

# Randonnée en raquette, autour de Névache, et montée au refuge de Buffère

**Du lundi 7 au vendredi 11 mars 2016**



## **Dimanche 6 mars :**

Accueil au gîte, à Névache, pour une présentation du programme et précisions sur le matériel à prévoir, organisation des journées, météo prévue, distribution du matériel : Dva, pelle, sonde...

## **Lundi 7 mars :**

Randonnée en direction du col de l'échelle, seul accès routier estival à la vallée étroite. Nous sommes sur la route enneigée, à l'aller comme au retour. Repas à proximité du col, de nombreux chamois sont souvent observables. C'est une randonnée facile, de mise en jambe.

Temps de marche : 4h30 ; Dénivelés positifs : 300 m ; Dénivelés négatifs : 300 m

Nuit à Névache, en gîte.

## **Mardi 8 mars :**

Nous pouvons monter dans la haute vallée de la Clarée, jusqu'au hameau de Fontcouverte avec la possibilité de manger au chaud à «la Fruitière », si le temps ne permet pas de pique-niquer ; nous redescendons le long de la rivière.

Selon les conditions de neige, la météo et l'envie du groupe, il est aussi possible de randonner dans le vallon des Thures, avec ses superbes alpages, au départ du Roubion.

Temps de marche : 5h30 ; Dénivelés positifs : 300 m ; Dénivelés négatifs : 300 m

ou

Temps de marche : 6h00 ; Dénivelés positifs : 600 m ; Dénivelés négatifs : 600 m

Nuit à Névache, en gîte.

### **Mercredi 9 mars :**

Montée au refuge de Buffère, pour arriver à la mi-journée et alléger nos sacs. Nous pouvons manger notre pique-nique à l'intérieur, en échange d'une boisson prise au refuge. L'après-midi, nous randonnons en direction du vallon de Privé et des crêtes de Baudes.

Montée au refuge : 2h30 ; Dénivelés positifs : 400 m ; Dénivelés négatifs : 0 m

L'après midi : 2h30 ; Dénivelés positifs : 250 m ; Dénivelés négatifs : 250 m

Nuit au refuge de Buffère.

### **Jeudi 10 mars :**

Randonnée en étoile au départ du refuge (portage du sac à la journée seulement), en direction des crêtes de l'Echaillon et du col de Buffère.

Temps de marche : 5h à 6h00 ; Dénivelés positifs : 600 m ; Dénivelés négatifs : 600 m

Nuit au refuge de Buffère.

### **Vendredi 11 mars :**

Retour à Névache par la Casse Pinière (seulement si les conditions de neige le permettent) pour rejoindre le refuge du Chardonnet et la vallée de la Clarée ; ou par le pont de basse Sausse.

Retour à Névache vers 15h30 ou 16h.

Temps de marche : 4h00 ; Dénivelés positifs : 300 m ; Dénivelés négatifs : 600 m

### **Equipement à prévoir :**

- Sac à dos d'environ 40 litres ;
- Protège sac intégré ou rajouté à votre sac ;
- Bonnes chaussures de marche, montantes et imperméables avec une bonne tenue du pied ;
- Chaussettes de randonnée chaudes ;
- Sous-vêtements techniques chauds (collant et tee-shirt) ;
- Pantalon imperméable et respirant (évitez les combinaisons de ski) ;
- Guêtres (si le pantalon n'en a pas) ;
- Sweat en polaire ou veste polaire fine ;
- Veste en polaire chaude ;
- Veste imperméable, coupe-vent et respirante (type Gore-tex) ;
- Veste chaude de type doudoune compressible (pas indispensable, mais souvent appréciable) ;
- Veste sans manche en polaire ou en duvet, (pas indispensable) ;
- Une paire de gants fins (type ski de fond) et une paire de gants chauds et imperméables ;
- Un bonnet chaud ;
- Lunettes de soleil de bonne qualité (catégorie 3 ou 4) ;
- 1 gourde de 1 litre (minimum) ;
- 1 Thermos pour deux personnes ;
- Votre pharmacie individuelle avec couverture de survie, crème solaire et stick à lèvres, pansement double peau pour les ampoules, briquet et petite bougie.
- Papier toilette personnel ;
- Petit sac de protection (sac poubelle) pour les affaires en cas de mauvais temps.

### **Pour les soirs au refuge :**

- ☐ Sont indispensables : sac à viande (drap sac), trousse et serviette de toilette, lampe de poche (frontale), teeshirt et sous vêtements de rechange. Des sabots sont disponible au refuge, pour l'intérieur.

Tout ce matériel doit être le plus performant possible, le plus léger possible et le plus compressible possible. Vous pourrez laver quelques vêtements au refuge et les faire sécher pendant la nuit. Ne vous encombrez pas, mais soyez aussi certains de ne pas avoir froid !

Les repas de midi se prennent dehors, en pique-nique, mais il est parfois possible d'adapter le programme pour manger au refuge si la météo l'impose.

Nous portons notre sac complet (avec affaire pour le refuge) deux demi-journées.

### **Vous trouverez :**

- La meilleure sécurité possible grâce à une formation (Arva), à l'adaptation aux conditions nivologiques et à des informations utiles pour comprendre mes choix ;
- VHF avec fréquences secours en montagne, dans le sac de l'accompagnateur ;
- Le choix du meilleur itinéraire pour profiter des meilleures conditions au bon moment ;
- L'adaptation aux envies et aux rythmes de progression de chacun ;
- Prendre le temps d'observer, de discuter...
- Bonne humeur garantie !

### **Assurances :**

Accompagnateur assuré en responsabilité civile professionnelle auprès du Syndicat National des Accompagnateurs en Montagne.

Vous devez avoir une assurance qui couvre les accidents survenus lors d'activités de pleine nature comme la randonnée en raquette. Vérifiez avant de partir.

### **Formalités :**

Pendant le séjour, vous devez garder avec vous : votre carte d'identité et votre carte vitale, ainsi qu'un petit mot indiquant : Nom, prénom, adresse, date de naissance, les traitements particuliers que vous prenez (si c'est le cas) et votre groupe sanguin.

### **Cartographie :**

Ce parcours se trouve sur la carte IGN Top 25 :

- Névache-Mont Thabor 3535 OT

### **CONTACT**

Pierre Chesne

Les Casses ; Prelles

05120 St Martin de Queyrières

06 28 05 69 75

[pierrechesne@yahoo.fr](mailto:pierrechesne@yahoo.fr)

[www.pierrechesne.com](http://www.pierrechesne.com)

BEES Aem N° 00509ED0210

Siret N° 49119431200030

