

VAL D'ALLOS (Haut Verdon)

15 au 27 Juillet 2007

RW64

PROGRAMME

Ces onze jours dans le VAL D'ALLOS vont nous permettre d'évoluer entre des paysages d'altitude (Mont Pelat 3 050 m) et une végétation aux accents du midi. Le Val d'Allos est situé à la limite ouest du parc national du Mercantour et présente des décors grandioses (lac d'Allos 2 230 m, le plus grand lac naturel d'altitude d'Europe dominé par les fameuses tours) et une nature intacte.

Le célèbre Verdon prend sa source au pied de la montagne de Sestrière et au dessus de la station de la Foux d'Allos.

Après 9 nuits passées à l'hôtel à Allos, un circuit de 3 jours nous permettra de découvrir le col de la Petite Cayolle (2 639 m) et le Mont Pelat.

Dimanche 15 juillet

**Rendez-vous en fin de journée à
Hôtel Beau Site à Allos (1 420m) ☎ 04.92.83.00.09**

Lundi 16 juillet au lundi 23 juillet

Liste de randonnées possibles (ordre non défini) :

↪ ALLOS (1 420 m) – CHAPELLE ST ANTOINE (1 604 m) – BIFURCATION (2 120 m) – SOMMET DE ROCHEGRAND (2 409 m) – CABANE DE LA CHAUP – ALLOS (1 420 m)

Temps de marche = 5 h 30 – 6 h 00

Dénivelée montée = 1 000 m

Dénivelée descente = 1 000 m

↪ ALLOS (1 420 m) – CABANES DU TALON (1 893 m) – GR 56 JUSQU'AU COL D'ALLOS (2 247 m)
Descente en bus à Allos.

Temps de marche = 4 h 00 – 4 h 30

Dénivelée montée = 850 m

Dénivelée descente = 0 m

↪ ALLOS (1 420 m) – CABANE DE PRA BERTRAND (1 886 m) – COL DU MOURRE GROS (2 393 m) – ENTREE DE LA STATION DE LA FOUX D'ALLOS (1 760 m) - Retour en bus à Allos.

Temps de marche = 5 h 00 – 5 h 30

Dénivelée montée = 980m

Dénivelée descente = 640 m

↳ Bus pour LA FOUX D'ALLOS (1 800 m) – BAISSÉ DE L'AIGUILLE (2 547 m) - REFUGE DE L'ESTROP (2 050 m) - BAISSÉ DE L'AURIAC (2 386 m) – LA FOUX D'ALLOS (1 800 m) Retour en bus à Allos.

Temps de marche = 5 h 30 – 6 h 00
Dénivelée montée = 1 100 m
Dénivelée descente = 1 100 m

↳ Bus pour CHAUMIE (1 328 m) – CABANE FORESTIERE DE L'AUTAPIE (2 065 m) – L'AUTAPIE (2 424 m) - LE GROS TAPI (2 371 m) – Descente en Télésiège à SEIGNUS et retour à Allos.

Temps de marche = 4 h 00 – 4 h 30
Dénivelée montée = 1 100 m
Dénivelée descente = 150 m

↳ BUS POUR BEAUVEZER (1 152 m) – CABANES DU DEFENS (2 053 m) – PONT DE MISSON (1 381 m) – CASCADE DE LA LANCE – COLMARS LES ALPES (1 245 m) – Retour en bus à Allos.

Temps de marche = 5 h 00 – 5 h 30
Dénivelée montée = 900 m
Dénivelée descente = 800 m

↳ Bus pour LE COL D'ALLOS (2 247 m) – TETE DE LA SESTRIERE (2 575 m) – COL DE LA SESTRIERE (2 461 m) – LA FOUX D'ALLOS (1 800 m)

Temps de marche = 4 h 00 – 4 h 30
Dénivelée montée = 350 m
Dénivelée descente = 800 m

↳ ALLOS (1 420 m) – ROCHE CLINE (2 415 m) – VILLARD BAS (1 691 m) – LE BOIS DU MELE – ALLOS (1 420 m)

Temps de marche = 5 h 30 – 6 h 00
Dénivelée montée = 1 000 m
Dénivelée descente = 1 000 m

Mardi 24 juillet : Nous partons pour 3 nuits en refuge avec un sac à dos allégé. Dépôt des affaires superflues à l'hôtel et récupération le vendredi 27.

