

UNE CARAVANE VERS LES VALLÉES PERDUES DES ALPES

*En itinérance à travers Queyras, Piémont & Briançonnais
avec Luc Richard et Constantin de Slizewicz*

Du 22 au 26 août 2021



Renseignements et inscriptions :

contact@vercors-escapade.com / www.vercors-escapade.com / +33 4 75 22 07 62

Séjour opéré en collaboration avec l'agence de voyage Vercors Escapade et sous sa licence.

- Marche en montagne en autonomie avec des ânes. Bivouacs en pleine nature
 - 5 jours de randonnée, 4 nuits sous tente
 - Hautes-Alpes (Queyras), Italie (Piémont) et Briançonnais (fonds de Cervières)
 - Avec Luc Richard, guide accompagnateur montagne (AMM) diplômé d'État et Constantin de Slizewicz, spécialiste de la Haute Asie et des caravanes en montagne
 - Difficulté : pour randonneurs expérimentés en bonne forme physique
 - Dénivelé positif moyen par jour : 750 m.
 - Hébergements : sous tentes (fournies).
- Toutes les nuits se feront en bivouac en pleine nature
- Avec portage par les animaux de bât du campement, des vivres et de 6 kg d'affaires personnelles pour chaque participant
 - 7 participants minimum, 12 maximum
 - Dans le respect des prescriptions légales en raison de l'épidémie de Covid-19
 - Séjour opéré en collaboration avec l'agence Vercors Escapade et sous sa licence
 - Tarif tout compris : 880 € par adulte ; 750 € par enfant de onze à quinze ans



Vos guides

Luc Richard

- Guide de trek (diplômé d'État AMM)
- Correspondant médical de l'Institut de recherche et de formation en médecine de montagne (Ifremmont)
- Spécialiste de la survie en milieu naturel



Son diplôme de Sciences-po en poche, Luc part vivre dix ans en Chine, découverte quelques années auparavant grâce à son ami Constantin de Slizewicz. Il apprend le mandarin à l'Université des Langues et Culture de Pékin. Il devient journaliste indépendant (L'Express, Géo...) et arpente les confins les plus reculés de l'empire du Milieu (Tibet, Xinjiang, Yunnan, Mandchourie...). Il a publié plusieurs essais et récits de voyage (dont Voyage à travers la Chine interdite, réédité en Pocket en 2016) et a fondé la revue littéraire Immédiatement, qu'il a dirigé jusqu'en 2001.

Aujourd'hui, Luc partage son temps entre les Alpes (massif du Queyras, dont il est originaire) et la Haute Provence, dans le très sauvage massif des Monges, où il réside avec sa femme et son fils de cinq ans. Passionné de voyages, d'écologie, d'ethnobotanique mais aussi d'Histoire et de littérature, Luc a réalisé plusieurs longues marches en autonomie dans les coins de nature les plus sauvages. Parmi celles-ci : Deux mois en Terre de feu inhabitée (Chili) et, en 2012, une traversée de l'Islande en autonomie complète, de la côte est à la côte ouest, par les Hautes Terres désertiques (vingt jours et 500 km de marche, dont 85 km sur glacier).

Il organise chaque année des treks en autonomie au nord du Tibet dans les contrées très reculées de l'ancien royaume de Dergué (province du Sichuan, Chine), mais aussi, dans région de Digne-les-Bains (Alpes de Haute Provence), des randonnées itinérantes autour du Land Art (Refuges d'art d'Andy Goldsworthy) et de son extraordinaire géologie.

Site internet : www.lucrichard.fr

Constantin de Slizewicz

- Photo-reporter, écrivain
- Spécialiste de la Chine et du Tibet
- Fondateur de la Mission Liotard, qui organise des caravanes aux confins du Tibet.



Né en 1977, Constantin de Slizewicz est très tôt attiré par l'Orient. À l'âge de vingt ans, à la suite d'un séjour de plusieurs mois à Pékin, il s'évade de ses études de commerce et décide de vivre en Chine. De Pékin à Kachgar et de Harbin à Lhasa, il sillonne les marges et les confins de l'empire du Milieu, multiplie voyages automobiles et expéditions sac au dos, parfois avec son ami Luc Richard qui racontera certaines de leurs péripéties dans son récit de voyage.

