

## DECOUVERTE DU MASSIF DES MONGES

**LIEU :** Massif des Monges (Alpes de Haute- Provence -04)

**DATE :** Du dimanche 4 au vendredi 9 octobre 2020

**DURÉE :** 6 jours / 5 nuits



*Exceptionnel par sa position géographique, impressionnant par ses paysages, bouleversant par l'absence d'habitat, le massif des Monges, en Haute Provence, alterne alpages, vallées étroites et oubliées, immensité et points de vue inoubliables. La randonnée Retrouvance® vous emmène par ses sentiers muletiers et atypiques, anciennement arpentés par les femmes et les hommes du territoire. Faune, flore, géologie, histoire forestière et pastoralisme, autant de thèmes abordés dans ce « petit bout de France » sauront satisfaire votre soif de liberté, de découverte et de rencontre.*

**ACCOMPAGNATEUR (s) :** un accompagnateur en montagne breveté ou diplôme d'état + un logisticien qui porte les bagages, ouvre les gîtes et s'occupe des ravitaillements

**NIVEAU :**

MOYEN ++Séjour pour bons voire très bons randonneurs. De 4 à 8h de marche et/ou 280m à 1250m de dénivelé positif et 545m à 1430m de dénivelé négatif dans la journée. Les randonnées s'effectuent sur des sentiers entre 850m à 2115m d'altitude. Bonne condition physique. Pas de difficulté technique mais circuit très physique par la longueur des étapes et le dénivelé.

**HÉBERGEMENT :** gîtes restaurés au cœur de la nature et de la forêt ou en centre de village

**GROUPE :** de 8 à 12 personnes(en dessous de 8 personnes, le séjour peut être annulé)

**ANNEE 2020 9 personnes max – obligation ministérielle -**

**PORTAGE :** Le portage des bagages est assuré par le logisticien. Vous ne portez que votre pique-nique et les affaires personnelles pour la journée.

**DEPART / ARRIVEE :** du dimanche 13h30 au vendredi 16h30, de juin à octobre, Départ/retour village de Selonnet.

**CARTOGRAPHIE :** 1/25 000° IGN – Série TOP 25 – 3439 ET – SEYNE / CHABANON. GRAND PUY - TETE DE L'ESTROP  
1/25 000° IGN – Série TOP 25 – 3339 ET - LA MOTTE-DU-CAIRE - VALLE DU SASSE

**TARIF :** 670€+ 50 € (supplément frais sanitaires COVID)



**NOTA :** En raison de la crise Covid 19 et pour accueillir les randonneurs dans les meilleures conditions en respectant les normes actuelles, et pour faire face au surcoût (humain et matériel) généré par ces mesures, l'ONF a décidé d'une modification tarifaire et demande aux participants un supplément de 50 €

**Le prix comprend**

- L'hébergement incluant les draps (**sauf en 2020, voir renseignements complémentaires**) et les repas en pension complète, du diner du jour 1 au déjeuner du jour 6,
- l'encadrement,
- le transport des bagages, les transferts nécessaires au déroulement normal de la randonnée.

**Le prix ne comprend pas**

- les dépenses personnelles,
  - Le transport A/R entre votre domicile et le lieu de rendez-vous de ce séjour,
  - Les assurances annulation et rapatriement,
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend »

**ATTENTION:** En raison de la crise du Covid-19, des modifications en termes d'organisation et de prestation d'hébergement sont imposées par la réglementation et par l'ONF, producteur du séjour, pour assurer la sécurité sanitaire. Nous vous demandons exceptionnellement d'apporter avec vous votre sac de couchage, un drap housse en 90 et une taie d'oreiller par personne.

## Programme du Séjour

### **JOUR 1 SELONNET (1600 m) – AUZET (1250 m)**

8,9 km de distance estimée ≥ 3h30 - dénivelé : +280m / -640 m :

Départ à 13h30 du point d'accueil de Selonnet, direction la station de ski de Chabanon, la cabane de Négron sur le plateau d'Iroire: lieu à la richesse floristique remarquable. Le Col de Lauzerot, espace de pastoralisme encore intact. Arrivée à Auzet par une piste forestière.

