



Belvédères de l'Oisans

L'écrin montagne
Alpes

En plein cœur des Alpes, le massif de l'Oisans s'élève comme une forteresse constituée de sommets enneigés jusqu'à 4100 m d'altitude. La Meije, la barre des Ecrins et la montagne des Agneaux en sont les plus beaux fleurons. Les falaises immenses, les glaciers, les crêtes effilées ont attirés des générations d'alpinistes depuis le tout début de l'activité. Ici l'appel des cimes est particulièrement envoûtant, mais le domaine n'est pas réservé aux montagnards : des sentiers faciles sillonnent le pays offrant les meilleures vues et un plaisir tout aussi intense ! La variété des paysages y est permanente ; la pureté des couleurs, les contrastes entre les versants raides et la douce ondulation des alpages émerveillent le promeneur. La biodiversité du milieu montagnard protégé par le parc national des Ecrins étonne : beaucoup de fleurs jusqu'à la fin de l'été, nombreuses marmottes, chamois, bouquetins et rapaces. Quant aux habitants des hameaux reculés, leur vie rude les rend très attachants : le défi pour survivre en altitude a forgé de sacrées personnalités !

7 jours / 6 nuits



POINTS FORTS

- Les plus spectaculaires point de vues et balcons de l'Oisans, face aux plus beaux sommets glaciaires des Ecrins.
- Le choix des plus beaux itinéraires de la région, entre les vallées du Vénéon, de la Romanche et de la Guisane.
- Un hébergement unique en hôtel sympathique et confortable au pied de La Meije, à proximité de Briançon.
- Des balades abordables et variées dans une ambiance "haute montagne", approche des glaciers, nombreux lacs et panoramas prestigieux.
- Facilité d'adaptation du programme selon les conditions météo, grâce aux déplacements en minibus.
- Un espace forme avec sauna, jacuzzi et douche hydromassante pour la détente après la randonnée.

La randonnée se déroule du dimanche au samedi

PROGRAMME

JOUR 1 : Rendez-vous à 17 heures 30 devant la gare SNCF de GRENOBLE (sortie principale) pour ceux qui arrivent en train (TGV). Transfert pour Villard d'Arène à 85 km, soit environ 1h30 de trajet. Rendez-vous à 19 heures directement à l'hôtel de Villard d'Arène si vous arrivez en voiture, Hôtel Les Agneaux**, tél: 04.76.79.90.62. (Hôtel Le Faranchin**, tél: 04.76.79.90.01 la semaine du 1^{er} au 7 août 2010)

Nous indiquer votre mode d'arrivée à l'inscription

Installation à l'hôtel pour 6 nuits en pension complète avec pique niques le midi, présentation du séjour et dîner

Chamina-Voyages - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : contact@chamina-voyages.com
www.chamina-voyages.com

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n° Li 63950005 - 389249496 R.C.S. Clermont-Fd - Code APE n°633 Z
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

JOUR 2 : Au départ du village du Chazelet, le plateau d'Emparis. Panorama grandiose sur toute la face Nord du massif des Ecrins et les glaciers de la Meije se reflétant dans les lacs Noir et Lérié.
5 heures de marche - montée : 750 mètres - descente : 750 mètres

JOUR 3 : Au départ du col du Granon, le sommet du Grand Aréa (2869 m). Dominant à la fois la Guisane et Serre-Chevalier d'une part et la vallée de Névache d'autre part, on ne peut trouver un belvédère sur les Alpes du Sud aussi accessible !
4 heures 30 de marche - montée : 700 mètres - descente : 700 mètres

JOUR 4 : Au départ de Pont de l'Alpe, le coté briançonnais de l'Oisans vu du Massif du Thabor. Tour de l'Aiguillette du Lauzet et retour par le Chemin du Roy en balcon sur la Guisane et la vallée du Monétier les Bains.
5 heures de marche - montée : 825 mètres - descente : 825 mètres.

JOUR 5 : Au départ de Clavans-en-Oisans, le lac des Quirliès. Blotti au pied des Grandes Rousses, un vaste glacier baigne les eaux de ce lac d'altitude. Un contraste avec le vallon herbeux verdoyant qui y accède.
5 heures de marche - montée : 800 mètres - descente : 800 mètres.

