

Haut-Verdon et Val d'Entraunes, Retrouvance®

France

Code voyage : FRAGP0077

Randonnée guidée

• Randonnée • 6 jours



Entre Alpes-Maritimes et Alpes-de-Haute-Provence, immersion totale dans un univers propice au ressourcement. Vous évoluerez au cœur du parc national du Mercantour, un des plus réputés de France pour la beauté des paysages et son incroyable biodiversité. Forêts de chênes, pins et mélèzes, plants de saxifrages et d'orchidées : cerfs, sangliers, chevreuils, chamois, mais aussi Gypaète barbu, Aigle royal, Tétràs lyre, Lagopède... La variété et la beauté des paysages, l'ambiance montagnarde, le si...

Points forts

- Vous parcourez le réputé Parc National du Mercantour
- Le confort des hébergements, réservés exclusivement pour nos groupes.
- Le magnifique lac d'Allos, le plus grand lac d'altitude en Europe

• Le Village 38112 Autrans-Méaudre en Vercors, France • Tél +33 4 76 95 23 00 • Fax +33 4 76 95 24 78
 • Site internet : www.grandangle.fr • Blog : blog.grandangle.fr • E-mail : info@grandangle.fr

Grand Angle

 FRAGP0077 - Mis à jour le
 19/04/2024

LE PROGRAMME



J1 Thorame-haute – Peyresq ou la Colle Saint Michel

Rendez-vous à 13h15 à la gare de Thorame-Haute où l'accompagnateur attendra les randonneurs. Les bagages seront remis au logisticien. Départ du train à 13h48 jusqu'à la halte de Méailles arrivée à 13h56. Départ de la randonnée vers 14h30.

- Soit Randonnée jusqu'au village de Peyresq
- Soit Randonnée jusqu'au hameau de la Colle
- Soit en cas de perturbation sur la ligne de train, randonnée directement depuis la gare

Pour le départ du 16/09 :

Rendez-vous à 11h30 sur le parking de la maison de Pays de Beauvezer où l'accompagnateur attendra les randonneurs. Les bagages seront remis au gestionnaire du refuge de Congerman qui les acheminera jusqu'au gîte. Randonnée spectaculaire dans les Gorges de Saint Pierre, superbe canyon vertigineux, falaises à couper le souffle, sentier en balcon taillé dans la roche, cascades, vaste forêt et cabanes.

2h30 de marche, +650 m.

Hébergement et restauration à Congerman en chambres de 3 à 4 personnes, sanitaires communs.

Hébergement : Dortoir en gîte

Itinéraire principal :

J2 La Colle St Michel - Peyresq - Congerman

Peyresq, le Courradour, les Cabanes du Pasquier, le Col de l'Orgeas, la cabane de Congerman.

Curiosité : les grands espaces voués à la transhumance, les cabanes pastorales, la rencontre possible avec un berger qui vous fera partager son quotidien...

Dîner et nuit au gîte Retrouvance® de Congerman . 20 mn de marche en plus (le soir et le lendemain matin) avec les affaires de la nuit depuis le véhicule (petit sac fourni par l'O.N.F la veille).

Pour le départ du 16/09 :

+20 mn (le soir et le lendemain matin) avec les affaires de la nuit depuis le véhicule du gardien du refuge Baisse de l'Orgeas, cabane de Pasquier (ou variantes) remontée sous le petit Coyer et retour cabane Congerman

6h de marche, + 500 à 850 m.

Dîner et nuit au gîte de Congerman.

Hébergement : Gîte

Itinéraire principal :

J3 Congerman - Fruchière

Gîte de Congerman, Barre de Pisse-en-l'Air, Baisse du Déroit, Lacs de Lignin, Cabane de Mouriès- Cascades de la Lance, Gîte O.N.F de la Fruchière. A l'arrivée, baignade rafraîchissante dans les vasques de la Lance. Curiosité : la baisse (ou col) du Déroit à 2472 m. d'altitude, le paysage lunaire des lacs de Lignin, la remarquable vallée glaciaire de la Lance et ses marmites de géant

Dîner et nuit au gîte Retrouvance® de la Fruchière

Hébergement : Gîte

Itinéraire principal :

J4 Fruchière - Couesto

Gîte ONF de la Fruchière, Ratery, Cabane vieille, Col des champs, Gîte ONF de Couesto.

