



Le parcours ; des étapes en étoile :

Arrivée la veille au soir.

Accueil du groupe à 17h à la gare de Veynes ou vers 18h directement au gîte.

L'avantage des journées en étoile à partir du gîte est qu'elles peuvent facilement être modifiées en fonction de la météo ou de la motivation du groupe, ...6 journées au coeur du massif du Dévoluy, mais si la météo nous y contraignait, nous pourrions nous déplacer à l'extérieur de ce massif, pour échapper à la mer de nuages :

Dénivelée +/- = 500 à 700m.

Durée totale (avec pauses et pique nique) = 6h

Nous partons le plus souvent du gîte, mais les déplacements en minibus ne dépasseront pas 30 mn.

Jours 1 : Etape de mise en jambe :

Généralement, nous passons un moment à régler les raquettes de chacun, à présenter le matériel de sécurité (D.V.A.)

L'étape sera tranquille, nous essaierons le matériel de sécurité par des ateliers.

Jour 2 : Le vallon de Barges.

D+- = 450m. Durée totale = 5h environ.

Une étape au pied du massif d'Arouze, plus connu sous le nom de plateau de Bure.

un parcours dans les coins et recoins cachés pour apprécier l'immersion en pleine nature.

Aucune difficulté, possibilité de séparer le groupe et partir à l'assaut d'une pente pendant que les autres nous attendent pour une pause café sorti du sac, par exemple.

Jour 3 : Le chaos de Baudinard

D+- = 400m. Durée totale = 5h environ.

Nous irons voir une autre facette du massif du Dévoluy, côté soleil levant.

Une étape pour aller flirter avec un vallon caché par sa moraine glaciaire.

Nous avancerons plus ou moins loin dans ce vallon, ou sinon, nous longerons ces remparts en sillonnant au milieu de quelques gros blocs tombés de la paroi au cours de l'histoire géologique du Dévoluy.

Retour tranquille avec le plaisir de descente glissées si le coeur vous en dit.

Jour 4 : Le vallon d'âne

D+- = 600m. Durée totale = 6h environ.

Nous serons juste dans le vallon voisin, mais quelle différence d'ambiance...

Une aventure pour les yeux et le coeur dans ce joyau.

Là encore, selon la neige et les risques qu'elle peut représenter, plusieurs variantes sont possibles.

Jour 5 : Le vallon des Aiguilles

D+- = 600m. Durée totale = 6h environ.

Encore un point de vue différent sur ce Dévoluy magique.

Si c'est un jour de mer de nuages, alors il est possible que nous passions au dessus. Et là; quelle splendeur !!!

Si nous n'arrivons pas jusque dans le vallon lui-même, et bien restons à l'entrée qui se fait par au dessus. Nous le dominerons depuis le rocher qui bloquait là le glacier des Aiguilles !

Dernière petite rando.

D+ = 300m. / D- = 300m. Durée totale = 4h environ.

Nous partirons le matin après avoir rangé le gîte et nos affaires. Nous traverserons de douces clairières pour notre dernier pique nique.

Descente après le pique nique, puis nous prenons le minibus pour un retour sur Veynes vers 16h.

Les Accompagnateurs de DÉTOURS en Montagne
58 rue du jeu de paume, 05400 LA ROCHE DES ARNAUDS
Courriel : detours.montagne@orange.fr
Tel : 04 92 57 87 16 / 06 84 79 04 84
Internet : <http://www.sejours-randonnee-montagne.com>



Pour en savoir plus sur le séjour...

SITE INTERNET

Le site de « Détours en Montagne » : www.sejours-randonnee-montagne.com
La page internet sur le matériel et équipement de randonnée.

CARTOGRAPHIE Carte IGN 3337 OT « Dévoluy »

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.

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.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION :

« Détours En Montagne » (Marc VINCENT)
58 rue du jeu de paume, 05400 LA ROCHE-DES-ARNAUDS
TÉL : 04 92.57.87.16 / 06 84 79 04 84. Courriel : detours.montagne@orange.fr

Les Accompagnateurs de DÉTOURS en Montagne
58 rue du jeu de paume, 05400 LA ROCHE DES ARNAUDS
Courriel : detours.montagne@orange.fr
Tel : 04 92 57 87 16 / 06 84 79 04 84
Internet : <http://www.sejours-randonnee-montagne.com>



Infos Pratiques « Séjour raquettes en Dévoluy »

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement.
- La nourriture et l'hébergement en demi-pension et gestion libre, pique nique fournis.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Une spécialité de votre choix et/ou de votre confection (un goûter, une boisson)
- L'assurance annulation (cependant comprise avec règlement 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 : Le séjour « Détours Raquettes Dévoluy » est d'un niveau 2 raquettes. Randonnée s'adressant à des marcheurs habitués. Dénivelés : de 400 à 800 m de montée. (quelques options sont possibles pour ceux qui le souhaitent en fonction de la neige, la météo et le groupe).

