



Contact : Jean Marc Giraud -  
TEL 06 73 19 22 09 E-mail : ethiqaventure@aliceadsl.fr

# CROQ' OISANS EST

Une semaine de randonnée thématique pour découvrir  
les richesses de l'Oisans

Un itinéraire de 6 jours a été imaginé au départ de Bourg d'Oisans pour vous permettre de marcher en Oisans selon votre niveau et en découvrant les richesses environnementales et culturelles de L'Oisans. Une thématique sera abordée, chaque jour, en compagnie d'un accompagnateurs en montagne pendant la journée et en fin d'après-midi, dans le gîte d'étape ou refuge. Quelques rencontres culturelles autour du thème de la journée seront prévues au fil de la balade pour mieux vous faire comprendre l'Oisans.

- Du lundi 08 au samedi 13 août 2011
- 6 jours
- Groupe : de 8 à 12 personnes
- 525 €
- Encadrement : Jean Marc Giraud– accompagnateur en montagne diplômé d'état

## INFOS PRATIQUES

### Durée

6 jours / 5 nuits

### Participants

8 à 12

### Niveau

Bonne Condition physique

### Type de voyage

Randonnée

### Hébergement

Gîtes ou refuges

### Accompagnement

1 accompagnateur en montagne diplômé d'état

### Restauration

Pension complète excepté le pique nique du lundi midi.



Contact : Jean Marc Giraud -  
TEL 06 73 19 22 09 E-mail : [ethiqaventure@aliceadsl.fr](mailto:ethiqaventure@aliceadsl.fr)

## DEROULEMENT DU SEJOUR

### **LUNDI 8 AOUT : LES COLPORTEURS**

Le rendez-vous est fixé à 8h30 la Maison du Parc National des Ecrins de BOURG D'OISANS Bourg d'Oisans (722m) - Liaison navette jusqu'à La Garde (1000m) – Col de Maronne par le GR 54 (1697m) - Auris en Oisans Les Cours (1413m)

Dénivelé positif = 700 mètres Dénivelé négatif = 250 mètres (4H00 de marche)

Visite guidée du musée rural des Cours

Hébergement à L'Aurienchon à Auris en Oisans

### **MARDI 9 AOUT : LA REVOLUTION TOURISME**

Auris en Oisans Les Cours 1413m – Le Fréney d'Oisans (924m) – Mizoën (1186m) - Refuge des Clots (1540m)

Dénivelé positif = 550 mètres Dénivelé négatif = 500 mètres (5H00 de marche)

Visite de l'éco-musée des Clots

Hébergement au petit refuge des clots

### **MERCREDI 10 AOUT : LES GLACIERS**

Refuge des Clots (1540m)- Plateau d'Emparis (2200m) – Lac Noir et Lac Lérié (2400m) – Refuge des Mouterres (2258m)

Dénivelé positif = 850 mètres Dénivelé négatif = 200 mètres (5H00 de marche)

Discussion sur le thème des glaciers

Hébergement au refuge des Mouterres

### **JEUDI 11 AOUT : LE PASTORALISME**

Refuge des Mouterres (2258m) - Besse (1564m) – Clavans le Bas (1368m)

Dénivelé positif = 100 mètres Dénivelé négatif = 1000 mètres (5H00 de marche)

Visite guidée de la maison des alpages de Besse en Oisans

Hébergement au gîte du Savel à Clavans

### **VENDREDI 12 AOUT : L'HISTOIRE DES ALPES**

Clavans le Bas (1368m) – Le Clos Chevaleret (2100m) - Col de Sarenne (1999m)– Bergerie de Sarenne

Dénivelé positif = 700 mètres Dénivelé négatif = 100 mètres (5H00 de marche)

Diaporama Discussion sur le thème de l'histoire des Alpes

Hébergement au refuge de Sarenne

### **SAMEDI 13 AOUT : LE GEOGRAPHE CASSINI**

Refuge de Sarenne – La Croix de Cassini (2373m) – Huez (1450m) – Navette pour Bourg d'Oisans pour découvrir le marché hebdomadaire de Bourg d'Oisans . separation vers 16 heures

