Tour des Massifs Alpins 2017

Bonjour à tous. Je commence aujourd'hui un nouveau périple de 700 km sur 46 jours qui doit me permettre de parcourir les massifs de la Vanoise, de l'Oisans, du Queyras et du Mercantour. Je pars de Savoie à Aime pour finir à Menton le 4 Septembre.

21/7/2017 Aime - Refuge de Rosuel 16 Km 6 H 00

Nous quittons Aime vers 8 h 30. Je dis "nous" car je suis accompagné de Fabienne. Le temps est nuageux mais avec de larges éclaircies. Nous suivons la piste cyclable le long de l'Isère jusqu'au Pont de Bellentre. Après ce pont, nous passons le village de Landry où nous commençons la plus grosse partie de la montée.

En milieu de matinée, nous croisons un couple de randonneurs Belges qui se plaignent du manque de balisage du GR qui les a obligés à marcher sur la route. C'est vrai que le balisage sur cette variante du GR5 est inexistant. Mais avec une carte on trouve des sentiers qui évitent d'emprunter la route. Vers midi, nous pique-niquons sur une table dans le hameau du Moulin. Après le hameau et le franchissement du torrent du Ponturin, nous attaquons le plus dur de la montée. Vers 14 heures, nous arrivons au refuge de Rosuel.

Comme les dortoirs ne sont accessibles qu'à partir de 16 heures, nous dégustons une glace pour moi et une tartelette pour Fabienne sur la terrasse du refuge le tout accompagné d'un Perrier. Vers 16 heures, nous prenons possession de notre dortoir. Olivier nous rejoint vers 18 heures car il travaillait aujourd'hui. Pour le repas du soir (potage et croziflette), nous sommes sur une table de 16 personnes avec deux Québécois ainsi qu'un musicien randonneur qui joue du violoncelle. Après le repas, nous avons donc droit à un concert avec du Bach et du Vivaldi. Pour la nuit, nous sommes 6 dans le dortoir dont les deux Québécois et une jeune randonneuse qui va jusqu'à Nice.

22/7/2017 Refuge de Rosuel - Refuge du Bois 21 Km 8 H 00

Lever à 6 h 30 pour prendre le petit déjeuner à 7 heures. Nous quittons le refuge de Rosuel vers 7 h 30 sous un temps correct. La randonnée commence par une montée qui va se terminer vers midi au col du Plan de Sery.

Avant d'atteindre ce col, nous passons au lac de la Plagne puis au refuge "Entre les Lacs". Après le refuge, la montée se durcit. Après une pause au col à 2609 m, nous attaquons la longue descente vers Champagny. Descente que je pensais facile mais qui va se révéler très dure.

En effet, la pente est abrupte mais surtout parsemée de rochers. Vers 13 heures, nous pique-niquons au-dessus du refuge de Plaisance. Refuge dans lequel nous prenons un café avant d'attaquer à nouveau cette dure descente qui se termine par des gorges au-dessus du refuge du Laisonnay. A partir de ce refuge, nous retrouvons un peu de plat en suivant le Doron de Champagny. Vers 16 h 30, nous arrivons enfin au refuge du Bois à Champagny le Haut. Après l'installation dans les dortoirs, la douche et la lessive, nous profitons d'une bière sur la terrasse. Le temps est resté correct toute la journée. Heureusement car avec de la pluie, la longue descente aurait été très dangereuse. Vers 19 h, nous prenons le repas dans le restaurant très fréquenté du refuge. Comme souvent le repas commence par une soupe suivie d'une daube avec des crozets. Pour dormir, nous sommes installés dans des petits dortoirs de quatre places.

23/7/2017 Refuge du Bois - Refuge du Roc de la Pêche 7 Km 3 H 00

Nous quittons le refuge du Bois après le petit-déjeuner vers 9 h 15. Le temps est toujours correct et nous ne sommes pas pressés car nous avons rendez-vous avec Rose, Jean-Paul et le petit Tristan à Champagny le Bas vers 11 h 00.

