

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**.



Gorges du Verdon

Le Verdon se situe au Sud de Digne dans les Alpes de Haute Provence. Après avoir pris sa source non loin du col d'Allos, il serpente jusqu'à Castellane pour s'élargir et ensuite creuser puissamment des gorges impressionnantes comportant des falaises jusqu'à 700 mètres de hauteur. Il sort calmement des entrailles du calcaire pour former le lac de Ste croix au pied du pittoresque village de Moustiers-Sainte-Marie.

Nous le verrons plus d'en haut. En bas, ses sentiers aménagés à même le rocher, ne nous permettent pas de sillonner en joëlette.

Avec des vues riches sur cette géologie spectaculaire, nous explorerons les montagnes alentour pour enfin s'approcher de ce sculpteur de rocs aux couleurs saisissantes.

Descriptif du séjour :

- Séjour itinérant, en boucle
- Hébergement : 5 nuits en camping sauvage (1) = **véhicule HCE sur place, pas de portage de sac** ; 1 ou 2 nuits en gîte (2) = **portage d'un sac adapté pour 2 jours de randonnée.**
- Eau : gestion aux campements essentiellement avec des jerricans
- Difficulté : séjour **à caractère sportif et technique, bonne condition physique** indispensable, expérience de la montagne souhaitée.

Rendez-vous :



Localisation : Alpes de Haute Provence (04)

Début du séjour : samedi 1^{er} juin 2019 à 17h, campement au hameau de Thon, commune de Blieux (04330) chez Romain ☎ 06 47 26 43 09

Fin du séjour : samedi 8 juin 2019 à 10h, à Thon, même adresse

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



Rejoindre Digne, ensuite suivre Castellane. Prendre direction Blieux et tourner à gauche avant le village jusqu'au hameau de Thon. Au terminus de la route continuer 300 m après le hameau sur la piste. Campement sur la prairie à droite après la bergerie.



Covoiturage possible en gare routière de Digne, samedi 1^{er} juin à 16 h. Retour par la même gare.

- **Informations sur votre séjour ou déplacement (covoiturage, train) :**
Marie-Claude THOMAS ☎ 02 40 52 71 94 ou 06 31 41 99 43
✉ marie-claude.thomas4@orange.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.

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

Gorges du Verdon

Programme indicatif :

1^{er} jour : Accueil des participants vers 17 h, Installation en camping sauvage (1) au hameau de Thon situé à 900 m.

2^{ème} jour : Transfert à Castellane. Initiation ou reprise en main des joelettes vers le village de Chasteuil sur le GR4. Camping sauvage (1). (D+ 300m).

3^{ème} jour : Montée au plateau de Suech (1200 m) avant de redescendre vers le village de Rougon où l'on pourra admirer le vol des vautours sous les ruines du vieux château. Nuit au gîte (2) du village. (D+ 400m, D- 500m).

4^{ème} jour : Nous passerons sous la volière des vautours pour ensuite traverser le Verdon. Traversée du village perché de Trigance et montée vers Entreverges. Camping sauvage (1).

5^{ème} jour : Descente au belvédère de Rancoumas. Vue spectaculaire sur le domaine des vautours. Descente sportive et traversée du Verdon par le pont du Tuset. Courte montée sportive avant un transfert véhicule vers le portail de Blieux. (1300m). Camping sauvage (1). (D+ 550m, D- 700m).

6^{ème} jour : Montée tantôt sportive tantôt roulante à l'observatoire du Chiran à 1900m. Nuit sous les étoiles ou au gîte (2). (D+ 500m, D- 500m).

7^{ème} jour : Nous irons nous balader sur les crêtes du Chiran, domaine de prédilection des chamois avant de redescendre pour retrouver le campement initial (1) à Thon. (D+ 100m, D- 950m).

8^{ème} jour : Petit déjeuner, rangement et dispersion de la troupe à 10h.