



Programme séjour itinérant rando « Préalpine ».

Arrivée la veille au soir :

Accueil à la gare de Veynes, à 18h. Nous monterons en minibus au premier gîte d'où démarrera notre circuit le lendemain matin.

Jour 1 : De Glaize à La Cluse.

Dénivelée + 800 m/ - 550 m. 5-6h de marche, plus le temps des pauses.

C'est une très belle étape, assez Provençale aux influences Alpines, puisque nous passons sous l'un des deux plus grands éboulis d'Europe, celui du plateau de Bure. Arrivée au gîte de la Cluse où Eric nous reçoit, en gestion libre.

Jour 2 : Le Plate Contier .

D +800 m/-950 m. 6h de marche, plus le temps des pauses.

Nous démarrons sur les contreforts du massif du Dévoluy. Cet itinéraire traversera les alpages, les éboulis, les plantations de forêts par l'Office national des Forêts. C'est l'itinéraire croisé des transhumants de la Provence et des colporteurs de la vallée du Rhône. Très belle histoire à chaque Détours... Arrivée à Lus, Eric est encore là, et tant mieux. Nuit dans un gîte au coeur du village de la Croix Haute.

Jour 3 : Le Jocou.

D + = 950 m/D - = 650 m. 6h de marche, plus le temps des pauses.

L'ambiance change, le contournement des barres du Dévoluy est franchi. Après avoir traversé la cuvette perchée de Lus, nous montons les premiers contreforts du Vercors par le Sud-est. Paysages de crêtes et d'alpages, les terres agricoles se rétractent devant la forêt qui s'installe naturellement, car les paysans ont délaissé ces terres hautes. Nuit au petit gîte « La Tour de Borne » niché dans sa clairière d'altitude !

Jour 4 : Le vallon Combeau.

D +780 m / -750 m. 5-6h de marche, plus le temps des pauses. (Variante possible : D+-300m.)

Quelques grimpettes pour les derniers regards sur la plaine du Trièves, puis nous passons quelques crêtes avant de déboucher par dessus le magnifique vallon de Combeau. C'est l'entrée Sud du Plateau du Vercors. Pays de la Résistance. Nous serons accueillis à l'auberge de Combeau par Gilles, en demi-pension.

Jour 5 : Le plateau de Tussac.

D + 700 m /- 1300 m. 6h de marche, plus le temps des pauses.

La montée se fera par divers passages en fonction de la météo, et de notre humeur. Très vite nous arrivons sur le plateau que nous empruntons par son extrémité sud, devant quelques gouffres, ou lapiaz ! La descente vers le cirque et le gîte d'Archiane est splendide. Eric est là, c'est lui qui nous prépare de nouveau les repas.



Jour 6 : Le plateau du Glandasse.

D + = 1400 m/D - = 1400 m. 7-8h de marche, plus le temps des pauses. C'est l'étape la plus longue de ce circuit, descente longue aussi, mais superbe parcours.

Très belle montée par la combe de l'Aubaise, c'est le fond du cirque d'Archiane. Passage de l'étage Méditerranéen à l'étage montagnard, peut-être aurons-nous la chance de surprendre les bouquetins qui aiment cet endroit. Puis quelques balcons avec vue sur le Mt-Aiguille, nous sommes sur la crête du Glandasse, au dessus du Diois. La descente sera très contrastée, en alpages puis en sous-bois, pour rejoindre Eric et notre gîte, à l'abbaye de Valcroissant.

Jour 7 : Le Diois.

D + = 350 m/D - = 550 m. 3h de marche.

Rando courte qui nous laisse arriver à die en laissant derrière et au dessus de nous le plateau du Vercors. Arrivée à la gare pour le train vers 13h, après un dernier pique nique pris ensemble pour ceux qui s'arrêtent là. Pour les autres, après un moment libre dans la vieille ville pittoresque de Die, nous remontons en minibus au gîte de Valcroissant pour nous délasser.

Jour 8 : Le Duffre.

D +850 m / -950 m. 6h de marche, plus le temps des pauses.

Nous nous avancerons en minibus aux sources de la Drôme d'où commencera notre 2ème épopée (compter 40mn en véhicule).

Départ du village pour la montée sur le Duffre, à 1750m. Une croupe qui tourne le dos à la Drôme, et qui domine, tel un colosse, les pays du Buech. Grandiose chevauchée avant de redescendre au petit village de la Pierre, bien adossé sur ces flancs.

Jour 9 : La montagne de Banne.

D +800 m / -800 m. 6h de marche, plus le temps des pauses.

Les paysages sont plus forestiers en raison des reboisements par l'Office National des Forêts. Ils témoignent de la lutte au 19ème siècle contre les phénomènes d'érosion. Nous longeons ensuite une longue crête pour traverser l'alpage de l'Aup. Ensuite, nous rejoignons notre gîte à la Beaume par une tranquille piste forestière.

Jour 10 : Les alpages du Luzet.

D +1050 m / - 1000 m. 7h de marche, plus le temps des pauses.

L'étape sera longue, mais ô combien splendide, sur la ligne de crêtes qui départage les deux départements des Hautes-Alpes et de la Drôme.

Les panoramas s'étendent sur d'autres horizons lointains. La descente de l'alpage empruntera la traditionnelle Draye des moutons. Belles traversées de hameaux paysans, le long du torrent de « l'Aigubelle ». Nous arrivons tranquillement à St-Julien en Beauchêne, proche du col de la Croix Haute.



Programme, suite...

Jour 11 : La Montagne de Durbonas. D +1000 ou 1200m / -1000 ou -1200 m. 8h de marche.