Dénivelé positif = 400 mètres Dénivelé négatif = 950 mètres (4H00 de marche)

*Nous essayerons toujours de respecter le plus possible le programme prévu, mais il se peut que nous soyons obligés de le modifier; par souci de confort ou de sécurité compte tenu des conditions rencontrées.*

Contact : Jean Marc Giraud -  
TEL 06 73 19 22 09 E-mail : [ethiqaventure@aliceadsl.fr](mailto:ethiqaventure@aliceadsl.fr)

### **NIVEAU DE DIFFICULTÉ**

Une petite expérience de la randonnée est nécessaire pour participer à ce circuit. Le recours à une navette pourra être fait par l'accompagnateur, s'il le juge nécessaire, afin de faciliter l'étape. Votre accompagnateur est là pour vous faire découvrir en douceur les plaisirs de la randonnée pédestre!

Sac à dos contenant les effets personnels nécessaires à la randonnée avec votre pique-nique, donné par le gîte d'étape. Un taxi local se chargera de transporter vos affaires personnelles du soir de gîte en gîte (un sac de sport de 7kg maximum) sauf la nuit qui se déroulera en refuge ou vous devrez porter les affaires que vous souhaitez retrouver pour le soir

### **Le prix comprend :**

- La pension complète du dîner du lundi soir au pique-nique du samedi midi (hébergement en gîte d'étape dans des chambres de 4 à 8 personnes et une nuit en refuge en dortoir)  
Attention à bien prévoir votre pique-nique du lundi midi !
- L'encadrement par accompagnateur en montagne diplômé d'état
- Les transferts
- Le portage des bagages par un transporteur local (7 kg maxi par personne) sauf l'étape de 2<sup>e</sup> nuit
- L'animation thématique
- La taxe de séjour

### **Le prix ne comprend pas :**

- Le repas de midi du 1er jour
- Les boissons
- Les assurances assistance rapatriement et/ou annulation
- Le transport jusqu'au lieu de rendez-vous

### **RENDEZ-VOUS :**

Le lundi 08 août **8h30 à la Maison du Parc National des Ecrins de BOURG D'OISANS** (bus directs depuis Grenoble)

### **Accès :**

#### **Par le Train**

Gare SNCF Grenoble (TGV)

Service information vente : 3635

Transferts en bus directs au départ de la gare de Grenoble vers Bourg d'Oisans, lieu du RDV

#### **En Autocars**

Compagnie **Translère** (Grenoble) [www.vfd.fr](http://www.vfd.fr)

Service de renseignements des autocars : N°Indigo +33(0)820 833833

Agence gare routière Bourg d'Oisans, VFD avenue de la gare (tel :+33(0)4 76 80 00 90)

#### **En Avion**

Aéroport Grenoble St Geoirs (+33(0)4 76 65 48 48)

Aéroport Lyon St Exupéry (+33(0)826 800 826)

Liaison par bus à partir des aéroports : [ALTIBUS.COM](http://ALTIBUS.COM) (+33(0)4 79 68 32 60)



Contact : Jean Marc Giraud -

TEL 06 73 19 22 09 E-mail : [ethiqaventure@aliceadsl.fr](mailto:ethiqaventure@aliceadsl.fr)

Liaison quotidienne en car au départ de l'aéroport de Lyon-Saint Exupéry vers Bourg d'Oisans.  
Renseignements et réservations : [www.satobus-alps.com](http://www.satobus-alps.com) ou Tél. : +33(0)820 320 368

### **En Taxi**

Allo Taxi Saccucci (04 76 80 29 00)

Taxi des 6 Vallées (06 84 82 19 51 ou 0476 80 29 37)

### **En Voiture**

Autoroute directe depuis Paris, Lyon, Marseille, Genève jusqu'à Grenoble ([www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr))  
Sortie N°8 « Stations de l'Oisans » puis RN 91 direction Briançon

Bourg d'Oisans se trouve à 50 Km de Grenoble.

