



# 22<sup>e</sup> SENTIERS 05

Mairie de Romette, 05000 Romette

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

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

## PROGRAMME du 4<sup>ème</sup> Trimestre 2023

### 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,
  - Parking de Décathlon (P.R.) pour le Champsaur et le Valgaudemar,
  - Le Sénateur (P.R.) pour Le Devoluy,
  - La piscine de Fontreyne (P.R.).
- Recommandation : durant la période où les journées sont de courtes durées, les animateurs devront s'arranger pour que la randonnée se termine au plus tard à 16h (heure de retour aux voitures).
- 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.
- Rappel : Vous munir de chaussures propres pour les trajets en voitures.

#### A noter dans vos agendas :

La prochaine réunion des animateurs pour la préparation du programme du 1<sup>er</sup> trimestre 2024 aura lieu le **vendredi 8 décembre à 14h30** dans la salle "la Romettine" à Romette. **Merci de vous organiser pour rester jusqu'à la fin de celle-ci.**

<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 3 octobre 9 heures Décathlon	Jacques	Le Pont Blanc	C	3 h 6 kms	250 m 1 250 m	1	3437 Champsaur	Pique-nique au retour de la randonnée	9 €
mercredi 4 octobre et jeudi 5 octobre 15 h à Décathlon	Christian Raynaud	Villard Loubières Nuit au refuge Des Souffles	AR	6 h 11 Kms	950 m 1 925 m	2	3437 & 3336 Champsaur Deux Alpes	Sentier GR54	22,20 €
Mardi 10 octobre Rando commune	Chantal Sicard	A définir							
	Christian Raynaud	A définir							
Mardi 17 octobre 9 h Géant Casino	Yves Nédellec	Grand Larra, La Bâtie-Vieille L'Hermitage Rambaud	C	4 h 30 11 Kms	350 m 1 100 m	1	3338 ET Gapençais	Possibilité de raccourcir	5 €
Jeudi 19 octobre 8 h 15 Décathlon	Chantal Sicard	Les Portes (1280m) <b>Cabane de l'Aup (1550m)</b> Pont des Piles (1427m) <b>Navette (1350m)</b> Pont des Oules (1245m) Les Portes	C	7 h 12 Kms	350 m 1 550 m	3	3437 OT	Rendez-vous à La Fare à 8 h 45 <i>Long mais facile</i>	30 €
Mardi 24 octobre 8 h 30 Piscine	Max Giraud-Telme	Balcon du Laragnais	C	4 h	215 m	1	Laragne		
Jeudi 26 octobre 8 h Sénateur	Serge Frémont	Pas du Follet Pied de la falaise du Pic de Bure	C	4 h 30 8 Kms	800 m 2 113 m	3	3337 OT St-Etienne en Dévoluy		24 €
Mardi 7 novembre 10 h Géant Casino	Yves Nédellec	Chapeau Napoléon	C	3 h 30 8 Kms	350 m 1 412 m	1	3338 ET Gapençais		6 €
Jeudi 9 novembre 8 h Géant Casino	Chantal Voisin	Les Hameaux de Saint-Crépin Les Combes, Le Coin, Eyglies, La Frairie, Les Hodouls	C	5 h 11,700 Kms	337 m 1 223 m	3	3537 ET Guillestre	GR541 et 653D	36,60 €
Mardi 14 novembre 9 h Géant Casino	Chantal Sicard	<b>Parcours des Fées (1774 m)</b> Crévoux La Chalp (1664 m)	C	3 h 5 Kms	200 m 1 774 m	1	3538 ET Embrun	Prendre le temps d'observer les « œuvres »	30 €
Jeudi 16 novembre 8 h Sénateur	Serge Frémont	4 cols à Lus la Croix Haute Grangette, vallon de l'Aulp, Lauteret, Plate Gontier	C	5 h 40 12,500 Kms	727 m 1 904 m	3	St-Julien en Beauchêne		30 €

Date, Heure, Lieu de départ	Responsable	Parcours : Circuit = C Aller-Retour = AR	Temps Marche Distance	Dénivelée Alt. MAX	Difficulté	Carte IGN, Secteur	Observations	Participation par Voiture
Mardi 21 novembre	Jacques Ostian	A Préciser						
Jeudi 23 novembre 8 h 30 Piscine	Max Giraud-Telme	Saint-Génius, Col de Taillefer Gorges du Riou	C 4 h	550 m	2	3338 OT Laragne St Génius		30 €
Mardi 28 novembre 8 h 30 Sénateur	Christian Raynaud Chantal Henke	Col des Guérins Chatillon Le Désert	AR 4 h 8 Kms	50 m 1 250 m	1	3338 ET Gapençais	Route forestière	12 €
Jeudi 30 novembre 8 h Piscine	Serge Frémont	La tête de Louis XVI	AR 6 h 9 Kms	1 000 m 2 408 m	3	3438 ET Méolans Revel		36 €
Mardi 5 décembre 8 h 15 Décathlon	Chantal Sicard	Libouze (1416 m) <b>Serre Laguénia (1756 m)</b> Chaffaud (1632m) St Léger (1263m)	C 4 h 10 Kms	+ 340 m - 491 m 1 756 m	2	3437 OT	RdV à St-Léger 8 h 45 On y laisse une voiture ou on remonte manger à Libouze	22 €
Jeudi 7 décembre 8 h Sénateur	Christian Raynaud	La Roche des Arnauds Tête de Clappes	AR 6 h 11 Kms	850 m 2 019 m	3	3338 ET Gapençais	Sentier PR « Cabrettes »	8,40 €
Mardi 12 décembre 10 h Décathlon	Yves Nédellec	Plateau de Bayard	C 4 h 9 Kms	300 m 1 280 m	1	3338 ET Gapençais	Possibilité de raccourcir	5 €
Jeudi 14 décembre 8 h 15 Décathlon	Chantal Sicard	Théus <b>Salle de bal des Demoiselles Coiffées</b>	C 4 h 10 Kms	600 m 1 325 m	2	3338 ET		16 €
Mardi 19 décembre Piscine	Max Giraud-Telme	Circuit d'Upaix	C 3 h 8 Kms	250 m	1	Laragne		
Jeudi 21 décembre 8 h Piscine	Serge Frémont	Col des Marmets au départ de Tallard	C 5 h 30 12,500 Kms	658 m 1 211 m	3	3338 ET Tallard		9 €

#### 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**).