



La traversée du Vercors ; Les Hauts-plateaux.

Séjour itinérant, Programme :

Jour 1 : Col du Rousset/Jasse de la Chau

Dénivelée + = 350m.

Première étape à travers les alpages puis le long des crêtes. L'après midi, l'horizon s'ouvre sur le plateau et le grand-Veymont.

Itinéraire parmi la forêt de pins clairsemée qui tend à regagner sur les alpages.

Jasse de la Chau/le Pas des Aiguillettes

D + = 650m. / D - = 450m.

C'est la fabuleuse étape du Grand-Veymont, que nous pourrions monter le matin à la fraîche.

Rencontre fort probable avec les bouquetins.

L'étape sera plus courte, plus aérienne, plus escarpée par endroits, mais aucune difficulté technique. Nous arrivons dans un cadre magique...

Jour 3 : Le Pas des Aiguillettes/Chaumailoux

D + = 350m. / D - = 200m.

Un itinéraire insolite, un parcours d'observation dans des coins et recoins où il faudra se faire discret. Nous guetterons les bouquetins, mais les vautours nous survoleront !

Le soir, nous trouverons Eric qui nous aura apporté le reste de notre ravitaillement pour la suite du séjour.

Jour 4 : Chaumailoux/Pas de l'Essaure

D + = 400m. / D - = 400m.

Nous adapterons notre parcours en fonction de la fatigue et la météo, mais l'idée est de faire cette étape par les crêtes.

Jour 5 : Pas de l'Essaure/Col des Bachassons

D + = 200m. / D - = 200m.

Nous évoluerons à travers les prairies d'alpage, les lapiaz, nous côtoierons quelques gouffres.

Nous pourrions nous délester de notre chargement de bivouac pour aller gravir « la Montagnette ». en boucle ou en aller-retour, ceux qui voudront attendre là avec un café le pourront.

Jour 6 : Col des Bachassons/col du Rousset

D + = 200m. / D - = 200m.

Après quelques détours possibles par les crêtes, ou pas, nous passerons devant la cabane de Pré-Peyret, et de là, deux possibilités pour rejoindre le col du Rousset. Tout dépendra de notre temps.

Arrivée prévue vers 15h au col, puis dispersion.

Ce premier circuit est fabuleux, il offre de nombreuses variantes possibles chaque journée, en nous adaptant bien sûr à la disponibilité en eau des sources qui sont répertoriées par le Parc Naturel régional du Vercors.

Il sera moins moins difficile par la longueur obligée de certaines étapes de la traversée Nord/Sud, et beaucoup plus simple en terme de logistique véhicule.



La traversée Nord-Sud du Vercors.

Jour 1 : Corrençon/Jasse du Play ou Jasse de la Chau

Dénivelée + = 600m.

L'étape est assez longue pour une première journée, mais nous avons le plaisir de sortir progressivement de la forêt et apercevoir les reliefs que nous parcourrons les jours suivants. La longueur nous permettra de nous approcher le plus possible du Grand Veymont que nous ferons le lendemain.

Jour 2 : Jasse du Play ou Jasse de la Chau/le Pas des Aiguillettes

D + = 650m. / D - = 450m.

C'est la fabuleuse étape du Grand-Veymont, que nous pourrons monter le matin à la fraîche. Rencontre fort probable avec les bouquetins.

L'étape sera plus courte pour récupérer des efforts fournis la veille, et puis quel cadre...

Jour 3 : Le Pas des Aiguillettes/Chaumailoux

D + = 350m. / D - = 200m.

Un itinéraire insolite, un parcours d'observation dans des coins et recoins où il faudra se faire discret. Nous guetterons les bouquetins, mais les vautours nous survoleront !

Le soir, nous trouverons Eric qui nous aura apporté le reste de notre ravitaillement pour la suite du séjour.

Jour 4 : Chaumailoux/Pas de l'Essaure

D + = 400m. / D - = 400m.

Nous adapterons notre parcours en fonction de la fatigue et la météo, mais l'idée est de faire cette étape par les crêtes.

Jour 5 : Pas de l'Essaure/Tussac

D + = 150m. / D - = 200m.

Nous évoluerons à travers les prairies d'alpage, les lapiaz, nous côtoierons quelques gouffres et terminerons notre étape du jour vers les chalets de Tussac, au dessus des falaises du cirque d'Archiane et de ses vautours.

Jour 6 : Tussac/Archiane

D - = 900m.

Nous quittons les hauts-plateaux pour rejoindre le magnifique petit hameau de Archiane niché au pied de ses falaises. Nous y prendrons notre pique nique.

