



## Tour des Ecrins<sup>(AM38L)</sup>

### *Alpes du Sud - France*

**7 jours (dont 7 jours : Randonnée )**

*Prix à partir de 1175.00 EUR p.p.*

Niveau



Type

Individuel

Age minimum

16 ans

Portage

Affaires pour la journée

Hébergement

Gîte Refuge

Groupe

de 2 à 12 personnes

Repas

Demi-pension

Encadrement

En liberté



### *Les points forts de ce voyage*

- Une randonnée en altitude accessible, avec des panoramas fantastiques sur le massif des Ecrins.
- La découverte du Champsaur et du Valgaudemar, profondes vallées alpines.
- Le choix de l'hébergement : en gîte ou en hôtel.
- La marche avec un sac léger.



**TREK AVVENTURE**

Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

## Votre voyage

**Un tour intégral en sept jours par les vallées de l'Oisans, du Briançonnais et du Valgaudemar, qui révèle des balcons aux panoramas grandioses, la solitude des cimes et des passages d'altitude entre les différents versants des Ecrins...**

Au coeur d'un des derniers paradis sauvages, fier massif alpin et parc national réputé, ce circuit dévoile des sommets mythiques tels la Meije (3983 m) ou les Ecrins (4102 m). Dès 1913, le parc de la Bérarde, administré par les Eaux et Forêts, est une des premières réserves naturelles destinées à protéger l'environnement. Ce n'est qu'en 1973, après avoir été le parc du Pelvoux, qu'est officiellement créé le parc des Ecrins, cinquième parc national français, dix ans après celui de la Vanoise. Sa géologie révèle un massif complexe et ramifié. De nombreuses vallées profondes et sauvages abritent des villages retirés du monde, souvent dominés par des glaciers et des pics élancés. Un tour intégral en sept jours par les vallées de l'Oisans, du Briançonnais et du Valgaudemar, qui révèle des balcons aux panoramas grandioses, la solitude des cimes et des passages d'altitude entre les différents versants des Ecrins...

### J 1/ L'Argentière-Les Ecrins (980 m) - Les Vigneaux (1120 m) - Vallouise (1150 m)

C'est par un chemin en balcon, parallèle à la vallée de la Gyronde, que nous remontons jusqu'au petit village des Vigneaux. Puis nous changeons de rive pour arriver à Vallouise, aux portes du parc national. Nuit en gîte.  
Temps de marche : 4 h 30, M : 750 m, D : 570 m.

### J 2/ Entre-les-Aigues (1615 m) - col de l'Aup-Martin (2761 m) - refuge du Pré de la Chaumette (1810 m)

Transfert aux ruines d'Entre-les-Aigues, d'où nous rejoignons le col de l'Aup-Martin à travers les vastes pâturages du vallon de la Selle. Peu après ce premier col, le pas de la Cavale (2735 m) vous ouvre les portes du Champsaur, où vous descendez passer la nuit au refuge gardé du Pré de la Chaumette, niché dans la haute vallée de Champoléon. Nuit en refuge.

Temps de marche : 6 h 30, M : 1100 m, D : 1000 m.

### J 3/ Le col de Vallonpierre (2607 m) - La Chapelle-en-Valgaudemar (1090 m)

Vous montez derrière le refuge pour contourner en balcon l'imposant Sirac et son glacier qui vous dominent. Une fois passés les trois cols, vous descendez pique-niquer sur le bord du lac de Vallonpierre. Puis descente dans la vallée et court transfert à La Chapelle-en-Valgaudemar. Nuit en gîte.

Temps de marche : 7 h, M : 1150 m, D : 1600 m.

### J 4/ Villar-Loubière (1050 m) - col de la Vaurze (2500 m) - Le Désert-en-Valjouffrey (1255 m)

Après un court transfert, vous partez de Villar-Loubière pour le col de la Vaurze. Le sentier, bien tracé, monte en lacets réguliers au milieu d'une végétation variée qui nous accompagne jusqu'au petit refuge des Souffles (1968 m), havre de paix surplombant la vallée, bienvenu pour une pause. Jusqu'au col, nous aurons le loisir d'admirer le majestueux mont Olan, avant de dévaler jusqu'au Désert-en-Valjouffrey, sorte de bout du monde. Nuit en gîte.  
Temps de marche : 8 h, M : 1550 m, D : 1250 m.

