

AMITIE NATURE FONTAINE vous propose un trek itinérant à travers Combeynot et Cerces du 23 au 28 juillet 2022



Lac des Cerces

Sur 6 étapes, vous passerez d'un massif cristallin (Le Combeynot) à un massif plutôt calcaire les Cerces avec sa multitude de lacs limpides et sa lumière exceptionnelle. L'itinéraire choisi côtoie une quinzaine de lacs, autant de bijoux dans un écrin minéral. Il sera aussi l'occasion de s'immerger dans un véritable jardin alpin en pleine floraison à cette époque de l'année, mais aussi de découvrir l'architecture typique de la vallée de la Clarée (à Névache). Et peut-être aurons-nous la chance sur notre parcours, avec une météo propice, et selon les conditions d'enneigement, de gravir un plus de 3000 qui trône au coeur du massif des Cerces : le Mont Thabor !

J1/ Samedi 23 juillet 2022 :

Petit transfert de voiture entre le col du Lautaret et Le Casset (11 km x 2) pour éviter la route.

Traversée du Col du Lautaret au Casset par le col d'Arsine qui est une étape du Tour de l'Oisans, avec au passage, **un AR au lac du glacier d'Arsine** à la couleur caractéristique turquoise laiteuse, un lac glaciaire sous haute surveillance avec son déversoir.

19 km, 600 m+, 1100 m-, 6h30

Nuitée en 1/2 pension.

Hébergement au gîte d'étape de l'Aiguillette du Lauzet

J2/ Dimanche 24 juillet 2022 :

Pont de l'Alpe / refuge des Drayères par les cols de la Ponsonnière et des Rochilles.

Au col de la Ponsonnière, le paysage s'ouvre sur les sommets du massif des Ecrins (la Meije, Les Agneaux et la Barre des Ecrins), sans oublier le Galibier un sommet majeur du massif des Cerces. Sur le parcours, 4 superbes lacs : Grand lac, lac des Cerces et ceux du Grand Plan et le Rond, avant l'arrivée au refuge.

14 km, 1110 m+, 650 m-, 6h 15

Nuitée 1/2 pension

J3/ Lundi 25 juillet 2022 :

2 options suivant la météo et le groupe :

- **Traversée Refuge des Drayères / Refuge du Mont Thabor avec l'ascension du Mont Thabor (3178 m d'altitude)** par une variante du GR 57, sommet au panorama grandiose et où une chapelle a été érigée en contrebas. Certainement l'étape la plus difficile du trek qui peut être évitée par l'itinéraire bis ci-dessous avec un autre animateur. A vérifier quelques jours avant le départ auprès du gardien du refuge des Drayères, si les crampons sont nécessaires ou pas, voire un ou 2 piolets ?

15 km, 1190 m+, 890 m-, 7h

- **Traversée Refuge des Drayères / Refuge du Mont Thabor** par le GR 57 qui passe sous le versant sud du Mont-Thabor. Tourbières (aux Muandes) et lacs (lac Blanc, lac du Peyron, lac Rond) ponctuent cette étape très sauvage.

15 km, 1080 m+, 770 m-, 6h 30

Nuitée en 1/2 pension

J4/ Mardi 26 juillet 2022 :

Mont-Thabor / Névache par le GRP Tour du Mont-Thabor commun avec le GR 5 et le GR 57 jusqu'au Pont de La Fonderie où nous prendrons plein ouest pour contourner le Tête du Chien avant de repartir plein sud pour une grande descente jusqu'à Névache par le GRP Tour du Mont Thabor.

17 km, 735 m+, 1630 m-, 7h

Hébergement au gîte d'étape de la Découverte en 1/2 pension

J5/ Mercredi 27 juillet 2022 :

Névache / Refuge de Laval toujours par le GRP Tour du Mont-Thabor appelé aussi le « chemin de ronde » et avec sur l'étape un AR aux très beaux lacs d'altitude : les lacs Laramon et du Serpent

16,9 km, 1060 m+, 650 m-, 7h

Nuitée en 1/2 pension

J6/ Jeudi 28 juillet 2022 :

Refuge de Laval / Pont de l'Alpe. Dernière étape plus sauvage avec la découverte du lac des Béraudes à la couleur jade, sous la Pointe des Cerces puis le col éponyme où le panorama s'étale aussi bien du côté du massif des Ecrins que sur la chaîne des Cerces.

Retour par les cols du Chardonnet Nord et Sud avant de retrouver le sentier du départ qui nous ramènera au Pont de l'Alpe.

12,2 km, 930 m+, 1225 m-, 6h

Trek bons marcheurs capables d'enchaîner sur 6 étapes des dénivelés conséquents avec portage dans un univers très alpin. Les temps donnés sont sans les arrêts.

Organisateurs et animateurs : Sylvestre 06 76 12 41 88 / Daniel 06 15 21 46 14

Effectif limité à 8 personnes. Inscriptions auprès de Daniel Pocard, avec un chèque d'arrhes à l'ordre d'ANF de 70€ avant le 1^{er} mars 2022 à l'adresse : Daniel Pocard 15 rue du Moucherotte 38360 SASSENAGE

Coût approximatif du trek : 280 euros (dont 15€ de co-voiturage et 265€ de 1/2 pensions) sans compter les dépenses personnelles (boissons et pique-niques).