

### 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.



# Haut Verdon

*C'est aux sources du Verdon que vous invite ce séjour, un pays entre la Provence et les Alpes, où la nature sauvage se plaît à côtoyer ses visiteurs.*

Un séjour très varié avec :

Des traversées de clairières verdoyantes,  
Des passages dans de sublimes et lumineuses forêts de mélèzes,  
Des incursions dans les tendres alpages perdus dans le chaos minéral,  
Des rochers colorés entourant les magnifiques lacs d'altitude de Lignin,  
Les gorges de St Pierre vertigineuses et très accessibles,  
Des sentiers traversant des ravines engagées.

Une itinérance dans une nature de caractère très préservée.

## Descriptif du séjour :

- Séjour en partie itinérant.
- Hébergement : 3 nuits en camping sauvage (1) = **véhicule HCE sur place, pas de portage de sac** ; 2 nuits en gîte ONF (2) et 2 nuits en bivouac (3) = **portage d'un sac adapté pour 3 jours de randonnée**.
- Difficulté : séjour à caractère montagne, **bonne condition physique** indispensable, expérience de la montagne souhaitée.

### Rendez-vous :



**Localisation :** Alpes de Haute Provence (04)

**Début du séjour :** samedi 22 août 2020 à 17h  
au hameau du Plan à Beauvezer (04370)

**Fin du séjour :** samedi 29 août 2020 à 10h, même adresse

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



1 - Depuis Grenoble prendre la N85 jusqu'à Gap, puis direction Barcelonnette par la D900. Prendre la D908 et par le Col d'Allos rejoindre Beauvezer. Attention la route du Col est petite et tortueuse. Direction Villars Heyssier jusqu'au hameau du Plan

2 - Depuis Aix en Provence prendre la direction de Sisteron par l'autoroute A51 ou la N96. À Peyruis prendre la direction de Digne par la N85, puis la direction de Nice par la N 85. À Barrême prendre la N 202 jusqu'à St André les Alpes, prendre la direction du Col d'Allos (D908) jusqu'à Beauvezer.



Covoiturage possible en gare SNCF de Sisteron, samedi 22 août à **16 h** (respecter cet horaire compte-tenu de l'éloignement de la gare). Retour par la même gare.

### • **Informations sur votre séjour ou déplacement (covoiturage, train) :**

Monique GUEGNARD ☎ 02 53 85 99 12 ou 06 41 23 34 62

✉ moniqueguegnard@yahoo.fr

• **Organisation du transport :** <http://hce.asso.fr/covoiturage>

• **Encadrant(e) du séjour :** Olivier Kraviec ☎ 06 79 95 16 55,  
à joindre en cas d'extrême nécessité.

## ***Haut Verdon***

### **Programme indicatif :**

**1<sup>er</sup> jour :** Accueil au Hameau du Plan à 1200 m à Beauvezer vers 17h.  
Camping sauvage (1).

**2<sup>ème</sup> jour :** Initiation à la joëlette majoritairement sur piste. Nuit au Gîte (2) ONF de la Fuchière. (D+ 500m)

**3<sup>ème</sup> jour :** Montée sportive dans la verdoyante vallée de La Lance en direction des Lacs de Lignins. Rencontres avec les troupeaux. Nuit en bivouac (3). (D+ 650m)

**4<sup>ème</sup> jour :** Passage au pied du Grand Coyer (2 700m) à la Baisse de Detroit (2472m) et redescente technique et sportive sur le hameau de Peyresq. Bivouac aux prés de Thorame (3). (D+ 300m, D- 900m).

**5<sup>ème</sup> jour :** Balade sur piste forestière pour rejoindre la Colle St Michel. Transfert en véhicule jusqu'au Plan (1). Repos. (D- 300m)

**6<sup>ème</sup> jour :** Montée sportive par les gorges de St Pierre, sentier vertigineux et roulant, pour atteindre la cabane forestière de Congerman (2). (D+ 700m)

**7<sup>ème</sup> jour :** Nous cheminerons à travers les mélèzes avant la grande descente panoramique jusqu'au village de Ondres. Nuit au Plan (1). (D+ 150m, D- 700m)

**8<sup>ème</sup> jour :** Petit déjeuner et séparation de la joyeuse troupe vers 10h.

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