

## PROGRAMME du 3<sup>ème</sup> Trimestre 2021

| <b>Date,<br/>Heure,<br/>Lieu de départ</b>          | <b>Responsable</b>    | <b>Parcours :</b>   | <b>Circuit = C<br/>Aller-Retour = AR</b> | <b>Temps Marche<br/>Distance</b> | <b>Dénivelée<br/>Alt. MAX</b> | <b>Difficulté</b> | <b>Carte IGN,<br/>Secteur</b> | <b>Observations</b>  | <b>Participation<br/>par<br/>Voiture</b> |
|---|-----------------------|---|--|----------------------------------|-------------------------------|-------------------|-------------------------------|--|--|
| Jeudi 1 <sup>er</sup> juillet<br>7 h<br>La Descente | Christian Raynaud     | Lac de l'Estang   | C  | 6 h<br>12 Km                     | 800 m<br>1562 m à<br>2323 m   | 3                 | 3437OT<br>Champsaur           | Détails :<br><a href="http://sentiers05.fr/index.php/2017/10/12/lac-de-lestang/">http://sentiers05.fr/index.php/2017/10/12/lac-de-lestang/</a> | 15 €                                     |
| Vendredi 2 au<br>Dimanche 4 juillet                 | Jacqueline Derancourt | Séjour dans le Briançonnais<br>Secteur du Lautaret au<br>gîte l'Aiguillette du Lauzet |  |                                  |                               | 2 & 3             |                               | Voir mail du 19/05/2021<br>Reste 2 places  |  |
| Mardi 6 juillet<br>9 h 30<br>Sénateur               | Chantal Voisin        | Les Eaux de Charance  | C  | 4 h<br>12 Km                     | 174 m<br>1218 m               | 2                 | 3338ET<br>Gap                 |  | 1 €                                      |
| Jeudi 8 juillet<br>6 h<br>La Descente               | Christian Raynaud     | Lac Lautier   | C  | 9 h<br>17 Km                     | 1400 m<br>1030 m à<br>2449 m  | 4                 | 3437OT<br>Champsaur           | Itinéraire long mais<br>sans véritable<br>difficulté   | 28 €                                     |
| Mardi 13 juillet<br>8 h 30<br>Piscine               | Yves Nedellec         | <b>Colline Sainte Marguerite</b>  | C  | 4 h 30<br>≈ 10 Km                | 350 m<br>960 m                | 1                 | 3338ET<br>Gap                 |  | 0 €                                      |
| Jeudi 15 juillet<br>8 h<br>Géant Casino             | Serge Fremont         | Lac Brun au départ des Méans  | C<br>+                                   | 6 h<br>15 Km                     | 1100 m<br>2343 m              | 4                 | 3437ET<br>3438ET              |  | 21 €                                     |
| Mardi 20 juillet<br>9h30<br>La Descente             | Jacques Ostian        | Col de Gleize, vers le Pic de Gleize  | AR                                       | 3 h                              | 250 m<br>1950 m               | 1                 | 3437OT<br>Champsaur           | Retour à la demande  | 7,50 €                                   |
| Jeudi 22 juillet<br>7 h<br>La Piscine               | Serge Fremont         | La Tête de Louis XVI  | AR                                       | 6 h<br>10 Km                     | 1100 m<br>2375 m              | 4                 | 3438ET                        |  | 33 €                                     |
| Mardi 27 juillet<br>10 h<br>Piscine                 | Pierre Soleillant     | La Garde, Les Hermès de Quint   | C<br>+                                   | 3 h 30<br>7,5 Km                 | 170 m<br>1136 m               | 1                 | 3338ET<br>Gapençais           | Facile   | 2,50 €                                   |
| Jeudi 29 juillet<br>6 h<br>Sénateur                 | Christian Raynaud     | Pic de Bure   | C  | 9 h<br>15 Km                     | 1450 m<br>1366 m à<br>2682 m  | 4                 | 3337OT<br>3338OT              | Itinéraire long mais<br>sans véritable<br>difficulté   | 16 €                                     |

