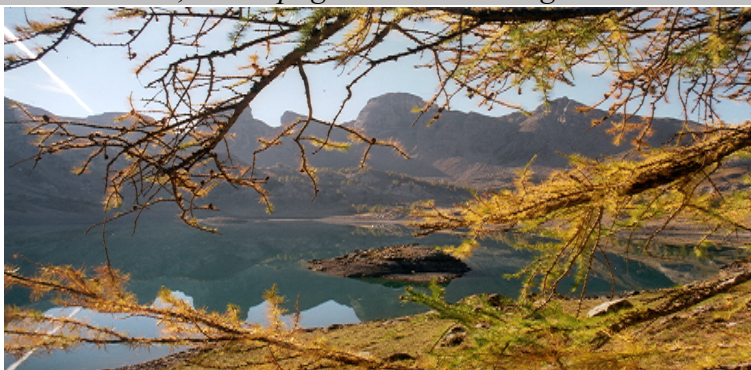


« *Vent d'ici* », Etienne Trautmann, *Accompagnateur en Montagne*



VENT D'ICI, Organisation, vente et accompagnement de séjour de randonnées
Adresse : Gîte les Hauts de Saint Jean - F - 05000 GAP

E-mail : trautmann.etienne@wanadoo.fr Site : www.ventdici.fr Tél. : 04.92.52.62.68 / 06 81 01 43 94
Siret : 44820663100013, Immatriculation Tourisme : IM005120009 URSSAF : 0503101007700342

**Retrouvance® Haut Verdon -
Val d'Entraunes**



Fiche technique 2024

séjour accompagné avec l'Office National des Forêts



Le lac des Garrets dans le Parc National du Mercantour, à côté du lac d'Allos

Les plus de RETROUVANCE® Haut Verdon - Val d'Entraunes :

- ✓ Une découverte en zone cœur du Parc National du Mercantour, un des plus réputés de France pour la beauté des paysages et son incroyable biodiversité.
- ✓ Le prestigieux lac d'Allos, le plus grand lac d'altitude d'Europe
- ✓ Les gîtes de randonnée confortables et totalement isolés au sein d'une nature grandiose
- ✓ La découverte du métier de forestier au cours de votre séjour
- ✓ Un séjour produit par l'Office National des Forêts

Cartographie

- 1/25 000 IGN - 2 séries TOP 25 : 3541 OT et 3540 OT
- Carte du circuit Retrouvance® Haut Verdon - Val d'Entraunes (environ 1/400 000), en vente à l'Office de Tourisme de Colmars les Alpes.

Début et fin du séjour

➤ *Jour 1* : Rendez-vous à **15h00** à la gare de Thorame-Haute.

① Pas de restauration ni de toilettes sur place, eau non contrôlée à la fontaine.

① **Les randonneurs en provenance de Nice par train arriveront en gare à 15h36 (nous prévenir).**

➤ *Jour 6* : Fin du séjour à la gare de Thorame-Haute vers **15h00**.

Possibilité, sur demande au démarrage du circuit, en juillet et août uniquement, de profiter du village fortifié de Colmars les Alpes, après le départ du groupe (14h30), en empruntant la navette régulière suivante (Colmars les Alpes 18h00 ⇨ Thorame Haute Gare 18h30).

Niveau

Pour randonneur moyen (3 à 6h30 heures de marche), sans portage (sauf le pique-nique et les affaires pour la journée) et en bonne condition physique.

Attention, 15 minutes de marche avec le nécessaire pour la nuit sera demandée, fin du jour 2 et 5 en aller-retour pour l'accès au gîte O.N.F de Congerman et des Garrets, non accessible par véhicule.

Matériel nécessaire

- ① **IMPERATIF** : Un sac à dos ou un sac de voyage souple pour le séjour, **maximum de 10 kg et impérativement 1 bagage par personne**, certains gîtes ne sont pas accessibles en voiture.
- Un petit sac à dos 30/45 litres pour les journées de marche
- Une bonne paire de chaussures de marche souples avec une bonne semelle (type Vibram) et tige montante pour une bonne tenue de la cheville, si possible vous ayant déjà servi.
- Bâton de marche ou canne télescopique
- Une veste imperméable et respirante (type gore tex®)
- Un vêtement de pluie (cape)
- Un pantalon confortable pour la marche, un short et un survêtement pour le soir
- Une polaire, un pull-over
- Une chemise légère à manches longues
- Plusieurs paires de chaussettes, paire de gants fins type polaire, bonnet (**obligatoire**), casquette
- Une boîte plastique hermétique (contenance 1 litre) pour conditionnement des pique-niques, couteau, cuillère et fourchette + une gourde 1.5 à 2 litres
- Mini trousse à pharmacie avec élastoplaste, biogaze ou 2^{ème} peau, gaze, désinfectant et aspirine
- Lunettes de soleil, lampe de poche (frontale de préférence), crème solaire, stick à lèvres
- Une serviette de toilette
- Votre appareil photo

① Renseignements complémentaires importants ①

- Les gîtes forestiers sont équipés en électricité photovoltaïque, utilisable **uniquement pour du petit matériel**, téléphone portable ou un appareil photo (**sèche-cheveux exclus**)
- Draps et couettes fournis ⇨ pas besoin de prendre de sac de couchage
- Communiquer au revendeur votre **N° de portable** et votre **mode d'acheminement** pour Thorame-Haute gare. Si vous venez par le train des pignes merci de préciser votre ville de départ.

