

HIVER 2018-2019

GRANDE TRAVERSEE DU VERCORS EN SKI DE RANDONNEE NORDIQUE

Séjour itinérant en gîte et refuge
6 jours / 5 nuits / 5 jours de ski



Traversée intégrale des Hauts-Plateaux du Vercors dans toute sa diversité, du nord au sud. C'est au départ de Corrençon, petit village de charme que nous commencerons cette aventure qui nous conduira jusqu'à Die, le haut lieu de la Clairette !

Nous traverserons successivement Bois Barbu, Château Julien, Herbouilly, la Réserve Naturelle des Hauts Plateaux qui s'étire sur 3 journées complètes avec toute la variété de ce site le plus sauvage pour le ski nordique en France et en Europe du sud. Une randonnée sauvage, dans un cadre naturel « hyper » préservé, un relief de hauts plateaux et moyenne montagne, parfaitement adapté au ski nordique.

Points forts :

- Le must de l'itinérance en ski de randonnée nordique
- Traversée de la plus grande réserve naturelle française
- Excellente préparation pour les grands raids en pays nordiques (Norvège, Suède, Spitzberg ou Groenland)

DESTINATIONS QUEYRAS
8 ROUTE DE LA GARE – 05600 GUILLESTRE – FRANCE
Tel : (+33) 04 92 45 04 29

e-mail : contact@randoqueyras.com - web : www.randoqueyras.com

PROGRAMME

Jour 1

Die - Corrençon-en-Vercors

Rendez-vous à 12h30 devant la gare SNCF de Die. Transfert pour rejoindre Corrençon-en-Vercors et le Vercors nord. Vérification des équipements. Première ballade dans la forêt de Corrençon pour découvrir les abords des hauts-plateaux du Vercors.

2h30 de ski, 7 à 10 km, +250 m, -250 m.

Diner et nuit en gîte à Corrençon.

Jour 2

Corrençon-en-Vercors - Herbouilly - Roybon

Nous traversons d'ouest en est le domaine nordique de Corrençon/Villard de Lans/St Julien en Vercors. Passage au belvédère du haut-plateau de Château Julien (1500 m), où vous apercevez la Grande Moucherolle et la ligne de crête des hauts-plateaux au Grand Veymont. Redescente sur la vaste plaine d'Herbouilly, belle et paisible clairière d'altitude. Puis nous entrons de nouveau en sous-bois pour rejoindre notre auberge nichée au cœur de la forêt.

5h de ski, 12 km, +450 m, -300 m.

Diner et nuit en auberge à Roybon. Vous retrouvez vos bagages.

Jour 3

Roybon - Refuge de Pré Grandu

En début de journée, nous empruntons « la royale », piste mythique reliant les trois portes de l'espace nordique (Bois Barbu, Corrençon et Herbouilly) puis nous quittons les pistes de ski de fond pour entrer dans la réserve naturelle. Traversée de la plaine de Darbounouse et passage à la bergerie du même nom. Remontée du canyon des Erges, puis nous poursuivons sur une piste vallonnée dans la solitude des hauts-plateaux. Passage à proximité de cabanes qui ont fait l'histoire du pâturage de ces grands espaces. Arrivée au refuge de Pré Grandu et installation dans ce refuge bien aménagé par l'ONF, réservé rien que pour nous.

6 à 7h de ski, 21 km, +430 m, -400 m.

Diner et nuit au refuge ONF de Pré Grandu sur les hauts-plateaux. Vous transportez vos affaires pour les J3, J4 et J5.

Jour 4

Refuge de Pré Grandu - Refuge des Chaumailoux

La forêt s'éclaircit au fil des premiers kilomètres, nous apercevons rapidement le Grand Veymont (plus haut sommet du Vercors à 2341m) et les aiguillettes. Belle traversée au cœur des hauts-plateaux à 1600 m d'altitude en moyenne. Arrivée au pas de l'Aiguille, site au cadre exceptionnel face au Mont Aiguille.

6h de ski, 15 à 20 km +400 m, -150 m.

