

# ROC ÉCRINS

*Séjours montagne*

## FORÊTS D'AUTOMNE : SEJOUR RANDO DANS LES ECRINS

du 19 octobre au 23 octobre

Nous vous proposons de découvrir la montagne parée de ses couleurs d'automne au cours d'un séjour contemplatif, comportant de faibles dénivelées.

Ce sont principalement les forêts de mélèzes brunissant grâce aux premiers froids qui enflamment de couleurs chaudes le massif haut-alpin.

C'est un séjour où nous nous attacherons à observer la nature préparant sa retraite hivernale tout en offrant les derniers fruits de la saison estivale.

Niveau technique



Massif : Ecrins

5 jours

4 - 8 personnes (Reste 8 places)

Tarifs : à partir de 635 €

Dates:

du 19/10/2020 au 23/10/2020

[Voir les dates des autres séjours](#)

### Déroulement du séjour

#### Jour 1 : vallée de la Biaysse

Au départ d'un sentier qui serpente entre les chênes pubescents et les noisetiers, nous vous proposons une jolie boucle sur un versant sud au-dessus de la vallée de la Biaysse, en pays Vaudois. Nous traverserons quelques vieux hameaux pleins de charme, entourés d'anciens espaces agricoles où la forêt aujourd'hui regagne les surfaces perdues jadis. Aux limites des alpages, l'herbe est roussie par les premiers gels, prémices de l'hiver qui approche.

Dénivelé : 600 m.

#### Jour 2 : vallée de la Durance

Sur la commune voisine, à Champcella, un sentier traverse le mélézin flamboyant jusqu'au petit vallon suspendu sur les balcons de la Durance. Au pied des pentes à peine blanchies, à l'orée des forêts écarlates, au-dessus de la Durance, nous prendrons notre déjeuner. Puis, nous descendrons par un itinéraire hors sentier, mais sans difficulté.

Dénivelé : 590 m.

#### Jour 3 : vallée du Fournel

Nous quitterons Freissinières et ferons étape dans la vallée voisine du Fournel. Ascension jusqu'au sommet de la montagne où la vue se perd du Briançonnais à l'Embrunnais. Puis, au milieu des bois, sur le replat d'un col, un petit refuge sera notre hébergement pour une immersion en montagne, dans la chaleur et la douceur d'un lieu plein de charme, au coin du poêle où le bois crépite.

ROC ÉCRINS - L'Usine - Zone des Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 06 48 57 33 82 <https://roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

Association de tourisme Loi 1901 affiliée APRIAM IM073.100023 - Alpespace 73800 Francin - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-  
contrat n°4000713451. R.C.P MMA IARD - contrat 58224381 - 72000 Le Mans - Code APE 9329Z - SIRET : 799 608 906 00019 - N°TVA  
intracommunautaire : FR46 7996 08906

Dénivelé : +764 m / - 314 m.

## **Jour 4 : plateau d'Oréac**

Nous continuerons notre périple en forêt sur le plateau d'Oréac, jusqu'au sommet qui le surmonte. C'est un fameux point de vue sur la Vallouise et ses villages. Nous bouclerons notre circuit par des sentiers détournés, ferons connaissance avec les ifs, conifères rares mais remarquables, qui ont bien failli disparaître de ces contrées.

Dénivelé : + 340 m / - 788 m.

## **Jour 5 : Pelvoux**

Enfin, pour conclure notre paisible séjour, un splendide belvédère sur le massif du Pelvoux, majestueuse montagne des Écrins aux couleurs joliment agencées : ciel bleu, sommets blancs, forêts rousses, vallée verte !

Dénivelé : 624 m. (avec option à 900 m pour les courageux)

**Séparation** le vendredi en fin d'après-midi à la gare SNCF de l'Argentière La-Bessée.

**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 !**

Ce séjour est ouvert à toute personne désireuse de profiter des plaisirs de la randonnée en montagne et d'y découvrir les couleurs d'automne au cours d'un séjour tranquille et reposant, comportant de faibles dénivelés. C'est un séjour contemplatif.

## **Nombre de participants**

8 participants maximum. **Ce séjour est soumis à un nombre minimal de 4 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.

