Atalante
L'ESPRIT TREK

ALPES

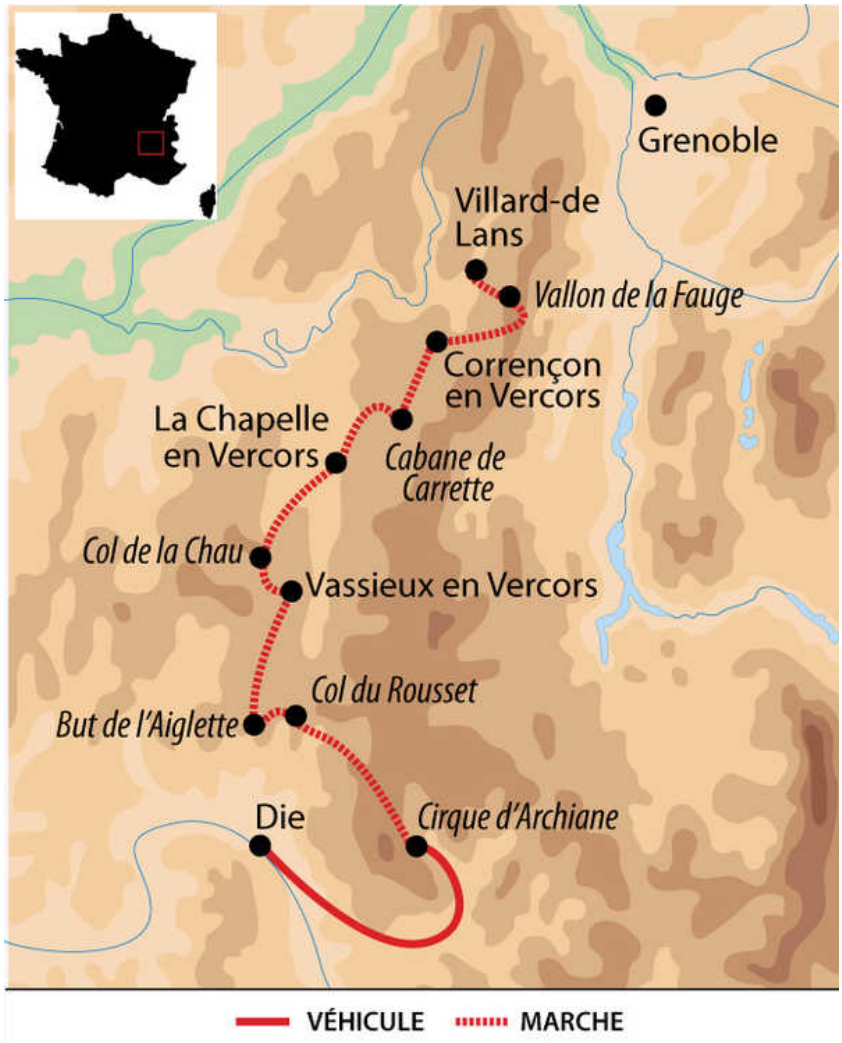
Trek itinérant : la traversée du Vercors

- La traversée intégrale du Parc naturel du Vercors du nord au sud en liberté
- Les deux jours dans l'ambiance sauvage de la Réserve des Hauts-Plateaux du Vercors
- Les repas du soir avec une cuisine locale et généreuse

À PARTIR DE	**550 €**
DURÉE	6 jours
TYPE	Voyage en liberté
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Randonnée

A mi chemin entre les Alpes et la Provence, le Vercors est un massif sauvage et riche en histoire qui se prête parfaitement à la découverte par la randonnée. Cet immense plateau calcaire cerné de sommets emblématiques est traversée en son coeur par une des plus belle réserve de France, c'est cette découverte que nous vous proposons de faire lors de ce séjour.