La descente se fait en suivant d'abord le torrent du Doron de Champagny puis en montant dans un chemin qui suit les barres rocheuses. Nous atteignons Champagny le Bas un peu avant 11 h où nous nous installons à la terrasse d'un café pour prendre, justement, un café. Avec une parfaite ponctualité, Rose, Jean-Paul et Tristan se garent devant le café à 11 h 05. Nous nous installons, tant bien que mal avec nos sacs à dos dans le Scenic pour monter au-dessus de Pralognan. J'avais prévu de faire cette partie de route avec une navette mais c'est beaucoup mieux avec une voiture particulière et surtout gratuite. Vers midi, nous nous installons sur une table de pique-nique au bord du torrent du Doron de Chavière.

Comme d'habitude, Rose a parfaitement organisé le repas avec tarte au concombre, melon taboulé et deux poulets rôtis. De son côté, Jean-Paul a prévu du vin blanc et un rosé très frais. Il faut dire qu'il fait toujours soleil et que la chaleur donne soif. Après cet excellent repas, vers 14 h 15 je quitte tout ce beau monde pour prendre la montée jusqu'au refuge du Roc de la Pêche que j'atteins vers 15 h 15. Ce refuge luxueux est situé dans un site grandiose avec de nombreux sommets de plus de 3000 m. J'étais déjà monté en raquette dans ce refuge avec Fabienne et Olivier en février. La vallée est différente en été mais toujours aussi belle. Après mon installation dans la chambre, je vais boire un Perrier-menthe sur la terrasse très ensoleillée. De nombreux randonneurs en famille s'arrêtent dans le refuge pour boire un coup. Pour le repas du soir, je suis seul dans ce grand refuge. Heureusement, le gérant me tient compagnie. Hier ils avaient 40 personnes. Comme souvent, le repas commence par une soupe suivie d'un gratin Savoyard puis pour finir, une panacota aux fruits rouges.

24/7/2017 Refuge du Roc de la Pêche – Modane 20 Km 8 H 00

Je quitte le refuge du Roc de la Pêche après le petit-déjeuner vers 6 h 50. Ce matin, pas d'hésitation sur le choix des vêtements car il pleut très fort. Je m'équipe donc avec les vêtements de pluie et je commence la montée. Pendant la montée une serveuse du refuge me double en courant (rage). Vers 9 h 00, je passe sous le refuge de Péclet-Polset et la pluie cesse. Je continue ma montée jusqu'au Col de Chavière. Je passe quelques névés avant le col. Les 200 derniers mètres avant le col sont très durs mais je finis par atteindre le sommet à 2796 m. De même les 200 premiers mètres de descente sont longs car la pente est très raide. Ensuite la descente est longue mais facile jusqu'à Modane. Je m'installe dans l'hôtel Le Commerce vers 15 h 15. Le soir, dîner dans une pizzeria.

25/7/2017 Modane - Refuge du Thabor 12 Km 6 H 30

Je quitte l'hôtel et Modane après le petit-déjeuner et quelques courses vers 7 h 30. Le temps est couvert mais il ne pleut pas. Comme il fait quand même très frais, je mets la veste et le pantalon. Pour quitter Modane, le GR emprunte une vallée encaissée et passe sous un viaduc qui mène au tunnel de Fréjus.

Malheureusement, vers 8 h, il commence à pleuvoir. Vers 10 heures, j'ai un espoir car le soleil fait une apparition timide. Mais j'aurais de la pluie voire de la grêle par intermittence jusqu'au refuge du Thabor. Vers 11 heures je passe à côté des restes d'un blockhaus situés sous une ancienne caserne. On est pas loin de la frontière Italienne. Le midi, je pique-nique à l'abri de l'escalier d'une grande maison abandonnée avec une quiche achetée le matin à Modane. Dans la journée le brouillard se déchire et me permet d'apercevoir les montagnes aux alentours. Un peu avant 14 heures, je passe au col de la Vallée Étroite à 2434 m. Cette vallée est un territoire annexé par la France à la fin de la seconde guerre mondiale mais habitée par des Italiens. Vers 14 heures je m'installe dans le refuge du Thabor qui sera complet ce soir, soit 48 personnes. Le refuge est hors GR à 15 minutes du col de la Vallée Étroite pour la simple raison que pour obtenir certaines subventions il fallait le construire au-dessus de 2500 m. Il est donc à 2501 m. Pour le repas du soir, la salle à manger est pleine et nous avons du mal à nous entendre parler. Le repas commence par une soupe, une salade, un chili, du fromage et un gâteau au chocolat. Je partage une table avec des Suisses et des Lyonnais.

