

AU COEUR DES ÉCRINS



Bienvenue dans la belle vallée du Vénéon, au coeur du massif de l'Oisans et du parc national des Ecrins...

Bienvenue, plus précisément, à La Béarde, petit bout du monde au pied des glaciers et des plus hauts sommets du massif, à commencer par la Barre des Ecrins, du haut de ses 4102 mètres d'altitude!

Dans ce charmant petit hameau coupé du monde l'hiver, une confortable auberge nous attend pour rayonner dans les différents vallons alentour.

Lacs, vues sur les glaciers, vallons suspendus, cascades, aiguilles de granit, beaucoup de merveilles de la montagne se sont données rendez-vous ici, pour notre grand bonheur!

- ▶ Randonnée en étoile de niveau moyen
- ▶ 7 jours - 6 nuits - 5 journées de marche
- ▶ 5 à 6h de marche par jour, dénivelés positifs moyens de 500 à 1000 m
- ▶ Sentiers sur terrain souvent raide et rocailleux
- ▶ Portage : affaires pour la journée, eau, pique-nique
- ▶ Hébergement : auberge de montagne, chambre double ou twin (possibilité de chambre seule en supplément)
- ▶ Transferts : avec mon minibus
- ▶ Nombre de participants : 5 à 10 personnes

Période :
fin juin - fin septembre

À partir de 1100€

Niveau moyen

Séjour encadré par
Coralie Goussot 06 74 50 26 62

PROGRAMME

Jour 1 : accueil à La Bérarde

Accueil à 18h à l'auberge de la Meije à La Bérarde, au bout de la vallée du Vénéon. Installation, dîner et nuit à l'auberge.

Jour 2 : l'Alpe du Pin ou lac du Lauvitel

Jolie boucle facile au départ de Saint-Christophe-en-Oisans, vers le refuge de l'Alpe du Pin et ses cascades. Ou, si vous ne craignez pas la foule, visite au lac du Lauvitel, magnifique mais très fréquenté.

+/- 500 à 600m, 5h. Nuit à l'auberge.

Jour 3 : Temple-Ecrins

Un départ à pied de l'auberge pour explorer la haute vallée du Vénéon : après un début en pente très douce vers le plan du Carrelet, c'est la montée raide au refuge de Temple-Ecrins, entouré de sommets et face aux glaciers.

+/-700m, 5h. Nuit à l'auberge.

Jour 4 : vallon du Soreiller

Court transfert aux Etages pour une montée bien raide en direction de la fabuleuse aiguille Dibona. Nous nous arrêterons à un endroit d'où la vue est belle sur cet impressionnant fleuron de l'alpinisme ; les plus motivés pourront continuer le raidillon jusqu'au refuge pendant que les autres attendront!

+/- 600 à 800m, (+/-1100m jusqu'au refuge du Soreiller), 5 à 6h. Nuit à l'auberge.

Jour 5 : tête de la Maye ou vallon des Etançons

Juste au-dessus de l'auberge, on ne peut pas la louper! La tête de la Maye est un belvédère imprenable sur les sommets alentour - avec une montée pimentée par des passages techniques équipés de câbles. Si les conditions ne s'y prêtent pas, incursion dans le vallon des Etançons sous la face sud de la Meije.

+/-800m, 5h. Nuit à l'auberge.

Jour 6 : la Lavey

Visite d'un vallon sauvage où se trouve un refuge charmant, et, pour les plus volontaires, d'un lac aux jolies couleurs!

+/-600m (+/-1000m avec le lac), 6h. Nuit à l'auberge.

Jour 7 : fin du séjour

Après un dernier petit-déjeuner ensemble, séparation vers 8h30.



DÉPART ET ARRIVÉE

- ▶ Accueil le J1 à 18h à l'auberge de la Meije à La Bérarde
- ▶ Fin du séjour le J7 à 8h30 au même endroit.