Diner et nuit au refuge des Chaumailoux. Vous transportez vos affaires pour les J4 et J5

Jour 5

Refuge de Chaumailoux - Refuge de Combeau - Die

Nous terminons notre traversée avec la partie sud des hauts-plateaux. Passage à la bergerie de Chamousset et redescente dans le vallon de Combau. Le paysage s'ouvre et nous laisse entrevoir au loin le massif du Dévoluy. Selon l'enneigement, fin de l'étape au refuge de Combeau ou au village de Bénevisse.

4 à 5h de ski, 8 à 13km, +250m, -500m

Transfert privé à Die, cité romaine au sud du Vercors, pays de la Clairette de Die.

Diner et nuit en hôtel (ou en chambre d'hôtes) à Die. Vous retrouvez l'ensemble de vos bagages.

Jour 6

Fin du séjour après le petit déjeuner à votre hébergement à Die. Il est facile de rejoindre la gare à pied depuis votre hébergement.

ITINERAIRE

Nous pouvons être amenés à modifier l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain, éboulements, sentiers dégradés, etc.), soit directement du fait du guide (météo, niveau du groupe, etc.). Ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et pour un meilleur confort !

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous

Le J1 à 12h30 devant la gare SNCF de Die. Vous devez avoir mangé et être en tenue de skieur.

Accès

En voiture

Accès par Valence puis Die.

Consultez votre itinéraire sur le site internet : www.viamichelin.fr

Garer sa voiture

Si vous venez en voiture, vous pouvez laisser votre véhicule sur le parking de la gare de Die (non gardé).

Covoiturage

Vous pouvez mutualiser les moyens de déplacement en faisant du covoiturage. En plus d'être plus économique et écologique, ce moyen de transport vous permet de faire connaissance avec les autres participants. Avant le départ et sur demande, nous pouvons vous mettre en relation avec les autres membres du groupe qui le souhaitent. Sinon, rendez-vous sur www.blablacar.fr.

En train

Gare SNCF de Die. Depuis Paris, 2 correspondances.

Consultez vos horaires sur le site internet de la SNCF : www.oui.sncf

Exemples d'horaires depuis Paris (avec 2 changements) :

Départ Paris 7h41, arrivée Die 11h33

Départ Die 11h30, arrivée Paris 15h53.

DISPERSION

Le J6 après le petit-déjeuner, à votre hébergement à Die.

NIVEAU

3 chaussures

Bon skieur (ski de fond ou ski de randonnée). Une bonne condition physique est nécessaire. Il est nécessaire de maîtriser les freinages (chasse-neige et demi chasse-neige). La distance varie de 7 à 21 km par jour, la plupart du temps hors-piste, soit 5 à 7h possible de ski possible chaque jour.

HEBERGEMENT

2 nuits en gîte confortable, 2 nuits en refuge non gardé, 1 nuit en hôtel ou en chambre d'hôtes. Dans les refuges non gardés, rustique, mais chaleureux, les toilettes sont à l'extérieur et il faut faire fondre la neige ou transporter de l'eau pour se faire à manger et éventuellement faire un brin de toilette ! Les lingettes sont aussi un bon compromis. La solidarité entre tous les membres du groupe est un gage de réussite de la semaine.

Restauration

Elle est adaptée au raid nordique. Petit déjeuner et dîner servis chauds, pique-nique à midi, vivres de course. Dans les gîtes et en hôtel, le groupe est en demi-pension ; dans les refuges non gardés, le dîner est confectionné par le groupe et le guide. Une aide est toujours la bienvenue.

PORTAGE DES BAGAGES

Vous n'avez rien à porter, à part votre pique-nique et les affaires de la journée. Sauf pour les nuits des J3 et J4 où vous portez vos affaires pour la nuit (avec un duvet). Pour ces nuitées, votre guide tire une pulka afin de transporter la nourriture. Le poids des affaires personnelles ne doit pas excéder 8 kg quand vous skier.

GROUPE

De 5 à 12 participants.

ENCADREMENT

Moniteur de Ski de Fond ou Guide de Haute Montagne diplômé d'Etat.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Bagages

- Un sac à dos confortable de 40 à 50 litres pour porter sur votre dos.
- Un bagage avec des affaires de rechange que vous retrouvez le J2 et en fin de séjour.