De là nous retrouvons notre minibus qui nous ramènera à Corrençon. (Prévoir 2h de route) vers 15h et dispersion.

Ce deuxième séjour est une traversée presque intégrale. La première étape sera longue et peu intéressante, mais c'est pour le plaisir d'avoir tout fait.



Pour en savoir plus...

SITE INTERNET

Le site de « Détours en Montagne » : www.sejours-randonnee-montagne.com

La page internet sur le matériel et équipement de randonnée.

- Le site du parc Naturel Régional du Vercors.

CARTOGRAPHIE

Cartes IGN top 25 : 3236 OT « Villard de Lans » et 3237 OT « Glandasse »

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 rando traversée du Vercors.

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 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 4 à 8 personnes

ENCADREMENT

Marc VINCENT : Accompagnateur En Montagne diplômé Brevet d'Etat

Et habilitation tourisme préfectorale n° 005 090 001

NIVEAU :

Sur un séjour de randonnée, le terme de « difficulté » est plus le fait d'avoir le niveau indiqué, mais surtout, de « garder la forme » plusieurs jours consécutifs. Mais pensez aussi que la randonnée sera agrémentée de pauses régénératrices !

Le séjour « Traversée du Vercors » = Randonnée pour marcheurs habitués. 5 à 6 heures de marche.

Dénivelés + : de 200 à 700m. selon les conditions météo et les détours que nous ferons. selon les conditions météo et les détours que nous ferons.

Si un sommet ou une crête attire certains, les autres pourront faire une pause et nous attendre là.



PETITS CONSEILS

Nous accueillons parfois des randonneurs qui souffrent de courbatures, tendinites.

Solution : Habituez-vous à boire au moins 1,5 litre d'eau pendant vos journées au quotidien, en plus de ce que vous consommez pendant les repas. Progressivement vous passerez à 2 litres, ainsi pendant la randonnée vous les boirez plus facilement et vous éviterez courbatures et tendinites : Essayez, cela ne coûte rien et c'est tellement mieux que d'avaler des anti-inflammatoires et des antalgiques.

PORTAGE / BAGAGES

Vous portez vos affaires pour le séjour dans votre sac à dos, avec duvet et tapis de sol.

Nourriture et tente seront répartis entre nous.

Prévoir (2 litres d'eau recommandés) un surplus de 2kg en plus de vos affaires personnelles qui correspondra à la nourriture. **Des sacs étanches vous seront fournis pour vos habits. Faites des essais, dans l'idéal, votre sac à dos ne doit pas dépasser 9/10 kg**

Il est conseillé une capacité de votre sac à dos de 50 à 60 litres Cf page internet « équipement »

HÉBERGEMENT / REPAS

Les nuits : Sous tente ou sous Tarp, différents lieux possibles selon notre itinéraire: Tiolache, Jas du Play, Pré-Peyret, Les Aiguillettes, Chamailoux, Jardin du Roi, Tussac.

Les lieux de bivouac seront fonction de la météo, de la fatigue, des opportunités du moment.

Les repas seront préparés par le groupe avec la nourriture transportée pour le séjour.

Pas de ravitaillement alimentaire possible sur l'itinéraire, nous aurons par contre l'eau des sources.

ACCUEIL/ DISPERSION

Rendez-vous :

- devant la gare de Die à 8h si nous **faisons la traversée des Hauts-Plateaux.**

- **A Corrençon à 9h si nous faisons la traversée Nord/Sud.**

Dispersion : au même endroit en fin de séjour, vers 18h.

La randonnée du dernier jour se terminera vers 16h., il faudra compter le temps de transport pour retourner au lieu de rendez-vous.

Acheminement en minibus pour se rendre au départ de la randonnée.

En cas de problème, vous pouvez appeler votre accompagnateur au 06 84 79 04 84

ACCÈS TRAIN

- Valence-Die si nous partons du col du Rousset

- Lyon Grenoble, si nous partons de Corrençon

Acheminement en minibus pour se rendre au départ de la rando.

ACCÈS VOITURE www.viamichelin.fr



EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

au moins 2 litre d'eau/pers./jr
boîte alimentaire hermétique, couverts, gobelet
crème solaire - lunettes de soleil
- bonnet et gants en toute saison
coupe vent, et vêtements chauds (au fond du sac à dos)
chaussures de marche en bon état.
- une paire de guêtres (selon la saison)
- linge de toilette.
- vêtements chauds pour le soir

pharmacie personnelle***
un rouleau de papier toilette
Bâtons de marche (facultatif)
sac à dos (recommandé 50/70l.)
Appareil photo, jumelles !
Duvet (léger, chaud, non volumineux)
Sac à viande
- Bon tapis de sol

*** 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.