26/7/2017 Refuge du Thabor - Refuge des Drayères 15 Km 7 H 00

Je quitte le refuge du Thabor vers 8 heures sous le soleil revenu. S'il ne pleut pas il fait très froid. La neige est tombée cette nuit au-dessus de 2700 m. Les montagnes alentour sont couvertes d'une pellicule blanche. Au départ, je repasse au col de la Vallée Étroite. Le chemin est très fréquenté car de nombreux randonneurs vont faire le sommet du Mont Thabor. Dans la matinée, je passe le col des Méandes à 2727 m.

Sur ce col on trouve la bifurcation vers le sommet du Thabor. De nombreux randonneurs me quittent pour faire le sommet. Sommet assez enneigé avec les chutes de la nuit. Je redescends dans une vallée avant d'attaquer le deuxième col de la journée, le col du lac Blanc à 2614 m. Je pique-nique dans une magnifique vallée sillonnée de torrents. Ensuite, j'attaque le troisième col, le col de Muande à 2828 m. Le col est couvert de neige mais heureusement je suis une quinzaine d'Italiens qui me font la trace. La descente dans la neige est périlleuse mais assez facile.

Vers 2600 m la neige disparaît ce qui permet une descente plus facile. Après cette longue descente, j'arrive au refuge des Drayères vers 15 heures. Summum du luxe pour un refuge de montagne, il y a une douche chaude payante. A peine ma douche terminée, le système électrique tombe en panne. Heureusement, la cuisine est faite au gaz mais avec les lampes frontales. Pour le repas du soir, je suis avec un couple de Lyon et un couple de Tours. Le repas commence par une soupe puis un sauté de porc avec du riz et fromage et gâteau.

27/7/2017 Refuge des Drayères - Les Guibertes 20 Km 7 H 00

Cap des 100 Km

Je quitte le refuge des Drayères sous le soleil et en tee-shirt car la température est très bonne. Je commence par une longue descente facile jusqu'au pont de la Souchère. A cet endroit commence la montée au refuge Buffère. Ce charmant refuge est situé à 2000 m dans un très bel alpage parcouru par un ruisseau. Après ce refuge, la montée continue jusqu'au col de Buffère à 2427 m. J'ai rencontré peu de randonneurs dans la montée mais quelques-uns arrivent par l'autre versant. Peu après le col, je m'installe pour pique-niquer puis je m'octroie une longue pause au soleil. La descente à suivre est longue mais facile. Je profite de plusieurs ruisseaux pour mouiller la casquette car la chaleur commence à se faire sentir.

Vers 14 h 30 je m'installe au gîte des Guibertes. Je retrouve de la 4G et du Wifi, la civilisation quoi. Je rattrape mon retard sur les publications. Pour le repas du soir, je suis avec couple de Grenoblois et une jeune fille en vacances. Le repas commence par du melon suivi d'un sauté de dinde au curry.

28/7/2017 Les Guibertes - Le Sarret 20 Km 8 H 00

Départ du gîte des Guibertes un peu avant 8 heures sous un magnifique ciel bleu et un soleil qui commence à taper. La montée commence dès la sortie du village pour rejoindre d'abord la Cabane Peyra Juana qui est un petit restaurant ouvert certainement l'hiver. Dans deux heures je dois passer au Bachas où je vois un télésiège en fonctionnement qui monte du Monetier. Je soupçonne avec intérêt que ce télésiège monte vers un restaurant d'altitude.

Vers 10 h 30, j'atteins la gare d'arrivée du télésiège et miracle un restaurant d'altitude est ouvert. Je bois un Perrier-menthe bien frais sur la terrasse en admirant les montagnes. Mais je dois repartir pour atteindre le col de l'Eychauda à 2425 m. Je passe ce col où je rencontre quelques randonneurs. Aussitôt j'attaque une très longue descente. Je rencontre une baliseuse avec ses petits pots de peinture blanche et rouge. Je la remercie pour le travail bénévole qu'elle fait. Un peu avant le parking du fond de vallée, je m'abrite à l'ombre d'un rocher pour pique-niquer, il est 13 h 30.