Equipelement de ski de fond

- Une tenue de randonneur hiver adaptée à la randonnée nordique :
- Une veste en fourrure polaire
- Une polaire
- Une veste Goretex
- Un sur-pantalon
- Un pantalon souple mais chaud adapté à la pratique d'un sport de plein air en hiver.
- Collants, haut et bas : nous vous conseillons les sous-vêtements en laine, comme ceux de la marque Icebreaker : toujours chauds et (presque !) sans odeur
- 3 paires de chaussettes adaptées à la montagne en hiver
- Une paire de gants de ski de fond + une paire de moufles (obligatoire)
- Un bonnet chaud ou un passe-montagne
- Une paire de guêtres (facultatif)

Matériel de ski nordique

- Skis à écailles solides et glissants à carres (skis de randonnée nordique)
- Peaux de phoques
- Bâtons métalliques (sinon, gare à la casse), de type Zycral de préférence (légers et solides)
- Chaussures de ski nordique montantes, chaudes et imperméables, adaptées aux skis de randonnée nordique

Pour les repas pique-niques

- Bol, assiette ou boîte en plastique
- Couverts (cuillère, fourchette, couteau)
- Gourde thermos 1,5 litre minimum

Contre le soleil

- Lunettes de soleil (type glacier) + masque de ski alpin (lunettes)
- Crème solaire (indice 30 minimum)

Après l'effort

- Vêtements de rechange et linge personnel séchant rapidement
- Linge et serviette de toilette, mouchoirs et papier toilette
- Une mini trousse de toilette
- Une mini pharmacie : médicaments personnels, Elastoplaste, biogaze ou "2ème peau", gaze, désinfectant, arnica en granules et aspirine en cas de petits bobos, etc.
- Une lampe de poche ou une frontale
- Bougie, allumettes ou briquet
- Un drap sac pour les nuits en gîte
- Un duvet chaud mais pas trop volumineux (pensez que vous allez le porter) ; les gîtes et refuges sont chauffés par le poêle à bois, mais il peut faire frais au petit matin.
- Un sifflet

Pas de surplus inutile, car vous aurez à le porter !

DATES ET PRIX

| Dates | | Prix par personne |
|------------|------------|-------------------|
| Du | Au | |
| 12/01/2019 | 17/01/2019 | 695 € |
| 02/02/2019 | 07/02/2019 | 695 € |
| 09/02/2019 | 14/02/2019 | 710 € |
| 16/02/2019 | 21/02/2019 | 710 € |
| 09/03/2019 | 14/03/2019 | 710 € |

Location de ski possible au Col de Rousset, consulter ce loueur :

Algoud Sports
Station du Col de Rousset
26420 SAINT AGNAN EN VERCORS
Tel : 04 75 48 25 03

Vous devez effectuer la réservation vous-même directement par téléphone ou par mail : contact@algoudsports.fr en vous présentant de la part de l'agence. Vous passerez récupérer votre matériel lors du transfert du J1 prévu de Die à Corrençon-en-Vercors. A la fin du séjour, le guide se chargera de rendre le matériel au loueur.

Nous disposons également d'un petit parc de matériel de bonne qualité mais en quantité limitée : interrogez-nous car nous pourrions vous les amener. Les prix est identique au prix du loueur. Prévoir de louer le pack « ski de randonnée nordique » comprenant la location des skis, des chaussures et des bâtons, + les peaux autocollantes : 110 à 135 € l'équipement complet (skis, chaussures, bâtons, et peaux autocollantes).

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement
- L'hébergement
- La nourriture du dîner du J1 au petit-déjeuner du J6
- Les forfaits de ski nécessaires au programme du séjour
- Les transferts de bagages indiqués
- Le transfert interne du J1 de Die à Corrençon-en-Vercors
- Le transfert interne du J5 de Bénévisse à Die

LE PRIX NE COMPREND PAS

- La location du matériel de ski
- Les boissons individuelles
- Les dépenses personnelles
- L'assurance multirisques
- Les frais d'inscription
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans « les prix comprennent »

POUR EN SAVOIR PLUS

LE SKI DE RANDONNÉE NORDIQUE, C'EST QUOI ?!