JOUR 6 : Au départ du col du Lautaret, traversée du col d'Arsine jusqu'au Casset, non loin de Monétier les Bains. Alpagnes face à la Meije, cirque glaciaire et lac d'Arsine, montagne des Agneaux, tour du Combeynot.
5 heures 30 de marche - montée : 500 mètres - descente : 850 mètres

JOUR 7 : Au départ de Valfroide, le lac du Goléon à 2 438 m d'altitude. Dominé par les Aiguilles d'Arves à plus de 3 000 m, le cadre est enchanteur. Retour à Villard d'Arène en début d'après-midi et fin du séjour vers 15 h 00. Transfert en minibus pour Grenoble pour ceux qui repartent en train (soit environ 1h30 de trajet).
4 heures de marche - montée : 600 mètres - descente : 600 mètres.

Pour réussir au mieux le séjour, d'autres randonnées sont possibles dans le massif et permettent de privilégier la sécurité de nos déplacements en fonction des conditions extérieures.

Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction ; des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement. Nos guides et accompagnateurs sauront d'autant mieux gérer ces aléas, si chacun garde sa bonne humeur.

HEBERGEMENT – REPAS

Hôtel classé ** à Villar d'Arène, en chambres de 2 personnes. L'hôtel possède un espace forme avec sauna, jacuzzi, douche hydromassante pour la détente après la randonnée. Ambiance "montagne", l'hôtel reste simple, habillé de bois à l'intérieur, salle de restaurant avec vue sur les montagnes. Dîner et petit déjeuner au restaurant ; pique-nique tiré du sac à midi.

Pour la semaine du 1^o au 7 août:

Hôtel classé ** à Villar d'Arène, en chambres de 2 personnes. L'hôtel possède un espace forme avec sauna et spa de 6 personnes pour la détente après la randonnée (séance payante 5 € /par personne). Hôtel simple à l'ambiance "montagne", accueillant les randonneurs sur le tour de l'Oisans. Dîner et petit déjeuner au restaurant ; pique-nique tiré du sac à midi.

LE PRIX COMPREND de l'accueil à la dispersion

- l'hébergement
- les repas tels que décrits dans le jour par jour du dîner du J1 au pique nique du J7
- les taxes de séjour
- l'encadrement
- le minibus conduit par l'accompagnateur pour les transferts

NON COMPRIS

- les boissons, vins à table et dépenses personnelles
- les visites
- l'assurance

NIVEAU

4h00 à 5h30 de marche par jour sur sentiers de montagne sans difficulté technique particulière. La globalité des itinéraires est facilement accessible compte tenu du caractère "montagne" du massif. Quelques courts passages peuvent s'avérer un peu "impressionnants" pour les non initiés, mais sans danger. Dénivellation à la montée de 400 à 800 mètres par jour. Moyenne de 630 m par jour environ.

Chamina-Voyages - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : contact@chamina-voyages.com
www.chamina-voyages.com

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n° Li 63950005 – 389249496 R.C.S. Clermont-Fd – Code APE n°633 Z
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

Cette formule de randonnée "futée" avec un minibus permet une grande flexibilité et adaptation aux conditions du moment : forme physique des participants et surtout conditions météo. Ceci permet à l'accompagnateur de choisir les plus beaux sites pour la journée dans les meilleures conditions de réussite et de sécurité.

GROUPE

De 4 à 8 participants.

EN CAS DE PROBLEME DE DERNIERE MINUTE

Prévenez votre guide à Villar d'Arène à l'Hôtel Les Agneaux** au 04.76.79.90.62

Pour la semaine du 1^{er} au 7 août 2010 : Hôtel Le Faranchin** au 04.76.79.90.01

ENCADREMENT

Accompagnateur de l'équipe CHAMINA VOYAGES diplômé selon la législation en vigueur.