Après cette pause, je reprends ma descente pour découvrir vers le parking un chalet buvette. Nouveau Perrier-menthe bien frais. La suite de la descente emprunte une piste et la route pour arriver au Sarret. Je m'installe dans le gîte FFCAM de l'Eychauda vers 16 heures. Immense gîte luxueux pour un gîte du CAF. Il y a même une baignoire dans chaque chambre. Pour le repas du soir nous sommes un vingtaine de personnes à table. Le menu commence par une salade puis du filet mignon de porc avec des pommes de terre au four et enfin fromage et coupe de fruits.

29/7/2017 Le Sarret - La Pousterle 10 Km 4 H 30

Je quitte le hameau du Sarret vers 8 h 30 sous un ciel dégagé même si le soleil est encore caché derrière les montagnes. Je commence par une descente qui va me conduire à Vallouise. Je fais quelques courses dans le village très fréquenté par les touristes. Ensuite, j'attaque une montée facile vers le col de la Pousterle. Je traverse quelques chalets de la station de Puy Saint Vincent. Vers midi, je fais ma pause pique-nique à côté d'une fontaine qui me procure de l'eau fraîche pendant mon repas, un vrai bonheur. Repas somptueux avec des concombres à la crème achetés ce matin à Vallouise. Je profite des passages en ville pour sortir du traditionnel saucisson sec et fromage. Vers 13 heures, j'arrive au refuge de la Pousterle. Petite journée aujourd'hui. Le très beau chalet du refuge perdu dans la montagne est situé en surplomb de la vallée de Fournel que je dois emprunter demain. Ce refuge dispose d'un dortoir de 11 personnes et d'une petite chambre. Je bois d'abord un Perrier-menthe puis je m'installe dans le dortoir car je serai le seul occupant pour ce soir. Pour le repas du soir, je dîne avec les propriétaires très agréables. Le monsieur connaît bien le Vercors. Le repas commence par une salade suivie de diots et d'une excellente croziflette. Après le repas, on fait la course au petit chat de trois mois qui préfère vagabonder dehors.

30/7/2017 La Pousterle - Pré de Chaumette 24 Km 10 H 00

Je quitte le charmant refuge de la Pousterle vers 6 h 00. M Bonhomme s'est levé à 5 h 30 pour me préparer le petit-déjeuner. Je commence par une petite descente pour rejoindre la piste qui monte en rive gauche du torrent du Fournel. Le GR monte en rive droite mais la piste est plus facile. Le ciel est nuageux mais sans pluie. Toute la journée j'ai l'œil rivé sur le Pas de la Cavale au loin pour surveiller les nuages. Vers 8 heures le soleil apparaît mais de gros nuages tantôt blancs tantôt noirs passent au-dessus du Pas de la Cavale. La montée est longue mais facile. Je suis parti avec peu d'eau car M Bonhomme m'a signalé les points de ravitaillement sur mon parcours. Un peu avant mon repas, je fais le plein d'eau fraîche à la source de la Balme. Je pique-nique vers la Grande Cabane habitée par un berger. La fin de la montée au col est très raide mais je passe le Pas de la Cavale vers 14 h. Une longue descente de deux heures et j'arrive au refuge du Pré de la Chaumette. Comme je l'avais prévu, c'est la plus longue et la plus dure étape de tout mon périple. Je m'installe donc dans le refuge vers 16 h où je commence par une bière et une douche chaude payante. Nous sommes une vingtaine de personnes pour le repas du soir. Repas qui commence par une soupe puis côte de porc avec spaghettis suivie du fromage et une tarte.

31/7/2017 Pré de Chaumette - Refuge de Vallonpierre 11 Km 6 H 00

Départ du refuge de la Pré de la Chaumette vers 7 heures après le petit-déjeuner. Contrairement aux annonces météo du gardien du refuge qui prévoyait grand beau temps, le ciel est très couvert mais il ne pleut pas. J'ai trois cols à franchir dans la journée mais je compte bien arriver à Vallonpierre pour manger le midi. La première montée me demande trois heures pour atteindre le col de la Vallette à 2668 m. Après ce col, je redescends dans une vallée verdoyante avec un peu de plat avant de remonter au col du Gouiran à 2597 m. Une nouvelle descente et une nouvelle vallée avant de remonter au col Vallonpierre à 2618 m. Encore une descente et une trentaine de minutes plus tard, j'arrive au refuge de Vallonpierre vers 13 heures. Très joli refuge situé à 2271 m au bord d'un petit lac. Le refuge est entouré d'un chaos de rochers. Je me pose sur une table sur la terrasse pour manger une assiette du refuge composée d'une salade, de jambon sec, de fromage et une belle quantité de ravioles. Je suis rejoint par un couple de Rennais qui était au Pré de la Chaumette. Petit à petit de nombreux randonneurs venant de ce même refuge, arrivent. Le refuge sera complet ce soir (39 places) et des allemands devront dormir dans la salle hors sacs. Je prends une douche chaude payante avant de m'installer dans le dortoir. Pour le repas du soir je suis à table avec un couple déjà rencontré à la Chaumette, deux Anglais et trois jeunes trailers qui font le tour de l'Oisans en cinq jours. Le menu commence par la traditionnelle soupe puis rôti de porc avec haricots verts et riz puis fromage et excellent tiramitsu.