Curiosité : la forêt domaniale du Haut-Verdon plantée au 19e siècle pour lutter contre l'érosion, les paysages de marne noire du col des champs...

Dîner et nuit au gîte Retrouvance® de Couesto

Hébergement : Gîte

Itinéraire principal :

J5 Couesto - Garrets

Gîte ONF de Couesto au gîte ONF des Garrets, plusieurs options :

- Par les balcons en zone cœur de parc, le lac glaciaire du Lausson niché à 2327 m d'altitude
- Entraunes et sa vallée longeant le Var, la cascade d'Aiglière...

Curiosité : les vues panoramiques de la haute vallée du Var, les hardes de chamois du Parc National du Mercantour, le lac du Lausson...

Dîner et nuit au gîte Retrouvance® des Garrets. 20 mn de marche en plus (le soir et le lendemain matin) avec les affaires de la nuit depuis le véhicule du logisticien (petit sac fourni par l'O.N.F la veille).

Hébergement : Gîte

Itinéraire principal :

J6 Garrets - Thorame

Gîte ONF des Garrets, Col de la Cayolle, Lac d'Allos, Colmars les Alpes.

Curiosité : passage du col de la petite Cayolle point culminant du parcours à 2639 m, découverte des lacs d'altitude Garrets et petite Cayolle. Descente vers le plus grand lac d'altitude d'Europe, le prestigieux lac d'Allos et retour vers la civilisation.

Retour

A 14h30, une navette vous conduira du parking du lac d'Allos jusqu'au village de Colmars les Alpes où vos bagages vous attendront à l'Office de Tourisme.

2 possibilités pour votre retour :

- Soit transfert vers 15h30 /16h à la gare pour récupérer votre véhicule. Attention pour les personnes non

véhiculées, il n'y aura pas de train avant 18h49 pour Nice ou 19h28 pour Digne-Les-Bains

- Soit navette à 17h44 à Colmars pour rejoindre la gare. Vous pourrez ainsi visiter gratuitement le patrimoine fortifié de Colmars : visite libre du Fort de Savoie et de la maison-musée et chemin de ronde- Vos bagages pourront être gardés à l'Office de Tourisme pendant votre découverte.

Itinéraire principal :

Itinéraire

Nous pouvons être amenés à modifier l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain, éboulements, sentiers dégradés, etc.), soit directement du fait du guide (météo, niveau du groupe, etc.). Ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et pour un meilleur confort !

QUELQUES PRÉCISIONS

Niveau

Pour randonneur d'un niveau intermédiaire. De 3 à 7/8h de marche et/ou 500 à 800m de dénivelé positif et 50 à 800 m de dénivelé négatif dans la journée. Peu de passages techniques, alternance de chemins et sentiers.

Transports des bagages

Rien d'autre à porter qu'un petit sac à dos avec vos affaires de la journée, le pique-nique et les vivres de course. Affaires personnelles transportées par véhicule.

Attention, 15 minutes de marche avec le nécessaire pour la nuit sera demandée, fin du jour 2 et 5 en aller-retour pour l'accès au gîte O.N.F de Congerman et des Garrets, non accessible par véhicule.

Groupe

De 8 à 12 participants.

Durée

6 jours, 5 nuits, 6 jours de marche

Période de départ

Séjour du lundi au samedi. Départ de mi-juin à mi-septembre.

Confort

? Hébergement

Dans le pittoresque village perché de Peyresq le premier soir en dortoir (sauf pour le départ du 16/09). Dans quatre relais forestiers isolés en pleine montagne, entre 1704 et 2050 mètres. Ces maisons entièrement rénovées avec goût dans la tradition montagnarde, sont totalement isolées au sein d'une nature grandiose et imposante, entre forêts et pâturages.

L'aménagement intérieur bénéficie d'un très bon niveau de confort pour des gîtes de randonnée. Ces relais forestiers seront exclusivement réservés au groupe de randonneurs (12 maximum) ayant choisi le circuit.

Hébergement du séjour en dortoir (1 nuit) ou chambre commune (3 à 4 personnes).

