



Bivouac sur les balcons du Buëch.

"bivouac sur les balcons du Buëch", c'est un parcours d'évasion et de rêves

Jour 1 : Départ de Veynes - Oule, balcon du Buëch

Déniv + = 600m./D- = 400m.

Départ à pied de Veynes pour un premier sommet, la montagne d'Oule qui permettra un premier tour d'horizon de notre aventure. La descente à travers les pâturages nous mènera à notre premier campement. Ravitaillement en eau à la fontaine de Châteauneuf, et installation du campement.

Jour 2 : Le plateau de Céüse, partie Nord du circuit.

Déniv + = 800m.

La montée à petits pas dans la pinède, puis nous arrivons dans les plantations de l'Office National des Forêts sur les terres de cet ancien village qui a brûlé au 19ème...

Nous arrivons pour notre pique nique sur le rebord du plateau de la belle Céüse, la montée est terminée !

Le cheminement de l'après midi jusqu'au campement sera court, facile, dans le couloir de l'ancienne faille. S'il ne fait pas trop chaud, les marmottes nous observeront, et si l'on est discret, nous les verrons aussi !

Installation du camp, puis selon nos envies, nous irons faire encore un tour une fois délestés, ou bien nous savourerons notre quiétude sur le plateau !

Jour 3 : Céüsette, le balcon de la Durance.

Déniv - = 500m./D+ = 300m.

Ce sera difficile de quitter ce plateau !

Si nous ne l'avons pas fait la veille au soir, nous irons faire quelques détours sur ces hauteurs !

Nous descendrons en longeant l'immense corniche bien réputée des grimpeurs, par une forêt de protection des terrains, plantée pour lutter contre les phénomènes d'érosion !

Nous rejoignons la petite Céüse après une montée à travers les alpages.

Cherchons notre emplacement de rêve pour notre bivouac !

Jour 4 : Le plateau de Peyssier, partie Sud du circuit.

Déniv - = 900m./D+ = 500m.

Prenons quelques tronçons en croupe au dessus de la Durance avant la descente à travers ces terres noires étranges qui nous amènent dans une ambiance aux allures plus méditerranéennes. Après la traversée du petit village d'Esparron, nous remontons 300m. pour atteindre l'immense plateau de Peyssier, au pied de notre 2ème massif : Aujour.

Pour cette après midi, nous flânonnons par là, de ci, de là, nous pouvons même aller nous pencher du côté de Sisteron. Sur ces anciennes terres de culture progressivement abandonnées, il y a bien un lac d'irrigation sur une partie des lieux mais la baignade n'est pas possible. Alors nous nous installons.



Jour 5 : La montagne d'Aujourd'hui.

Déniv + = 500m / D- = 700m.

Nous aurions du mal à quitter ces immensités pastorales s'il n'y avait pas l'appel de la crête d'Aujourd'hui !
La montée sera bien marquée, mais à la fraîche, ça ira !

Nous franchissons le défilé dans ce paysage lunaire, la faille, et puis la dernière grimpe jusqu'au sommet ! Panorama à 360°,
Une bonne pause là-haut est bien méritée !

Une traversée des pentes d'Aujourd'hui avec précaution sera nécessaire sur 30mn, de même que le passage sous la barre, il faudra
descendre le rocher sur 10 mètres par un petit couloir. On prend notre temps !

La suite se fait juste sous la corniche d'Aujourd'hui, c'est grandiose !

L'endroit est idéal pour un pique nique par là, à l'ombre de la falaise, dominant le monde entier !

Nous regagnons la piste puis les alpages à vache de Clausonne, ancienne Abbaye de l'ordre de Chalais, en cours de
restauration. Un peu plus loin, nous nous installons à proximité de la source et des vestiges d'un ancien hameau paysan.

Jour 6 : Les gorges du Gouravour

D+ = 200m. / D- = 500m.

La remontée dans les alpages à vache est calme, de clairières et de vieux sentiers reliant les vestiges de fermes éparses, et puis
nous entamons plus à l'ombre, le sentier qui va dominer les impressionnantes gorges du Gouravour. La descente dans les
marnes nous amène au charmant petit village du Saix, ce sera là que se termine notre superbe aventure !

Bravo à vous !

Retour à Veynes pour 15h, et dispersion.

Pour en savoir plus...

SITE INTERNET

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

La page internet de Détours sur le matériel et équipement de randonnée.

CARTOGRAPHIE si vous souhaitez

- Carte IGN 3338 OT « Serres-Veynes »

- Carte IGN 3338 ET « Gap »

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 Bivouac sur les balcons du Buëch.

LE PRIX COMPREND

L'encadrement.

La nourriture et l'hébergement en pension complète.

Le transport en minibus de la gare de Veynes au départ ou de l'arrivée à la gare.

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 3 à 6 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 !

Ce séjour « bivouac sur les balcons du Buëch » = Randonnée pour marcheurs habitués. Environ 5 heures de marche. Dénivelés + et - : de 500 à 800m. selon les conditions météo et les détours que nous ferons.

Pas de grosses difficultés techniques, quelques passages délicats le 5^{ème} jour.

PETITS CONSEILS

Pour prévenir des risques de crampes, tendinites...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.

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, votre sac à dos ne doit pas dépasser 10 kg)

Il est conseillé une capacité de votre sac à dos de 50 à 60 litres. **IMPORTANT : page internet « équipement »**

HÉBERGEMENT / REPAS

Les nuits : Sous tente ou sous Tarp,

Les repas seront préparés par le groupe avec la nourriture transportée pour 3 jours. Un ravitaillement est assuré à mi séjour

Ravitaillement alimentaire le 3^{ème} et 4^{ème} jour de l'itinéraire, nous aurons l'eau des sources, le plus souvent à proximité du campement, parfois un peu plus loin.



ACCUEIL/ DISPERSION

Rendez-vous devant la gare de Veynes à 8h.

Dispersion : au même endroit en fin de séjour, vers 15h.

Acheminement en minibus pour se rendre au départ de la randonnée ou pour rentrer à Veynes.

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

ACCÈS TRAIN

- Valence-Die-Veynes depuis le Nord ou l'Ouest.

- Marseille-Veynes, depuis le Sud.

ACCÈS VOITURE www.viamichelin.fr

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

- au moins 2 litre d'eau/pers./jr - boite alimentaire hermétique, couverts, gobelet - crème solaire - lunettes de soleil - <u>bonnet et gants en toute saison</u> 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*** - 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.