On peut faire le même parallèle entre le ski alpin et le ski de randonnée alpine, ou entre le vélo de route et le VTT. Le ski de fond permet d'évoluer dans les traces ; le ski de randonnée nordique, aussi appelé Backcountry, permet de se balader hors traces, et sur des reliefs un peu plus accidentés, sans pour autant aller sur les terres du ski de randonnée alpine, beaucoup plus abruptes.

Par rapport au ski de fond, le ski de randonnée nordique est plus large et équipé de carres, ainsi que d'écaillés pour le système anti-recul ; à la montée, on l'équipe de peaux de phoque pour alléger l'effort. Les chaussures sont plus hautes et plus rigides que celles pour les skis de fond classiques. L'ensemble est plus lourd que l'équipement de ski de fond, mais il est plus stable et permet de se balader en toute neige. Chaussures et fixations laissent le talon libre et permettent la flexion naturelle du pied.

Le ski de randonnée nordique permet de parcourir d'immenses espaces et des hauts-plateaux, là où le ski de randonnée alpine n'est plus adapté ; il ouvre une autre dimension hivernale à la moyenne montagne ou aux pays scandinaves. Ces dernières années, les fabricants de ski ont mis sur le marché de nouveaux matériels performants, donnant une nouvelle jeunesse au ski de randonnée nordique, cependant peu connu en France. Le ski de randonnée nordique ne nécessite pas de technique particulière, par rapport à celle du ski de fond ; un bon skieur alpin s'adapte par ailleurs rapidement, surtout s'il a déjà fait du ski de randonnée alpine.

Plus d'infos sur <http://www.skirandonneenordique.com/>

CARTOGRAPHIE

Cartes utilisées : IGN, top 25 : 3235 OT, 3236 OT, 3237 OT.

BIBLIOGRAPHIE

A la découverte du Vercors : Parc Naturel Régional par François Ribard (Accompagnateur)

Le Parc Naturel du Vercors a édité un recueil de photos sur la réserve des Hauts Plateaux, intitulé Vercors d'en Haut, commenté par Daniel Pennac.

Enfin, si l'histoire vous intéresse, l'association d'Histoire locale de Lans en Vercors a édité 3 numéros des Cahiers du Peuil, dans une collection intitulée Jadis, au pays des Quatre Montagnes, au prix indicatif de 13 € le numéro. Tous ces ouvrages, et beaucoup d'autres, sont disponibles dans les offices de tourisme et les librairies du Vercors.

**DÉPOSEZ VOS AVIS SUR VOTRE SÉJOUR,
PARTAGEZ VOS PHOTOS ET VIDÉOS DE VOYAGE
SUR NOTRE SITE INTERNET,
SUR FACEBOOK, TWITTER OU SUR INSTAGRAM !!**



#destinationsqueyras

**CONTACT@RANDOQUEYRAS.COM
WWW.RANDOQUEYRAS.COM**

INSCRIPTIONS, ANNULATIONS ET ASSURANCES

ASSURANCES

Notre assurance comprend : l'annulation, elle permet le remboursement du prix du voyage moins les frais de dossier en cas d'annulation pour raisons graves à moins de 30 jours du départ (voir la page "Conditions générales"). Elle comprend également l'assistance rapatriement. Le prix de l'assurance correspond à 3,90% du prix du séjour.

REGLEMENT

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

À l'inscription : Acompte de 30 % du prix du séjour

Un mois avant le départ : Le solde sans appel de notre part

CONTACT

Destinations Queyras
8 route de la gare
05600 GUILLESTRE
Tel. (33) 04.92.45.04.29
Fax. (33) 04.92.45.00.49
contact@randoqueyras.com
www.randoqueyras.com

Agence de voyage N° IM005100004
SARL Randoqueyras au capital de 10 000 €
RCS Gap 484 591 235
RCP MMA 113.326.666
Garant : APS 15 avenue Carnot 75017 PARIS
Agrément Jeunesse et Sports 00598ET0048 -
SIREN 484 591 235 APE 633Z