### J 5/ Hameau de Valsenestre (1295 m) - col de la Muzelle (2613 m) - Venosc (1000 m) - Besse-en-Oisans (1550 m)

Court transfert à Valsenestre. Le col de la Muzelle se mérite : une fois atteint, le panorama qu'offrent le lac de la Muzelle (2100 m) et l'imposant glacier qui s'y reflète vous fait très vite oublier l'effort de la matinée ! Descente vers Venosc, transfert et nuit en gîte au joli village de Besse-en-Oisans.

Temps de marche : 7 h, M : 1350 m, D : 1700 m.

### J 6/ Plateau d'Emparis - La Grave (1490 m) - pont d'Arsine (1670 m)

La traversée du plateau d'Emparis où pâturent les troupeaux face à la cime blanche et orgueilleuse de la reine Meije (face nord) est inoubliable. Depuis La Grave, vous rejoignez le pont d'Arsine à pied le long de la Romanche, où le gérant du gîte vient vous chercher en voiture. Nuit en gîte.

Temps de marche : 7 h 30, M : 700 m, D : 600 m.

### J 7/ Pont d'Arsine (1667 m) - col d'Arsine (2340 m) - Le Casset (1512 m)

#### TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

L'itinéraire suit un temps les bords boisés de la Romanche avant de s'élever vers les pelouses alpines du col d'Arsine. La montagne des Agneaux et ses glaciers que vous laissez à droite donnent ici naissance au petit Tabuc, étonnant torrent aux reflets turquoise qui serpente dans les prés. Après l'avoir descendu, vous arrivez au Casset, terme de la randonnée. Transfert à L'Argentière.

Temps de marche : 5 h 30, M : 800 m, D : 850 m.

## Accès

### En train

- Gare SNCF de L'Argentière-Les Ecrins sur la ligne Paris-Briançon (train de nuit direct de Paris au départ de la gare d'Austerlitz). La journée : de Marseille, Grenoble ou Valence en correspondance avec le TGV.  
Horaires et prix au numéro court de la SNCF 3635 (0,34 €/mn) ou sur [www.voyages-sncf.com](http://www.voyages-sncf.com)

### En voiture

- Grenoble-col du Lautaret-Briançon par la RN91, ou Grenoble-La Mure-col Bayard-Gap par la RN85 puis la RN94 en direction de Briançon. Depuis Briançon, continuation jusqu'à L'Argentière-la-Bessée.
- **Accueil le J 1 à 9 h à l'hôtel à L'Argentière-Les Ecrins (05).**
- **Séparation le J 7 à L'Argentière-Les Ecrins (05).**

## L'hébergement

Gîte , une nuit en refuge gardé. Vous devez porter le nécessaire pour passer la nuit là haut : drap sac, nécessaire de toilette. Vous retrouvez le reste vos affaires le lendemain dans la vallée.

**NB :** vous arrivez la veille.

Hôtel La Glaizette à L'Argentière-Les Ecrins (05) (55 € la chambre).

## Les déplacements

- Navettes au début du séjour.
- Taxi les J 3, J 4 et J 5 pour rejoindre les hébergements et les départs de randonnée.

## Les repas

- Les petits déjeuners et les repas du soir sont pris dans les hébergements.
- Les repas de midi sont à votre charge. Sur demande, la veille, vos hôtes pourront vous préparer un pique-nique.

## Les sentiers

Itinéraire bien balisé, reconnu au préalable par nos guides. Indications précises dans le carnet de route qui vous sera remis avant le départ (cartes, plan descriptif, informations spécifiques...).