Nous parcourons le territoire des moines Chartreux de Durbon, installés ici en 1106. Nous traversons leur histoire et celle des paysans voisins, en montant sur notre point culminant du séjour : Le sommet de Durbon pour ceux qui le souhaitent, à presque 2100m. Eric nous attend dans une vieille bâtisse traditionnelle des Alpes du Sud, de l'ancien village d'Agnielles, il ne reste que cette maison réhabilitée à l'identique par l'Office National des Forêts.

Dernière soirée ensemble autour d'un bon repas bien mérité.

Jour 12 : Départ

Vers 9h du matin après le petit-déjeuner, Nous retournerons en minibus dans la petite ville de Veynes au bord du Buëch (20 mn)

Pour en savoir plus...

SITE INTERNET

Le site de « Détours en Montagne » : www.sejours-randonnee-montagne.com
La page internet de Détours sur [l'équipement et le matériel de randonnée](#)

CARTOGRAPHIE Carte IGN 3337 OT « Dévoluy » et 3237 OT « Glandasse »
Carte IGN 3238 OT « Luc en Diois » et 3338 OT « Serres-Veynes »

TRÈS IMPORTANT

L'encadrement se réserve le droit de modifier le programme quelle qu'en soit la cause (conditions météorologiques, niveau technique des participants...) dans le souci d'un meilleur déroulement du séjour



Infos Pratiques Séjour « Préalpine »

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement.
- La nourriture et l'hébergement en pension complète.
- Le transport en minibus pour ceux qui s'arrêtent à la gare de Gap.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- La confection d'une de vos spécialité culinaire (goûter, boisson...)
- L'assurance annulation facultative, mais comprise lors d'une inscription par carte bancaire
- L'assistance rapatriement facultative
- Les dépenses personnelles.

GROUPE de 5 à 8 personnes.

ENCADREMENT

Marc VINCENT : Accompagnateur En Montagne diplômé Brevet d'Etat
Et habilitation tourisme préfectorale n° 005 090 001

NIVEAU : Randonnée s'adressant à de bons marcheurs. Dénivelés : de 500 à 900 (une étape avec 1300 m de montée)
Sur un séjour de randonnée, la « difficulté » consiste à savoir gérer ses efforts pour « tenir » plusieurs jours consécutifs. Cela est bien différent d'une journée isolée avec la possibilité de se reposer le lendemain. Mais pensez aussi que la randonnée sera agrémentée de pauses régénératrices !

Le séjour « La Préalpine » est plutôt d'un niveau 3 chaussures = marcheur expérimenté.

Environ 6 heures de marche. Certaines étapes, mais pas toutes, dépassent les 1200 m de dénivelé positif, des passages hors sentiers.

PETITS CONSEILS

Pour prévenir des courbatures, crampes, tendinites : habituez-vous à boire au moins 1,5 litre d'eau pendant votre journée de travail, en plus de ce que vous consommez pendant les repas. Ainsi, pendant la randonnée vous les boirez facilement.

PORTAGE / BAGAGES

Vous portez vos affaires de la journée et un pique-nique dans votre sac à dos (conseillé d'une capacité minimum de 40 litres)

Prévoir le minimum d'affaires, car les pistes d'accès au gîte sont assez difficiles. Ne pas surcharger le véhicule.

HÉBERGEMENT / REPAS

En gîte dans des chambres de 4, et petits dortoirs réservés à notre groupe (Archiane, Valcroissant, La Cluse).



ACCUEIL / DISPERSION

- Le jour 1 à 18h à la gare de Veynes, déplacement minibus jusqu'au premier (10 mn); départ de la rando le lundi matin après 30 mn de déplacement en minibus.
- Retour le jour 12 pour 13h à la gare de Veynes.

Pour ceux qui ne font que la première partie et s'arrêtent à Die au bout de 7 jours, retour à la gare de Veynes par vos propres moyens

En cas de besoin, vous pouvez appeler au 04 92 57 87 16 ou 06 84 79 04 84

ACCÈS

Par le train jusqu'à Die :

- ligne Marseille / Veynes /Die
- Ligne Valence/Die

Attention ! Les trains indiqués et leurs tarifs diffèrent de plus en plus entre ce qui est annoncé au guichet et sur internet !

Par la route : www.viamichelin.fr

- **Si vous arrivez par le Nord** : Valence puis Die.
- Si vous arrivez par le Sud : Aix en Provence – Sisteron –Veynes –Aspremont - Die

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

<ul style="list-style-type: none">- au moins 1,5 litre d'eau/pers./jr- boîte alimentaire hermétique, couverts et gobelet- crème solaire- lunettes de soleil- pantalons courts <u>ET</u> longs pour se protéger du soleil.- bonnet, gants (en toute saison)- guêtres de pantalon facultatif- coupe vent et cape de pluie, vêtements chauds,	<ul style="list-style-type: none">- linge de toilette- Draps de dessous et sac à viande (ou duvet)- pharmacie personnelle***- chaussures de marche- bâtons de randonnée, recommandé- une paire de baskets de rechange- sac à dos journée (mini 40l.)- Appareil photo, jumelles !
--	---

*** dans la pharmacie personnelle :

- Crème solaire très protectrice pour la peau et les lèvres.
- Un rouleau d'élastoplaste assez large en prévention des ampoules, et pour tout traumatisme.
- Double peau : COMPEED pour les ampoules.
- Pensez à prendre des anti-inflammatoires et antalgiques type aspirine, Voltarène, imodium (Diarrhées), après avis auprès de votre médecin.
- Les tampons «ear» ou boules quies en pharmacie pour se protéger des ronflements du voisin.