Au départ de Villard de Lans (accessible en transport en commun depuis Grenoble), votre itinérance en randonnée vous amène sur les balcons Nord Est du plateau avec ses crêtes spectaculaires offrant des vues sur les Alpes. A travers d'immenses forêts, vous rejoignez ensuite les crêtes sud puis les fameux Hauts plateaux avant de plonger vers la Drome Provencale et la région de Die.
Durant une semaine, vous allez vous imprégner de l'ambiance encore méconnue du Vercors. Un petit sac pour les affaires de la journée, le repas chaque soir dans de petits hôtels de montagne, voilà l'un des meilleurs moyen pour découvrir ce massif en profondeur.



Itinéraire

JOUR 1

Arrivée dans le Vercors - Villard de Lans

HÉBERGEMENT : GÎTE D'ÉTAPE | PETIT-DÉJEUNER : LIBRE | DÉJEUNER : LIBRE

Vous arrivez dans la journée à Villard de Lans (accessible en transports en commun depuis Grenoble). Selon vos envies, vous pouvez profiter de cette première après midi pour découvrir la vallée en vélo par la piste aménagée qui la parcourt ou faire une des nombreuses balades pédestre possible dans le secteur (lac des près, bois barbu, forêt du Lauzet...). Installation dans votre hébergement en fin d'après midi.

JOUR 2

Villard de Lans - Vallon de la Fauge - Corrençon en Vercors

MARCHE : 5H | DÉNIVELÉ POSITIF : 650 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 560 M | ALTITUDE MAX : 1504 M | HÉBERGEMENT : GÎTE D'ÉTAPE | DÉJEUNER : LIBRE

Vous débutez cette randonnée par une ascension vous permettant de rejoindre le GR 91 traversant le Vercors qui chemine en balcon vers le sud. Possibilité d'aller profiter de la vue spectaculaire au Col Vert (+260m et 1h30 supplémentaire), puis redescente dans le vallon de la Fauge en longeant le ruisseau avant de prendre la direction du village de Corrençon où se termine notre journée.

JOUR 3

Correncon en Vercors- Bachat de L'ours - La Chapelle en Vercors

MARCHE : 5H-6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 620 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 850 M | ALTITUDE MAX : 1402 M | HÉBERGEMENT : GÎTE D'ÉTAPE | DÉJEUNER : LIBRE

Cap au sud pour quitter le Vercors Nord et pénétrez à dans la Réserve des Hauts Plateaux du Vercors, riche d'une faune et d'une flore variée. Vous serez également surement amenés à rencontrer quelques troupeaux dans cette zone pastorale avant de redescendre en forêt vers La Chapelle en Vercors.

JOUR 4

La Chapelle en Vercors - Col de la Chau - Vassieux

MARCHE : 5H-6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 840 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 660 M | ALTITUDE MAX : 1573 M | HÉBERGEMENT : GÎTE D'ÉTAPE | DÉJEUNER : LIBRE

Vous laissez La Chapelle par la Combe de Loscence et progressez dans un itinéraire entre forêts et clairières vous permet de gravir le sommet de Serre Plumé (1573 m), dominant toute la plaine de Vassieux, haut lieu de la Résistance, où vous passez la nuit après un passage au Col de la Chau (1337 m), pour y visiter le Musée National de la Résistance (en option).

JOUR 5

Vassieux - But de l'Aiglette - Col du Rousset

MARCHE : 5H-6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 980 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 780 M | ALTITUDE MAX : 1643 M | HÉBERGEMENT : GÎTE D'ÉTAPE | DÉJEUNER : LIBRE

Cette journée est consacrée à la découverte des crêtes Sud, à cheval entre Préalpes et Provence. Le contraste entre les deux versants est saisissant.

Après la longue traversée de la plaine karstique de Vassieux, vous arrivez sur un itinéraire spectaculaire dominant la drome proençale conduisant au But St Genix (1643 m), au col de Vassieux (1333m) puis au But de l'Aiglette (1524 m), au Col de Vassieux (1333 m), puis au But St Genix (1643 m). Un ancien chemin taillé dans la falaise vous permet de gagner les prairies de Chironne puis le col du Rousset où vous passez la nuit.

