Le grand tour de la Clarée avec les ânes.

La montagne se vit ensemble …

Randonnée de 7 jours du Dimanche 05 au Samedi 11 Juillet 2020

Une itinérance familiale avec la présence et l'aide de nos amis les ânes, où petits et grands apprécieront la montagne ensemble … Je vous emmène marcher au cœur de la Clarée, cheminant de refuges en bivouacs à travers quelques-uns des endroits les plus enchanteresques des montagnes Haut-Alpines.

Une aventure à partager en famille !

La Clarée

Située dans les Hautes-Alpes, au nord de Briançon, la Clarée est une vallée de montagne accueillante, fermée de tous côtés par de hauts sommets. Elle offre une succession de magnifiques paysages, les uns sauvages (pelouses alpines, nombreux lacs, ubacs forestiers, splendides parois calcaires des Cerces, …) ; les autres respectueusement façonnés par l'homme (cabanes pastorales, prairies irriguées, hameaux et villages traditionnels, églises, chapelles, …) qui lui ont valu d'être classée en 1992.

Aux pieds du Mont Thabor, aux frontières des Alpes du Sud, de la Savoie et de l'Italie, cette itinérance nous offre de merveilleux points de vue sur le massif des Ecrins, et des Aiguilles d'Arve toutes proches… Accompagnés de nos compagnons à grandes oreilles, nous cheminons au pas de l'âne, contemplant, nous délectant de cette paix qu'inspirent les paysages des hauteurs. La complicité que nous allons créer avec ces animaux est un atout de plus à ce merveilleux voyage en montagne, et développera notre présence et notre sensibilité. La Clarée l'été, ses torrents à l'eau limpide, les fleurs de ses alpages, les restes de neige qui s'accrochent aux sommets, et ses nombreux lacs où la terre semble retenir le ciel… Des paysages grandioses nous attendent.

Nous dormirons 4 nuits en refuge d'altitude, plus 2 nuits en bivouac, à 2400m d'altitude, la tête sous les étoiles…

Attention : cet itinéraire comprend des passages de cols à 2500m d'altitude. A l'époque présumée, nous pourrons rencontrer de la neige, ce qui pourrait accentuer la difficulté du parcours. A tout moment, l'accompagnateur pourra modifier l'itinéraire en fonction des conditions du terrain, et de la forme des participants.

Niveau de difficulté* : F

** 5 niveau : F, PD, AD, D, TD*

Tarifs*

Adultes : 735€ / pers / séjour

Enfants : 665€ / enfant / séjour

** Nombre minimum de participants : 6 personnes, maximum 10 personnes*

Pour plus d'info, voir plus bas « Prix comprend »

Encadrant responsable du séjour

Céline Teissèdre
06 52 57 64 40

Etapes et difficultés

Jour 1 :

De Névache aux Lacs Cristol et Rond (2350m)
Dénivellation + : 800 m
Dénivellation - : 0 m
Distance : 6.2 Km
Point culminant : Lac Rond 2350m
Heures de marche : 4h

Jour 2 :

Du Lac Rond au Refuge du Chardonnet 2227
Cascade de Fontcouverte et Chalets du Queyrellin
Dénivellation + : 500 m
Dénivellation - : 620 m
Distance : 12 Km
Point culminant : 2227m
Heures de marche : 4h30

Jour 3 :

Du Refuge du Chardonnet à la Cabane du Clôt de l'âne 2450
par le col du Chardonnet Sud
Dénivellation + : 680 m
Dénivellation - : 450 m
Distance : 6,5 Km
Point culminant : 2638m
Heures de marche : 5h

Jour 4 :

De la la cabane du Clot de l'âne 2450 au refuge des Drayères 2180
par le col de la Ponsonnière et lacs des Cerces et lac Rond
Dénivellation + : 320 m
Dénivellation - : 600 m
Distance : 10 Km
Point culminant : Col des Cerces 2574
Heures de marche : 4h30

Jour 5 :

Du refuge des Drayères 2180 au refuge de Laval 2010
Par lacs Rond, Col des Muandes, lac Long
Dénivellation + : 700 m
Dénivellation - : 850 m
Distance : 12 Km
Point culminant : Col des Muandes 2828
Heures de marche : 5h30

