

Lac Serre-Ponçon: randonnées autour de la Nice des Alpes - Accompagnée en étoile



PRESENTATION

Randonnée en étoile accompagnée au cœur de la Durance
6 jours, 5 nuits, 5 jours de marche

Quand la neige est encore présente en altitude et que le printemps gagne en premier lieu les vallées, ou avant que la neige ne tombe et que l'été indien perdure à l'automne, nous vous proposons de découvrir un lieu emblématique des Hautes-Alpes : le bassin de l'Embrunais et le lac de Serre-Ponçon.

Logés confortablement à proximité du lac, vous pourrez profiter de la plage du plan d'eau situé à 100 m de l'hôtel, et vous découvrirez chaque jour un belvédère différent dominant le lac de Serre Ponçon, la vallée de la Durance et les nombreux sommets alentours, des Ecrins, du Queyras, de l'Ubaye...

Surnommée la « Nice » des Alpes, grâce à son climat agréable, vous pourrez apprécier cette bourgade perchée sur son promontoire, flâner dans les ruelles anciennes et visiter les monuments comme la cathédrale ou l'ancien couvent des cordeliers.

PROGRAMME

Jour 1

Accueil par votre accompagnateur à 18 h 15 le dimanche soir à la gare. Si vous arrivez en voiture vous pouvez vous rendre directement à l'hébergement.

Jour 2

LE LAC SAINTE MARGUERITE

Niché au fond d'un petit cirque glaciaire, ce lac offre tous les avantages d'une première découverte de la richesse du milieu montagnard : prairies fleuries, beau mélezein, cascade, cabane d'alpage et son troupeau... et le pique-nique sur ses berges reste un bon moment de quiétude !

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivelés : + 565 m, - 565 m Horaire : 5 h 00

Jour 3

PONTIS : LA COQUILLE (1552M) ET LE MORGONNET (1754M)

Deux sommets discret sur les cartes qui nous permet d'avoir un nouveau point de vue sur le lac. Aujourd'hui on sortira des sentiers, pour s'offrir une belle traversée de crête et deux sommets panoramiques. En chemin nous découvrirons cabane et chapelle, qui nous rappelle l'implantation du clergé même dans les lieux les plus reculés.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivelés : + 495 m, - 495 m Horaire : 5 h 00

Jour 4

LAC DE L'HIVERNET (2352 M) OU LA FONTAINE DES SÉYÈRES

Niché au bord d'un petit plateau, résidu d'un cirque glaciaire, vous découvrirez une forêt riche d'essences variées, qui s'étage progressivement jusqu'à disparaître laissant place aux prairies alpines. Selon la saison, nous opterons pour la montée au lac ou la fontaine et son belvédère incroyable sur la baie

de Serre-ponçons. Après la randonnée nous profiterons de la douceur du soir pour visiter Embrun.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivelés : de 485 à 735 m Horaire : 5 h 00

Jour 5

LA TRAVERSEE DU PIC DU MORGON (2324 M) ET L'ABBAYE DE BOSCODON

La randonnée « incontournable » de la région ! Cet itinéraire vous fera découvrir un cirque immense dominé par ce sommet emblématique et son panorama unique sur les 2 parties qui compose le lac de Serre-Ponçon : son étendue coté Durance et celle moins connue coté Ubaye ! Selon la météo et le niveau du groupe, votre accompagnateur pourra vous faire découvrir ce belvédère exceptionnel par un petit chemin discret qui devrait vous ravir pour la vue ! Au retour de la randonnée, nous prendrons le temps de découvrir la célèbre abbaye de Boscodon classée aux monuments historiques, et fondée en 1142.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivelés : + 700 m, - 700 m Horaire : 5 h 00

Jour 6

PIC DU MÉALE (2426 M)

Nous terminons notre séjour par un petit sommet peu connu mais dont la cîme va nous offrir les derniers panoramas vers le lac, la Durance et les sommets des Ecrins, du Queyras, de l'Ubaye, du Dévoluy au loin... Encore une superbe journée avec un départ dans l'une des plus belles forêts de la région qui nous permet de gagner notre dernier beau sommet et sa vue à 360° pour couronner cette belle semaine !