En l'an 2000, il s'installe à Kunming, dans le Yunnan, d'où il rayonne à travers le pays, réalisant de nombreux photoreportages pour la presse française (Paris-Match, Grands Reportages, Figaro Magazine...) Des années durant, de la Mandchourie au Tibet et du Yunnan à l'Altaï, le jeune explorateur va ainsi au contact des peuplades les plus reculées de la Chine. Il est devenu, sur le terrain, un des meilleurs connaisseurs des marches yunnanaises.

En 2005, il s'installe dans le Yunnan, en bordure du lac Lugu, où il passe deux ans pour gérer une maison d'hôtes et écrire Les Peuples oubliés du Tibet (Perrin, 2007 – Toison d'or du livre d'Aventure et d'Exploration 2007). En 2008, il publie Les Canonnières du Yang Tsé Kiang (Imprimerie Nationale) et en 2010, Ivre de Chine (Perrin). Depuis 2010 il habite à Shangri-la et dirige la Mission Liotard.

La Caravane Liotard est une forme de voyages associant l'art des expéditions des aventuriers du siècle dernier à celui des caravanes de chevaux qui traversaient la légendaire Route du Thé.

Site internet : www.caravane-liotard.com



En haut, un troupeau sur le col Chabaud. Ci à gauche, le soir tombe et le bivouac s'installe coté Piémontais. Autres photos : avec des animaux de bât (ici des ânes) une manière intemporelle de voyager.

L'itinéraire, jour par jour*

JOUR 1

Le Roux d'Abriès (1760 m) - Col des Thures (2800 m) - Bivouac à Tornior (2510 m)

Dénivelé : + 1040 m / – 290 m ; Distance : 8 km. ; 6 heures de marche environ.

• Après avoir bâti les ânes au Roux d'Abriès, nous partirons en direction du col des Thures (entre les sommets du grand Glaiza et du Bric froid) par un sentier qui longe le torrent au pied du bois de Mamezel, paradis des tétras-lyres, des lièvres variables et des cassenoix mouchetés. Puis la pente se redresse avant de rejoindre la partie supérieure de l'alpage en suivant le sentier qui grimpe raide, jusqu'au col, que nous atteindrons au terme de plusieurs heures de marche. Là, changement de décor et dépaysement garanti, nous quittons la France pour les alpages ouverts du Val Thuras, vallée profonde et reculée du Piémont. Nous installerons notre campement selon nos envies. Vous monterez vos tentes et ceux qui le souhaitent pourront apprendre avec les guides à débâter les ânes.

JOUR 2

Tornior (2510 m) - Rhuilles (1665 m) – Thures (1650 m)

Dénivelé : + faible / – 860 m ; Distance : 11 km ; 5 heures de marche environ.

• Peu après le départ, nous laisserons à main gauche les vestiges des imposantes casemates militaires, dissimulées à même les rochers. Par un long cheminement dans cette vallée profonde qui n'a jamais délaissé le lien tissé entre l'homme et sa terre, vous arrivez au hameau de Ruilles, dont le mémorial situé à proximité du pont atteste le funeste destin. Le typique hameau de Thures vous séduira par son architecture traditionnelle alliant le bois et la pierre.

Pour le lieu bivouac, nous ne manquerons pas de choix.

JOUR 3

Thures (1650 m) - Col Chabaud (2215m) - Le Bourget (1880m) - Fonds de Cervières (2040m)

Dénivelé : + 725 m / – 335 m ; Distance : 13,5 km ; 6 heures de marche environ.

• De Thures, nous reviendrons sur nos pas et à Rhuilles, nous prendrons à droite le sentier qui traverse le torrent qui nous emmènera au col Chabaud, en passant par le village éponyme. Nous rejoindrons des alpages d'altitude avant de basculer en France sur la remarquable vallée des fonds de Cervières, dominée par le pic de Rochebrune et ses tours calcaires. Du col, nous redescendrons dans l'alpage et rejoindrons le fond de la vallée de la Cerveyrette en longeant les prés de fauche bien entretenus, témoins d'une activité agricole qui perdure. Nous longerons ensuite le torrent et remonterons légèrement vers le col du lendemain pour trouver le lieu de bivouac.

JOUR 4

Fonds de Cervières (2040m) - Col Péas (2629m) – Meyriès (1700m) - Aiguilles (1470m)

Dénivelé : + 600 m / – 900 m ; Distance : 10 km ; 6 heures de marche environ.

