

15-RW59

du **vendredi 8** au
dimanche 10 mai 2015

Organisateur : **Alain Zurcher**

Contact : Kifaikoi

 club alpin français
Ile-de-France
Niveau **Soutenu** ▲

Itinérant avec portage

Gîte et hôtels

8 personnes

Gorges de

l'Ardèche



Description, niveau et esprit

Après un beau parcours en crête depuis Villefort, nous rejoignons les gorges du Chassezac puis de l'Ardèche. Pour pénétrer au cœur des gorges, nous les descendons dimanche en canoë.

Nous marcherons environ à 4,5 km/h et monterons à 400 m/h. Ce sera du « soutenu contemplatif » !

Participation aux frais

environ

220 €

incluant :

- les 3 nuits et petits-déjeuners ; le dîner de samedi ;
- la descente en canoë avec moniteur ;
- les transferts locaux ;
- la participation aux frais de l'organisateur ;
- les frais CAF.

Cette somme ne comprend pas :

- le dîner de vendredi (*ni ceux pris dans le train*) ;
- les 3 déjeuners pris en pique-nique ;
- le transport depuis Paris (*voir option ci-dessous* !)

Elle sera recalculée sur la base des frais réels à la fin de la sortie. La différence vous sera demandée ou remboursée.

Transport (**AR en train à 97,70 €** disponibles auprès de l'organisateur, départ 17h07 puis comme ci-dessous)

ALLER		
Jeudi 7 mai	<p>Jeudi 07/05</p> <ul style="list-style-type: none"> 18h07 PARIS GARE DE LYON TGV 6217 21h06 NIMES 21h18 NIMES 22h53 VILLEFORT TER 77546 	<p><i>Il s'agit du dernier train possible, mais vous pouvez voyager le matin, visiter Nîmes au passage, ou bien prendre la belle ligne du Cévenol par les Gorges de l'Allier !</i></p> <p><i>Nuit en gîte jeudi soir à Villefort, à 2 km à pied de la gare. On peut nous chercher au train de 22h53.</i></p>
RETOUR		
Dimanche 10 mai	<p>Dimanche 10/05</p> <ul style="list-style-type: none"> 18h57 PIERRELATTE TER 17724 20h40 LYON PART DIEU 21h04 LYON PART DIEU TGV 6634 23h03 PARIS GARE DE LYON 	<p><i>Nombreuses autres possibilités. Par exemple :</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • avec correspondance à Valence TGV : départ 20h15 ou 20h51, arrivée 23h53 ou 00h53 ; • avec correspondance à Lyon : départ 19h44, arrivée 00h11.

Hébergement et repas

Nous dormirons en gîte et hôtels et prendrons nos dîners en demi-pension, au restaurant et dans le train.



Lever 6h20
Coucher 20h50

Parcours

NB : Les temps de marche indiqués sont des temps de « marche effective », pauses non incluses.

J1 vendredi Villefort > Les Vans → 25 km ↑ 865m ↓ 1285m ⌚ 6h30

Après une nuit en gîte et un copieux petit déjeuner buffet, parcours en crête par le GR44. Dîner au restaurant et nuit à l'hôtel.

J2 samedi Les Vans > Salavas (Vallon Pont d'Arc) → 32 km ↑ 635m ↓ 720m ⌚ 7h30

Par le GR4, nous longeons le Chassegnac puis l'Ardèche, avec quelques rares points de vue sur leurs gorges. Nous traversons le [Bois de Païolive](#) avec ses rochers pittoresques. Hôtel en demi-pension.

J3 dimanche Vallon Pont d'Arc > St-Martin d'Ardèche en canoë : → 32 km ⌚ 7h
à pied : → 27,4 km ↑ 530m ↓ 570m ⌚ 6h15

Pour vraiment profiter des gorges, il faut y descendre ! Nous descendrons donc l'Ardèche en canoë sur le plus long parcours possible (32 km), qui nous prendra la journée. Nous aurons moins de monde qu'en été sur ce parcours très populaire. Nous laisserons nos sacs au loueur et emporterons le nécessaire dans des bidons étanches. Si la météo et la température de l'eau l'exigent, nous louerons des combinaisons.