*Dîner et Nuit : Gîte du Serre. Situé en plein cœur du village d'Auzet qui tend à respecter au mieux l'environnement (construction de logement dit passif). Diversité des paysages unique.*

*Salle à manger, cuisine donnant sur une terrasse ensoleillée avec vue sur le village, 2 chambres de 2 lits simples, 1 salle de bain, 1 WC. A l'étage inférieur : 5 chambres de 2 lits simples, 2 salles de bain, 1 WC.*

### **JOUR 2 AUZET – BARLES (1000 m)**

20 km de distance estimée ≥ 7h00 - dénivelé : +860m / -1130m :

A travers la forêt communale d'Auzet, puis le col du Lauzerot, observation du 1er sommet à plus de 2000m (« Tête Grosse »). Présence d'anciennes cabanes pastorales. Puis direction le Col de la Pinée pour redescendre sur le bois de Charui et arrivée à Barles.

*Dîner et Nuit : Gîte de Gonin. Site isolé en dehors du village, face aux rives du torrent de Val Haut, partie intégrante de la Réserve Géologique de Haute Provence, la plus vaste d'Europe.*

*Le Gîte se décompose en trois cubes :*

*Cube commun : 1 salle à manger – cuisine, 1 WC et une grande terrasse ensoleillée*

*2ème Cube : 3 chambres de 2 lits simples, 2 salles de bain, 1 WC*

*3ème Cube : 4 chambres de 2 lits simples, 2 salles de bain, 1 WC*

### **JOUR 3 BARLES – FONTBELLE (1320 m)**

19,1 km de distance estimée ≥ 8h00 - dénivelé : +1130m / -810m :

La plus longue étape ; court cheminement sur une route et une piste forestière en traversant une partie du Massif. Observation de la Grande Cloche et la Petite Cloche. Par un sentier direction le col Saint Antoine : contemplation des Crêtes de Conaples, et du sommet des Monges. Puis direction de la Pointe de l'Aiguille et des Crêtes de Gérueu pour finir la journée.

*Dîner et Nuit : Maison forestière de Fontbelle.*

*Situé sur la commune de Castellard-Melan. En pleine forêt au cœur du Col de Fontbelle. Présence d'une faune riche (chamois, mouflons, marmottes et aigles). Espace avec tables de pique-nique et une fontaine. En rez-de-chaussée : salle à manger, cuisine, 2 chambres de 2 lits simples, 1 salle de bain, 1 WC. A l'étage : 4 chambres de 2 lits simples, 2 salles de bain et dans les Combles : 1 chambre de 2 lits.*

#### **JOUR 4 FONTBELLE – LAC DES MONGES (1550 m)**

*18,3 km de distance estimée ≥ 6h30 - dénivelé : +1025m / -820m :*

Journée la plus haute du séjour avec un panorama à 360° sur le Massif des Monges et vue sur le Massif des Ecrins, Passage par le village d'Authon, puis direction la Crête de Pierre-Mont et la Crête de Conaples qui vous porteront jusqu'au sommet des Monges 2115m. Une fois cet objectif valorisant atteint ; descente vers le gîte du lac des Monges.

*Dîner et Nuit : Gîte du Lac des Monges*

*Situé en plein cœur de la forêt et non loin du lac des Monges, l'hébergement est un plain-pied construit en 2017. Fonctionnement en autonomie énergétique. 1 salle de vie avec cuisine équipée donnant sur une grande terrasse – 1 salle de bain, dont 1 WC (handicapé). 1 chambre attenante à la salle d'eau avec 2 lits superposés, 2 chambres avec accès par l'extérieur équipées chacune de 2 lits superposés.*

#### **JOUR 5 LAC des MONGES-BAYONS (900 m)**

*16,5 km de distance estimée ≥ 7h00 - dénivelé : +830m / -1340m :*

Vous marcherez en crête en passant par le col de Clapouse, un des plus connus du massif, et traverserez 3 Sommets de l'Oratoire, ayant une altitude supérieure à 2000m ; vue à 360° dont les Monges (2115m). Vous terminerez par les crêtes de la Colles ; vue sur la vallée de Bayons. Puis descente (un peu raide) en direction de Bayons.

*Dîner et Nuit : Gîte du Château.*

*Situé en plein cœur de village. Ancien château. 2eme étage : salle à manger – cuisine, 2 wc, 2 salles de bain, 3 chambres de 2 lits simples, 1 chambre 1 lit simple 3eme étage (Combles) : 1 salle de bain, 1 wc, 2 chambres de 2 lits simples, 1 chambre de 3 lits simples*

#### **JOUR 6 BAYONS- SELONNET(1600m)**

*18,6 km de distance estimée ≥ 6h30 - dénivelé : +1250m / -580 m :*

Dernier jour de marche dans le Massif des Monges. Retour au point de départ de votre circuit. Direction la Grande Gineste puis la Montagne de Val Haut. Passage au pied de la Chanau (1885m) et du Sommet de Tête Grosse, puis arrivée sur Pra Long. La navette vous attend à la station de Chabanon vers 16h30 pour redescendre sur Selonnet.