Fin du séjour après la randonnée

Retour à l'hôtel pour 15 h

Transfert en gare pour les trains de l'après midi

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

Dénivelés : + 690 m, - 690 m Horaire : 5 h 00

COMPLEMENT DE PROGRAMME

N'hésitez pas à considérer ce programme comme une promesse flexible !

En raison de variables telles que la météo, la sécheresse, l'état des sentiers ou d'autres facteurs indépendants de notre contrôle, il se peut que nous apportions des ajustements occasionnels.

Cependant, rassurez-vous, notre guide est un expert du massif, connaissant ses moindres secrets, et il s'efforcera de vous garantir une expérience exceptionnelle. Par exemple, en cas de forte affluence sur certains itinéraires, il saura vous dévoiler des chemins magnifiques et préservés pour que votre séjour soit des plus mémorables. Préparez-vous à explorer des lieux enchanteurs !

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Accueil par votre accompagnateur à 18 h 15 le dimanche soir à la gare.

Si vous arrivez en retard : en cas de retard de train ou sur la route, vous disposerez d'un numéro d'urgence sur votre convocation.

Lors de votre réservation, ou au plus tard une semaine avant votre arrivée, merci de nous communiquer impérativement les informations suivantes :

- Votre mode d'arrivée : train ou voiture...
- Votre horaire d'arrivée si vous arrivez en train. Si vous arrivez en journée nous précisez si vous prenez un taxi ou si vous attendez l'heure de rendez-vous en gare.
- Votre lieu d'arrivée : hôtel ou gare.

Arrivée en train

Voyagez en train jusqu'à la Gare d'Embrun

Arrivez facilement depuis Paris en train de jour ou de nuit. Consultez les horaires sur SNCF Connect. Pour les voyageurs en provenance du sud, empruntez la ligne Marseille-Briançon. Profitez de la simplicité du voyage ferroviaire pour découvrir cette superbe destination.

De la gare au lieu de RDV

Votre accompagnateur vous accueille en gare le dimanche soir à 18 h 15 pour le transfert sur le lieu de rendez-vous (transport en minibus compris dans le tarif du séjour).

Attention, pour organiser ce transport vous avez l'obligation de nous réserver votre transfert au moins une semaine avant la date du séjour.

Si vous arrivez dans la journée en gare d'Embrun et que vous souhaitez rejoindre l'hôtel : Transfert à votre charge, en taxi ou à pied (2 km, 30 min)

Arrivée en voiture

Depuis le nord, prenez le col du Lautaret via Briançon (RN 94) ou Grenoble (RN 94/D902). Ou encore, depuis Grenoble, empruntez l'autoroute A51 vers Gap, puis la RN94 vers Embrun (D902).

Depuis le sud, passez par Valence ou Sisteron, continuez vers Gap, puis Embrun.

Les paysages montagneux vous attendent lors de ce voyage en voiture vers le Embrun !

Taxi

TAXI ALPIN : 04 92 22 32 17

MESROBIAN Jean-François : 04 92 43 29 26

DISPERSION

Le jour 6 après la randonnée. Retour en gare pour 15 h 30

FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou passeport ;
- Carte vitale ;
- Contact de votre assurance voyage (numéro de contrat + numéro de téléphone).

NIVEAU

2 chaussures

N'hésitez pas, même si vous n'avez jamais pratiqué la randonnée, ce séjour est accessible à tous !

Vous cheminez sur des itinéraires de montagne avec une dénivelée positive journalière de 300 à 600 m de montée et/ou descente pour 3 à 5 heures de marche environ. Vous marchez avec un sac léger contenant vos affaires nécessaires à la journée (pique-nique, vêtement chaud, gourde...).

Randonnée sur sentiers bien tracés la majeure partie du circuit avec des passages ponctuellement plus accidentés ou sur un terrain plus caillouteux.

L'esprit découverte est favorisé par rapport à l'aspect sportif. Les terrains abordés restent à la portée de tous et votre accompagnateur est là pour vous faire découvrir en douceur les plaisirs de la randonnée !

