



# Week-end rando dans la vallée de la Clarée

Activité: **Rando**

Lieu : **Massif des Cerces**

Durée : **2 jours**

Groupe : **4-10**

Prix : **250€**

1. Randonner dans la plus belle vallée des Alpes
2. Bivouaquer sous les étoiles au bord d'un lac alpin
3. Vivre l'expérience du train de nuit en mode Alpes Express

Dès le train de nuit, l'aventure commence ! Deux jours de panoramas incroyables pour se fatiguer les mollets : Tanguy emmène la troupe dans le coin le plus sauvage de sa vallée. On ouvre grand les mirettes, car le spectacle commence. D'un côté la beauté brute de la haute montagne, peuplée de chamois et d'aigles, de l'autre la douceur des lacs et des cascades. On se sent un peu au Pérou, mais le fromage lui est bien français. Arrivés au campement, le programme de la petite troupe est simple : un plongeon, un bon saucisson autour du feu de camp, un génépi. La vraie vie !

## **PROGRAMME**

### **JOUR 1**

Pour ceux arrivant en train de nuit depuis Paris, après un bon gros dodo dans votre couchette d'aventurier et une petite navette jusque Briançon, vous voici le samedi matin avec Tanguy ! Pour ceux arrivant en voiture, rdv directement à 9h à Névache. Au programme de la journée : 10km et 850m D+ soit 6h de marche. Montée d'abord tranquille le long de la rivière avant de prendre de la hauteur pour rejoindre un sentier particulier qui parcourt les hauteurs de la vallée. Pause pique-nique avec une vue incroyable sur plusieurs sommets de plus de 3000 m. Suite de la rando pour rejoindre plusieurs petits lacs. Cette vallée est la terre des bouquetins : Tanguy va vous montrer les bases d'une observation réussie de la faune et de ses empreintes le long du chemin. Si vous avez de la chance, chamois, bouquetins et aigles sont facilement visibles de plus ou moins loin. Arrivée au lac pour installer le campement pour la nuit. Popote et veillée sous les étoiles autour du feu de camp.

### **JOUR 2**

Lever aux aurores pour commencer la journée avec une fracture des mirettes : départ à la frontale pour parcourir à l'aube les crêtes surplombant le campement. Pause sur la hauteur choisie par Tanguy et lever de soleil. Retour au lac pour le petit-déjeuner avant de lever le camp. Descente par un chemin différent et atypique, le long de la Clarée. Pause pique-nique au bord d'une magnifique cascade. Observation des empreintes de la faune locale : en deux jours, vous saurez les différencier en un clin d'oeil ! Sur la journée, vous aurez parcouru 13 km pour 400m D+ et 5h de marche. Arrivée à Névache vers 16h. Tanguy vous ramène à Briançon si besoin. Pour ceux repartant en train vers Paris, on vous conseille vivement le train de nuit de nouveau : plus simple, moins cher et parfait pour clôturer ce week-end en dégustant dans le train les produits locaux achetés dans le village.

## **LOCALISATION**

Hautes-Alpes > Sud-PACA

Rdv à Névache à 9h si vous venez en voiture. Si vous venez depuis Paris, on vous conseille l'aventure du train de nuit ! Le billet à prendre est le suivant : Paris > Briançon (départ 20h52 de Paris Austerlitz, arrivée 8h25 à Briançon). Après un bon gros dodo et la petite navette (comprise dans le billet), Tanguy vous récupère à Briançon. Pour le retour, train depuis Briançon ou Modane pour Lyon, Paris, etc.. Le plus simple et le moins cher est de reprendre le train de nuit (arrivée 6h25 lundi matin).

## **INFOS PRATIQUES**

### **CE QUE LE PRIX COMPREND :**

- La prestation du guide
- La nuit en bivouac
- Le matériel de bivouac de compétition (tente MSR Hubba Hubba® et matelas Therm-A-Rest Xtherm®)
- Le prêt de filtre à eau (pour un sac plus léger)
- Les repas avec produits locaux (dîner et petit-déjeuner)
- Le matériel commun de bivouac (popotes, réchauds, gaz, couverts)
- L'observation des empreintes de la faune locale

### **CE QU'IL FAUT APPORTER :**

- Indispensable : 1 sac de couchage, 1 sac à dos entre 30 et 50L, 1 paire de chaussures de rando montante, 1 pantalon de rando, votre carte d'identité
- Pour le reste, la liste détaillée du petit matériel à avoir sera fournie après inscription (gourde, doudoune, lampe frontale etc...)

### **CE QUE LE PRIX NE COMPREND PAS :**

- Le transport jusqu'au lieu de rendez-vous
- Les 2 pique-niques
- L'assurance facultative couvrant l'annulation

## **NIVEAU**

2 jours de grosse rando accessible pour des personnes sportives, en bonne forme physique. Le bivouac est simple mais confort, dû au matériel de grande qualité fourni par Tanguy.

## **PETIT ÉQUIPEMENT**

### **Sur soi :**

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

1 répulsif contre les moustiques

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

Si vous avez, 1 sac de couchage confort 10 degrés. 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.

2 pique-niques et snacks

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

### **Pour rappel, Tanguy vous fournit :**

La tente MSR hubba hubba, équipement haut de gamme et léger

Le matelas Thermarest Xtherm, équipement haut de gamme et léger

Le matériel commun de bivouac (popotes, réchaud, gaz, couverts). Si vous souhaitez prendre votre popote et vos couverts, merci de nous prévenir.

La nourriture pour préparer ensemble le dîner et le petit-déjeuner

Des filtres à eau pour le groupe

⚠ Prévoir votre sac le plus léger possible et ne prenez que le nécessaire. Vous devez garder de la place pour votre matelas, la tente MSR (2 places, portée à tour de rôle le 1er et 2ème jour) et la nourriture.

☐ Vous pourrez laisser des affaires dans le van de Tanguy : t-shirt de la veille, chargeur de téléphone, baskets... Tout ce que vous voulez avoir avec vous pendant le trajet mais pas pendant les 2 jours de rando !

**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, [Les Petits Montagnards](#) ☐**