JOUR 6

Col Du Rousset - Cirque d'Archiane - Die

MARCHE : 7H-8H | DÉNIVELÉ POSITIF : 700 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1100 M | ALTITUDE MAX : 1703 M | DÉJEUNER : LIBRE | DÎNER : LIBRE

Un itinéraire en balcon vous ramène sur les Hauts Plateaux pour une superbe traversée en direction du cirque d'Archiane*, merveille naturelle du Vercors Sud cerné de hautes falaises et où se niche un superbe hameau où se termine votre traversée du Vercors.

Transfert à la gare de Die ou transfert privé possible pour rejoindre Villard de Lans (cf rubrique options).

* Possibilité de raccourcir le parcours en descendant vers Romeyer (-200m de dénivelé négatif et -2h de marche)

À NOTER

- Nous pouvons être amenés à modifier vos étapes si les hébergements prévus sont indisponibles à la période de votre voyage. Les hébergements proposés en remplacement seront de catégorie similaire et leur emplacement aura peu d'incidence sur votre itinéraire. Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

Budget

(informations au 02/05/2024)

PÉRIODE RÉALISABLE : MAI À OCTOBRE

PRIX 2024 à partir de

En Gîte d'étape

En chambre de 2

- Sans transfert de bagages : 550 € par personne
- Avec transfert de bagages : 750 € par personne

Ce budget est indiqué par personne, selon disponibilité. Nous vous ferons parvenir un devis personnalisé avec le prix exact. En effet, ce dernier peut varier en fonction de plusieurs éléments (disponibilité, niveaux de prestations, période, nombre de participants, délai de réservation et bien d'autres encore).

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en demi pension
- Le transport de vos bagages en option selon la formule choisie
- La fourniture du dossier de randonnée (carnet de route, cartes…) en version numérique imprimable
- Le transfert jusqu'à la gare de Die à la fin de votre trek

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Les frais d'acheminement jusqu'au point de rendez-vous et dispersion
- Les vivres de course (snacks, fruits secs, barres céréales…)

À payer sur place :

- Les repas de midi (sauf pension complète).
- Le vin pendant les repas.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- La visite du Musée National de la Résistance.

ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :** 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

OPTIONS

- Les pique-nique du midi : 110 € / personne
- Chambre individuelle: 160 € par personne
- Nuit supplémentaire en demi-pension en chambre double le dernier jour à Die : 90 € par personne
- Nuit supplémentaire en demi-pension en chambre individuelle le dernier jour à Die : 120 € par personne
- Transfert retour vers Villard-de-Lans : 160 € par véhicule.

Détail du voyage

NIVEAU

Randonnée de 4 à 7 heures de marche.

Dénivelé de 600 à 1100 m par jour

Randonnée avec un sac à dos à la journée (lorsque vous souscrivez à l'option transfert des bagages)

Les itinéraires sont donnés à titre indicatifs et peuvent être adaptés à votre niveau.
Ils sont réservés à des marcheurs réguliers et empruntent uniquement les sentiers balisés (GR rouge et blanc) ou les « sentiers de Pays » balisés en jaune ou en rouge. Ceux-ci sont facilement repérables tout au long du chemin à l'aide des marques peintes régulières et de panneaux indicateurs aux intersections.

Les horaires ont été calculés pour un rythme de 300 mètres de dénivelée à l'heure en montée, 500 mètres à l'heure en descente et 4 km à l'heure sur le plat, afin de pouvoir comparer les différentes randonnées avec la même base. Ils ne concernent que la marche effective, tous les temps de repas, de pause ou de contemplation sont à ajouter.
Vous devez être capable de suivre un itinéraire en vous servant d'une carte, d'un topoguide rédigé par nos soins et des indices sur le terrain. Vous n'empruntez que des itinéraires balisés.