Tarif séjour accompagné : 820 € par personne.

Ce tarif comprend : 5 nuits / 6 jours en pension complète du dîner du jour 1 au déjeuner du jour 6 (sauf assurance et trajet jusqu'au point de départ), la présence d'un accompagnateur en montagne à partir du rendez-vous du jour 1 et d'un logisticien à partir du jour 2 (arrivée au gîte de Congerman) pour le transport des bagages, l'ouverture et la fermeture des gîtes et la préparation des repas.

Accès à Thorame-Haute gare Pas de restauration ni de toilettes sur place.

➤ En voiture :

La gare de Thorame Haute est située dans la vallée du Haut-Verdon , département des Alpes de Haute-Provence, sur la Route départementale D 955, entre Saint-André-les Alpes et Allos. La gare est à 4 km en aval du village de Thorame Haute, possibilités de parking aisées et gratuites.

➤ Par avion :

Aéroport de Nice Côte d'Azur puis train des Pignes depuis la gare des Chemins de Fer de Provence - 4 bis rue Alfred Binet - 06000 Nice Centre.

➤ En train :

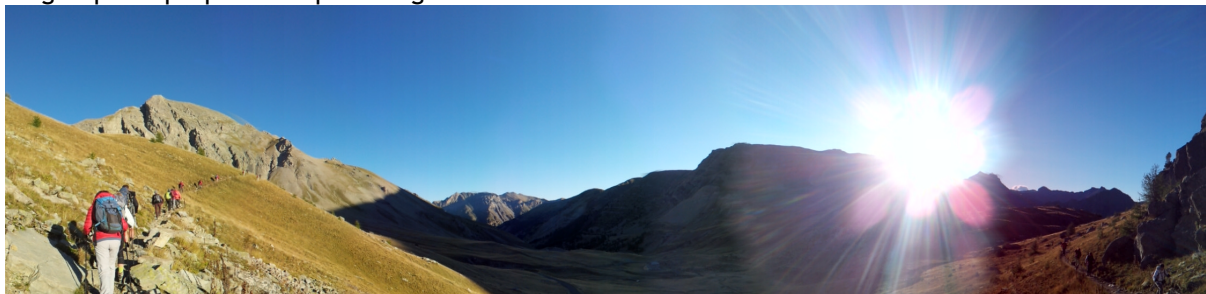
Le plan de la ligne Nice - Digne ainsi que les horaires sont consultables sur le site www.trainprovence.com, cette liaison est régionale, n'apparaît pas à la S.N.C.F.

A partir de Nice : train des Pignes depuis la gare des Chemins de Fer de Provence - 4 bis rue Alfred Binet - 06000 Nice Centre (se situe à 700m de la gare SNCF). Tél. : 04 97 03 80 80.

Durée du trajet de Nice à Thorame-Haute : 2 h15. A partir de Digne-les-Bains : Train des Pignes à la gare des Chemins de fer de Provence Espace Pierre Ferrié - 04 000 Digne-Les-Bains (même bâtiment que la gare SNCF). Tél. : 04 92 31 01 58. Durée du trajet de Digne à Thorame-Haute : 1h10.



Le groupe se prépare... départ du gîte forestier de Couesto en zone centrale du Parc du Mercantour



Montée au col de la Cayolle à plus de 2600 m., ses lacs, bouquetins, chamois, mouflons...

DEROULEMENT DU SEJOUR

L'hébergement sera assuré :

- ❖ Dans quatre relais forestiers isolés en pleine montagne, entre 1704 et 2050 mètres. Ces maisons entièrement rénovées avec goût dans la tradition montagnarde, sont totalement isolées au sein d'une nature grandiose et imposante, entre forêts et pâturages. L'aménagement intérieur bénéficie d'un très bon niveau de confort pour des gîtes de randonnée. Ces relais forestiers seront exclusivement réservés au groupe de randonneurs (12 maximum) ayant choisi le circuit.

La variété et la beauté des paysages, l'ambiance montagnarde, le silence des grands espaces offriront aux randonneurs de ce circuit, une immersion totale dans un univers magique propice au ressourcement, voire au recueillement, en grande partie dans le coeur du Parc National du Mercantour.

- ❖ Le groupe est attendu tous les soirs, à partir du jour 2, par un logisticien qui assurera l'intendance et se chargera d'acheminer d'étape en étape : les bagages et la nourriture (à base de produits du terroir préparée par des prestataires locaux).
- ❖ Au cours du séjour un agent forestier viendra à votre rencontre pour vous faire découvrir son métier et l'histoire de la forêt qu'il gère.