***Ce programme est susceptible d'être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants.***

## Renseignements complémentaires importants



**Covid-19** : des modifications tarifaires et organisationnelles nous sont imposées :

- Chaque client doit apporter son sac couchage, drap housse en 90, taie d'oreiller
- Chaque client doit prévoir son lot de masques – pour les temps en espace commun- et son kit gel hydro-alcoolique
- Une participation forfaitaire supplémentaire exceptionnelle de 50 €TTC par personne inscrite (afin de couvrir les frais matériel et humain supplémentaires induits par les normes sanitaires) – voir Tarif

**DRAPS ET COUETTES** fournis, pas besoin de prendre votre sac de couchage (*sauf en 2020, VOIR CI DESSUS*)

**COMMUNIQUER** au revendeur votre n°de portable pour le RDV du **JOUR 1**

Les gîtes forestiers de Fontbelle et du lac des Monges sont autonomes en électricités (photovoltaïque). La prise disponible sera utilisable uniquement pour recharger du petit matériel : téléphone portable ou un appareil photo (sèche-cheveux exclus).

Vous n'êtes pas assuré de l'intégralité des liaisons téléphoniques car le circuit se déroule en montagne. Avec son cortège de zone d'ombre.... Mais vous parviendrez à faire un petit coucou à vos proches de temps en temps.

## Rendez-vous, Dispersion et Accès

**Le JOUR 1** : à 13h devant le point d'accueil de Selonnet (Mairie –parking sur place). Vous laisserez vos bagages et partirez directement par navette à 13h30 en direction de votre première balade.

**Le JOUR 6** Dispersion vers 16h30 devant le point d'accueil de Selonnet.

Convocation : Vous recevrez environ deux semaines avant votre départ, une convocation précisant l'heure et le lieu du rendez-vous, le nom et les coordonnées du guide ainsi que l'adresse du premier hébergement

**Accès** :

En train :

Transport en commun Via Digne les Bains 04000 : pas de liaison possible le jour même. Depuis Gare TGV Aix en Provence à Digne les Bains : bus LER Ligne 26 (2h15) + bus LER ligne 28 (1h5) + prévoir nuit à Selonnet.

Depuis Nice à Digne les Bains : Train des Pignes géré par les Chemins de Fer de Provence (ligne régionale)  
<http://tourisme.trainprovence.com/> bus LER ligne 28 (1h5) + prévoir nuit à Selonnet

Départ de Digne Les Bains Gare routière : bus LER 28 > arrêt Selonnet Rd 900.Via GAP 05000

Depuis Ligne de nuit SNCF : Paris Austerlitz –Briançon : <http://www.sncf.com/fr/trains/intercites/lignes-nuit/paris-austerlitz-briancon> Gare SnCF de Gap + puis taxi ou covoiturage (39.5 km)