Pour se rendre à La Bérarde:

- En bus depuis Grenoble : bus 75 de Grenoble à Bourg d'Oisans le dimanche à 14h55, arrivée 16h20 au Bourg d'Oisans (horaires [ici](#)), d'où une navette part pour La Bérarde à 16h30, arrivée 17h40 (horaires [là](#)). Bus retour de La Bérarde le samedi à 8h55, bus de Bourg d'Oisans à 10h30, arrivée Grenoble à midi. Si mon emploi du temps le permet (à confirmer avant le séjour), je peux éventuellement vous déposer au Bourg d'Oisans.
- En voiture : accès par Saint-Christophe-en-Oisans. Covoiturage possible et souhaitable entre les participants au circuit.

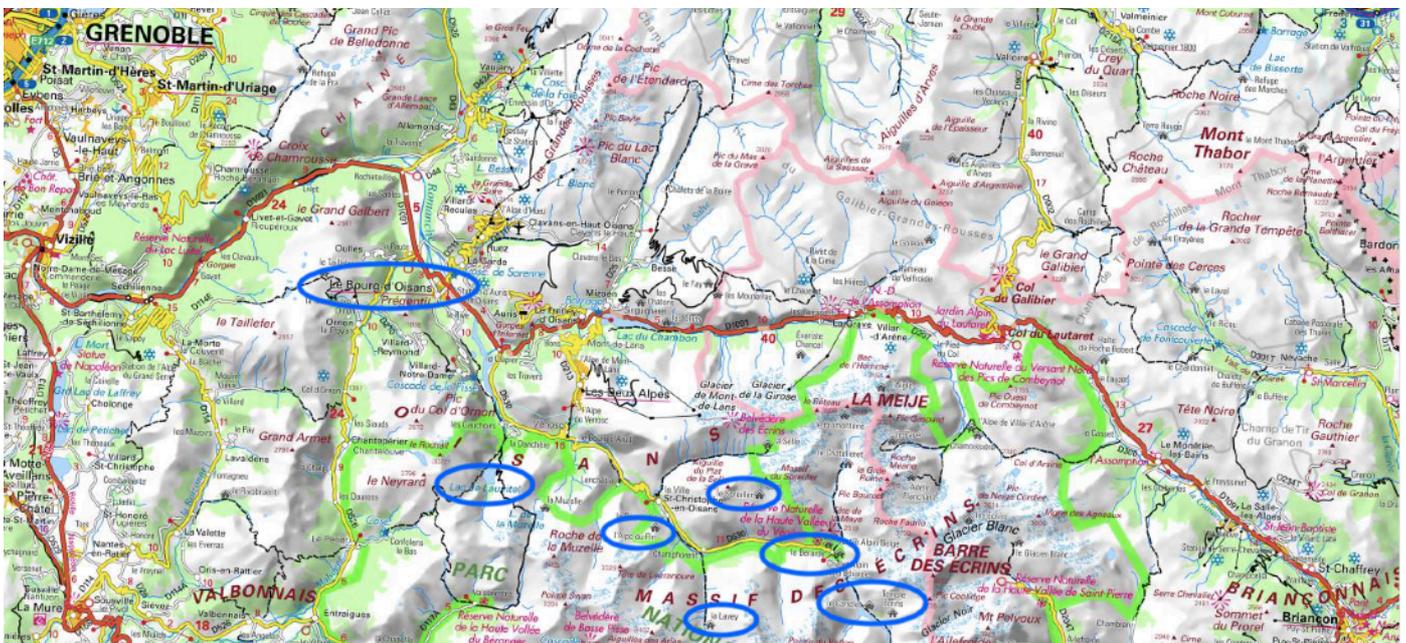
HÉBERGEMENT

- Auberge de la Meije : gîte-hôtel de montagne, simple mais chaleureux. Chambres de 2, possibilité de chambre seul(e) en supplément (108€/pers) et sous réserve de disponibilité. Sanitaires privés. Site [ici](#).

LOGISTIQUE

- Trajets en véhicule pour rejoindre les départs de rando : j'aurai normalement 8 places dans mon minibus.
- Dans le cas contraire, utilisation des voitures personnelles.

