

Contenu du sac de voyage :

Maxi 10 kg **impératif**

Sac de sport
ou sac à dos



Couchage : duvet de montagne confort jusqu'à -5° (environ 1.5 Kg), tapis de sol, couverture de survie, drap sac (pour nuits en refuge), lampe frontale.

Vêtements : se référer à la rubrique « séjours » du site HCE.

Pharmacie : médicaments personnels, pansements, protections ampoules...

Divers : petits jeux, carnet de chants, instruments de musique...

Tente 2/3 places (**facultatif**).

Chaussures de rando **indispensables**.

ET Contenu du sac à la journée :

Pour tous

gants et bonnet, cape de pluie, coupe-vent, lunettes, chapeau, crème solaire, stick pour lèvres. Gourde ou poche à eau 2 l.

Pour les Passagers Joëlette

(2 sacoches latérales mises à disposition sur la joëlette)
Équipement adapté : casque type cycliste (facultatif), bassin ou urinal (en cas de besoin la nuit), matériel de maintien sur la joëlette (coque, sangles spécifiques), fauteuil manuel **si nécessaire**.

Pour les marcheurs

Sac à dos 40 à 50 l pour transporter vos affaires de bivouac (duvet, tapis de sol...).
Gants de cycliste conseillés.

Matériel collectif fourni

4 Joëlettes, 2 grandes tentes Marabout, matériel de **cuisine** et **couverts** complets, **tables et bancs**, pharmacie de **premiers secours**, abri et **chaise WC**, **véhicule** pour le transport des bagages (d'une étape à l'autre), un **âne de bât** pour porter le pique-nique et le matériel du **bivouac**.



Handi Cap Evasion

32 chemin de la Creuzette 69270 Fontaines sur Saône

<http://www.hce.asso.fr> - hce@free.fr



Panoramas sur les Ecrins

Le massif des Écrins est situé dans les Alpes du sud, tout proche de Briançon. C'est un massif qui fait rêver de nombreux alpinistes et randonneurs grâce à ses paysages enchanteurs et à sa nature préservée. Le petit village de Vallouise est niché à la croisée de plusieurs vallées qui mènent au cœur de ce massif. Depuis Vallouise, les glaciers ne sont plus très loin, mais on y sent également la chaleur du sud des Alpes. C'est aussi une des portes du Parc National des Ecrins.

Les atmosphères rencontrées lors de ce séjour seront variées : certains jours, nous aborderons des vallons où le pastoralisme est implanté, alors que d'autres nous conduiront plus vers le côté plus âpre des glaciers. Nous serons hébergés dans un gîte et ferons une nuit de bivouac dans la semaine. Un séjour confortable du point de vue de l'hébergement donc, mais physique et technique pour ce qui est des randonnées. Lorsqu'on est au pied de montagnes géantes, il y a forcément du dénivelé !

Du 22 juin au 29 juin 2019

Descriptif du séjour :

- Séjour en étoile.
- Hébergement : 6 nuits en gîte et 1 nuit en camping sauvage (1) = **véhicule HCE sur place, pas de portage de sac.**
- Difficulté : séjour à caractère montagne, **bonne condition physique** indispensable, expérience de la montagne souhaitée.

Rendez-vous :



Localisation : Hautes-Alpes (05)

Début du séjour : samedi 22 juin 2019 à 17h
au gîte Pom' d'Ecrins à Vallouise (05290)

Fin du séjour : samedi 29 juin 2019 à 10h, même adresse

Accès : Merci de **respecter l'heure de Rdv** sur place ou en gare



Depuis Lyon, passer à Grenoble, puis à Gap. Prendre la direction de Briançon. Lors de la traversée de L'Argentière-la-Bessée, prendre la D994E direction Puy Saint Vincent et Vallouise.



Covoiturage possible en gare SNCF de L'Argentière les Écrins, située à 20mn du début du séjour : samedi 22 juin à 16 h. Retour par la même gare.

- **Informations sur votre séjour ou déplacement (covoiturage, train) :**
Véronique Jourdan ☎ 04 92 20 53 11 ou 06 37 91 50 39
✉ jourdanveronique05@orange.fr
- **Organisation du transport :** <http://hce.asso.fr/covoiturage>
- **Encadrant(e) du séjour :** Frédérique ZEIDLER ☎ 06 63 08 66 30, à joindre en cas d'extrême nécessité.

Tarif A : se référer au site sous la rubrique « séjours »

Panoramas sur les Ecrins

Programme indicatif :

1^{er} jour : Accueil des participants à 17h au Gîte Pom' d'Ecrins. Nuit en gîte (altitude : 1200m).

2^{ème} jour : Journée d'initiation à la joëlette autour de Vallouise et de ses hameaux avec comme fil conducteur, la rivière la Gyronde. Nuit au gîte (alt. 1200 m). (D+500m, D- 500m).

3^{ème} jour : Nous partirons à l'assaut de Puy Aillaud, petit hameau qui surplombe la vallée et ne compte que 20 habitants pendant l'hiver ! Nuit au gîte (alt. 1200 m). (D+670m, D-670m).

4^{ème} jour : Départ pour 2 jours d'itinérance. Montée au col de la Pousterle en véhicule. Nous cheminerons dans une très belle forêt de mélèzes, au son des cloches de vaches. Pique-nique au sommet des Têtes où une vue à 360° nous attend sur la vallée de la Durance et les glaciers des Écrins. Nuit en camping sauvage (1) (alt.1740 m). (D+400m, D-350m).

5^{ème} jour : Depuis le bivouac, descente vers le vallon de Narreyroux en passant par le hameau de Tournoux et la station de Puy Saint Vincent. Peut-être verrons-nous des chevaux en liberté sur notre chemin! Transfert en véhicule depuis le vallon de Narreyroux et retour à Vallouise. Nuit au gîte (alt. 1200 m). (D+ 450m, D- 700m).

6^{ème} jour : Un transfert en véhicule nous conduira vers le lieu dit « Entre-les-Aygues », point de départ de nombreux alpinistes pour la célèbre montagne des Bans. Nous lui préférons un vallon plus ensoleillé et ouvert et monterons jusqu'à la bergerie de Jas Lacroix. Retour à Vallouise ensuite en véhicule. Nuit au gîte (alt. 1200 m). (D+ 400m, D- 400m).

7^{ème} jour : Nous allons à présent tutoyer les plus hauts sommets et tâter les glaciers ! Transfert jusqu'au lieu dit le « Pré de Madame Carle », puis montée vers le glacier Noir (ou le Blanc) avec un garde du Parc National des Écrins. Nuit au gîte (alt. 1200 m). (D+ 400m, D- 400m).

8^{ème} jour : Séparation de la joyeuse troupe à 10h.