

VALGAUDEMAR



Une formidable itinérance dans la « vallée la plus himalayenne » du Parc National des Ecrins.... Une montagne très « Haute montagne », il faudra être en forme.....Pour terminer notre itinérance deux jours d'alpinisme sous la houlette de notre meilleur guide Fabien : la super récompense : le sommet des ROUIES (3589m)... Grands bonheurs en perspective !

LIEU : HAUTES ALPES - PARC NATIONAL DES ECRINS

DUREE : 8 jours / 7 nuits

DATES : du samedi 9 juillet au samedi 16 juillet 2022

NIVEAU : SOUTENU

ACCOMPAGNATRICE : Guilhemette DHOYER - 06 64 43 28 00

GUIDE Haute Montagne : Fabien SUIFFET - 06 30 37 08 65

HEBERGEMENT : Gîte, hôtel, refuge

(les petits déjeuners, les repas du soir seront pris dans les hébergements)

GROUPE : de 5 à 12 personnes.

PORTAGE : Vous portez vos affaires de la journée sauf J3 et J6

RENDEZ VOUS : samedi 9 juillet : gîte LES MELEZES - La Chapelle en Valgaudemar

Si vous arrivez en train ; Gare de GAP , je peux vous prendre.

Retour même gîte , samedi 16 juillet en matinée.

PRIX : 1080,00 € Tout compris

Si vous ne voulez pas faire le sommet des Rouies et arrêter le séjour le J6, me contacter pour connaître le prix sans les 2 jours d'alpinisme.

LE PRIX COMPREND :

La pension complète du J1 (repas du soir compris) au J8 (petit déjeuner compris)

L'encadrement par une AEM diplômée.

L'encadrement des deux jours d'alpinisme par un guide Haute Montagne

Le prêt du matériel d'alpinisme

Les transferts entre La Chapelle et le Gioberney

LE PRIX NE COMPREND PAS :

Votre trajet A/R entre votre domicile et le lieu de rendez vous.

Vos boissons et dépenses personnelles

Les assurances Annulation et Rapatriement

Tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend »

ASSURANCES :

Chaque participant doit être couvert en Responsabilité Civile dans le cadre d'une activité de randonnée à titre de loisirs. L'assurance Rapatriement est obligatoire.

L'assurance Annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas vous pouvez souscrire un contrat Europ Assistance pour 4,20 % du prix du séjour

PROGRAMME

JOUR 1 : samedi 9 juillet : accueil au gîte LES MELEZES à la Chapelle en Valgaudemar.(1160m) en fin de journée.

JOUR 2 : dimanche 10 juillet : LACS DE PETAREL (2100m)

Les petits bijoux du Valgaudemar pour une journée de mise en jambe !!
Deuxième nuit au gîte des Mélèzes.

Déniv+ : 950 m Déniv - : 950 m

Temps de marche : 5 heures 30



JOUR 3 : lundi 11 juillet : REFUGE DES SOUFFLES (1968m)



En passant par Villar Loubière et son magnifique moulin. Jean Claude nous attend au refuge avec son légendaire Thé à la menthe !!! Nuit en refuge.

Déniv+ : 950 m Déniv - : 950 m

Temps de marche : 4 heures 30

JOUR 4 : mardi 12 juillet : LA PAS DE L OLAN (2968m)

Grande et belle journée : Lac du Lautier (2383m), Côte Belle et Pas de l'Olan

Longue descente (on n'oublie pas ses bâtons...) jusqu'à la Chapelle puis transfert et nuit à l'Hôtel du Gioberney (1640m)

Déniv+ : 1000 m Déniv - : 1600 m Temps de marche : 7 heures



JOUR 5 : mercredi 13 juillet : COL DE VALLONPIERRE (2607m)

Belle montée au col sous l'oeil bienveillant du Sirac...

Nuit au refuge de Vallonpierre (2271m)

Déniv+ : 980 m Déniv - : 400 m Temps de marche : 6 heures

JOUR 6 : jeudi 14 juillet : REFUGE DU PIGEONNIER (2430m)

Quittons le refuge de Vallonpierre, avec un petit détour par le refuge de Chabournéou (2020m) Descente jusqu'au Gioberney, nous récupérons nos affaires d'alpinisme pour monter au refuge du Pigeonnier. (fin du séjour pour ceux qui ne font pas les deux jours d'alpinisme.) Nuit au refuge du Pigeonnier.

Déniv+ : 800 m Déniv - : 600 m Temps de marche : 7 heures

JOUR 7 : vendredi 15 juillet : LES ROUIES (3589m)

NOTRE SOMMET !! Lever avant le petit jour....

magie du lever de soleil sur les sommets !

3589 mSUBLIMEDescente : Petit

arrêt au Pigeonnier pour se restaurer.

Il faut descendre encore et encore....

Nuit à l'hôtel du Gioberney. On est fatigués !!

Déniv + : 1160 m Déniv - : 1950 m

Temps de marche : 7 h pour le sommet AR

+ 1 h 30 pour la dernière descente



JOUR 8 : samedi 16 juillet : SEPARATION

Après le petit déjeuner.

Ce programme est susceptible d'être modifié par les professionnels encadrant pour assurer la sécurité du groupe en fonction du niveau des participants et des conditions météorologiques. Chaque soir vous pourrez participer à une séance d'étirements pour vous ressourcer.

Guilhemette DHOYER

Accompagnatrice en montagne - Praticienne en coaching et relaxations

LES GARNIERS 05600 REOTIER TEL 06 64 43 28 00

Email : dhoyer.guilhemette@gmail.com <https://rando-bien-etre.fr>