SI VOUS SOUHAITEZ ARRIVER LA VEILLE OU PROLONGER VOTRE SEJOUR

Villar d'Arène: hôtel Les Agneaux 04.76.79.90.62

Grenoble : Office de Tourisme 04.76.42.41.41 www.grenoble-isere-tourisme.com

La Grave : Office de Tourisme 04.76.79.91.65 www.lagrave-lameije.com

Bourg d'Oisans : Hôtel Terminus 04.76.80.00.26 www.bourgdoisans.com

Venosc : Hôtel Les Amis de la Montagne 04.76.11.10.00 (petit village situé à 15 km de Bourg d'Oisans).

ACCES

Nos séjours sont spécialement conçus de gare à gare ; une incitation à utiliser le moyen de transport le moins polluant. Pour vos pré-acheminements en véhicule personnel, pensez au co-voiturage. Nous avons mis à votre disposition sur notre site internet un système d'annonces vous permettant de vous organiser sur vos dates de départs, rubrique "bourse-aux-equipiers".

SI VOUS VENEZ EN TRAIN

Accès à la gare SnCF de Grenoble

ALLER : départ Paris gare de Lyon : 14 h 30 arrivée Grenoble 17 h 29 par TGV

RETOUR : départ en train de Grenoble conseillé après 18h (en raison d'embouteillages possibles sur la route depuis Villard d'Arène)

Départ Grenoble : 16 h 41 / 18 h 15 arrivée Paris 19 h 35 / par TGV

Départ Grenoble : 17 h 10 / 19 h 16 arrivée Paris 20 h 56 / 22 h 11 via Lyon

Il est aussi possible de rejoindre Villard d'Arène en bus depuis Grenoble ou Briançon, cars VFD

Les horaires donnés à titre indicatif doivent être vérifiés impérativement auprès de la SNCF, par téléphone (n° spécial 3635) ou Internet : www.voyages-sncf.com. et des Transports VFD : tel : 08.20.83.38.33. (Autres horaires possibles, la veille).

SI VOUS VENEZ EN VOITURE

Villard d'Arène se situe entre Grenoble et Briançon, à 3 km de La Grave, avant le col du Lautaret.

Vous pouvez laisser votre véhicule à Villard d'Arène sur le parking devant l'hôtel.

ENVIRONNEMENT

Les randonnées se déroulent partie dans la zone centrale et pour partie dans la zone périphérique du parc national des Ecrins ; à ce titre toute activité se doit d'en respecter la charte, notamment en terme de protection : respect du patrimoine naturel, respect du patrimoine culturel et des habitants, respect des ressources naturelles (eau, sols, habitats, faune, flore, climat).

Dès 1913, un Parc national de la Bérarde avait été créé par l'administration des Eaux et Forêts sous l'impulsion des alpinistes, des associations naturalistes et du Club Alpin Français (C.A.F).

Le Parc national des Ecrins est créé en 1973. En 1995, la première réserve intégrale de France est créée dans le Parc national des Ecrins : la réserve intégrale du Lauvitel.

La gestion de l'espace naturel dont il a la charge s'organise autour de deux axes majeurs : la conservation dynamique de la biodiversité et la mise en oeuvre d'un développement durable avec les 61 communes, réparties sur deux départements (Isère/Hautes-Alpes) et deux régions Provence Alpes Côte d'Azur et Rhône Alpes qui constituent le Parc national.

Chamina-Voyages - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : contact@chamina-voyages.com
www.chamina-voyages.com

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n° Li 63950005 – 389249496 R.C.S. Clermont-Fd – Code APE n°633 Z
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

CLIMAT

Climat de montagne. A la limite entre les Alpes du Nord et les Alpes du Sud, le massif des Ecrins bénéficie d'un climat chaud et ensoleillé, tempéré par l'altitude.

L'itinéraire se déroule entre 1 000 et 2 500 mètres d'altitude.

L'ESPRIT CHAMINA

ETHIQUE ET TOURISME RESPONSABLE

CERTIFICATION ATR

Début 2008 la certification Agir pour un Tourisme Responsable a été attribuée à notre agence.

