

# SENTIERS 05

Mairie de Romette, 05000 Romette

Courriel : [sentiers05@orange.fr](mailto:sentiers05@orange.fr)

Site internet : <http://sentiers05.fr/>

## PROGRAMME du 3<sup>ème</sup> Trimestre 2019

### Informations générales

- L'appel téléphonique au responsable la veille **entre 17h et 19h** est obligatoire pour toutes les sorties.
- L'animateur se réserve toute latitude pour changer le lieu et l'itinéraire de la sortie selon les conditions. Pensez à consulter vos courriels la veille ou à appeler l'animateur si vous suspectez l'éventualité d'un changement.
- Regroupement pour le covoiturage aux parkings suivants :
  - Géant Casino (près des postes à essence) pour l'Embrunais,
  - La Descente (P.R.) pour le Champsaur et le Valgaudemar,
  - Le Sénateur (P.R.) pour Le Devoluy,
  - La piscine de Fontreyne (P.R.).
- Randos douces : Elles remplacent les randos Santé et se feront le mardi : dénivelé de 400 m maxi et temps de marche de 3 à 4 heures pourront être adaptés selon les participants mais le programme est défini à l'avance. Pique-nique à prévoir.
- Séjour à Vallouise organisé par Serge Frémont du 4 au 6 juillet (détails ci-après) ; il est encore possible de se greffer pour une journée, dans ce cas merci de prévenir Serge pour qu'il vous communique l'heure de départ et le lieu de rendez-vous.
- Dimanche 01 septembre : rencontre franco-italienne au col Lacroix au départ de l'Echalp.

#### A noter dans vos agendas :

La prochaine réunion des animateurs pour la préparation du programme du 4<sup>ème</sup> trimestre 2019 aura lieu le **vendredi 06 septembre à 16h** dans la salle "la Romettine" à Romette. **Merci de vous organiser pour rester jusqu'à la fin de celle-ci.**

#### Nouvelle définition des niveaux de Difficulté :

- 1 : marche de 4 à 5 heures sur sentiers, dénivelée positive cumulée de 400 à 500 m,
- 2 : marche de 5 à 6 heures sur sentiers, dénivelée positive cumulée de 500 à 700 m et distance inférieure ou égale à 10 Km, sans passage délicat.
- 3 : marche de 6 à 7 heures, dénivelée positive cumulée de 700 à 1000 m et/ou distance supérieure à 10 Km avec cheminement possible hors sentiers ou sur pentes raides ou éboulis,
- 4 : marche de 6 à 7 heures et parfois plus, dénivelée positive cumulée supérieure à 1000 m et/ou distance supérieure à 15 Km et/ou passages délicats ou aériens (vertige) ou nécessitant une petite escalade sans difficulté technique (**ces informations seront signalées dans la colonne "Observations" et lors de l'appel téléphonique**).

<b>Date, Heure, Lieu de départ</b>	<b>Responsable</b>	<b>Parcours :</b>	<b>Circuit = C Aller-Retour = AR</b>	<b>Temps Marche Distance</b>	<b>Dénivelée Alt. MAX</b>	<b>Difficulté</b>	<b>Carte IGN, Secteur</b>	<b>Observations</b>	<b>Participation par Voiture</b>
Mardi 02 Juillet 8h30 La Descente	Christiane Charlier	Lac des <b>Estaris</b> depuis le sommet Drouvet (aller et retour sommet par le télémix d'Orcières).	AR	4h 7 Km	400 m 2654 m	1	3437 ET Orcières	Coût télécabine AR : <b>9,40 € gratuit à partir de 75 ans sur présentation de la C.I.</b>	24 €
Jeudi 04 Juillet 7h15 La Descente	Chantal Sicard	Les Richards, col du Palastre, <b>Sommet.</b>	AR	5h 8 Km	730 m 2278 m	2	3437 OT Champsaur	RdV : <b>7h45</b> à Pont-du-Fossé.	
Jeudi 04 Juillet <b>6h30</b> Géant Casino	Serge Frémont	<b>La Blanche</b> par le lac de Puy Aillaud et le belvédère des trois refuges.	C	14 Km	1479 m 2928 m	<b>4</b>	3436 ET 3437 ET Vallouise	<b>Possibilité de s'arrêter au lac à 2534 m et d'attendre ceux qui feront la Blanche.</b>  <i>Possibilité de monter jusqu'au col des Grangettes (2684 m).</i>	A voir après relevé des compteurs.
Vend. 05 Juillet		Le lac de l' <b>Eychauda.</b>	AR	11 Km	800 m 2510 m	3			
Samedi 06 Juillet		Col de <b>Bal.</b>	AR	9 Km	840 m 2597 m	3			
Mardi 09 Juillet <b>Leclerc</b>	Yves Nédellec	Pkg Leclerc Gap, <b>Col de Saint Mens</b> , Tréchéâtel.	C	4h 10 Km	360 m 930 m	1	3338 ET Gapençais		0 €
Jeudi 11 Juillet 7h30 Géant Casino	Robert Martin	Les Méans (Réallon), <b>Lac Brun.</b>	AR	6h30 13 Km	1100 m 2360 m	<b>4</b>	3437 ET 3438 ET Réallon	<b>Possibilité de s'arrêter à 2100 m.</b>	16 €
Mardi 16 Juillet 8h30 Géant Casino	Yvon Charlier	Col de Pontis, col du <b>Morgonnet.</b>	C	3h30 7 Km	300 m 1605 m	1	3438 ET Savines	RdV : <b>8h45</b> gare de Chorges.	22 €
Jeudi 25 Juillet 7h30 La Descente	Serge Frémont	Le col de <b>Charnier</b> , lac du <b>Lauzon.</b>	AR	6 h 10 Km	940 m 2090 m	3	3337 OT Lachaup		24 €
Mardi 30 Juillet 9h30 Sénateur	Jacques Ostian	La Sapie, plateau de <b>Céüse.</b>	AR	4 h 7 Km	250 m 1700 m	1	3338 ET Gapençais		14 €
Mardi 06 Août 9h Sénateur	Jacques Ostian	Résurgence des <b>Gilardes.</b>	AR	4 h 6 Km	200 m 1500 m	1	3337 OT Dévoluy		26 €
Jeudi 08 Août 7h30 La Descente	Robert Martin	Chaillol Station, <b>col de la Vénasque.</b>	C	6h 12 Km	850 m 2490 m	3	3437 OT Champsaur		
Mardi 20 Août 8h15 La Descente	Chantal Sicard	Prapic, <b>Saut du Laire.</b>	AR	4h 6 Km	330 m 1886 m	1	3437 OT Champsaur	RdV : <b>9h</b> à Prapic.	

