement pour son festival de cascade de glace !

Sur les flancs du massif, dans le vallon du Fournel, on retrouve les stigmates de l'exploitation minière de plomb argentifère. En s'aventurant un peu plus au sud, on découvre la vallée de Freissinières qui mène à la fameuse zone de cœur du Parc, si belle et si préservée. Enfin, si l'on continue à l'ouest, au bout de la vallée de la Vallouise, on découvre un univers minéral glacé majestueux par sa beauté austère... Arrivés au Pré de Madame Carle, on se sent tout petit face aux géants qui nous surplombent : la Barre des Ecrins (4102 m), point culminant du massif, ou encore Le Pelvoux (3932 m). On distingue le bas des glaciers dont la langue se retire peu à peu dû à la fonte des neiges. Le site d'Ailefroide est l'un des plus réputés de France pour la pratique de la grimpe et de la haute montagne et il ne vous laissera pas de marbre !

Profitez de votre venue ici pour découvrir les hameaux typiques de cette vallée et une halte prévue à La Maison du Parc vous permettra d'en apprendre un peu plus sur ce paradis naturel. N'hésitez pas à consulter le site du Parc pour plus d'informations : www.ecrins-parcnational.fr



NOUS CONTACTER



Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h
En cas de problème de dernière minute, appelez :
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



infos@cheminsdusud.com



57 rue François Gernelle BP 155
84 120 PERTUIS

Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h



[http://](http://www.cheminsdusud.com)

www.cheminsdusud.com

Dernière mise à jour : 26/01/2024