Gage de confiance pour notre clientèle, elle porte sur quatre engagements essentiels, desquels découlent de nombreuses actions sur le terrain et en interne :

1 - Information claire et sensibilisation du voyageur au tourisme responsable

Description détaillée des prestations, diffusion de la charte éthique du voyageur, mention sur la culture et les us et coutumes locaux dans les fiches techniques...

2 - Sélection des prestataires selon l'esprit du tourisme responsable

Les prestataires respectent les conditions juridiques d'exercice de leur métier en vigueur dans leur pays ; ont une politique de gestion des déchets et ressources naturelles...

3 - Mise en place d'un transfert de compétences vers les prestataires

Formation des accompagnateurs, sensibilisation du personnel local au tourisme responsable...

4 - Engagement du voyageur pour sa propre structure

Politique de gestion environnementale : tri des déchets, utilisation de papier recyclé ou issu de forêts gérées durablement, co-voiturage, compensation des émissions de CO2 pour les déplacements aériens...

Plus d'information concernant la labellisation ATR sur le site www.tourisme-responsable.org

Chamina Voyages est également membre de CETO (Centre d'Etude des Tour Opérateurs). Ce collectif a pour objectif de faire connaître et valoriser le professionnalisme des tour-opérateurs, de développer un capital confiance avec les voyageurs en leur apportant de réelles garanties de services.

RECOMMANDATIONS POUR UN SEJOUR RESPONSABLE

Chamina Voyages recommande à tous ses clients d'adopter durant leur séjour une attitude fidèle aux engagements d'ATR. Ces recommandations sont déclinées à travers la charte éthique du voyageur et la charte Chamina Voyages.

La charte éthique du voyageur :

Vous pouvez consulter à tout moment sur notre site Internet www.chamina-voyages.com le contenu de la Charte Ethique du Voyageur. Nous pouvons également vous l'envoyer, sur simple demande de votre part.

La charte Chamina Voyages :

Elle a été élaborée par nos salariés et accompagnateurs, qui sont des voyageurs et randonneurs réguliers. Elle donne des règles simples à adopter pour voyager de façon responsable. Elle est consultable dans nos brochures, et téléchargeable sur notre site Internet. Nous pouvons également vous l'envoyer, sur simple demande de votre part.

SE PREPARER AU DEPART

Chamina-Voyages - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : contact@chamina-voyages.com
www.chamina-voyages.com

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n° Li 63950005 – 389249496 R.C.S. Clermont-Fd – Code APE n°633 Z
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

EQUIPEMENT CONSEILLE

VETEMENTS

Pour la randonnée

- 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.

- pantalon de toile - shorts - T-shirts

- 6 à 7 paires de chaussettes de randonnée

- 1 cape de pluie couvrant le randonneur et le sac à dos. Si vous avez des survêtements très techniques (voir ci-dessus), il est possible de ne recouvrir que le sac à dos avec un protège sac contre la pluie. Le parapluie quant à lui est moins pratique, surtout en cas de vent ou d'orage...

- 1 chapeau de soleil, l'idéal étant une casquette type saharienne avec visière et protection de la nuque

- 1 foulard pour se protéger du soleil et/ou du vent

- 1 bonnet et 1 paire de gants, selon la saison et l'altitude : toujours les avoir au fond du sac.

Pour l'étape

- tenues de rechange et chaussures confortables

- boules "Quiès" ou bouchons d'oreilles "Ear"

- affaires de toilette minimum + serviette + maillot de bain

Globalement, vos vêtements doivent être adaptés en fonction de la saison et de la région choisie.

MATERIEL DIVERS

Pour la randonnée :

- 1 paire de chaussures de randonnée (avec membrane imperméable et respirante, type « gore tex » ou équivalent) dans lesquelles vous êtes bien ! Il faut « casser » les chaussures neuves avant de partir en randonnée en les portant quelques semaines auparavant afin d'éviter les désagréments des ampoules et échauffements...

- 1 (voire 2) paire de lunettes de soleil avec verres d'indice 3 minimum.