Les gîtes forestiers sont équipés en électricité photovoltaïque, utilisable uniquement pour du petit matériel, téléphone portable ou un appareil photo (sèche-cheveux exclus). Comme tous hébergements isolés et selon les conditions météo certains gîtes peuvent connaître des problèmes d'électricité qu'il n'est pas possible de résoudre rapidement.

? Restauration

Le groupe est attendu tous les soirs, à partir du J2 (ou du J3 pour le départ du 16/09) par un logisticien qui assurera l'intendance et se chargera d'acheminer d'étape en étape : les bagages et la nourriture (préparée par des prestataires locaux).

Séjour en pension complète du dîner du jour 1 au déjeuner du jour 6.

Rendez-vous / Dispersion

? Rendez-vous

Le J1 à 13h15 à la gare de Thorame-Haute. Gare située à 7 km au sud du village de Thorame Haute.

Pour les départs du 16/09 : le J1 à 11h30 sur le parking de la maison de Pays de Beauvezer.

Attention : Pas de restauration ni de toilettes sur place, eau non contrôlée à la fontaine. Les randonneurs en provenance de Nice par train arriveront en gare à 10h07 et ceux depuis Digne à 12h48: ils n'auront qu'à déposer leurs bagages à Thorame et reprendre le même train avec le groupe (dans tous les cas il faut nous prévenir de votre mode d'acheminement).

? Dispersion

Le J6 à 16h00 à la gare de Thorame-Haute.

Convocation

Vous recevrez environ deux semaines avant votre départ, une convocation précisant l'heure et le lieu du rendez-vous, le nom et les coordonnées du guide.

Prolongez votre séjour

Possibilité, sur demande au démarrage du circuit, en juillet et août uniquement, de profiter du village fortifié de Colmars les Alpes, après le départ du groupe (14h30), en empruntant la navette régulière suivante (Colmars les Alpes 18h00 - Thorame Haute Gare 18h30).

Accès

? En avion

Aéroport de Nice Côte d'Azur puis Chemins de fer de Provence (train des Pignes) depuis la gare CP située 4 bis rue Alfred Binet 06000 Nice (à 700m de la gare SNCF). www.cpzou.fr

? En train

Ligne Nice - Digne (arrêt à Thorame-Gare) www.cpzou.fr, cette liaison est régionale, n'apparaît pas à la S.N.C.F. Trajet de Nice à Thorame-Haute : 2 h15 et de Digne à Thorame-Haute : 1h10

? En voiture

La gare de Thorame Haute est située dans la vallée du Haut-Verdon, département des Alpes de Haute-Provence, sur la Route départementale D 955, entre Saint-André-les Alpes et Allos.

C'est un hameau, comprenant une gare et les possibilités de parking sont aisées et gratuites.

Accès à Beauvezer pour le départ du 16/09 :

? En voiture

Le village de Beauvezer est situé dans la vallée du Haut-Verdon, département des Alpes de haute-Provence, sur la RD 955. Plusieurs parkings communaux et gratuits sont disponibles : A la Maison de Pays de Beauvezer : <https://maps.app.goo.gl/hATJAUyoCihLHF3A> ou vers l'hôtel du verdon : <https://maps.app.goo.gl/9Ec7FvF3u19y3qsNA>

? Par avion

Aéroport de Nice Côte d'Azur puis train : Chemins de fer de Provence (train des Pignes) gare située 4 bis rue Alfred Binet 06000 Nice (à 700m de la gare SNCF). www.cpzou.fr. Arrivée train à Thorame Haute Gare puis navette Zou ligne 430. Attention aux correspondances !

? En train

Ligne Nice - Digne (arrêt à Thorame Haute Gare) www.cpzou.fr cette liaison est régionale, n'apparaît pas à la S.N.C.F. Trajet de Nice à Thorame-Haute : 2 h15 et de Digne à Thorame-Haute : 1h10 Arrivée train à Thorame Haute Gare puis navette Zou ligne 430. Attention aux correspondances !

Covoiturage

Vous pouvez mutualiser les moyens de déplacement en faisant du covoiturage. En plus d'être plus économique et écologique, ce moyen de transport vous permet de faire connaissance avec les autres participants. Avant le départ et sur demande, nous pouvons vous mettre en relation avec les autres membres du groupe qui le souhaitent. Sinon, rendez-vous sur [BlaBlaCar](#).