<i>Date, Heure, Lieu de départ</i>	<i>Responsable</i>	<i>Parcours :</i>	<i>Circuit = C Aller-Retour = AR</i>	<i>Temps Marche Distance</i>	<i>Dénivelée Alt. MAX</i>	<i>Difficulté</i>	<i>Carte IGN, Secteur</i>	<i>Observations</i>	<i>Participation par Voiture</i>
Judi 22 Août 7h30 La Descente	Max Giraud-Telme	Refuge et Lac de <b>Vallonpierre.</b>	AR	5h	700 m 2271 m	2 / 3	3437 OT Valgaudemar		35 €
Mardi 27 Août 9h30 Piscine	Yves Nédellec	Chapeau de Napoléon	C	3h ≈ 7 Km	300 m 1412 m	1	3338 ET Gapençais		6 €
Judi 29 Août 8h La Descente	Yves Nédellec	Refuge du Gioberney, <b>Lac Bleu</b> , Lac du Lauzon.	C	4h30 < 10 Km	550 m 2190 m	2	3436 ET Valgaudemar.		35 €
Dim 01 Sept. 7h15 Géant Casino	Jacqueline Derancourt	Rencontre franco-italienne : L'Echalp, <b>col Lacroix.</b>	AR	5h ≈ 8 Km	560 m 2299 m	2	3637 OT Ristolas		57 €
Mardi 03 Sept. 8h15 Géant Casino	Gilbert Bertrand	Boscodon, Fontaine de l'Ours.	C	4h < 10 Km	400 m	1	3438 OT Savines		
Judi 05 Sept. 7h30 Géant Casino	Serge Frémont	Boucle du Pic de <b>Boussolenc.</b>	C	7h 21 Km	1139 m 2824 m	4	3438 ET Les Orres		29 €
Dim 08 Sept. 8h La Descente	Alain Derancourt	Lacs de <b>Petarel.</b>	AR	5H30 ≈ 15 km	975 m 2225 m	3	3437 OT Valgau demar		30 €
Mardi 10 Sept. 8h30 La Descente	Jacqueline Derancourt	Cascade de Prelles, refuge de la <b>Chaumette.</b>	AR	4h ≈ 10 km	300 m 1800 m	1	3437 OT 3437 ET Champoleon		21 €
Judi 12 Sept. 6h15 La Descente	Chantal Sicard	Prapic, Saut du Laire, <b>col des Tourrettes.</b>	AR	8h 12 Km	1030 m 2582 m	4	3437 ET Champsaur	RdV : <b>7h</b> à Prapic.	
Dim 15 Sept. 8h La Descente	Alain Derancourt	Les six-cabanes.	C	6H ≈ 15 km	920 m 1980 m	3	3437 OT Valgau demar		23 €
Judi 19 Sept. 7h30 La Descente	Max Giraud-Telme	Chaillol 1600, col du Viallet, <b>Pic de Queyrel.</b>	AR ou C	5h30 12 Km	835 m 2435 m	3 / 4	3437 OT Champsaur	<b>2 passages délicats.</b>	16€
Mardi 24 Sept. 9h Piscine	Yves Nédellec	Châteauvieux, autour de Serre Pierrot.	C	3h30 8 Km	300 m 890 m	1	3338 ET Gapençais		5 €
Judi 26 Sept. 7h15 La Descente	Chantal Sicard	La Chapelle en Valgaudemar (1167), Les Portes, Cabane de l'Aup, Pont des Piles (1427), Navette (1350), retour rive gauche Pont des Oules (1245).	C	7h 15 Km	450 m 1500 m	3	3437 OT Valgaudemar	RdV : <b>7h45</b> les Baraques (Inter).	