• Nous prendrons le sentier de randonnée qui s'élève le long de la Cerveyrette en direction du Col de Péas, dans les alpages dominés par le pic de Rochebrune et ses vastes éboulis. Nous descendrons par un chemin qui mène au hameau de Meyriès. Puis, nous cheminerons tranquillement au pas de l'âne avant de rejoindre le village d'Aiguilles. Bivouac dans les prairies d'alpage au-dessus d'Aiguilles.

JOUR 5

Aiguilles (1470m) – Les Sagnières (1780 m) - Abriès (1550m) - Le Roux (1760m)

Dénivelé : + 600 m / – 300 m ; Distance : 12 km ; 6 heures de marche environ.

• Nous rejoindrons en rive gauche du Guil une piste forestière qui monte. Depuis piste supérieure, nous cheminerons dans le mélézin de la forêt de Marrassan. Puis nous descendrons vers Abriès. Après avoir traversé le village et pris la route en direction du Roux, nous récupérerons le sentier qui s'élève dans la forêt. Après avoir cheminé jusqu'à 1800 m d'altitude, nous descendrons par le sentier qui rejoint la piste en contrebas. Puis nous rejoindrons le Roux par l'itinéraire de départ.

** Nous pouvons être amenés à modifier l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problèmes logistiques, modification de l'état du terrain, éboulements, sentiers dégradés, etc.), soit directement du fait du guide (météo, niveau du groupe, etc.). Ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et pour un meilleur confort.*



Le charme inconditionnel des villages piémontais

Participation et niveau de difficulté

Un voyage avec des animaux de bât est une expérience exceptionnelle, hors du temps. Nous redécouvrons la manière de voyager qu'avaient nos ancêtres des milliers d'années durant. Cela implique votre participation, à nos côtés, aux tâches pratiques : bâter et débâter les animaux, aider à les guider pendant la marche, bref, s'en occuper avec soin car ils sont des membres à part entière de notre expédition.

Ce séjour est d'un niveau modéré si vous êtes en bonne forme physique et que vous avez un peu d'expérience dans la randonnée en montagne. Les nuits de bivouac se feront sous tente (fournies), en sac de couchage et matelas de sol. Équipé correctement, cela ne présente pas de difficulté particulière mais le confort est moindre que dans un refuge, d'autant que nous refusons de surcharger les animaux de bât. En effet, en plus de votre sac à la journée (pique-nique, gourde, vêtements de pluie...) vous devrez vous limiter à 6 kg. d'affaires personnelles portées par les animaux (ce poids sera vérifié le matin du premier jour). Vous devrez donc choisir soigneusement votre matériel, dans lequel il faudra inclure un sac de couchage (minimum 0° centigrade de température confort et poids maximum 1,5 kg.) Après la randonnée, vous aurez à monter vos tentes et préparer votre coin pour dormir. Les dîners, petits-déjeuners et pique-niques seront préparés par les guides – avec l'aide de ceux qui le souhaitent. En montagne, le temps peut rapidement changer du tout au tout. Une grande tente sera prévue par les guides pour prendre le dîner en cas de vent fort ou d'intempérie. Enfin, il n'y aura aucune commodité autre que celles offertes par la nature pour se laver ou faire ses besoins. Et cela devra se faire en respectant quelques règles simples pour limiter au maximum notre impact sur la nature.

Paradoxe apparent : l'acceptation de ces contraintes – moins de confort *moderne* – nous permettra une plus grande liberté. Nous pourrions choisir nos lieux de bivouac, cheminer comme bon nous semble sans être attendu à un refuge, séjourner en pleine nature comme nous avons rarement la chance de le faire, sentir sur notre peau le soleil, le vent et la pluie, regarder les étoiles à loisir, vivre par nous-même en comptant uniquement sur nos deux jambes pour nous déplacer, et sur notre habileté naturelle pour faire presque tout ce qui, dans nos vies quotidiennes modernes, a été remplacé par des prothèses technologiques.