↳ En bus jusqu'au PONT DE CLIGNON (1 307 m) – CLIGNON HAUT (1 503 m) – LACS DE L'ENCOMBRETTE (2 340 m) – COL DE L'ENCOMBRETTE (2 527 m) – REFUGE DU LAC D'ALLOS (2 230 m)

Temps de marche = 5 h 00 – 5 h 30
Dénivelée montée = 1 220 m
Dénivelée descente = 300 m

Mercredi 25 juillet

↳ REFUGE DU LAC D'ALLOS (2 230 m) – MONT PELAT (3 050 m) - REFUGE DU LAC D'ALLOS (2 230 m)

Temps de marche = 5 h 00 – 5 h 30
Dénivelée montée = 820 m
Dénivelée descente = 820 m

jeudi 26 juillet

↪ REFUGE DU LAC D'ALLOS (2 230 m) – COL DE LA PETITE CAYOLLE (2 639 m) – LAC DES GARRETS (2 621 m) - PAS DU LAUSSON (2 602 m) – REFUGE DU LAC D'ALLOS (2 230 m)

Temps de marche = 5 h 00 – 5 h 30
Dénivelée montée = 450 m
Dénivelée descente = 450 m

Vendredi 27 juillet

↪ REFUGE DU LAC D'ALLOS (2 230 m) – retour à l'hôtel à ALLOS (1 420 m) pour récupérer les affaires.

Temps de marche = 2 h 00 – 2 h 30
Dénivelée montée = 0 m
Dénivelée descente = 810 m

☞ **FIN DE LA COLLECTIVE**

RENSEIGNEMENTS COMPLEMENTAIRES

A LIRE ATTENTIVEMENT

◆ ***Randonnées de niveau moyen pouvant se dérouler sur des sentiers de haute montagne ou sur des névés, s'adressant à des personnes en bonne condition physique. Attention, certaines étapes atteignent ou peuvent dépasser les 1 100 m de dénivelée.***

Pour éviter tout malentendu : Je fais des randonnées avec de bonnes dénivelées, mais sans dépasser un rythme d'ascension de 300 à 350 mètres à l'heure. En général, je respecte les temps indiqués sur les topos ou les pancartes. Lorsqu'il est indiqué col ou refuge : 3 h 30, ce n'est pas pour vouloir faire beaucoup mieux et y monter en «cavalant» afin que certains arrivent largement avant l'ensemble du groupe. Si le temps le permet (aucune menace d'orage en vue), je fais des arrêts le midi pouvant aller jusqu'à 1 h 30.

Il est recommandé de faire une ou deux sorties dans les semaines qui précèdent le 15 juillet.

◆ ***EQUIPEMENT*** à emporter : Equipement normal du randonneur – Bonnes chaussures (pas neuves si possibles) – Cape de pluie – Carte du CAF à jour.

◆ ***HEBERGEMENT***

Hôtel accessible en bus ou en voiture (possibilité de venir avec sac de voyage ou valise) + 3 nuits en refuge. Possibilité de laisser des affaires à l'hôtel et de ne partir qu'avec un sac à dos.

- ◆ **PRIX DE REVIENT PREVISIONNEL = 520 €**
comprenant : l'hébergement en 1/2 pension, les déplacements en bus ou taxi, ainsi que les frais administratifs.
- ◆ **Arrhes à l'inscription = 200 €**
- ◆ Versement du **solde** = lors de la randonnée
- ◆ Nombre de participants = **8**
- ◆ Date limite d'inscription = 23 juin 2007
- ◆ **CARTOGRAPHIE : Cartes au 1/25 000^e :**
TOP 25 3540 OT BARCELONNETTE Pra-Loup . Le Sauze . Allos



Il n'y aura pas de réunion préparatoire, mais il est possible de me contacter pour tout autre renseignement.

Bernard FONTAINE Téléphone : 01.60.08.60.67 (domicile)



Renseignements pour le voyage

| Nom de la gare | Horaires TGV | Horaires autocar | Horaires train | Horaires autocar |
|-------------------------|---------------------|-------------------------|-----------------------|-------------------------|
| PARIS G. DE LYON | (d) 11 h 20 | | | |
| AIX EN PROVENCE | (a) 14 h 22 | (d) 14 h 35 | | |
| DIGNE | | (a) 16 h 20 | (d) 17 h 30 | |
| THORAME-GARE | | | (a) 18 h 40 | (d) 19 h 35 |
| ALLOS | | | | (a) 20 h 15 |

| Nom de la Gare | Horaires autocar | Horaires train | Horaires autocar | Horaires TGV |
|-------------------------|-------------------------|-----------------------|-------------------------|---------------------|
| ALLOS | (d) 14 h 10 | | | |
| THORAME-GARE | (a) 14 h 55 | (d) 15 h 10 | | |
| DIGNE | | (a) 16 h 20 | (d) 17 h 40 | |
| AIX EN PROVENCE | | | (a) 19 h 45 | (d) 20 h 12 |
| PARIS G. DE LYON | | | | (a) 23 h 15 |

(a) = arrivée
(d) = départ