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.



Le prix comprend :

- L'hébergement et la restauration durant le séjour du dîner du J1 au petit-déjeuner du J7 sur une base de tarif en chambre pour 2 personnes
- L'encadrement par une accompagnatrice en montagne diplômée d'Etat
- Les transferts prévus au programme

Le prix ne comprend pas :

- Les boissons
- Le supplément chambre seul(e)
- Le transfert A/R chez vous - La Bérarde
- Les frais de dossier d'AEM Voyages (20€)
- L'assurance annulation (vivement recommandée) et l'assistance rapatriement (obligatoire)
- Tout ce qui n'est pas dans « le prix comprend »

ÉQUIPEMENT À EMPORTER

Vous allez porter dans votre sac à dos : vos affaires pour la journée (vêtement de pluie, vêtement chaud, casquette, lunettes, crème solaire, etc) + l'eau (2 litres) et le pique-nique. Attention, cela prend de la place, veillez à avoir un sac suffisamment grand.

Pour la journée :

- Un sac à dos de 25 à 30 litres environ, avec une housse de pluie imperméable
- De bonnes chaussures de rando : bon maintien de la cheville, bonne adhérence de la semelle, ni trop usées, ni trop neuves !
- Tenue de randonnée : T-shirt, short
- Eventuellement : un pantalon de marche léger et qui sèche vite (pas de coton)
- 1 polaire légère
- 1 veste type Gore-tex légère à portée de main dans le sac (obligatoire) ; surpantalon de pluie (vivement recommandé)
- 1 bonnet ou bandeau et une paire de gants mi-saison ou sous-gants Mérinos (obligatoire)
- Casquette ou chapeau, lunettes de soleil protection 3, crème solaire
- Gourde(s) ou camel-back : de quoi avoir minimum 1,5 à 2 litres d'eau
- 1 couteau de poche et une cuillère pour les pique-niques ; je vous fournirai des boîtes Tupperware et des gobelets
- Bâtons de rando vivement recommandés voire obligatoires
- Sacs plastiques ou sacs étanches pour emballer vos affaires et le pique-nique
- Jumelles si vous avez l'habitude de vous en servir

Pour les soirées et nuits à l'hôtel :

- Chaussures, chaussons ou sandales d'intérieur
- Multiprise pour charger des appareils

Pharmacie :

- Inutile de vous surcharger car j'ai une pharmacie, mais prenez de quoi soigner les ampoules (désinfectant, double peau + Elastoplast), et vos médicaments personnels

(ordonnance obligatoire si traitement médical en cours).

- Il est de la responsabilité de chacun d'entre vous de m'avertir avant le départ de tout problème médical.
- N'oubliez pas non plus de me signaler à l'avance une allergie alimentaire ou régime particulier.

Et aussi :

- Argent liquide pour les boissons dans les refuges pendant les randos
- Réseau téléphonique à La Bérarde : seulement Orange et Free captent. Réseau en montagne quasi-inexistant.

FORMALITÉS ET ASSURANCES

- Carte d'identité en cours de validité. Veillez à avoir sur vous papier d'identité + carte Vitale + carte d'assurance(s), le tout dans une pochette étanche avec votre argent
- Chaque participant doit être couvert en Responsabilité civile (dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs)
- L'assurance rapatriement est obligatoire. Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas, AEM Voyages vous propose un contrat Europ Assistance (4,2% du prix du séjour) avec l'assistance-rapatriement, l'assurance annulation - interruption du séjour ainsi que bagages - effets personnels.

INFORMATIONS COVID 19

- L'ensemble des prestations du séjour s'effectue dans le strict respect de la réglementation et des mesures sanitaires en vigueur aux dates du séjour.
- Pour plus d'information sur les formalités sanitaires en France, consulter ce site.

CARTES

- IGN Top 25 3336 ET Les Deux Alpes Olan Muzelle
- IGN Top 25 3436 ET Meije Pelvoux

!! IMPORTANT : les baignades se font sous votre propre responsabilité.