Baignade

Un certain nombre de nos voyages se prêtent à la baignade, en cours d'étape ou en fin de journée. Ce serait dommage de ne pas en profiter. Nous soulignons cependant que vous êtes seuls juges de l'opportunité d'une baignade ; ces baignades se font donc sous votre responsabilité et à vos risques et périls.

Photos

Vous faites de belles photos ! N'hésitez pas à nous envoyer un CD, une clé USB, un lien [Dropbox](#) ou [WeTransfer](#) de vos plus belles photos réalisées lors de votre voyage. Le fait pour vous de nous communiquer des photos implique que vous acceptez que vos photos soient utilisées à titre gracieux sur nos différents supports (catalogue, site internet, fiche technique, etc...).

Récit de voyage

Vous souhaitez partager vos meilleurs moments du voyage et faire profiter de votre expérience la communauté de randonneurs ? Transmettez-nous votre récit et quelques photos illustrant vos propos que nous publierons pour vous sur notre blog.

Tourisme responsable

? Agir pour un Tourisme Responsable - label ATR

Grand Angle est un membre actif de l'association ATR « Agir pour un Tourisme Responsable », dont la conformité avec le label a été vérifié par Ecocert Environnement.

Les valeurs communes du label, partagées par tous ses membres, sont représentées par : la transparence (entre le client et l'agence de voyage), le partenariat (entre les prestataires locaux et l'agence de voyage) et la cohérence (synonyme de bonne communication au sein de l'équipe de l'agence de voyage).

Être membre d'ATR nous engage à :

- Promouvoir un tourisme de qualité
- Respecter l'environnement, le patrimoine et les populations locales
- Sensibiliser les voyageurs aux coutumes locales
- Informer les voyageurs en toute transparence sur leurs conditions de voyage

Pour plus d'information sur [l'association ATR](#).

Pour préparer au mieux votre voyage, nous vous invitons à prendre connaissance de la [charte éthique du voyageur](#).

? La Charte Européenne du Tourisme Durable dans les Espaces Protégés

En 2014, Grand Angle a été l'un des premiers tours opérateurs à être certifié au titre de la Charte Européenne du Tourisme Durable, créée et développée par Europarc, la Fédération des espaces protégés européens, regroupant Parcs Naturels Régionaux, Parcs Nationaux et réserves naturelles.

La Charte Européenne a pour vocation de développer sur des espaces protégés un tourisme de qualité, durable et responsable, dans le respect de l'homme et de son environnement. Etre certifié au titre de la CETD est une reconnaissance de notre engagement dans le tourisme et le développement durables ancrés sur les territoires, sur les plans économique, social et environnemental.

La certification est une attestation de la confiance que portent les Parcs à notre entreprise et à sa démarche.

Le partenaire de Grand Angle dans cette certification est le Parc Naturel Régional du Vercors.

En savoir plus sur la Charte Européenne de Tourisme Durable.

DATES ET PRIX

Précisions

Attention : pour le départ du 16/09, les randonnées du J1 et du J2 sont différentes.

Les prix comprennent

- L'hébergement
- La pension complète du dîner du jour 1 au déjeuner du jour 6
- L'encadrement par un guide de montagne
- Le transport des bagages
- Les transferts nécessaires au déroulement normal de la randonnée
- Le trajet à bord du train des Pignes de Thorame - Haute à la halte de Peyresq

Les prix ne comprennent pas

- Les dépenses d'ordre personnel
- Les assurances
- Les frais d'inscription
- Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans « les prix comprennent »

DANS VOS BAGAGES

Équipement

[Vous trouverez dans cette partie des liens vers les produits de notre partenaire \[Alpinstore\]\(#\), un site de e-commerce français, spécialiste de l'équipement outdoor, basé à Annecy.](#)

Pour transporter vos affaires

- Un sac à dos confortable de 30 à 50 L avec ceinture ventrale pour porter vos affaires personnelles et le pique-nique durant la journée
- Un bagage suiveur : un sac à dos, un sac de voyage en bon état, ou une valise pas trop encombrante. Un seul bagage par personne ; limité à 10kg

Découvrez dans notre Mag [comment bien faire son sac de randonnée](#).