Location de voiture (sur réservation) à la gare SNCF de Grenoble et à la gare routière de Bourg d'Oisans (Tél. 04 76 80 00 91)

### **HEBERGEMENT :**

En pension complète, en formule gîte d'étape confortable ou refuge.

Chambre 4 à 8 lits et dortoir pour la nuit en refuge.

Salle de bain commune

### **PORTAGE**

Sac à dos contenant les effets personnels nécessaires à la randonnée avec votre pique-nique, donné par le gîte d'étape.

Un taxi local se chargera de transporter vos affaires personnelles du soir de gîte en gîte (un sac de sport de 7kg maximum) sauf la nuit qui se déroulera en refuge ou vous devrez porter les affaires que vous souhaitez retrouver pour le soir (dans chaque circuit, une nuit est effectuée en refuge).

### **ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ (liste non exhaustive)**

Sac à dos (30 à 35 litres)

Chaussures de randonnée en bon état (bonne étanchéité)

Short et chaussettes de randonnée

Pantalon de marche confortable, Surpantalon (KWay ou équivalent) pour le mauvais temps et guêtres

Tee-shirt (type microfibre conseillé)

Veste chaude (type polaire) ou pull

Veste imperméable (type Gore Tex ou équivalent)

Lunettes de soleil de bonne qualité et protection contre le soleil (stick à lèvres, crème solaire ...)

Chapeau ou casquette

Une gourde d'1 L et un couteau

Petite pharmacie personnelle (avec double peau et élastoplast...)

### **CARTOGRAPHIE**

Carte Oisans au bout des pieds (Carte 2 et 3)

Au 1/25000 : cartes TOP 25 IGN 3335ET.

**Assurances :** Quatre types d'assurances peuvent être utiles lorsque vous effectuez un séjour :

**Assurance responsabilité civile :**



**Contact : Jean Marc Giraud -**  
**TEL 06 73 19 22 09 E-mail : ethiqaventure@aliceadsl.fr**

Elle couvre les dommages que vous pouvez causer à un tiers. En général, tout le monde possède ce type d'assurance pour les circonstances courantes de la vie. Pour un voyage randonnée votre assurance peut ne pas vous couvrir. A vérifier.

**Assurance individuelle :**

Elle vous apporte une indemnité en cas d'arrêt de travail ou d'invalidité, et prévoit une assurance décès pour vos proches. Là encore, de nombreuses personnes ont souscrit un contrat de ce type pour la vie courante, mais il faut vérifier que le vôtre vous couvre dans le cadre de ce séjour.

**Assurance secours et rapatriement. Assistance :**

En cas de blessure ou de maladie, il peut être nécessaire d'être rapatrié à son domicile ou dans un hôpital proche. Une assurance comprenant une assistance est donc **obligatoire**. Si vous n'en possédez pas nous pouvons vous en fournir une (1% du montant du voyage)

**Assurance annulation :**

En cas de maladie dont vous seriez victime (ou l'un de vos proches) avant le départ, une assurance peut vous permettre d'être remboursé du prix du voyage.(2.5 % du montant du voyage)

En cas de désistement avant votre départ, les sommes versées vous seront remboursées sauf retenue suivant barème joint plus les frais réels engagés au titre du transport aérien

Mes collaboratrices de SERAC sauront vous aider à choisir et faire le point avec vous de quel type d'assurance vous avez besoin. N'hésitez pas à les appeler sur ce sujet

**Votre inscription :**

Vous pouvez vous inscrire :

- 1) **par courrier** en nous envoyant votre bulletin de réservation
- 2) **par Internet** à l'aide du lien suivant :

CROQ'OISANS EST : <http://www.serac-montagne.com/fiche.php?xid=1513>

- 3) **Par téléphone** au 04 76 86 46 84. Noelle ou Stéphanie de SERAC feront ainsi le point sur les assurances avec vous et elles vous enverront votre contrat de réservation avec votre facture et il vous suffira alors, de leur renvoyer un exemplaire signé avec le règlement de votre acompte.