- 1 grand sac plastique solide pour envelopper les vêtements et affaires dans le sac à dos (en cas de forte pluie)

- 1 gourde de préférence isotherme de 1 litre minimum. Boire est indispensable en randonnée, 2 gourdes de 1 à 1,5 litre ne seront pas du luxe en période estivale et/ou dans des régions sèches et chaudes.

- 1 couteau pliant type couteau suisse + couverts + gobelet.

- 1 bol type tupperware avec couvercle pour les pique-niques.

- papier hygiénique, mouchoirs en papier.

- 1 paire de bâtons télescopiques, facultatif, mais ils servent à s'équilibrer et alléger le poids du corps en descente, et aident durant la montée en rythmant la marche et en complément de poussée.

- 1 pochette pour contenir vos papiers et valeurs : passeport ou carte d'identité, contrat d'assurance, carte vitale, certificat de vaccinations, billets d'avion, de train, carte de crédit, argent...)

- 1 petite pharmacie personnelle (Attention liste non exhaustive à adapter en fonction de vos propres besoins médicaux) : pansements stériles prédécoupés, antiseptique local à usage externe (plaies), Elastoplaste et/ou double peau (ampoules), Antalgique type paracétamol, Antidiarrhéique et antiseptique intestinal, Antispasmodique, Antihistaminique (allergies), sérum physiologique ou collyre oculaire, somnifère léger, crème solaire haute protection pour la peau et les lèvres, crème hydratante type Biaffine (coups de soleil et brûlures), crème ou spray antimoustique, Arnica Montana en granules 9 CH (courbatures)...

Pour l'étape :

- 1 paire de sandales légères.

BAGAGES

- 1 sac à dos de 35 à 40 litres à dos aéré et réglable et muni d'une ceinture ventrale, pouvant contenir les vivres de la journée, la gourde, un vêtement de protection, l'appareil photo...

- 1 sac de voyage souple pour contenir les affaires de rechange pour la semaine.

ASSURANCE

Chamina-Voyages - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : contact@chamina-voyages.com
www.chamina-voyages.com

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n° Li 63950005 – 389249496 R.C.S. Clermont-Fd – Code APE n°633 Z
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd

Conformément à la réglementation, nous sommes assurés en Responsabilité Civile Professionnelle. Cependant, nous ne saurions nous substituer à votre Responsabilité Civile Personnelle.

Nous avons mis au point avec EUROP ASSISTANCE, une assurance "assistance-annulation-interruption de séjour-bagage" dont le contrat vous est remis après souscription.

Veillez donc lire attentivement votre fascicule d'assurance et l'emporter avec vous pendant la randonnée.

Chamina Voyages sert d'interface entre ses clients et l'assureur, elle n'a pas la latitude pour influencer sur l'une ou l'autre des parties. Nous nous en tenons aux conditions strictes de vente. Vous êtes responsables du respect des procédures de déclaration de tout sinistre. Avant toute décision, prendre contact avec EUROP ASSISTANCE.

Si vous avez refusé notre assurance, n'oubliez pas de vérifier que votre contrat personnel est valable pour la destination choisie et de vous munir d'une attestation pendant le voyage.

BIBLIOGRAPHIE – CARTOGRAPHIE

- Guide complet des fleurs de montagne. Editions Delachaux et Niestlé.
- Au pays de la Meije (P. Louis Rousset). Editions Curandera.
- Des maisons et des hommes en Haute Romanche. Editions Parc des Ecrins.
- L'Oisans (Gabriel Santis).
- Gaspard de la Meije (Roger Canac). Editions Presse Universitaire de Grenoble.
- Guide Gallimard "Isère"

Chamina-Voyages - Naussac - B.P. 5 - 48300 Langogne - France
Tel. 04.66.69.00.44 – Fax 04.66.69.06.09 - E-mail : contact@chamina-voyages.com
www.chamina-voyages.com

siège social : Chamina-Sylva - 5-7 av d'Italie - 63058 Clermont Ferrand cedex 1 - France
SAS CHAMINA SYLVA au capital de 270 000 € - Licence n° Li 63950005 – 389249496 R.C.S. Clermont-Fd – Code APE n°633 Z
Assurance RCP n°33 568 407 Garant : CCF Clermont-Fd