3000 FACILES ENTRE ECRINS ET QUEYRAS.

Basés dans la charmante vallée de Freissinières dans un gîte tout confort, nous rayonnerons de la frontière Italienne aux profondes vallées des Écrins pour gravir chaque jour un sommet à plus de 3000m d'altitude. L'ambiance est tour à tour minérale, himalayenne, herbeuse ou glaciaire, chaque sommet a sa particularité, son petit charme qui le rend mémorable. Un seul point commun à tous : un panorama grandiose, une vue qui porte du Mont Blanc à la Provence, des hauts sommets des Écrins à l'Italie. Grâce à des départs déjà hauts en altitude, la difficulté reste raisonnable et rend ce séjour accessible à tous les amoureux des cîmes !
Randonnée en étoile.
NB : Dates sur demande

- Niveau : Niveau Confirmé
- Massif : Ecrins Est (Ailefroide)
- 5 jours
- 5 - 8 personnes (Confirmé à partir de 5 inscrits)
-

Tarifs : à partir de 705,00 €
Inscription sur la base de 5 participants soit 750€/personne. Si vous êtes 7 participants ou plus, le jour du départ du séjour, nous appliquerons un tarif dégressif (705€/personne) et vous rembourserons la différence soit 45€.

Déroulement du séjour

JOUR 1 : LA CONDAMINE, 2940M

Au départ de la réserve naturelle des Partias nous gravirons le col de la Trancoulette puis le col de Vallouise avant d'attaquer les pentes finales de la Condamine. Une fois en haut, confortablement installés sur un dôme des plus accueillants, nous profiterons d'un panorama imprenable comme il se doit : le Pelvoux et les hauts sommets des Écrins à portée de main, les Cerces et l'Italie, le Queyras... et à nos pieds la Vallouise. La Condamine est un sommet classique à la réputation méritée, voilà de quoi donner le ton de la semaine !
D+ : 1025m D- : 1025m, 6h de marche

JOUR 2 : LA MORTICE, 3169M

Nous profiterons d'un départ assez haut au-dessus des grands alpages de Vars pour basculer rapidement vers la crête frontalière avec les Alpes de Haute Provence. Une petite pause au bien nommé lac des Neuf Couleurs nous redonnera les forces nécessaires pour la belle montée finale. En haut, dans une ambiance de haute montagne, ce n'est pas un sommet mais deux pointes reliées par une longue et belle crête qu'il nous faudra visiter pour ne rien manquer de la vue exceptionnelle : les Alpes du Sud et la Provence bien-sûr mais aussi le Mont Blanc, le Grand Paradis, Le Mont Rose...
D+ : 1000m D- : 1000m, 6h30 de marche

JOUR 3 : LA TÊTE DE VAUTISSE, 3156M

Retour dans les Écrins mais plus au sud. Les alpages de Vautisse, vastes plateaux peu pentus, secs et rocailleux ont un petit air d'Himalaya. Tout au fond, à la jonction de deux lignes de crêtes épurées se dresse fièrement la tête de Vautisse, l'un des 3000 les plus méridionaux du massif. Après un départ plutôt doux la pente se redresse et nous propulse au sommet. D'en haut, vue superbe sur les hautes vallées de Freissinières, du Sellar et du Couleau et bien entendu sur tout le massif !
D+ : 850m D- :850m , 5h30 de marche

JOUR 4 : L'ÉTOILE DE DORMILLOUSE, 3066M

La longue crête qui sépare la vallée de Freissinières de celle du Fournel est parsemée de petits sommets, chacun un peu plus haut que le précédent. Certains sont très difficiles d'accès, d'autres plus praticables bien qu'aucun sentier n'y mène. L'Étoile fait partie de ceux-là, de ces sommets qui se méritent et où la beauté de l'itinéraire et l'ambiance récompensent largement les courageux qui s'y lancent !
D+ : 1200m D- : 1200m, 7h de marche

JOUR 5 : LA TURGE DE LA SUFIE, 3024M

Coincée entre le Queyras et la frontière italienne, la vallée des Fonts de Cervières est une petite merveille au paysage étonnant, ouverte par de vastes alpages vers l'Italie et fermée au sud par le Pic de Rochebrune, sommet emblématique visible de toute la région. C'est sur la crête menant au Rochebrune que nous allons monter en passant par plusieurs lacs tous plus jolis les uns que les autres. D'en haut vue imprenable sur le Rochebrune seigneur des lieux, les Écrins en face, Clarée et Vanoise au nord sans oublier l'Italie juste à coté. Descente bucolique dans le mélézin puis retour à Briançon pour un coup à boire bien mérité et prendre le train du soir !
D+ : 1050m D- : 1050m, 6h de marche

Séparation à la gare SNCF de Briançon à 17h.

NB : Le programme est donné à titre indicatif. **Le guide reste seul juge du programme qu'il peut modifier à tout instant**, pour des raisons de sécurité ou en fonction des conditions météorologiques, ou bien par rapport au niveau physique et technique des randonneurs. Les indications pour les temps de montée et d'étapes sont données à titre indicatif.