PROGRAMME DETAILLÉ

1^{er} jour

THORAME HAUTE GARE ⇒ PEYRESQ

Dénivelé : +500 m / de 2h30 à 3h00 de marche

Rendez-vous 15h00 à la gare de Thorame-Haute où l'accompagnateur attendra les randonneurs. Les bagages seront déposés dans la voiture du logisticien Accès au village de La Colle St Michel (2h30 de marche)

2^{eme} jour

PEYRESQ ⇒ MAISON FORESTIERE DE CONGERMAN

Dénivelée : +768 m / environ 7h00 de marche

Peyresq, le Courradour, les Cabanes du Pasquier, le Col de l'Orgeas, la cabane de Congerman.
Curiosité : les grands espaces voués à la transhumance, les cabanes pastorales, la rencontre possible avec un berger qui vous fera partager son quotidien ...

Dîner et nuit au gîte O.N.F de Congerman (1860 m) : 4 chambres de 3 personnes, 1 salle à manger et un coin salon et sanitaires communs.

Possibilité pour les groupes constitués de rajouter une journée / 1 nuit en doublant la nuitée de Congerman. Séjour de 6 nuits / 7 journées de randos. Cela permet de faire une très belle boucle, en passant par les gorges de St Pierre, gorges spectaculaires et son sentier muletier taillé dans la roche.

3^{eme} jour

MAISON FORESTIERE DE CONGERMAN ⇒ MAISON FORESTIERE DE LA FRUCHIERE

Dénivelé : + 700 m. / environ 6h00 de marche

Gîte de Congerman, Barre de Pisse-en-l'Air, Baisse du Déroit, Lacs de Lignin, Cabane de Mouriès-Cascades de la Lance, Gîte O.N.F de la Fruchière. A l'arrivée, baignade rafraîchissante dans les vasques de la Lance.

Curiosité : la baisse (ou col) du Déroit à 2472 m. d'altitude, le paysage lunaire des lacs de Lignin, la remarquable vallée glaciaire de la Lance et ses marmites de géant.

Dîner et nuit au gîte O.N.F de la Fruchière (1704 m) : 3 chambres de 4 personnes, 1 salle à manger, terrasse et sanitaires communs.

4^{ème} jour**MAISON FORESTIERE DE LA FRUCHIERE ⇨ MAISON FORESTIERE DE COUESTO***Dénivelé : +750 m./ Environ 6h00 de marche*

Gîte O.N.F de la Fruchière, Ratery, Cabane vieille, Col des champs, Gîte O.N.F de Couesto.

Curiosité : la forêt domaniale du Haut-Verdon plantée au 19^{ème} siècle pour lutter contre l'érosion, les paysages de marne noire du col des champs...

Dîner et nuit au gîte O.N.F de Couesto (2049 m) : 1 chambre de 4 personnes, 2 chambres de 3 personnes, 2 lits sur palier, 1 salle à manger et sanitaires communs.

5^{ème} jour**MAISON FORESTIERE DE COUESTO ⇨ MAISON FORESTIERE DES GARRETS***Dénivelé : +800 m./ Environ 6 h 30 de marche*

+ 15 mn avec les affaires de la nuit depuis le véhicule du logisticien (petit sac fourni par l'O.N.F la veille)

Gîte O.N.F de Couesto au gîte O.N.F des Garrets, plusieurs options :

- Par les balcons en zone cœur de parc, le lac glaciaire du Lausson niché à 2 327 m. d'altitude ;
- Entraunes et sa vallée longeant le Var, la cascade d'Aiglière...

Curiosité : les vues panoramiques de la haute vallée du Var, les hardes de chamois du Parc National du Mercantour, le lac du Lausson...

Dîner et nuit au gîte O.N.F des Garrets (2050 m) : 1 chambre de 4 personnes, 2 chambres de 3 personnes, 2 lits sur palier, 1 salle à manger et sanitaires communs.

6^{ème} jour**MAISON FORESTIERE DES GARRETS ⇨ THORAME HAUTE GARE***Dénivelé : +600 m.- 4 h de marche*

+ 15 mn avec les affaires de la nuit jusqu'au véhicule du logisticien

Gîte O.N.F des Garrets, Col de la Cayolle, Lac d'Allos, Colmars les Alpes.

Curiosité : passage du col de la petite Cayolle point culminant du parcours à 2 639 m, découverte des lacs d'altitude Garrets et Petite Cayolle. Descente vers le plus grand lac d'altitude d'Europe, le prestigieux lac d'Allos et retour vers la civilisation.*Au revoir les marmottes....*

A 13h30, une navette vous conduira du parking du lac d'Allos jusqu'au village de Colmars les Alpes où vos bagages vous attendront à l'Office de Tourisme. A 14h30, un transfert en bus régulier de Colmars les Alpes à la gare de Thorame-Haute, vous permettra de reprendre le chemin du retour à partir de 15h00.

Pour ceux n'ayant pas de contraintes horaires et souhaitant prendre le temps de la découverte d'un magnifique village fortifié et de son fort de Savoie (entrée offerte) il sera possible, sur demande auprès du logisticien durant le séjour, d'emprunter la navette régulière suivante : Colmars les Alpes 18h00 ⇨ Thorame Haute gare 18h30.