[Call](#)

[Send SMS](#)

[Call from mobile](#)

[Add to Skype](#)

You'll need Skype CreditFree via Skype

## TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

## Dates et prix

Promotion Départs complet Départ assuré

Destination	Thème	Départ	Retour	Durée	Tarif
-------------	-------	--------	--------	-------	-------

Alpes du Sud Tour des Ecrins 14/07/2026 16/09/2026 7 jours 1175.00 EUR



### TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)  
25, Bohey - L-9647 DONCOLS  
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

## Info pays



### Alpes du Sud

Vaste région montagneuse qui est au nord bordé par la Vallée de la Maurienne et qui s'étend jusqu'à la Méditerranée. Les territoires couverts sont : les Ecrins, l'Oisans, la Clarée, le Queyras, l'Ubaye, le Haut Piémont italien et le Mercantour.

### Formalités administratives

#### France

La France étant membre de l'Union Européenne, il suffit d'une carte nationale d'identité ou d'un passeport en cours de validité pour les ressortissants d'un pays de UEM.

### Conseil(s) santé

#### France

Les conditions sanitaires sont équivalentes à celles de l'Europe et ne présentent aucun danger particulier.

Nous vous conseillons d'être à jour des vaccinations classiques : diphtérie, tétanos, RRO, hépatite B, poliomylérite, fièvre typhoïde.

### TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)  
25, Bohey - L-9647 DONCOLS  
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

## Infos pratiques

### Votre budget

**NOTE IMPORTANTE :** Dans la rubrique 'Le Prix Comprend', le prix du vol ( si applicable ) est en général basé sur un départ de Paris. Un départ d'un autre aéroport ( Bruxelles, Luxembourg, Genève, ... ) peut être demandé mais est susceptible d'un éventuel supplément de prix. Lors de la réservation, ce supplément vous est communiqué.

Par ailleurs, les prix indiqués sur cette fiche technique sont donnés à titre indicatif. Des modifications peuvent intervenir (les augmentations des taxes aériennes, les surcharges carburant, l'évolution du coût des prestations terrestres, etc. peuvent être répercutées sur le prix du forfait).

De même, des suppléments liés aux variations des prix des billets d'avion et aux disponibilités dans la classe tarifaire prévue pour le voyage peuvent s'appliquer en fonction de la date d'inscription.

Dans tous les cas, vous en serez informé au plus tard lors de votre inscription. Après votre inscription, seules les modifications prévues par l'article R211-8 du code du tourisme peuvent s'appliquer.

### Le prix comprend

- L'hébergement en demi-pension sur la base de 2 personnes minimum.
- Le transfert des bagages (sauf le J 2 pour la nuit au Pré de la Chaumette).
- Les transferts en taxi les J 4, J 5 et J 6.
- Le transfert à la fin du séjour pour rejoindre la gare de L'Argentière-Les Ecrins depuis Le Casset.
- Le guide de voyage (ainsi qu'une carte et les bons de réservation pour un groupe de 2 à 4 personnes).

### Le prix ne comprend pas

- L'assurance annulation et/ou assistance.
- Les transferts jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation (L'Argentière-Les Ecrins).
- Le transfert de Vallouise à Entre-les-Aigues en navette régulière le J 2 (environ 5 eur à régler sur place).
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique 'le prix comprend'

### Autres dépenses sur place

- Les pique-niques à réserver auprès des hébergements la veille (7 à 8 eur le pique-nique).
- Les boissons pendant et hors des repas.
- Les éventuelles visites.
- Toutes dépenses d'ordre personnel.
- Le transfert en navette le J 2 (environ 5 eur à régler sur place)

### Vous préparer à partir

#### Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme au moins une fois par semaine en marchant (15 à 18 km) si possible sur un parcours avec dénivelée (350 m/h), ou en pratiquant une activité sportive développant l'endurance.

#### Votre pharmacie individuelle

Celle-ci sera validée avec un médecin en tenant compte du terrain d'aventure et de l'éloignement propres à ce voyage. Elle contiendra en principal :

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).

#### TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)  
25, Bohey - L-9647 DONCOLS  
Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarrhéique, un antiseptique intestinal, un antivomitif.
- Des pansements et double peau, des compresses, de la bande adhésive, du Steristrip, du tulle gras.
- Un antiseptique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Vos médicaments personnels.