ENCADREMENT

Séjour sans accompagnateur avec **carnet de route numérique** (mis à disposition environ 1 moins avant le départ).

Votre roadbook est composé :
- d'un descriptifjour/jour
- de vouchers pour les hébergements
- de copies de carte pour les journées de randonnée.

L'application mobile : Application à télécharger sur votre smartphone quelques jours avant votre départ. Cette application vous donne accès aux cartes détaillées du parcours (Fond de carte Openmap), la trace de l'itinéraire, les points d'intérêts à découvrir tout au long de votre randonnée. Simple d'utilisation, elle vous géolocalise et vous guide en temps réel sur le terrain. Une fois le parcours téléchargé, cette application fonctionne sous le mode avion de votre téléphone. Vous pouvez l'utiliser dès le départ du circuit, ou en court de route pour vérifier votre positionnement. Par sécurité, selon l'autonomie de votre téléphone et parce que la recharge des téléphones en refuge est impossible, nous vous conseillons de prendre une petite batterie externe pouvant vous dépanner.

NOTA : REMISE DES DOCUMENTS

Avant votre départ : Au plus tard, 15 jours avant votre départ vous recevrez votre convocation vous indiquant le lieu de rendez-vous et le détail des hébergements qui vous accueilleront tout au long de la semaine. Nous vous mettons également à disposition vos codes d'accès pour l'application, et sur demande nous vous faisons parvenir les traces GPX du parcours.

A la fin de votre séjour, les éléments de votre dossier vous sont laissés à disposition.

ALIMENTATION

Les dîners sont l'occasion de goûter aux spécialités locales. Ils sont en général servis à partir de 19 h 30 et sont composés la plupart du temps du menu du jour (pas de choix de menu).
Les petits déjeuners sont traditionnels (parfois sous forme de buffet) et sont servis à partir de 8 h – 8 h 30. Si vous désirez prendre votre petit déjeuner plus tôt, voir avec votre hébergeur la veille si cela est possible.

Pique nique :
La formule de base de ce séjour est en demi-pension.
Nous pouvons vous réserver les pique-nique (voir rubrique Options/Prix).

Ne pas oublier de prendre le pique-nique à l'hébergement si vous avez choisi la formule en pension complète. Dans ce cas, emportez vos couverts et une boite plastique hermétique.

Si vous avez choisi la formule en demi-pension, vous vous chargez vous-même de vos pique niques.
Il est toujours possible d'acheter un pique-nique (à votre charge) dans les hébergements.
Il suffit de le réserver de préférence l'avant-veille. Vous pouvez également vous ravitailler à Villard, Corrençon, La Chapelle, Vassieux..

Toutes les boissons sont à votre charge.

HÉBERGEMENT

Formule gîte d'étape. La formule de base de cette randonnée en liberté est en chambre double (occupée par 2 personnes) en demi- pension (repas dusoir + nuit + petit déjeuner). Les lits sont équipés de couettes ou de couvertures.
Les chambres ne sont pas disponibles avant 16 heures.
Les coordonnées des hébergements vous seront fournies avec votre dossier de randonnée.
Les chiens ne sont pas admis.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

RDV le J01 à Villard de Lans en fin d'après-midi.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

EN TRANSPORT EN COMMUN

Depuis la gare de Grenoble, bus lignes 64 et 65 vers Villard de Lans (temps de trajet: 1h).

Depuis Die, vous avez des bus pour la gare de Valence TGV (possibilité ensuite de retourner à Grenoble si vous y avez laissé votre voiture).

EN VOITURE

Grenoble ou Die

Itinéraire : www.viamichelin.fr

Nous vous conseillons de laisser votre véhicule à Die et de rejoindre Villard de Lans par le train puis le bus. Vous récupérez ainsi votre voiture à l'arrivée de la randonnée. Plusieurs trains dans la journée.