Un pied devant l'autre...mais pas que !

La randonnée en montagne c'est bien sûr la marche à pied mais c'est aussi la découverte des territoires parcourus : les paysages et panoramas parfois grandioses mais aussi l'histoire locale, le patrimoine, la faune, la flore... C'est le métier de l'Accompagnateur en Montagne, spécialiste de sa région et passionné, de transmettre ses connaissances et son expérience du terrain. A une époque où plus que jamais la montagne devient un décor pour activités récréatives, nous prendrons le temps d'aller à la rencontre de ces milieux fragiles pour comprendre les enjeux qui les traversent.

Nombre de participants

8 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 5 participants, vous serez avisés au plus tard 7 jours avant le départ en cas d'annulation**. Dans la mesure du possible une solution

de remplacement vous sera proposée.

NB : Pour les conditions d'annulation des séjours privatisés (groupes constitués) merci de vous référer à nos **conditions de vente**

Matériel à prévoir

La tête

- lunettes de soleil protection classe 3
- chapeau ou casquette
- crème solaire « écran total »

Le corps

- T-shirt ou chemise, éviter le coton qui sèche très mal et préférer des matières plus « techniques » proposées par les marques spécialisées
- une polaire ou soft shell chaude
- un coupe-vent type gore tex protégeant contre la pluie

Les jambes

- un pantalon adapté à la marche en montagne

Les pieds

- des chaussures de marche adaptées à votre taille, tige haute conseillée. Baskets interdites
- préférer des chaussettes techniques aux chaussettes cotons qui favorisent les ampoules

La nuit

- un drap de couchage type sac à viande pour les nuits en gîte et refuge
- petit nécessaire de toilette
- **Serviette de douche** légère.
- boules Quies

Le sac

- un sac à dos montagne d'environ 35/40 litres
- une gourde ou poche à eau pour une contenance minimale de 2L
- une boite plastique pour transporter le pique nique et manger dedans ; petits couverts

Divers

- petit couteau
- appareil photo
- petite pharmacie adaptée à vos besoins personnels, contenant entre autres de l'élastoplaste et des pansements double peau pour d'éventuelles ampoules
- une paire de bâtons de marche est conseillée

Encadrement

Vous serez encadrés par Cédric Anglaret Accompagnateur en Montagne diplômé du Brevet d'État d'Éducateur Sportif d'Alpinisme, exceptés les séjours comportant de la randonnée glaciaire qui sont encadrés par un Guide de Haute Montagne. Il sera équipé suivant le massif, d'une radio VHF reliée au standard des secours, d'un téléphone satellitaire ou d'un téléphone cellulaire. Il aura également une trousse de premiers secours.

Assurances

Tout participant à un stage ROC ÉCRINS doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle. vous couvrant en cas dommage causé à autrui. En tant qu'agence de voyages nous possédons notre propre assurance responsabilité civile professionnelle. Par ailleurs pour pouvoir participer à l'un de nos stages, il est impératif que vous soyez couvert également pour les (frais de secours et de rapatriement) en cas d'incident ou d'accident survenant au cours de ce stage. Il vous appartient de bien vérifier les garanties proposées par votre contrat d'assurance personnel. Si vous ne possédez pas déjà une telle assurance, vous pouvez souscrire à l'un des contrats que nous proposons.

- Le montant de l'assurance « ASSISTANCE » couvrant le rapatriement, les frais de secours et de recherche et l'interruption de séjour, représente 2,6% du prix du séjour.
- L'assurance « MULTIRISQUE » couvrant les frais de secours et de recherche, le rapatriement, l'annulation, la perte de bagages, et l'interruption de séjour, représente 5,6% du prix du séjour.
- Pour les résidents non-européens, l'assurance « ASSISTANCE citoyens hors Union Européenne » couvrant les frais de secours et recherche et interruption de séjour, représente 10€ par jour.

Hébergement

Hébergement en **gîte-hôtel confortable** dans une vallée à l'écart. Chambres de 2 à 6 personnes, couettes fournies. Cuisine maison et produits locaux. Une belle terrasse pour profiter de la fin de journée. Pique-nique le midi.

Transport et Bilan Carbone

Transport assuré par Roc Écrins. Dans le cas où aucun de nos véhicules ne serait disponible nous pourrons vous demander d'organiser un covoiturage avec les véhicules des autres participants. Dans ce cas, un remboursement des frais de déplacement sera effectué à la personne utilisant son véhicule.

Rendez-vous

Heure du rendez-vous:

9h

le premier jour à la gare SNCF de **Briançon.**

Accès

Le Pays des Ecrins est très bien desservi.
La SNCF assure des liaisons directes et quotidiennes depuis Paris, Marseille et Grenoble jusqu'à la gare de l'Argentière les Ecrins et Briançon. ATTENTION : la gare du Pays des Ecrins s'appelle "L'Argentière les Ecrins". Il faut bien préciser au moment de votre réservation le nom complet de la gare, sinon vous risquez d'obtenir un billet pour la gare de "l'Argentière" en Savoie.