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.
- Un stick pour les lèvres haute protection

## Equipement de base

L'ensemble de vos affaires est réparti entre deux sacs :

\* un sac à dos porté pendant la marche d'environ 30-40 litres pour vos affaires de la journée (pull, t-shirt de rechange, gourde, lunettes, crème solaire, petit matériel, appareil photo...), qui sera aussi le sac que vous garderez avec vous dans l'avion

\* un sac de voyage avec cadenas, souple et solide de 15 kg maximum, avec de préférence une fermeture éclaire latérale (accès plus facile qu'un sac marin). Pendant le voyage, il contiendra les affaires que vous n'utilisez pas dans la journée. Transporté à dos de mule ou de chameau ou sur le toit d'un 4x4, votre sac sera dans tous les cas sanglé, callé, soulevé et bâché un grand nombre de fois : évitez par conséquent les sacs rigides et les valises et préférez la solidité à l'esthétique.

> Vêtements de la tête aux pieds

- Une casquette, un chapeau, un bonnet ou un cheich ( désert )
- Des lunettes de soleil (indice 3 minimum, 4 pour la haute montagne)
- Une cape de pluie (suivant la saison )
- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide)
- Une veste imperméable et respirante type Goretex
- Des T-shirts
- Une paire de gants
- Des pantalons de trek détachables à mi-jambe
- Un collant thermique ( suivant la saison )
- Un maillot de bain.
- Des vêtements de rechange.
- Des chaussettes de marche.
- Une paire de sandales.
- Une paire de chaussure ( voir rubrique ci dessous )
- Une paire de lacets de rechange.

Nous vous recommandons la boutique Trek Aventure pour trouver le matériel idéal grâce à la marque MILO  
[www.trekaventure.com/trekking/page/le\\_catalogue\\_milo](http://www.trekaventure.com/trekking/page/le_catalogue_milo)

> Matériel indispensable

- Une trousse de toilette et une serviette de bain.
- Une gourde (ou gourde poche à eau, pipette)
- Des serviettes humidifiées type lingettes.
- Du papier toilette.
- Un couteau de poche (en soute !).
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- des bâtons de marche.
- Couverture de survie (modèle renforcé).
- Briquet.
- Appareil photo.
- Livres de voyage.
- Lentilles jetables ou lunettes correctrices de secours.
- Une lampe frontale et ses piles.

## TREK AVENTURE



Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25

- Un sac de linge sale pour séparer avec le linge propre.

> Pochette antivol et documents

- Passeport (ou carte d'identité).
- Visa selon le pays.
- Carnet de vaccinations et indications médicales.
- Devises, carte de crédit.
- Contrat d'assistance et d'assurance
- Papiers personnels.

### A ne pas oublier dans vos valises

- En complément : collyre, répulsif contre les moustiques, pince à épiler, somnifère léger et/ou boules Quies, vos médicaments personnels.
- Un stick pour les lèvres haute protection

### A ne pas oublier dans vos valises

- Des chaussures de randonnée imperméables à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram
- Un drap-sac en coton ou en soie (les couvertures sont fournies par l'hébergeur)

### Nos astuces

1. En raison des retards de certains bagages, nous vous conseillons fortement d'emporter votre sac de couchage avec vous et le nécessaire pour pouvoir voyager les premiers jours, en bagage accompagné dans l'avion.
2. Laissez tout objet coupant (couteau, ciseaux, coupe-ongles, etc..) et briquet dans votre bagage destiné à la soute de l'avion car les contrôles de sécurité les interdisent à bord de l'avion.
3. La réussite de tout voyage est un délicat mélange de bonne humeur, de sentiments d'entraide, de convivialité, d'esprit de découverte, de bonne volonté, d'une participation aux tâches communes ainsi que le respect des traditions locales. Et n'oubliez pas des imprévus sont toujours possibles, dans ces moments adoptez la zen attitude : patience et tolérance.
4. Prenez une photocopie de votre passeport, de votre contrat d'assurance assistance et de votre billet d'avion en cas de perte des originaux.



### TREK AVENTURE

Agence trekking (Licence 191913)

25, Bohey - L-9647 DONCOLS

Tél.: (BE) +32 61 24 04 10 (FR) +33 1 81 22 12 40 (LU) + 352 20 33 12 25