Pour la nuit

1 drap housse et 1 drap plat + 1 taie d'oreiller carrée

Pour randonner

Pour un maximum de confort, privilégier un système de vêtements « multi couches » : sous-vêtements chauds (collant + maillot) type « carline » ou « capilène » (fibres creuses évacuant la transpiration) + sweat ou veste polaire + veste de montagne et surpantalon avec membrane imperméable et respirante (type « gore tex » ou équivalent) pour le mauvais temps. De façon générale et en dehors des climats et pays chauds, éviter le coton qui retient l'humidité près du corps (et sèche difficilement) au profit de matières synthétiques adaptées.

- Des [chaussures de montagne](#) tenant la cheville avec une bonne semelle crantée, présentant un contrefort et une bonne imperméabilité
- Des chaussettes confortables « spécial randonnée » (3 paires minimum)
- Une fourrure polaire
- Un pantalon confortable pour la marche (matière technique séchant rapidement)
- Un short confortable et technique
- Des tee-shirts ou sous-vêtements techniques (matière séchant rapidement)
- Une chemise à manches longues
- [Bâtons de marche](#) (télescopiques), très importants pour faciliter la marche. Découvrez tous les [avantages des bâtons de randonnée](#) dans notre article dédié ou [comment choisir ses bâtons de randonnée](#)

Nota : les vêtements techniques synthétiques sont très performants. De nouveaux vêtements en laine de mérinos sont aussi apparus ; ils sont très performants et agréables à porter, et présentent l'avantage de ne pas développer les odeurs de transpiration !

Pour le pique-nique du midi

- Votre kit « cuisine » : bol, boîte ou assiette en plastique, couverts (cuillère, fourchette, couteau)
- 1 ou 2 gourdes (total d'1,5 L minimum) – obligatoire - ; une gourde thermos pour l'hiver

Contre le soleil et la pluie

- Crème solaire (haute protection)
- Des lunettes de soleil
- Chapeau, casquette ou bob
- Une cape de pluie ou une veste imperméable type « softshell ou Gore-Tex » et éventuellement un pantalon imperméable

Après l'effort

- Une paire de tennis style jogging pour le soir
- Vêtements de rechange et linge personnel

- Trousse et serviette de toilette (mini)
- Maillot de bain et serviette pour les espaces de remise en forme (si précisé) ou les baignades
- Une mini-pharmacie : médicaments personnels, masques chirurgicaux, gel hydroalcoolique, pansements, compresses stériles et bandage, gazes, désinfectant, arnica en granules et aspirine etc (attention liste non exhaustive à adapter en fonction de vos propres besoins médicaux).
- Une lampe frontale

Retrouvez ces conseils dans notre article « [qu'emporter avec soi en randonnée](#) ».

Cette liste est donnée à titre indicatif et doit être adaptée en fonction du séjour et de la saison à laquelle vous partez.

INFORMATIONS PRATIQUES

Le pays

Pays : France

Capitales : Paris

Formalités

? Papiers

Les voyageurs, mineurs inclus, doivent être en possession d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport (ressortissants de l'UE).

? Santé

Se munir de la carte vitale et de ses médicaments usuels.

Cartographie

1/25 000 IGN – 2 séries TOP 25 : 3541 OT et 3540 OT

Carte du circuit Retrouvance® Haut Verdon - Val d'Entraunes (environ 1/400 000), en vente à l'Office de Tourisme de Colmars les Alpes

Divers

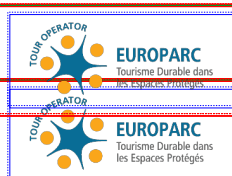
Les gîtes forestiers sont équipés en électricité photovoltaïque, utilisable uniquement pour du petit matériel, téléphone portable ou un appareil photo (sèche-cheveux exclus).

Le groupe est attendu tous les soirs, à partir du jour 2, par un logisticien qui assurera l'intendance et se chargera d'acheminer d'étape en étape : les bagages et la nourriture (à base de produits du terroir préparée par des prestataires locaux).

Au cours du séjour un agent forestier viendra à votre rencontre pour vous faire découvrir son métier et l'histoire de la forêt qu'il gère.

Grand Angle

Grand Angle



FRAGP0077 - Mis à jour le 19/04/2024

FRAGP0077 - Mis à jour le 19/04/2024