- Liaison TGV, Paris-Turin. Descendre à Oulx puis navette (www.linkbus-alps.com) jusqu'à Briançon
- Liaison TGV, Paris-Valence ou Paris-Grenoble avec correspondances en bus (www.vfd.fr -04 76 60 47 08)
- Trains de nuit depuis Paris et le grand Est. Renseignements www.sncf.fr

- Depuis Nice, Marseille ou Gap, lignes régulières en bus (www.autocars-scal.fr - 04 92 51 06 05)

Si vous souhaitez venir en voiture,

- Depuis le Nord , Autoroute A48 jusqu'à Grenoble, puis empruntez le Col du Lautaret (RN91) jusqu'à Briançon.
- Par l'Italie, Autoroute A43 de la Maurienne par le tunnel du Fréjus, puis col de Montgenèvre, direction Briançon.
- En venant du Sud, Autoroute A51 jusqu'à La Saulce, puis direction Briançon (RN 94). Vous entrez dans le Pays des Écrins dès La Roche de Rame.

Informations routières (CRIR) : 08 26 02 20 22

Prix

tous les tarifs

nbe participants	Prix par personne
5	750,00 €
6	750,00 €
7	705,00 €
8	705,00 €

Inscription sur la base de 5 participants soit 750€/personne. Si vous êtes 7 participants ou plus, le jour du départ du séjour, nous appliquerons un tarif dégressif (705€/personne) et vous rembourserons la différence soit 45€.

Le prix comprend:

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'État. La prise en charge de ses repas et nuitées
- **L'hébergement** (et la réservation) en gîtes de montagne, en pension complète (pique-nique le midi)
- Les transports vers les départs de randonnée

Le prix ne comprend pas:

- Vos vivres de courses
- Les frais à caractère personnel : boissons, apéro....
- **Les assurances** responsabilité civile, rapatriement et annulation
- **L' acheminement** jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation

De manière générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique « Le prix comprend ».

Savoir vivre en montagne

Lorsque nous allons en montagne, nous sortons de la société que nous connaissons pour nous retrouver dans un milieu encore un peu épargné par les activités humaine. La montagne est singulière puisqu'elle est le symbole d'une liberté. En effet c'est un lieu où quiconque peut s'exprimer, gravir, sauter, glisser, vivre, partager et plus encore. Que notre objectif soit un sommet, une ligne ou simplement la découverte des paysages, nous profitons tous d'un moment privilégié avec la Nature. Pour garder cet espace de vie aussi beau et le conserver il faut aussi en prendre soin et savoir vivre avec tous les acteurs de la montagne.

UN **ENVIRONNEMENT FRAGILE**, pour le préserver quelques simples règles de bonne conduite : rester sur les sentiers, ne rien prélever, ne rien jeter et se faire discret tant vis à vis de la faune qu'à l'égard des autres randonneurs et alpinistes. La montagne est l'un desderniers lieux silencieux, et ce silence est un trésor à chérir, à respecter et à partager !

EN MONTAGNE, vous ferez cordée avec votre guide, vos amis ou d'autres personnes que vous ne connaissez

pas, tous unis par un même objectif. L'entre-aide est de mise, au sein du groupe mais aussi vis à vis de quiconque aurait besoin d'aide. Pensez au sens de « circulation » : Ceux qui descendent laissent passer ceux qui
montent.

EN REFUGE aussi, il est important de respecter certaines règles de savoir-vivre pour garantir une cohabitation harmonieuse. Vous devrez vous déchausser pour monter dans les dortoirs, des crocs sont prévus à cet effet. N'oubliez pas que les réveils sont en général très matinaux alors soyez discret. Au réveil, il est d'usage de plier sa couverture.

Au moment du **DÉBRIEFFING** de la journée, il est d'usage d'offrir un verre au groupe pour apaiser les moments de doutes, de peurs, et/ou fêter le sommet, revivre les moments forts, drôle et joyeux de la journée. Et, si le coeur vous en dit, à la fin de votre séjour, vous pouvez remercier votre guide avec un petit pourboire, une tradition ancienne mais bien sûr non obligatoire.

Modalités d'inscription

Pour vous inscrire :

- remplissez le **formulaire de pré-inscription** en ligne
- Suite à la validation de votre inscription de notre part (places disponibles et validation par notre guide référent), vous recevrez par email **un contrat de réservation**. Il présente le détail de votre réservation ainsi que le calendrier et les modalités de règlement.
- A réception de ce contrat, vous disposez de 4 jours pour effectuer **le règlement de l'acompte d'un montant de 30%** suivant les modalités qui y figurent.
- **L'inscription définitive n'est prise en compte qu'à réception du paiement de l'acompte.**
- **Le solde est à régler 45 jours avant la date de départ**
- Dans le cas d'une inscription à moins de 45 jours du départ, le montant total de la réservation devra être réglé à réception du contrat de réservation suivant les modalités qui y figurent.