01/08/2017 Refuge de Vallonpierre - La Chapelle Valgaudemar 14 Km 4 H 00

Je quitte le joli site du refuge de Vallonpierre vers 8 heures après le petit-déjeuner. Je commence une longue descente de 1300 m de dénivelé négatif. La descente est plutôt facile et je rejoins bientôt la route qui descend à la Chapelle en Valgaudemar. Une longue descente sur celle - ci puis j'arrive à l'hôtel du Mont Olan à midi.

Je m'installe à une table sur la terrasse pour déjeuner. Je choisis des Oreilles d'Ane, un genre de gratin d'épinards. Après mon repas, je m'installe dans ma chambre pour une bonne douche. Dans l'après-midi, je fais un tour dans le village, tour rapide puisque le village est tout petit. Aujourd'hui, c'était quasiment une journée de repos.

02/08/2017 La Chapelle Valgaudemar - Refuge des Souffles 10 Km 5 H 00

Départ de la Chapelle en Valgaudemar vers 8 h 15 sous un ciel dégagé avec un beau soleil qui commence à taper. Le début de la journée commence par une descente facile jusqu'à Villar-Loubière. Ensuite la montée est très longue mais souvent à l'ombre des quelques arbres. Je pique-nique à l'ombre des arbres. Vers 13 h 15, j'atteins le refuge des Souffles à 1975 m. Le refuge est situé sur alpage en surplomb de la vallée du Valgaudemar. Pour le repas du soir, je suis à une table avec une famille de Belges et leurs quatre enfants. Le repas commence par une soupe suivie d'un bœuf aux trompettes de la mort avec des pâtes.

03/08/2017 Refuge des Souffles - Le Désert 12 Km 5 H 30

Cap des 200 Km

Je quitte le joli refuge des Souffles vers 7 h 30. Le ciel est dégagé et le soleil commence à chauffer. De nombreux randonneurs quittent le refuge en même temps que moi. J'aperçois au loin le Col de la Vaurze à 2515 m. En voyant ce col au loin j'ai toujours l'impression qu'il est impossible d'y monter vu la pente et les barres rocheuses. Mais si, c'est possible car les anciens ont tracé des chemins avec de nombreux lacets qui évitent les pentes impossibles. Je coupe quelques torrents qui descendent en cascade. De nombreuses marmottes s'ébattent dans les pâturages sans être beaucoup dérangées par le passage des randonneurs.

Vers 10 heures, je passe le col où il fait de plus en plus chaud. Le début de la descente est un véritable mur dans la pente de schistes. J'ai plus mal aux bras à force de planter les bâtons qu'aux jambes. Si j'ai monté 700 m, il faut maintenant descendre 1400 m pour rejoindre le Désert en Valjouffrey. La descente est très longue mais s'adoucit un peu vers la fin. J'arrive enfin au hameau vers 13 heures où je trouve rapidement le gîte communal des Arias. Je pose mon sac à dos dans le dortoir avant de m'installer devant une assiette du Désert composée d'une salade, de taboulé, de saucisson, de jambon sec et plusieurs sortes de fromages. Après mon repas, je vais prendre ma douche car chaque dortoir est équipé d'une douche avec lavabo et l'eau chaude est gratuite. Ce refuge est refait à neuf depuis 2014. Je fais un tour dans le village du Désert où je trouve un bistrot. Comme quoi, même dans le désert il y a des bistrots. Pour le repas du soir, nous sommes 7 à table. Deux Anglais rencontrés aux Souffles, deux français rencontrés au Pré de Chaumette il y a trois jours et un couple du nord.