Jour 6 :

Du au refuge de Laval 1998 au refuge de Ricou 2218
Par Lac de la Cula
Dénivellation + : 500 m
Dénivellation - : 400 m
Distance : 7 Km
Point culminant : Lac de la Cula 2489
Heures de marche : 4h

Jour 7 :

Du refuge de Ricou 2118 à Névache
Par Balcons
Dénivellation + : 300 m
Dénivellation - : 800 m
Distance : 9,5 Km
Heures de marche : 4h

Hébergements

J1 : Bivouac au Lac Cristol (2350m)
J2 : Refuge du Chardonnet (2227m)
J3 : Bivouac Cabane du Clot de l'Ane (2450m)
J4 : Refuge des Drayères (2180m)
J5 : Refuge de Laval (2010m)
J6 : Refuge de Ricou (2115m)

Organisation :

Rendez-vous le dimanche 05 Juillet 2020 : RDV à 9h à Névache, Ville haute, sur le grand parking.

Retour : le Samedi 11 Juillet à Névache vers 15h30.

Nous randonnerons avec 2 ânes, chacun sera amené à les conduire et à prendre soin d'eux (pansage, harnachement, câlins, …) La présence des ânes nous permettra d'alléger nos sacs, mais attention n'abusons pas ! Vous devrez avoir chacun un sac à dos avec vos affaires de la journée (eau, pique-nique et de quoi vous couvrir). Les ânes se chargeront de porter le matériel de bivouac (duvets, matelas, nourriture), ainsi que vos sacs « suiveurs », à la limite de 4kg/personne.

Les nuits en bivouacs se passeront au choix à la belle étoile, ou sous un tarp (sorte de bâche), ou encore (pour l'un des 2 soirs) à l'abri dans une cabane rudimentaire, selon votre préférence. Vous devrez donc prévoir de quoi dormir : duvet, sac de soie, et matelas gonflable ; voir une tente si vous préférez.

Restauration :

Nous dînerons et petit déjeunerons dans les refuges, et nous commanderons nos pique-niques à ces mêmes refuges. Les jours de bivouacs, nous préparerons ensemble les diners.

Il est fortement conseillé de prendre avec vous des barres de céréales, du chocolat, et des sachets de graines, et un Thermos pour avoir une boisson chaude.

Merci de nous indiquer tout régime alimentaire particulier.

Itinéraire

Jour 1 : de Névache au Lac Cristol

RDV à 9h à Névache.

Après avoir fait connaissance, nous découvrons les ânes. Préparation du matériel, vérification des sacs, et… c'est parti pour notre première étape. Une montée confortable à travers bois, puis à nous les alpages, les paysages s'ouvrent et nos premiers lacs se dévoilent… C'est alors le moment de préparer ensemble notre première nuit sous les étoiles*.

Dénivellation + : 800 m
Dénivellation - : 0 m
Distance : 6.2 Km
Point culminant : Lac Rond 2350m
Heures de marche : 4h

Pour ceux qui le souhaitent nous pourrons, une fois allégés de nos sacs, faire durer le plaisir et monter voir à la porte de Cristol (+/- 150m)

**En cas de mauvais temps, nous pousserons l'étape jusqu'au refuge de Buffère. Dans ce cas, les frais supplémentaires seront à la charge des participants.*

Jour 2 : du Lac Cristol au Refuge du Chardonnet 2227

Un superbe sentier en balcon nous permet de rejoindre le refuge de Buffère. Puis nous redescendons jusqu'à La Clarée, dans la fraicheur des forêts de mélèzes, jusqu'à la splendide cascade de Fontcouverte, à la beauté convoitée de tous les photographes du monde… Nous quittons ensuite la vallée et remontons jusqu'aux chalets d'estive du Queyrellin, par un sentier secondaire peu emprunté. Après une petite montée, notre destination est là, le refuge du Chardonnet, perdu dans son écrin d'alpages…

