

Rando et nuit en cabane dans les Ecrins

Activité: **Rando**

Lieu : **Parc national des Ecrins**

Durée : **2 jours**

Groupe : **4-5**

Prix : **210€**

1. S'initier à la rando itinérante auprès de Tanguy
2. Apprendre comment dormir dans une cabane non gardée
3. Les panoramas sur la chaîne de sommets enneigés et la forêt canadienne

Il y a comme un air de Canada dans ce petit coin des Ecrins... En partant randonner avec Tanguy au fin fond de la vallée, on découvre une forêt de mélèzes aux flamboyantes couleurs en automne et aux multiples cascades le long de la rivière rugissante. Immergés au coeur d'une nature vraiment préservée, une cabane non gardée apparaît au milieu des alpages enneigés. Une fesse près du poêle à bois et un peu de génépi dans le gosier : celui qui a chaud fait bien dodo !

PROGRAMME

JOUR 1

L'aventure commence la veille pour ceux qui prennent le train de nuit ! Rendez-vous avec Tanguy devant la gare à 8h30, à la sortie (ou pas!) du train de nuit. Après un rapide brief sur les sacs à dos et un transfert jusqu'au lieu de départ de la rando, celle-ci démarre au bout d'un vallon perdu dans le Parc National des Ecrins. Itinéraire montant qui passe à travers la forêt, le long de rivière et cascades. Pause-déjeuner dans la forêt. Rando l'après-midi sur les alpages vallonnées. Arrivée à la cabane non gardée, installation et dîner autour du poêle à bois.

JOUR 2

Réveil et départ pour la seconde partie de la rando. Passage par une crête pour de beaux panoramas sur les sommets et une observation de la faune. Redescente par un nouvel itinéraire pour une boucle complète. Pause-déjeuner et retour au point de départ. Rapide transfert en navette jusqu'à Argentières pour récupérer votre voiture ou attraper le prochain train (de nuit pour les parisiens, de jour pour les lyonnais).

LOCALISATION

Hautes-Alpes > Sud-PACA

Rendez-vous à 8h30 devant la gare d'Argentières-les-Ecrins. Si vous venez depuis Paris, on vous conseille l'aventure du train de nuit ! Le billet à prendre est le suivant : Paris > Argentières-les-Ecrins (départ le soir de Paris Austerlitz, arrivée à Argentières-les-Ecrins au matin). Après un bon gros dodo et la petite navette (comprise dans le billet), Tanguy vous récupère à Argentières. Pour le retour, train de nuit de 17h24 d'Argentières à Paris.

INFOS PRATIQUES

CE QUE LE PRIX COMPREND :

- La prestation du guide
- L'hébergement en cabane avec poêle à bois (dortoir mixte)
- La pension complète (fondue, petit-déjeuner et pique-nique du deuxième jour)
- Le prêt de filtre à eau (pour un sac plus léger)
- L'observation des empreintes de la faune locale

CE QU'IL FAUT APPORTER :

- La liste détaillée du petit matériel à avoir sera fournie après inscription (gourde, sac à dos...)

CE QUE LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Le transport jusqu'au lieu de rendez-vous
- L'assurance facultative couvrant l'annulation
- Le pique-nique du premier jour

NIVEAU

800m D+ pour le premier jour (10km) et 100 à 300m D+ le second (13km) : ça chauffe mais ça va !

PETIT ÉQUIPEMENT

1 sac de couchage confort 5°. Tanguy peut vous prêter 1 sac de couchage au confort adapté, merci de le signaler avant le départ si besoin et de prendre dans ce cas un drap sac pour des questions d'hygiène.

1 sac à dos de randonnée d'une contenance de 40 à 50L et son sur-sac imperméable

1 paire de chaussures de marche

Si vous avez, 1 paire de bâtons de marche. Tanguy peut en prêter, au besoin, pensez à nous le signaler avant le départ.

En première couche : 1 t-shirt en matière synthétique, soie, lin, bambou ou laine mérinos. Eviter absolument le coton qui garde l'humidité lors de l'activité physique

En seconde couche : 1 épaisseur chaude et respirante type polaire

En troisième couche: 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type Gore-Tex

Pour les pauses et les veillées sous les étoiles : 1 doudoune

1 pantalon de randonnée ou legging respirant + 1 short sport (facultatif)

Dans le sac :

1 gourde ou poche à eau de 1,5L

Si vous avez : 1 filtre à eau type Sawyer Care plus, pour ne porter que l'eau nécessaire jusqu'à la prochaine rivière. Tanguy peut en prêter, pensez à signaler votre besoin avant le départ.

De la crème solaire et stick lèvres

1 paire de lunettes de soleil de qualité

1 lampe frontale

Votre câble de téléphone avec batterie externe (facultatif)

Votre pharmacie personnelle réduite au minimum (pansements Compeed, paracétamol...). En cas de traitement médical, merci de mettre l'ordonnance du médecin dans votre trousse à pharmacie avec le traitement.

Votre trousse de toilette réduite : 1 bout de savon bio (Alep, Marseille...), 1 brosse à dents, 1 dentifrice

Mini serviette, sous-vêtements, chaussettes et 1 t-shirt de rechange

1 pique-nique et snacks

Facultatif : une petite spécialité de votre région ou une gourmandise à partager tous ensemble en bivouac ! Rien de lourd !

Si vous avez besoin de vous équiper ou de louer du matériel (chaussures de randonnée, duvet, sac à dos etc), n'hésitez pas à le faire auprès de notre partenaire,