Limiter son impact sur la nature en montagne

En haute montagne, la nature est beaucoup plus fragile qu'ailleurs. Nous vous recommandons ceci :

- Ne faites pas votre toilette à proximité immédiate des torrents de montagne. Utilisez du savon de Marseille ou d'Alep et pas des savons ou gel douche industriels. Prévoyez une bassine en tissu léger (voir liste de matériel). Pour les lacs d'altitude et les torrents de montagne, si vous avez l'intention de vous y baigner, prévoyez de la crème solaire sans nanomatériaux (disponible en magasin bio). De manière générale, si vous utilisez de la crème solaire, il est préférable de ne pas se baigner dans les lacs d'altitude : leurs écosystèmes sont très sensibles.
- Pour ses besoins, prévoir un briquet afin de brûler le papier toilette.



- De notre côté, nous nous engageons à n'utiliser que des produits bio et / ou locaux pour la préparation des repas et de tendre vers le zéro déchet plastique et métallique dès l'achat des vivres (vrac, bocaux en verre, contenants en papier et en tissus, contenants en plastique réutilisables...)
- Les animaux qui nous accompagneront seront respectés et ne seront pas surchargés : il ne sera pas possible d'y faire grimper un enfant fatigué, et le poids des affaires personnelles transportées sera limité à 6 kg. par personne, tente, sac de couchage et matelas de sol compris (poids vérifié avant le départ avec une bascule).

Inscriptions et tarif

- Tarif : 880 € tout compris par participant.
- 750 € par enfant de moins de quinze ans (âge minimum : 11 ans)
- 7 participants minimum, 12 maximum.

Inscriptions directement auprès de l'agence de voyage Vercors Escapade :

www.vercors-escapade.com / +33 4 75 22 07 62 / contact@vercors-escapade.com

- **Ce qui est compris dans le tarif** : l'accompagnement en montagne ; le transport de 6 kg. de bagages maximum sur les animaux de bât ; le prêt des tentes ; tous les repas, sauf petit-déjeuner au jour 1 et dîner au jour 5.

• **Ce qui n'est pas compris dans le tarif** : Les transports et nuitées avant le rendez-vous le jour 1 et après la fin du séjour au jour 6 (au Roux d'Abriès) ; les transports pendant le séjour pour convenance personnelle ; l'assurance ; les éventuelles nuitées avant et après le séjour (nous consulter pour des conseils d'hébergement) ; le matériel de randonnée et le sac de couchage et matelas de sol (voir liste de matériel à prévoir).

Questions pratiques et matériel à prévoir

Point de rendez-vous et fin de séjour

Le point de rendez-vous est fixé le matin du jour 1 au Roux d'Abriès (05460) à 9h. Si vous arrivez en train : Arrivée en gare de Montdauphin-Guillementre la veille du Jour 1 – ou le matin du jour 1 par train de nuit pour ceux venant de Paris. Navette entre la gare SNCF et Le Roux (1h15). Pour ceux repartant vers Paris, retour possible en train de nuit le soir du Jour 6. Arrivée le lendemain matin tôt en gare d'Austerlitz. Votre place sur la navette est à réserver auprès de 05 Voyageurs (04 92 502 505) ou sur www.05voyageurs.com.

• Train de jour : Ligne Paris-Valence ou Paris-Grenoble puis correspondances pour Briançon. Attention, évitez les propositions d'horaires vous faisant passer par Aix en Provence ou Marseille, c'est beaucoup plus long. En venant du sud (Nice-Toulon-Marseille) : ligne TER Marseille-Briançon. Puis réserver navette auprès de 05 voyageurs.

Fin du séjour le jour 6 à 17h au Roux d'Abriès.



Liste de matériel à prévoir

Vos affaires devront être choisies rigoureusement comme si vous partiez en autonomie pour une marche en montagne de plusieurs jours. La différence, c'est que vous ne porterez pendant la marche qu'un sac à la journée, les affaires de bivouac et quelques affaires personnelles étant portées par les animaux de bât. Autre différence de taille : nous prenons en charge les vivres, qui ne seront pas comptés dans vos affaires personnelles.

Prévoyez des vêtements qui séchent rapidement et évitez le coton. Préférez la laine mérinos, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements et vous refroidi lors des pauses. **Les 6 kg. maximum d'affaires de bivouac, qui seront chargées sur les animaux devront être impérativement rangées dans un sac étanche de 20 litres maximum**, afin d'être protégés de la pluie. Nous recommandons la marque Sea to Summit dont vous trouverez facilement les sacs étanches de 20 litre pour un prix de 18 € environ.

N'attendez pas le dernier moment pour acheter et préparer votre matériel !