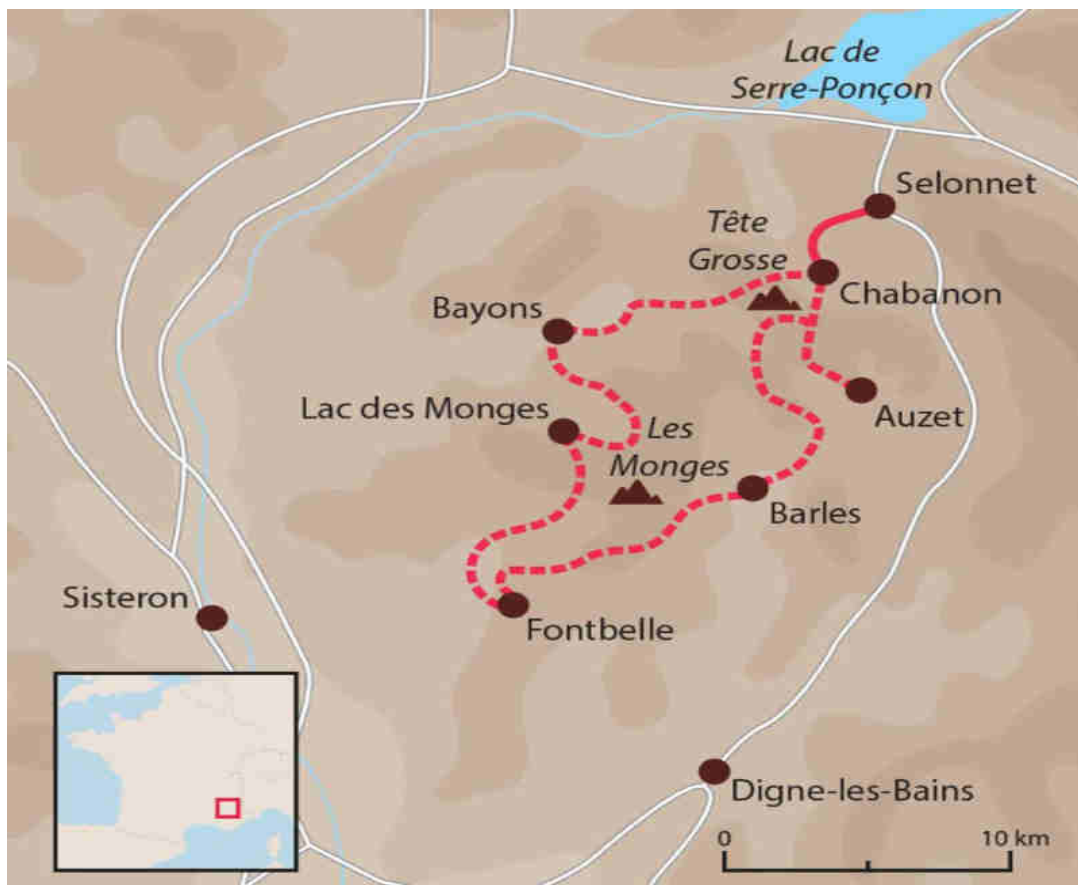
En voiture

A 51 depuis Aix-Marseille ou Grenoble. -

Par Digne : sortie 20 vers Digne-les-Bains, puis N85 jusqu'à Digne, direction Barcelonnette par la D900 via la Javie, le Vernet, Seyne Les Alpes puis D1 jusqu'à Selonnet (1h30 depuis Digne Les Bains).

Depuis Gap, suivre la D900b jusqu'à Espinasse puis D900b direction Barcelonnette, puis St Vincent les Fort/col St Jean par la D900 direction Seyne les Alpes, D1 à Selonnet.

Consultez votre itinéraire sur [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)



## Formalités

- Passeport (pour séjour étranger) ou carte d'identité en cours de validité + carte sécurité sociale
- RC : Chaque participant doit être couvert en Responsabilité civile (dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs)
- L'assurance rapatriement est obligatoire. Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas, nous pouvons vous proposer un contrat comprenant l'assistance/rapatriement, l'assurance annulation et interruption du séjour et bagages et effets personnels (voir rubrique assurance et annulation).

## L'équipement

- **IMPERATIF** pour faciliter le portage des bagages durant le séjour, géré par le logisticien : Prévoir un sac à dos ou un sac de voyage souple, par personne et d'un maximum de 10 kg. Un petit sac à dos 30/45 litres pour les journées de marche.
- Draps et couettes fournis : *(sauf en 2020 voir ci-dessous)*
- **COVID 19 : Nous demandons aux participants de porter un drap housse en 90, un sac de couchage et une taie d'oreiller**
- Une bonne paire de chaussures de marche souples avec une bonne semelle (type Vibram) et tige montante pour une bonne tenue de la cheville, si possible vous ayant déjà servi.
- Bâton de marche ou canne télescopique
- Une veste imperméable et respirante (type gore tex®)
- Un vêtement de pluie (cape)
- Un pantalon confortable pour la marche, un short et un survêtement pour le soir
- Une polaire, un pull-over
- Une chemise légère à manches longues
- Sous-vêtements de rechange
- Plusieurs paires de chaussettes, paire de gants fins type polaire, bonnet, casquette
- Une boîte plastique hermétique (contenance 1 litre) pour le conditionnement des pique-niques, couteau, cuillère et fourchette + une gourde 1.5 à 2 litres
- Mini trousse à pharmacie avec électroplaste, 2ème peau, gaze, désinfectant et aspirine.
- Médicaments personnels si traitement + ordonnance
- Lunettes de soleil, lampe de poche (frontale de préférence), crème solaire, stick à lèvres
- Une serviette de toilette.
- Votre appareil photo
- Votre contrat d'assistance et une attestation d'assurance valable en montagne
- Papiers d'identité + argent et CB
- **Chaussons d'intérieur**
- **Kit comprenant flacon personnel hydro-alcoolique et masques pour les zones de vie commune**

**Pour votre confort et de votre sécurité, partez bien équipés. Nous sommes à votre disposition pour vous conseiller dans vos choix vêtements, sac à dos, chaussures.....**