Dénivellation + : 500 m
Dénivellation - : 620 m
Distance : 12 Km
Point culminant : 2227m
Heures de marche : 4h30
Variante en plus : depuis le refuge, aller / retour au col de Roche Noire (+/- 450m)

Jour 3 : du Refuge du Chardonnet 2227 à la cabane du Clot de l'âne 2450

Une étape à la découverte des vestiges de la vie pastorale d'antan et, si le cœur vous en dit, sur les traces des mineurs du Chardonnet. Situées à 2800m d'altitude, au-dessus du Col Du Chardonnet, les mines de graphite du Chardonnet étaient le seul gisement réellement exploitable en France… Puis nous passerons une autre nuit seuls au monde, au milieu des alpages immenses, avec la voute céleste comme toit*.

Dénivellation + : 680 m
Dénivellation - : 450 m
Distance : 6,5 Km
Point culminant : 2638m
Heures de marche : 5h
Variante en plus : depuis le col, aller / retour à l'entrée des mines (sans les ânes, +/- 150m)

**En cas de mauvais temps, nous pourrons trouver refuge dans la cabane du Clot de l'âne (au confort très rudimentaire), ou nous pousserons jusqu'à la cabane ouverte du camp des Rochilles, équipée de matelas.*

Jour4 : de la cabane du Clot de l'âne 2450 au refuge des Drayères 2180

Une étape sauvage, qui chemine tout le jour à travers de doux alpages encerclés de hauts sommets. Les parois calcaires s'érigent, verticales. Notre sentier passe par plusieurs cols, qui font naître, à chaque fois, la curiosité du paysage suivant. Le passage aux lacs des Cerces, superbes, puis au lac du Grand Ban et lac Rond, sont chaque fois une source d'émerveillement…

Dénivellation + : 320 m
Dénivellation - : 600 m
Distance : 10 Km
Point culminant : Col des Cerces 2574
Heures de marche : 4h30
Variante en plus : depuis le refuge, aller / retour à la cabane de l'ours (+/- 300m)

Jour 5 : du refuge des Drayères 2180 au refuge de Laval 2010

Encore une journée placée sur le thème des lacs, puisque nous en croiserons pas moins de 3 ! Alpages ouverts, reliefs doux et lacs d'un bleu profond, c'est à travers ces paysages reposants que nous gravirons la montée jusqu'au col des Muandes, porte d'entrée pour l'ascension du Mont Thabor. Nous admirerons des vues imprenables sur le massif des Ecrins, la Barre, la Meije, autant de sommets mythiques à portée de main… Puis nous retrouvons la Clarée et dormirons au refuge de Laval.

Dénivellation + : 700 m
Dénivellation - : 850 m
Distance : 12 Km
Point culminant : Col des Muandes 2828
Heures de marche : 5h30

Jour 6 : du refuge de Laval 2010 au refuge de Ricou 2115

Lacs, torrents, rivières, … encore un itinéraire rafraichissant, où nous quitterons le sentier pour découvrir des vallées sauvages et leurs lacs cachés. Après une très belle traversée an balcon, juste en face de la pointe des Cerces et la Main de Crépin, nous découvrons le dernier des refuges de la Clarée : le Refuge de Ricou.

Dénivellation + : 500 m
Dénivellation - : 400 m
Distance : 7 Km
Point culminant : Lac de la Cula 2489
Heures de marche : 4h
Variante en plus : depuis le refuge, aller / retour aux lacs Laramon et Serpent (+/- 200m)

Jour 7 : du refuge de Ricou 2115 à Névache

Dernière étape en hauteur puis que nous prendrons la direction de Névache par le chemin de ronde, un balcon à l'adret, doucement bercés par les paysages grandioses des Cerces. Nous finirons par retrouver la Clarée, « cette rivière bénie des Dieux, … J'aperçois à travers les branches des arbres le mouvement de ses ondes transparentes qui varient en couleur et en intensité, tour à tour tumultueuses ou calmes, grondantes ou monotones*. »

Dénivellation + : 300 m
Dénivellation - : 800 m
Distance : 9,5 Km
Heures de marche : 4h

Important

Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, il reste seul juge du programme. S'il s'avère nécessaire d'emprunter d'autres moyens de transport, ou d'autres lieux d'hébergement le cas échéant, ceux-ci restent à la charge des participants.