1. Sur vous et dans votre sac à dos pendant la journée

- 1 sac à dos de 30 à 35 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale
- 1 chapeau de soleil ou casquette et paire de lunettes de soleil d'excellente qualité (indice 3 ou 4)
- 1 bonnet et / ou tour de cou
- 1 tee-shirts manches courtes adaptés à l'effort (en matière respirante, de préférence mérinos)
- 1 veste légère en fourrure polaire ou un pull-over en laine
- 1 veste coupe-vent imperméable avec capuche si possible (type gore-tex ou K-Way)
- 1 cape de pluie ou une housse de protection du sac à dos pour le mauvais temps (souvent intégrée dans les sacs)
- 1 pantalon de trekking ample
- 2 bâtons de marche télescopiques
- 1 paires de chaussettes de randonnée, hautes et adaptées à la marche
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type Vibram. Penser à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps (chaussures basses déconseillées).
- 1 gourde ou bouteille en plastique (prévoir minimum 1,5 l. /pers) ou poche à eau type « Camel back » avec pipette.
- 1 petite boîte plastique hermétique de 25 à 50 cl. (pour les pique-niques que nous fournirons), 1 gobelet et 1 cuillère.
- Des vivres de courses de votre préférence (nous vous en donnerons également en complément)
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte bancaire, carte vitale, contrat d'assistance (le reste de vos papiers et clé de voiture peuvent être confié à l'hôtel durant le séjour).
- Papier toilette (ou mieux : paquets de mouchoirs en papier) avec un briquet pour le brûler
- Crème solaire sans nanomatériaux indice 4
- Une couverture de survie.
- Une lampe frontale
- Un canif
- Un sifflet

2. Affaires de bivouac conditionnées dans un sac étanche de 20 litres maximum (d'un poids de 6 kg. maximum) et qui sera porté par les animaux de bât :

=> *Tous les après-midis, au moment du bivouac, vous récupérerez ce sac. Vous le préparerez tous les matins pour qu'il soit chargé et transporté par les animaux de bât pendant la randonnée.*

- Sac de couchage de moins de 1,5 kg, **température confort 0° centigrade**. Il est impératif de d'avoir un sac avec ce niveau de température confort. Sinon vous aurez froid la nuit et n'arriverez pas à dormir.
- Un matelas de sol pour dormir. Prenez un matelas auto-gonflant de bonne qualité et léger. Marques conseillées : Thermarest, Sea to summit... Il existe aussi d'excellents matelas en mousse (Thermarest) mais vous ne pourrez le charger sur les animaux, il vous faudra le porter accroché à votre sac pendant la journée.
- Vêtements de rechange (1 ou 2 tee-shirt ou chemise, 2 paires de chaussette, 2 slips ou culottes en matière synthétique ou mérinos, short ou bermuda adapté à la marche).
- Tenue pour être à l'aise au bivouac (pantalons type yoga, paire de sandales légères ou de crocs, petite doudoune-gilet...)
- Affaires de toilette : brosse à dent, dentifrice, petit savon, serviette format A4 en micro-fibres, bassine en tissu repliable pour faire sa toilette à l'écart des rivières (notre conseil : Kitchen Sink Ultra-Sil Sea To Summit - bassine polyvalente 10L).
- Petite trousse à pharmacie avec : pansements pour égratignures, seconde peau type Compeed pour les ampoules, antalgiques si vous en utilisez et médicaments prescrits.
- Boules Quies

=> **Pour le sac de couchage** (et pour tout ce qui est matériel quelque peu technique, comme les bâtons, la lampe frontale...), nous vous recommandons les excellents sites français suivants, dont les vendeurs, très compétents, répondront à vos questions par téléphone. Attention, n'attendez pas le dernier moment pour commander :

Azimut Nature

www.azimut-nature.com / 04 42 46 23 07

Magasin à Châteauneuf-les-Martigues près d'Aix-Marseille

Arklight Design

www.arklight-design.com / 04 42 22 26 84

Boutique en ligne spécialisée dans le matériel ultra-léger

Inscriptions directement auprès notre partenaire, Vercors Escapade

www.vercors-escapade.com / +33 4 75 22 07 62 / contact@vercors-escapade.com

Séjour opéré en collaboration avec l'agence de voyage Vercors Escapade et sous sa licence.

* * *