## **Matériel à prévoir**

### **La tête**

- lunettes de soleil protection classe 3
- chapeau ou casquette

**ROC ÉCRINS** - L'Usine - Zone des Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 06 48 57 33 82 <https://roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

Association de tourisme Loi 1901 affiliée APRIAM IM073.100023 - Alpespace 73800 Francin - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000713451. R.C.P MMA IARD - contrat 58224381 - 72000 Le Mans - Code APE 9329Z - SIRET : 799 608 906 00019 - N°TVA intracommunautaire : FR46 7996 08906

- 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
- boules Quies

## **Le sac**

- un sac à dos montagne d'environ 35/40 litres (Le sac rempli ne doit pas excéder 6 kg ... un confort raisonnable.)
- une gourde ou poche à eau pour une contenance minimale de 2L
- une boîte 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

Cette liste n'est pas exhaustive et reste à compléter par vos soins.

## **COVID-19 : mesures exceptionnelles**

Afin de respecter les exigences sanitaires liées au covid-19, des mesures particulières vont s'appliquer dans les hébergements pour cette saison, notamment un nombre de places restreint.

**ROC ÉCRINS** - L'Usine - Zone des Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 06 48 57 33 82 <https://roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

Association de tourisme Loi 1901 affiliée APRIAM IM073.100023 - Alpespace 73800 Francin - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000713451. R.C.P MMA IARD - contrat 58224381 - 72000 Le Mans - Code APE 9329Z - SIRET : 799 608 906 00019 - N°TVA intracommunautaire : FR46 7996 08906

Dans les refuges, vous serez hébergés dans le même dortoir que vos compagnons de randonnée et exceptionnellement cette année **les refuges ne fourniront ni couvertures, ni oreillers, ni crocs pour se déplacer dans les refuges.**

Il vous faudra par conséquent prévoir en plus de la liste indiquée sur la fiche technique (cf. matériel à prévoir) :

- **un duvet léger (+5° +10°),**
- des crocs ou tongs
- un masque et du gel hydroalcoolique

Pour les hébergements en gîte, des mesures de protection et de distanciation peuvent également s'appliquer.

Dans tous les cas, nous vous remercions de bien vouloir respecter les consignes de bonne pratique suivantes :

- Je me renseigne sur les préconisations sanitaires mises en place dans ce refuge (voir ci-dessous).
- Je monte avec mon matériel personnel : masque, gel hydroalcoolique, sac à viande et/ou duvet, tongs pour être confort au refuge (pas de crocs en refuge, pas de draps, pas d'oreiller).
- Je monte uniquement si je suis en bonne santé, pour me protéger et protéger les autres
- Je signe la charte d'engagement individuelle pour un séjour en refuge et je la remet au gardien (sur papier ou par mail).

Au refuge :

- Je me lave les mains, si possible sur le point d'eau extérieur, avant d'entrer dans le refuge.
- Je m'informe sur les mesures de préconisations sanitaires mises en place (circulations, disposition des tables, des dortoirs...) et les respecte scrupuleusement.
- Je respecte les principes de distanciation physique avec les autres usagers, ainsi qu'avec le gardien.
- Je porte un masque si impossibilité de respecter la distanciation d'un mètre.
- Je participe activement pour soulager le travail du gardien, plus important dans cette période : nettoyage des sanitaires après mon passage, nettoyage du dortoir après la nuitée.
- Je profite de mon séjour dans la bonne humeur !

A la descente :

- Je descends mes déchets.
- J'informe immédiatement le gardien si je suis malade après mon séjour, afin de pouvoir prévenir les autres usagers.

## Encadrement

**ROC ÉCRINS** - L'Usine - Zone des Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 06 48 57 33 82 <https://roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

Association de tourisme Loi 1901 affiliée APRIAM IM073.100023 - Alpespace 73800 Francin - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000713451. R.C.P MMA IARD - contrat 58224381 - 72000 Le Mans - Code APE 9329Z - SIRET : 799 608 906 00019 - N°TVA intracommunautaire : FR46 7996 08906

Vous serez encadrés par un Accompagnateur en montagne diplômé du Brevet d'Etat. 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 premier secours.

## Assurances

Tout participant à un stage ROC ÉCRINS doit être titulaire d'une responsabilité civile individuelle. En tant qu'organisateur de voyages nous possédons notre propre assurance responsabilité civile professionnelle. Pour pouvoir participer à l'un de nos stages, il est impératif que vous soyez couvert (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 au contrat d'EUROP ASSISTANCE spécialement adapté à nos activités, lors de votre inscription. Le montant de l'assurance « ASSISTANCE » couvrant le rapatriement, les frais de secours et de recherche, représente 2,3% du prix du séjour. L'assurance « ANNULATION » couvrant l'annulation et la perte de bagages, représente 3,7 % du séjour. Si vous achetez les deux assurances, vous serez également couvert en interruption de séjour. Attention, l'assurance annulation ne peut être souscrite que le jour de votre inscription.