Le niveau est établi en fonction du dénivelé moyen sur l'ensemble de la semaine, prenant en compte des éléments tels que le portage des bagages, l'engagement, la disponibilité du réseau et la nature du terrain. Le dénivelé est calculé à partir de relevés sur le terrain ou par un modèle informatique prenant en compte toutes les variations de montées et descentes, allant au-delà de la simple différence

d'altitude entre deux points. Il est important de noter que si vous effectuez vos propres mesures, elles peuvent différer de notre description, car de nombreux facteurs influent sur les résultats, tels que la fréquence de pointage, les méthodes de calcul et la modélisation des relevés.

HEBERGEMENT

Hôtel 3*, En chambres de 2 personnes

L'hôtel est situé à 20 min à pied du centre-ville historique, à 150 m du plan d'eau d'Embrun. Il possède 3 étoiles et 3 cheminés Logis de France. Spacieux et confortable, vous apprécierez son jardin paysagé, sa piscine couverte et chauffée, son espace détente (sauna, hammam, jacuzzi), son bar avec coin billard. Au niveau de la restauration, une cuisine régionale et raffinée qui suit le rythme des saisons vous sera proposé.

Les repas froids pris au cours de la randonnée sont complets et composés de salade, viande ou charcuterie, fromage, fruit, biscuit... Ces pique-niques sont réservés auprès des hébergements ou préparés par l'accompagnateur à l'aide des produits et commerces locaux.

TRANSFERTS INTERNES

Minibus 8 personnes en plus de l'accompagnateur.

Si le groupe dépasse ce nombre, nous pouvons vous demander d'utiliser parfois votre propre véhicule. Dans ce cas-là, nous vous proposerons un défraiement sous la forme d'une indemnité kilométrique.

PORTAGE DES BAGAGES

Vos bagages resteront à l'hôtel durant la semaine.

La journée, vous ne portez que votre sac à dos (35 à 40 L conseillé) contenant vos effets personnels utiles à la randonnée (pique-nique, vêtements chauds, thermos...).

GROUPE

Départ assuré à partir de 4 participants

Groupe limité à 14 personnes

Explorez ensemble :

Si vous êtes un groupe déjà formé, que ce soit en famille, entre amis, au sein de votre association ou comité d'entreprise, ce séjour est une excellente occasion de partager des moments de découverte ensemble. Vous pourrez créer des souvenirs mémorables avec vos proches. !

Contactez-nous et nous serons ravis d'étudier votre demande, même pour des dates différentes de celles prévues. Nous vous proposerons un devis adapté au nombre de participants. Nous sommes là pour vous aider à organiser votre aventure.

ENCADREMENT

Bienvenue dans l'univers chaleureux de notre équipe, un groupe de passionnés composé de femmes et d'hommes dévoués à leur métier, tous animés par une grande excitation à l'idée de vous accompagner !

Votre périple sera entre les mains expertes d'accompagnateurs et accompagnatrices, diplômés et spécialistes du Queyras, prêts à vous faire partager leur amour inconditionnel pour la nature et la montagne. Chacun d'entre eux apporte sa propre touche, révélant les merveilles qui se cachent dans chaque recoin de la nature : l'observation fascinante des rapaces et des mammifères en pleine balade, la multitude de fleurs et d'arbres qui peuplent le massif, et l'art de raconter les histoires pittoresques et les anecdotes de chaque village.

Avant tout, votre guide vous inspirera confiance grâce à sa parfaite connaissance de l'environnement, sa lecture avertie du terrain et son souci du moindre détail. N'hésitez pas à solliciter leur expertise pour des conseils sur votre équipement ou pour répondre à vos petits soucis en cours de route. À la fin de chaque journée, laissez-vous emporter par la convivialité du "débrief" autour d'une boisson rafraîchissante ou réconfortante. Échanges et anecdotes humoristiques contribuent à créer une atmosphère bienveillante, faisant de vos vacances un pur moment de plaisir et de détente !...

