

Contenu du sac de voyage : ET

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**.

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)
Equipement 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, 1 grande tente Marabout et 1 tipi, 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



Itinérance en Vercors – 4/5

De la mi-juin à la mi-juillet, 5 séjours itinérants vont se succéder pour former une grande boucle au cœur du Parc Naturel Régional du Vercors; L'occasion de découvrir en profondeur et en aérien, les différents aspects de cette nature préservée.

Vercor'role

Une semaine d'itinérance à la découverte du végétal : sa composition et ses détails pour son identification.

Nous découvrirons ensemble **les plantes remarquables du Vercors** : celles qui soignent, celles qui se mangent, celles qui sont toxiques.

Un séjour pour faire un peu mieux connaissance avec la végétation qui nous entoure, dans la partie Nord-Ouest du Vercors.

Du 2 au 9 juillet 2022



Descriptif du séjour :

- Hébergement : 4 nuits en campement (1) = **véhicule HCE sur place, pas de portage de sac** ; 2 nuits en bivouac (2) = **portage d'un sac adapté pour 2 jours de randonnée** ; 1 nuit en bivouac « aménagé » (3) = **véhicule HCE à proximité, pas de portage de sac.**

- Difficulté : séjour itinérant à caractère montagne, **bonne condition physique** indispensable

Rendez-vous :



Localisation : Isère (38)

Début du séjour : samedi 2 juillet 2022 à partir de 17h, à Presles (38680) (lieu exact à définir).

Fin du séjour : samedi 9 juillet 2022 à 10h, Maison Chemin Fleury, 38250 Lans-en-Vercors.

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



Sortie de Valence direction Romand puis St Pierre et enfin Presles ou Saint-Jean-en-Royans puis Presles : les deux itinéraires finissent en petite route de montagne.



Covoiturage possible en gare SNCF de Valence TGV le samedi juillet à 15h ou Gare de Grenoble à 16h. Retour par la même gare.

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

Dominique QUETIER ☎ 02 40 72 25 75 ou 06 32 83 79 48

✉ domquet@orange.fr

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

• **Encadrant(e) du séjour :** Cécile BORGHINI ☎ 06 07 12 43 20, à joindre en cas d'extrême nécessité.

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

Pour participer au relais entre 2 séjours, prévenir au préalable, l'AEM ou l'intendant du séjour qui se termine (organisation non assurée pour le déplacement et l'hébergement).

Vercor'role

Programme indicatif :

1^{er} jour : Accueil des participants à Presles (lieu à déterminer) à partir de 17 h (1). (Altitude : 800m).

2^{ème} jour : Départ direct pour 6 jours d'itinérance pour cette journée à travers bois et chemins jusqu'à la cabane de la Goulantière avec vue sur les gorges de la Bourne. Premier bivouac (2). (Alt. 1 075m, 8km, D+500m, D-300m)

3^{ème} jour : Itinéraire de 13 km en direction du nord afin de rejoindre le col de Romeyer pour installation du campement (1). (Alt. 1 100m, 13km, D+500m, D-500m)

4^{ème} jour : Notre journée « jungle » : 10 km de forêt sauvage ! (champs d'orties et arbres couchés sur le passage...) avant d'arriver à notre bivouac (2) à la cabane de Fessol. (Alt. 1 425m, 10km, D+500m, D-200m)

5^{ème} jour : Montée au Pas de Pierre Taillée, ce n'est pas long mais c'est sacrément pentu !!! Une redescente sur Nave puis à Gève et installation du campement pour la nuit (1). (Alt. 1 300m, 7km, D+300m, D-400m)

6^{ème} jour : Montée depuis Gève pour rejoindre les falaises nord du Vercors : Pas de la Clef puis La Sure et un pique-nique bien mérité. Nous arrivons enfin à l'Alpage de Plénouse pour un bivouac « aménagé » (3) non loin du camion. (Alt. 1 650m, 11km, D+500m, D-150m)

7^{ème} jour : Nous prendrons un beau chemin des crêtes qui surplombe La Molière afin d'admirer le paysage puis nous redescendrons jusqu'à notre destination finale et un dernier campement (1) au-dessus de la plaine de Lans-en-Vercors. Transfert des véhicules. (Alt. 1 100m, 10km, D+150m, D-700m)

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