Ce parcours exige une bonne condition physique, de savoir nager 25 mètres et s'immerger. Le niveau d'eau en mai pouvant rendre les rapides... rapides, nous serons accompagnés par un **moniteur**. En cas de crue ou autre danger, nous ferons le parcours à pied.

À l'arrivée, nous retrouverons nos sacs et un transfert nous conduira à la gare. *Réservez le train de votre choix à partir de 18h57 au départ de Pierrelatte.*

Équipement

À ne pas oublier :

- **Bâtons** recommandés.
- Protection pour le soleil (lunettes, crème).
- **Cordelette** pour ne pas perdre vos lunettes en canoë.
- Chaussures avec une bonne accroche et tenant bien la cheville.
- Tennis ou baskets légères pour le canoë.
- Drap-sac et serviette pour le gîte.
- **Pique-nique** au moins pour le vendredi. Achats possibles ensuite.

Afin de ne pas trop vous charger :

- Limitez le rechange aux seuls sous-vêtements.
- Bannissez le coton, qui garde l'humidité et est long à sécher.
- Vérifiez la météo avant de partir.

Inscription

L'inscription est possible **dès maintenant** en ligne ou auprès du secrétariat. Elle sera prise en compte après réception de votre règlement. Les places seront attribuées à partir du **3 février 2015**, selon l'ordre de priorité officiel du club.

En cas d'annulation de votre part, vous serez partiellement remboursé après la sortie, en fonction de la récupération ou non des arrhes et dépenses engagées pour vous. Si vous souhaitez être (peut-être) mieux remboursé, souscrivez à l'assurance annulation. Consultez en ligne les [conditions d'inscription](#) aux sorties du club.

Ce programme indicatif n'est pas contractuel. Les **temps de marche** sont estimés et dépendront du groupe. Le **parcours** peut être modifié à tout moment, notamment en fonction des aléas des transports, du terrain, de la météo, du groupe, de l'intérêt des paysages et pour toute raison de sécurité.

Vous devez avoir le niveau demandé et avoir randonné à ce niveau au cours des mois précédents (au moins à la journée, mais avec du dénivelé !)



Exemple d'équipement complet pesant moins de 7,5 kg avec alim, eau, bâtons etc. :		
MARCHER ET PORTER	1475	SE NOURRIR 195
sac à dos 20 à 35 litres	1000	poche à eau à tuyau 2L
bâtons	475	couteau suisse
		cuillette
		10
DIVERS	340	
papiers, carte CAF, CB, espèces	50	VÊTEMENTS 790
appareil photo et étui et batterie	200	chapeau ou casquette
téléphone mobile	80	polaire à col camionneur
stylo	10	coupe-vent imperméable et respirant
		chaussettes (1 paire de rechange)
		siip (1 rechange)
		mailliot de bain
		40
HYGIENE	155	POIDS TOTAL SANS ALIM 4660
mouchoir	5	eau
savon	50	nourriture
serviette et gant	60	POIDS TOTAL AVEC ALIM 6760
brosse à dents	10	
papier toilette	30	
		SUPPLEMENT PLUIE ET/OU FROID 620
SECURITE ET CONFORT	400	housse de pluie sac à dos
frontale avec piles bouton lithium	45	guêtres « stop-tout »
sifflet	10	surpantal de pluie
couverture de survie et étui	65	bonnet
pharmacie (dont pastilles pour l'eau)	150	gants
crème solaire	50	tour du cou ou écharpe
lunettes soleil, étui et cordelette	80	POIDS TOTAL SI PLUIE ET FROID 7380
DORMIR	515	
drap-sac en soie	110	
bouchons d'oreille	5	
baskets/tennis allant dans l'eau (canoë)	400	