| Date,<br>Heure,<br>Lieu de départ      | Responsable           | Parcours :   | Circuit = C<br>Aller-Retour = AR | Temps Marche<br>Distance | Dénivelée<br>Alt. MAX        | Difficulté | Carte IGN,<br>Secteur | Observations  | Participation<br>par<br>Voiture |
|--|-----------------------|--|----------------------------------|--------------------------|------------------------------|------------|-----------------------|---|---------------------------------|
| Mardi 3 août<br>8 h<br>La Descente     | Jacques Ostian        | Le Pont Blanc  | C                                | 3 h 30<br>8,5 Km         | 200 m<br>1200 m              | 1          | 3437OT<br>Champsaur   | Pique-Nique au<br>retour de rando   | 10 €                            |
| Judi 5 août<br>7 h 30<br>Géant Casino  | Yves Nédellec         | Cascade du Mélezet (Ceillac), Lac <b>Miroir</b> ,<br>Lac des <b>Rouites</b>  | C                                | 6 h<br>≈ 9 Km            | 800 m<br>2400 m              | 3          | 3537ET<br>Queyras     |   | 48 €                            |
| Mardi 10 août<br>8 h 15<br>La Descente | Chantal Sicard        | Route d'Ancelle (1256)<br><b>Puy de Manse (1637)</b> Crête<br>Chapeau de Napoléon (1412)   | C                                | 5 h<br>7 Km              | + 460 m<br>- 560 m<br>1637 m | 1          | 3437OT                | RdV : Refuge Napoléon<br>à 8 h 30<br>Laisser une voiture<br>à la Rochette | 15 €                            |
| Mardi 17 août<br>9 h 30<br>Piscine     | Yves Nédellec         | Autour de <b>Tallard</b>   | C                                | 3 h<br>≈ 7 Km            | 200 m<br>740 m               | 1          | 3338ET<br>Gapençais   |   | 9 €                             |
| Mercredi 18 au<br>Vendredi 20 août     | Jacqueline Derancourt | Séjour dans le Queyras à Abriès<br>Hébergement au gîte l'Ancolie Bleue   |                                  |                          |                              |            |                       | Voir mail du 27/05/2021<br>Reste 1 place                                  |                                 |
| Judi 19 août<br>6 h<br>La Descente     | Christian Raynaud     | Lacs de Crupillouse  | AR                               | 8 h<br>14 Km             | 1350 m<br>1345 m à<br>2647 m | 4          | 3437OT<br>Champsaur   | Itinéraire long mais<br>sans véritable<br>difficulté                      | 21 €                            |
| Mardi 24 août<br>8 h 30<br>La Descente | Christian Raynaud     | Cabane de Londonnière  | AR                               | 5 h<br>8 Km              | 350 m<br>1246 m à<br>1530 m  | 2          | 3437OT<br>Champsaur   | Possibilité de<br>circuit en fonction<br>du groupe                        | 20 €                            |
| Judi 26 août<br>7 h 30<br>Géant Casino | Serge Fremont         | Mont Guillaume   | C<br>+<br>AR                     | 6 h<br>10 Km             | 934 m<br>2522 m              | 3          | 3437ET<br>3438ET      |   | 27 €                            |
| Judi 2 sept.<br>8 h 15<br>Géant Casino | Chantal Sicard        | La platrière St Etienne le Laus (715)<br>Notre Dame du Laus (900)<br>Col de l'Ange(1100) <b>Puy Morel (1285)</b><br>Col du Tourrond (1048) | C                                | 6 h<br>10 Km             | 600 m<br>1248 m              | 2          | 3338ET                | RdV à La Platrière<br>8 h 30<br>Sommet facultatif<br>(100 m de moins)     | 10 €                            |
| Mardi 7 sept.<br>7 h 30<br>La Descente | Alain Derancourt      | Les Fermons<br>Refuge du Tourrond  | AR                               | 4 h<br>6 Km              | 400 m<br>1700 m              | 1          | 3437OT<br>Champoléon  | Rive gauche   | 20 €                            |
| Sortie Festive                         | Jacqueline Derancourt | Les Garnauds - Méollion - Les Borels<br>Les Garnauds   | C                                | 6 h<br>13 Km             | 700 m<br>1700 m              | 3          | 3437OT<br>Champoléon  | Rives droite et gauche  | 18 €                            |