SÉCURITÉ

Les territoires de montagne éloignés des zones d'habitation restent souvent à l'écart de la couverture de la téléphonie mobile ou sont affectés par de nombreuses zones d'ombre imprévisibles. Pour se préserver de ces déconvenues et vous assurer une sécurité maximale, les professionnels de Destinations Queyras sont équipés de radio VHF autorisant un accès direct aux services de secours en montagne.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

L'équipement vestimentaire conseillé pour randonner :

En randonnée, adhérer au principe des trois couches est essentiel pour garantir votre confort et votre sécurité tout au long de votre parcours :

- **Tee-shirt respirant à manches courtes** : Choisissez un tee-shirt respirant en fibre creuse pour évacuer la transpiration lorsque vous êtes actif.
- **Veste en fourrure polaire** : Cette veste en polaire vous garde au chaud par temps frais en offrant une isolation thermique supplémentaire.
- **Veste coupe-vent imperméable et respirante (comme le gore-tex ou équivalent)** : Cette couche extérieure vous protège efficacement contre les intempéries telles que la pluie, la neige ou le vent, en maintenant votre corps au sec et à l'abri des éléments.

Adaptez vos vêtements en fonction du temps et de l'effort. Par exemple, par temps agréable, un sous-pull peut suffire. En cas de mauvais temps, ajoutez une veste imperméable. Par temps froid ou en altitude, portez une veste polaire sous votre veste coupe-vent.

Choisissez des vêtements qui séchent rapidement, évitez le coton qui retient l'humidité, et privilégiez des matériaux comme la laine, la soie et les fibres synthétiques pour rester au sec et au chaud.

N'oubliez pas que vous évoluez en montagne, où le soleil est intense et l'indice UV élevé. Les températures peuvent varier rapidement en fonction de l'altitude et de la saison. Il est donc essentiel de vous munir de protections appropriées telles que des lunettes de soleil, un tour de cou et de la crème solaire pour votre confort et votre sécurité.

Votre fond de sac

- Sac à dos de 30/35 litres avec ceinture ventrale.
- 2 bâtons télescopiques (conseillés) pour une meilleure stabilité.
- Chaussures de randonnée imperméables avec une bonne tenue de cheville et une semelle de type Vibram. Assurez-vous de les tester avant le départ, surtout si elles sont neuves ou inutilisées depuis longtemps. Les chaussures basses ne sont pas recommandées à partir des séjours de niveau 3.
- Thermos, gourde ou poche à eau avec pipette d'une capacité d'au moins 1,5 litre par personne.
- Gobelet, couteau et fourchette pour les pique-niques.
- Des vivres de course pour recharger en énergie en cours de route.
- Petite pochette étanche pour vos objets de valeur tels que : argent, carte d'identité, carte bancaire, carte vitale, contrat d'assistance. Vous pouvez laisser le reste de vos papiers et clé de voiture à l'hôtel pendant votre séjour.
- Couverture de survie en cas d'urgence.
- Papier toilette avec sac hermétique pour l'emballer et le jeter dans la première poubelle disponible.

Vivres de courses / Encas

Les vivres de courses sont à prévoir individuellement, à votre charge. L'apport nutritif des différents encas au cours de la randonnée est à ne pas négliger. Ces encas peuvent être constitués selon vos goûts de fruits secs (figues, dattes, abricots secs ou bien pruneaux), de barres de céréales (n'hésitez pas

à piocher sur internet pour innover avec les nombreuses recettes maison, cela peut être un atelier ludique dans votre préparation !), de pâte d'amande, de pâte de coing, etc.

Pour le soir à l'hébergement

Simplifiez-vous la vie en emportant l'essentiel. Pour une semaine de randonnée, quelques vêtements de rechange suffisent amplement. En ce qui concerne vos articles de toilette, optez pour l'essentiel, privilégiez les formats compacts, les échantillons et les kits de voyage, surtout si vous devez porter votre sac.

N'oubliez pas que le drap de sac est obligatoire car les lits sont déjà équipés de couettes ou de couvertures. Assurez-vous que votre bagage ne dépasse pas 8 kg pour faciliter les transferts et garantir votre confort tout au long de votre aventure.

Pharmacie personnelle

Votre trousse de pharmacie doit être réduite au maximum. Dans votre sac à dos, ne gardez que vos médicaments personnels essentiels, compresses, bande élastoplaste, un désinfectant, etc.