04/08/2017 Le Désert - Valsenestre 14 Km 4 H 30

Je quitte le gîte du Désert vers 8 heures. Il fait beau et déjà chaud. D'ailleurs il a fait chaud toute la nuit. Je décide de prendre une variante que j'avais prévue. Cette variante est plus longue de 4 km mais un peu plus facile. Je commence par descendre la vallée en suivant le torrent de la Bonne jusqu'à la Chapelle en Valjouffrey. J'espérais trouver un bar dans ce village mais rien à part une très belle église. A partir de ce hameau je prends le chemin du facteur qui monte dans la vallée de Valsenestre. Je suis toujours un torrent au bord duquel je fais la pause pique-nique et j'en profite pour tremper la poche à eau dans l'eau fraîche qui descend de la montagne. Vers 12 h 30 j'arrive au gîte du Bérenger à Valsenestre. J'y retrouve un jeune randonneur bien chargé qui bivouaque autour des refuges. Je l'ai rencontré aux Souffles puis au Désert et enfin ici. Il comptait continuer vers le lac du Lauvitel et dormir dans la cabane de la Selle. Mais je lui annonce avoir lu sur une pancarte que cette cabane est fermée car réservée au berger. Ce que lui confirme la dame du gîte. Pour ma part, je bois un Perrier-menthe puis je m'installe dans ce très beau gîte d'étape. Pour le repas du soir, nous sommes une vingtaine de personnes à table. Le menu commence par un grand plat de crudités suivi d'un plat de poisson (exceptionnel dans un gîte) avec un risotto de pommes de terre et une coupe de fruits. Je suis à table avec Julien, le jeune randonneur chargé qui a finalement décidé de dormir ici. J'ai aussi avec moi les deux Anglais que je suis depuis plusieurs jours.

05/08/2017 Valsenestre - Refuge de la Muzelle 9 Km 6 H 30

Je quitte le gîte du Berenger et Valsenestre à 7 h 00 toujours sous un ciel très bleu. Pour l'instant, le soleil est caché derrière les montagnes. La montée commence d'abord en sous - bois puis dans les pâturages. Vers 8 h 30, je passe à côté d'une cabane de berger qui dispose d'un abreuvoir sous une source fraiche dans lequel trempent des canettes de bière. Au-dessus une affiche signale : "Elixir du berger anti canicule, prix libre servez-vous". Je serais passé là dans l'après-midi, je pense que j'en aurais profité. Mais moi, je dois continuer ma montée car le col est en vue mais très loin. Le vallon dans lequel je monte est très beau avec quelques pâturages. Je passe bientôt sous une cabane de berger toute neuve. Plus j'approche du col plus la montée est raide. On dirait un mur ! Un peu après 11 heures, j'atteins enfin le col de la Muzelle à 2613 m. Le col très peu large est fermé par une barrière pour que les moutons ne passent pas de l'autre côté. Je vois au loin le lac et le refuge de la Muzelle. La descente est assez facile mais longue. Vers midi je m'arrête au bord d'un torrent pour rafraîchir ma poche à eau et pique-niquer. Vers 13 h 30, je m'installe au refuge de la Muzelle. Le refuge est bondé avec plus de 80 personnes pour le repas. Je retrouve un couple de la région parisienne et les deux Anglais. Pour le repas du soir, il y a deux services, je suis à celui de 18 h 30. Le menu commence par une soupe suivie de saucisses avec une simili tartiflette fromage et fruits au sirop.