## Hébergement

En pension complète dans un hôtel confortable et calme situé au village de Freissinières en chambre de 2 à 4 personnes. Les recettes de cuisine de la maison vous régaleront. Le mercredi vous dormirez à 1750 mètres d'altitude dans un refuge confortable en pleine montagne.

Ces hébergements vous sont proposés sous réserve de disponibilité au moment de votre inscription.

**Si vous souhaitez arriver la veille du stage, nous pouvons vous réserver une nuit en gîte,** option à préciser sur votre fiche d'inscription.

## Transport

Les transferts depuis le lieu de rendez-vous jusqu'au départ des ascensions seront assurés avec le véhicule ROC ÉCRINS. Si celui-ci n'est pas disponible, les transferts seront assurés par le guide avec son véhicule personnel. Pour celles et ceux venant en voiture nous pourrions être amenés à vous demander d'utiliser votre véhicule.

**ROC ÉCRINS** - L'Usine - Zone des Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 06 48 57 33 82 <https://roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

Association de tourisme Loi 1901 affiliée APRIAM IM073.100023 - Alpespace 73800 Francin - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000713451. R.C.P MMA IARD - contrat 58224381 - 72000 Le Mans - Code APE 9329Z - SIRET : 799 608 906 00019 - N°TVA intracommunautaire : FR46 7996 08906

# Rendez-vous

Heure du rendez-vous:

8h30

le premier jour devant la gare SNCF de **L'Argentière-Les Ecrins** (commune de L'Argentière-La Bessée, 05120 Hautes-Alpes) pour celles et ceux arrivant en train, pour les autres directement au gîte à 9h30.

## Accès

Le Pays des Ecrins est très bien desservi.

- Liaison TGV, Paris-Turin. Descendre à Oulx puis navette ( [www.linkbus-alps.com](http://www.linkbus-alps.com) ) jusqu'à Briançon ou l'Argentière.
- Liaison TGV, Paris-Valence ou Paris-Grenoble avec correspondances en bus ( [www.vfd.fr](http://www.vfd.fr) -04 76 60 47 08)
- Trains de nuit depuis Paris et le grand Est. Renseignements [www.sncf.fr](http://www.sncf.fr)
- Depuis Nice, Marseille ou Gap, lignes régulières en bus ( [www.autocars-scal.fr](http://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 L'Argentière.
- 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

### Prix par personne en fonction du nombre de participants

**Nombre de participants**

**Prix par personne**

4  
635 €  
5  
635 €  
6  
635 €

**ROC ÉCRINS** - L'Usine - Zone des Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 06 48 57 33 82 <https://roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

Association de tourisme Loi 1901 affiliée APRIAM IM073.100023 - Alpespace 73800 Francin - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000713451. R.C.P MMA IARD - contrat 58224381 - 72000 Le Mans - Code APE 9329Z - SIRET : 799 608 906 00019 - N°TVA intracommunautaire : FR46 7996 08906

## Nombre de participants

### Prix par personne

7

635 €

8

635 €

### Le prix comprend:

- L'encadrement par un Accompagnateur en montagne
- L'hébergement en pension complète du pique-nique du premier jour jusqu'au pique-nique du dernier jour à l'hôtel
- Une nuitée en refuge de montagne à 1750 mètre d'altitude

### Le prix ne comprend pas:

- Vos vivres de courses
- Les frais à caractère personnel : boissons....
- Les assurances responsabilité civile, assistance 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 ».

## 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.

**ROC ÉCRINS** - L'Usine - Zone des Sablonnières - 05 120 L'ARGENTIÈRE-LA BESSÉE - .

Tél : 06 48 57 33 82 <https://roc-ecrins.com> [roc.ecrins@gmail.com](mailto:roc.ecrins@gmail.com)

Association de tourisme Loi 1901 affiliée APRIAM IM073.100023 - Alpespace 73800 Francin - Garantie financière : Groupama Assurance-Crédit-contrat n°4000713451. R.C.P MMA IARD - contrat 58224381 - 72000 Le Mans - Code APE 9329Z - SIRET : 799 608 906 00019 - N°TVA intracommunautaire : FR46 7996 08906