Sur un séjour de randonnée, la «difficulté» si l'on peut dire, consiste à «tenir» plusieurs jours consécutifs. Cela est bien différent d'une journée d'effort isolée avec la possibilité de se reposer le lendemain. Mais pensez aussi que la randonnée sera agrémentée de pauses régénératrices !

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.

PORTAGE / BAGAGES

Vous portez vos affaires de la journée et un pique-nique dans votre sac à dos. Il est vivement conseillé une capacité minimum de 40 litres. Consultez la [Nouvelle de Détours](#) rubrique « matériel du randonneur ».

HÉBERGEMENT

L'hébergement du soir se fait dans un gîte privé « le Beau Rêve » à St Etienne en Dévoluy, chambres de 2. Lit double, lits simples et lits superposés.

Le gîte nous est réservé, vous pourrez chanter et danser si vous le souhaitez, juste, il faudra être en forme le lendemain. Nous pourrons partir à pied du gîte ou moyennant un court transport en minibus.

REPAS / ORGANISATION

Repas du soir et pique-niques (le plus possible du terroir et bio) seront préparés par l'accompagnateur et ceux qui souhaitent m'aider, avec une bonne louche de convivialité (les achats sont faits, les menus aussi).

Les Accompagnateurs de DÉTOURS en Montagne
58 rue du jeu de paume, 05400 LA ROCHE DES ARNAUDS
Courriel : detours.montagne@orange.fr
Tel : 04 92 57 87 16 / 06 84 79 04 84
Internet : <http://www.sejours-randonnee-montagne.com>



ACCUEIL/ DISPERSION

- Accueil le jour 1 à 17h devant la gare SNCF de Veynes, ou à partir de 18h pour ceux qui viennent directement au gîte avec leur véhicule.

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

- Retour en gare de Veynes le jour 7 pour le train de 16h30.

ACCÈS

Quelques horaires de train : (Attention les horaires de train sont susceptibles de modifications)

- De Paris "Austerlitz" à Veynes (**train de nuit**)

- Paris "Gare de Lyon"

- De Lyon "Part-Dieu"

- De Grenoble à Veynes

- De Marseille à Veynes

- De Valence à Veynes

Par la route : www.viamichelin.fr

- Si vous arrivez par le Nord : Grenoble - Col de Lus La Croix Haute (c'est la route de Sisteron)- Veynes.

- Si vous arrivez par le Sud : Marseille - Aix en Provence – Sisteron – Veynes.

Possibilité de stationner la voiture dans un garage : La Gerle = 04 92 58 01 54

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR (Matériel raquettes fournis)

- au moins 1,5 litre d'eau/pers./jr	- linge toilette (serviette, gant, savon)
- boite alimentaire hermétique, couverts, gobelet	- duvet ou draps (couverture fournie)
- crème solaire	- pharmacie personnelle***
- lunettes de soleil	- chaussures de marche
- bonnet, gants	- Bâtons de marche (facultatif)
- guêtres de pantalon.	- une paire de chaussure de rechange
- pantalon rando et collant (pas de combi ski)	- sac à dos journée (mini 35L., 40 c'est mieux)*
- coupe vent et vêtements chauds.	- Appareil photo, jumelles !
	- Lampe de poche

*** Dans la pharmacie personnelle :

- Crème solaire très protectrice pour la peau et les lèvres.

- Un rouleau entier d'élastoplaste 4 ou 6 cm **OBLIGATOIRE** 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.

- Facultatif : contre les ronflements, les tampons «ear» en pharmacie.

* Le sac à dos

Même s'il ne s'agit que d'un sac à dos pour les affaires de la journée, je vous recommande, pour votre confort personnel de n'avoir pas à le bourrer. Il vaut mieux avoir un sac à dos plus volumineux, ce qui ne veut pas forcément dire plus lourd, mais dans lequel on puisse facilement rentrer son coupe-vent, sa doudoune... je vous conseille de lire l'article sur le sac à dos, sur la page [«équipement de rando»](#).