Horaires auprès de la SNCF au 36 35 ou www.oui.sncf ou www.ter-sncf.com/rhone_alpes.

Evitez que votre trajet soit en week-end ou jour férié car les relations SNCF sont beaucoup plus difficiles ces jours-là.

DISPERSION

Dispersion le J06 vers 18h à la gare de Die.

SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

Nous consulter.

PARKING PENDANT LE CIRCUIT

A GRENOBLE

* Parking Berriat (04 76 87 77 25), surveillé, 17,50 € par jour, forfait 10 jours : 83 € environ, carte à récupérer du lundi au vendredi.

* A Die : Vous pouvez garer votre véhicule sans souci près de votre hébergement.

DÉPLACEMENT

Un transfert est organisé par nos soins le Jour 6 en fin d'après midi.
Tous les autres trajets sont effectués à pied.

Nous vous demandons d'avoir un bagage par personne pas trop volumineux (60 cm maximum), dont le poids ne dépasse pas 10 kg.
Nous nous déchargeons absolument de toute responsabilité en cas de détérioration de tout objet fragile (ordinateur portable, par exemple).
Par respect pour les personnes qui transportent vos bagages, pensez que les abords des hébergements peuvent être malaisés (escaliers, etc…), que la place dans les véhicules est limitée et qu'il faut quelquefois parcourir quelques centaines de mètres entre le véhicule et l'hébergement.

Si vous faites partie d'un groupe, nous vous demandons d'indiquer sur vos étiquettes bagages le Nom de la personne responsable de ce groupe (personne qui a réservé la randonnée).

POURBOIRES

Le pourboire n'est en rien une obligation et doit être laissé à l'appréciation de chacun. Son montant dépend de l'appréciation du service rendu et doit tenir compte de l'économie locale. Les pourboires trop importants, compte tenu du niveau de vie général du pays visité, déstabilisent les équilibres économiques locaux. Bien que très peu répandue en France, sa pratique l'est dans le monde entier.

Equipement

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

La liste idéale : (à adapter suivant la randonnée et la saison)

- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 foulard.
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- 1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus.
- 1 pantalon de trekking ample.
- 1 short ou bermuda.
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche) Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée. Attention au coton pour les ampoules.
- 1 paire de chaussures de randonnée montantes tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- Des sous-vêtements.
- 1 maillot de bain (facultatif).
- 1 pantalon confortable pour le soir.
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.
- En début et en fin de saison (mai – juin et septembre - octobre), il peut être utile d'avoir en plus guêtres, gants et bonnet.

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale.
- Un grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité.
- une gourde (1,5 litre minimum).
- 1 couteau de poche type Opinel.
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- Nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- Papier toilette + 1 briquet.
- Crème solaire + écran labial.
- Boite plastique hermétique (contenance 0,5 l minimum) + gobelet + couverts.
- 1 frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie.
- Une paire de bâtons est conseillée.
- Un drap-sac pour la formule gîte, les duvets sont inutiles.
- Appareil-photo, jumelles (facultatif).

BAGAGES

Vous prévoirez 2 sacs:

- Un sac de voyage contenant vos affaires personnelles de la semaine.
- Un petit sac à dos (35 à 40L idéalement) qui contiendra les affaires de la journée: gourde, appareil photo, cape de pluie, vêtements chauds et pique-niques de midi.

PHARMACIE

Prévoyez avec votre médecin votre pharmacie personnelle :

- Médicaments personnels
- Anti-douleur (paracétamol de préférence)
- Double-peau
- Elastoplast
- Pansements
- Désinfectant local
- Anti-inflammatoire
- Antispasmodique
- Anti-diarrhéique
- Anti-vomitif
- Antiseptique intestinal
- Collyre
- Somnifère léger
- Boules Quies
- Antibiotique à spectre large
- Vitamines C

Liste non exhaustive.

Formalités & santé

PASSEPORT

Non

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Oui

VACCINS

Non

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

.