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

Du dimanche soir au vendredi en fin de journée
6 jours, 5 nuits, 5 jours de marche

Date Début	Date Fin	Prix par Personne
21/04/2024	26/04/2024	985,00 €
28/04/2024	03/05/2024	985,00 €
05/05/2024	10/05/2024	985,00 €
12/05/2024	17/05/2024	985,00 €
19/05/2024	24/05/2024	985,00 €
26/05/2024	31/05/2024	985,00 €
02/06/2024	07/06/2024	985,00 €
09/06/2024	14/06/2024	985,00 €
16/06/2024	21/06/2024	985,00 €
23/06/2024	28/06/2024	985,00 €
30/06/2024	05/07/2024	985,00 €
25/08/2024	30/08/2024	985,00 €
01/09/2024	06/09/2024	985,00 €
08/09/2024	13/09/2024	985,00 €
15/09/2024	20/09/2024	985,00 €
22/09/2024	27/09/2024	985,00 €
29/09/2024	04/10/2024	985,00 €
06/10/2024	11/10/2024	985,00 €
13/10/2024	18/10/2024	985,00 €
20/10/2024	25/10/2024	985,00 €

Nuit supplémentaire en ½ pension :

- Base chambre de 2 : 125 € /pers

Chambre single (selon les disponibilités de l'établissement) : 150 € / pers

LE PRIX COMPREND

- La pension complète du dimanche soir au vendredi après-midi
- L'encadrement des randonnées par un professionnel de la montagne diplômé d'État
- Les transferts en minibus et navettes décrits au programme
- Les transferts de la gare à l'hôtel en A/R avec notre accompagnateur le dimanche soir à 18 h 30 et le vendredi après-midi 15 h 30 en gare

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et le vin pendant les repas
- Les assurances
- Le transfert de la gare à l'hôtel A/R en dehors du trajet proposé dans le prix comprend
- Le supplément single

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

(Extraits du site <http://www.histoire-embrun.com>).

La commune d'Embrun (en occitan Ambrun) compte 6 700 habitants pour une superficie de 36.39 km², son altitude allant de 870 m à 2 300 m maximum.

Elle est située dans le département des Hautes-Alpes (05) de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur.

La ville est entourée de nombreuses montagnes (Mt Guillaume, Le Réal, Le Méal ,...).

Le climat méditerranéen de montagne lui donne en moyenne près de 300 jrs de soleil par an. C'est pour cela qu'elle est surnommée la petite «Nice des Alpes».

Cette cité millénaire est perchée sur son roc (pouding fluvio-glaciaire) qui domine la vallée de la Durance. Son nom vient du celte Eburodunum Ebr = eau et Unum = Elévation.

À découvrir : Son roc, le couvent des Cordeliers, la Tour Brune.

ABBAYE DE BOSCODON

Située à 1 150 m d'altitude, au cœur d'une sapinière exceptionnelle enserrée dans un écrin de montagnes, l'abbaye est un remarquable monument du XII^e siècle.

Fondée en 1130 par Guillaume de Montmirail, elle fut 12 ans plus tard affiliée à l'Ordre de Chalais en Chartreuse et devient l'abbaye la plus importante de l'ordre, vivant de l'exploitation forestière et de l'élevage.

Au cours du XIV^e siècle, d'incessantes guerres et de fréquents raids de pillards mirent à sac les bâtiments monastiques et le cloître, épargnant heureusement l'abbatiale. A la fin du XIV^e siècle, l'abbaye de Boscodon fut unie à l'abbaye bénédictine de Saint-Michel de la Cluse en Piémont. Cette union ne dura que quelques années, Boscodon resta Bénédictine.

Reconstruite à la fin du XVII^e siècle, sa conventualité fut dissoute en 1769 et ses biens unis à l'archevêché d'Embrun. Vendue comme Bien National en 1791, l'abbaye est devenue durant près de 200 ans le cœur d'un petit hameau rural. En 1972, l'association des amis de l'abbaye se constitua afin de rendre le bâtiment à sa vocation première.

Classée monument historique en 1974, l'abbaye a retrouvé par la suite une communauté de religieuses dominicaines avant de se reconstituer sur le plan architectural grâce à de nombreux chantiers de réhabilitation qui en font aujourd'hui un chef d'œuvre de l'art religieux monastique, avec un style roman très pur, proche de l'art cistercien primitif. L'abbaye séduit par sa pureté, sa luminosité et son harmonie des volumes.

CARTOGRAPHIE

3438 ET, 3437 ET