| <b>Date,<br/>Heure,<br/>Lieu de départ</b> | <b>Responsable</b>                 | <b>Parcours :</b><br><br>Circuit = C<br>Aller-Retour = AR                                    | <b>Temps Marche</b><br><br>Distance | <b>Dénivelée</b><br><br>Alt. MAX | <b>Difficulté</b> | <b>Carte IGN,<br/>Secteur</b> | <b>Observations</b>                            | <b>Participation<br/>par<br/>Voiture</b> |
|--|------------------------------------|--|-------------------------------------|----------------------------------|-------------------|-------------------------------|--|--|
| Jeudi 9 sept.<br>8 h 15<br>La Descente     | Chantal Sicard                     | Libouze (1416)<br>Serre Laguénia (1756) Chaffaud (1632)<br>Costebelle (1373) St Léger (1263) | 4 h<br>10 Km                        | + 340 m<br>- 491 m<br>1756 m     | 2                 | 3437OT                        | RdV ST Léger 8 h 45<br>On y laisse une voiture | 22 €                                     |
| Mardi 14 sept.<br>9 h 30<br>Géant Casino   | Jacqueline Derancourt              | La Batie Neuve<br>Circuit de Montreviol  | 3 h 30<br>8 Km                      | 350 m<br>1200 m                  | 1                 | 3338ET                        | Descente un peu raide                          | 6 €                                      |
| Jeudi 16 sept.<br>8 h<br>La Descente       | Maximilien<br>Giraud-Telme         | Lac Lauson   | 5 h<br>8 Km                         | 650 m<br>1641 m à<br>2170 m      | 3                 | 3436ET                        |  | 30 €                                     |
| Jeudi 23 sept.<br>8 h 30<br>Géant Casino   | Jacques Ostian                     | Val d'Escreins<br>Pin Cembo Remarquable  | 4h<br>7 Km                          | 400 m<br>2150 m                  | 1                 | 3537ET<br>Queyras             | Arbres<br>remarquables                         | 45 €                                     |
| Idem                                       | Christian Raynaud<br>Yves Nedellec | Val d'Escreins<br>Source de la Font Sancte   | 4 h<br>10,6 Km                      | 620 m<br>2360 m                  | 2                 |                               |  |  |
| Mardi 28 sept.<br>8 h 15<br>La Descente    | Chantal Sicard                     | Les Tourrengs (1270)<br>Les Marches (1650)<br><b>Forest des Marches (1867)</b>               | 6 h<br>12 Km                        | 600 m<br>1867 m                  | 2                 | 3437OT<br>3437ET              | RdV à Pont du Fossé<br>A 8 h 45                | 20 €                                     |
| Jeudi 30 sept.<br>9 h<br>Piscine           | Yves Nedellec                      | Théus, <b>Demoiselles coiffées</b>   | 5 h<br>≈ 10 Km                      | 600 m<br>1325 m                  | 2                 | 3338ET<br>Remollon            |  | 15 €                                     |

#### **Niveau 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**).



# SENTIERS 05

Mairie de Romette, 05000 Romette

Courriel : sentiers05@orange.fr

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

Instagram : #sentiers05

## PROGRAMME du 3<sup>ème</sup> Trimestre 2021

### 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.).
- Recommandation : se munir de chaussures propres pour les trajets en voiture.
- 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.
- Sortie festive le 7 septembre : randonnées rencontre, invitation aux anciens du club.  
Pique-nique pour tous (tiré du sac) à l'aire naturelle Des Borels (tables, barbecue) accès voitures pour les non marcheurs.  
Apéritif offert par Sentiers05.  
Pierre apportera les brochettes, *(une participation de chacun est sollicité, une gagnotte sera mise à disposition)*  
Pour réserver, inscriptions au plus tard le 30/08/2021 auprès de Jacqueline 06.88.88.29.81 ou Chantal Voisin 06.58.14.79.11  
(voir randonnées au programme)
- Rencontre Franco Italienne : généralement se fait le 1<sup>er</sup> dimanche du mois de septembre, elle n'a pas eu lieu en 2020.  
Pour le moment pas de précisions sur le maintien en 2021, information dès que possible.

#### A noter dans vos agendas :

La prochaine réunion des animateurs pour la préparation du programme du 4<sup>ème</sup> trimestre 2021 aura lieu le **vendredi 21 septembre à 14h00**, dans la salle "la Romettine" à Romette. **Merci de vous organiser pour rester jusqu'à la fin de celle-ci.**