Le prix comprend :

- 7 jours de randonnée
- L'organisation technique du séjour
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne
- Les nuits en refuge et les bivouacs, ainsi que les repas et pique-niques
- La location de 2 ânes, ainsi que leur harnachement

Le prix ne comprend pas :

- Les déplacements pour vous rendre à Névache
- Les vivres de course (barres de céréales, graines, gâteaux, chocolat, …)
- Les boissons et dépenses personnelles dans les refuges
- *Et tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « Prix comprend ».*

Nombre de participants

Le séjour aura lieu à partir de 6 participants, le nombre maximum étant fixé à 10.

Matériel obligatoire :

Le poids est l'ennemi du randonneur ! Sachant que nous partons 7 jours, veillez à prendre le matériel le plus léger et le mieux adapté. Evitez tout ce qui n'est pas absolument utile. Par contre, ne négligez pas les vêtements chauds : nous passerons 2 nuits dehors, à presque 2500m, à une époque où la neige peut être présente …

- Un sac à dos (30L conseillé) avec large sangle ventrale et sangle de poitrine.
- Des chaussures de trek à semelle Vibram, et tenant bien la cheville (que vous aurez au préalable portées sur quelques randonnées pour les faire à vos pieds. Il ne faut jamais partir avec des chaussures neuves, sinon gare aux ampoules).
- Des vêtements chauds (type polaire chaude et doudoune)
- Un vêtement de pluie (ou coupe-vent type Gore-tex)
- Des bâtons (télescopiques conseillés)
- Un drap type sac à viande
- Un duvet
- Un matelas (mousse ou gonflable)
- Une crème de protection solaire
- 1 gourde ou camelbak de 1.5 litres
- Lunettes de soleil de bonne qualité (cat. 3)
- Chapeau pour le soleil (ou casquette / foulard)

Matériel recommandé

- Sous-pull technique respirant à manches longues
- 2 tee-shirts respirants à manches courtes
- 1 collant technique respirant
- 1 pantalon de randonnée confortable
- 1 pantalon coupe-vent type Goretex
- 2 paires de chaussettes, une paire fine et une plus épaisse (évitez le coton qui engendre des ampoules)
- 1 tenue de nuit
- Une petite trousse de toilette avec une serviette séchant rapidement.
- Une lampe frontale
- Un couteau de poche
- Papier hygiénique + petit sac plastique
- Une tente si vous le souhaitez

Pharmacie

Votre accompagnateur disposera d'une pharmacie de première urgence.

Prévoyez avec votre médecin votre pharmacie personnelle (liste non exhaustive) :

- Médicaments personnels (Ordonnance obligatoire)
- Antidouleur (paracétamol de préférence)
- Double-peau
- Pansements
- Désinfectant local
- Somnifère léger
- Boules Quies

Formalités

- Passeport ou carte d'identité en cours de validité.

- RC : Chaque participant doit être couvert en Responsabilité civile (dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs).

- Les inscriptions et règlements se feront via l'agence Stagexpe, partenaire et revendeur du séjour.

- L'assurance rapatriement est obligatoire. Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas, STAGEXPE vous propose un contrat Europe Assistance comprenant au choix l'assistance/rapatriement, l'assurance annulation et/ou interruption du séjour et bagages et effets personnels.

(http://www.stagexpe.com/assurances)

- Carte Vitale et mutuelle

- Liquidité en Euros afin de régler vos éventuelles dépenses en refuge.

Le rendez-vous est fixé à Névache, Parking de Ville Haute, le Dimanche 05 Juillet à 9h.
Pour le retour, nous retrouverons Névache le Samedi 11 Juillet aux alentours de 15h30.

A bientôt, merci de votre confiance !

Céline Teissèdre
Accompagnatrice en Montagne

06 52 57 64 40
celine_tei@hotmail.com
Al TERRE native
www.al-terre-native.fr
Les Garciers
Le Serre
05200 Puy Sanières