06/08/2017 Refuge de la Muzelle – Mizoën 10 Km 6 H 00

Pour la nuit, j'ai réussi à garder la porte fenêtre ouverte car un dortoir de 30 personnes, ça dégage de la chaleur. Je quitte le refuge de la Muzelle, malheureusement, sous le brouillard un peu avant 7 heures. J'ai une belle descente de 1200 m à faire pour rejoindre Venosc. Je chemine entre les torrents et les cascades que je devine quelques fois dans le brouillard. Vers 9 h 30 j'arrive à Venosc où je me dirige vers le départ de la télécabine qui monte aux Deux Alpes. La station organise un défilé en costume et avec toutes sortes de véhicules anciens. Je fais quelques courses et une pause dans un bar pour regarder le défilé. Peu à peu, le ciel se dégage. Je traverse toute la station pour rejoindre un télésiège qui descend sur Mont de Lans. Je pique-nique à la sortie du village dans un coin à l'ombre avant d'attaquer la descente sur le barrage du lac Chambon. Une petite remontée et j'arrive dans Mizoën où je trouve rapidement le gîte. En fin d'après-midi, Laurent et Hélène, le couple de parisiens arrivent dans mon gîte, ce qui n'était pas prévu. En effet, ils ont réservé au gîte l'Eterlou à Mont de Lans qui n'existe plus et envoyé un acompte à un autre gîte l'Eterlou au Désert en Valjouffrey où nous sommes passés il y a quelques jours. Le repas du soir est pris sur la terrasse avec vue sur les montagnes et le lac Chambon. Le menu commence par une salade avec des lardons suivie d'un gratin de ravioles avec des courgettes et pour finir une tarte.

07/08/2017 Mizoën - Chalets du Fay 9 Km 5 H 30

Je quitte le village de Mizoën vers 8 heures toujours sous un ciel parfaitement bleu. Je monte d'abord à flanc de montagne toujours en surplomb du lac Chambon jusqu'au refuge du Clots. Là, je quitte un peu le GR pour aller voir la magnifique cascade de la Pisse. Au retour, je fais une pause au refuge pour boire un coup. Le premier panneau au refuge indique Chalets du Fay 3 km -3 heures. J'en déduis que la montée va être dure. Quelques temps plus tard, je fais une pause à l'ombre aux Fontaines Pétrifiantes. Ces fontaines sont un ensemble de ruisseaux qui sortent de la roche et constituent la cascade de la Pisse. Encore une petite montée et j'arrive sur la piste qui me conduit aux Chalets du Fay. Je m'installe vers 13 h 30 dans le refuge où je commence par manger une omelette. Dans l'après-midi, je vois passer Hélène et Laurent qui reviennent d'une balade à un lac et sont installés au refuge des Mouterres 200 m en dessous de mon chalet. Je suis sur l'immense plateau d'Emparis qui est un ensemble de pâturages en face des derniers glaciers de l'Oisans. Magnifique spectacle surtout que le ciel est toujours bleu. Le soir, nous sommes 9 à table avec un menu qui commence par une soupe suivie de poitrine de porc avec des farcis puis fromage de leurs chèvres et un flan pour finir.

08/08/2017 Chalets du Fay - Pont d'Arsine 18 Km 6 H 30

Entre 6 h et 7 h un orage assez violent a éclaté au-dessus du chalet. La pluie est bien tombée. Quand je quitte le chalet vers 7 h, il ne pleut plus mais le ciel est couvert. Comme le vent est violent, je mets la veste et le pantalon de pluie. Vers 8 h 30, je passe au col du Souchet à 2365 m et là le ciel se dégage et le soleil fait des apparitions. Je continue la descente jusqu'au Chazelet puis en fond de vallée à la Grave. Je traverse la Romanche où je retrouve Hélène et Laurent qui pique-niquent à l'abri des arbres car il pleut. Pour ma part, je continue à suivre la Romanche jusqu'à Villar-d'Arènes. Je m'arrête sur la place de l'église sous un barnum pour pique-niquer sur un banc à l'abri. Par moments, la pluie redouble d'intensité et l'orage gronde.

Vers 13 h 30, j'arrive enfin au gîte du Pas de l'Ane au Pont d'Arsine. Enfin à l'abri et au sec. Je suis dans un dortoir de huit places mais je suis seul dedans. Pour le repas du soir, c'est apéro et vin avec Laurent et Hélène car c'est notre dernier jour ensemble. Le menu commence par une salade de chèvre chaud suivie d'un paleron avec légumes et polenta puis tarte aux myrtilles. Le soir, il pleut toujours.

09/08/2017 Pont d'Arsine - Les Guibertes 21 Km 6 H 00

Lorsque je m'apprête à partir du Pont d'Arsine à 8 h 00, le ciel est très couvert sur les sommets suite aux orages d'hier. Je décide donc d'utiliser la variante qui passe par le col du Lautaret qui est un peu plus longue en kilomètres mais qui monte moins haut. Je mets la veste car le vent est fort et froid. Je commence par monter au hameau "Le Pied du Col" qui est encore très loin du col du Lautaret. Je marche au milieu des pâturages sous une couverture nuageuse qui s'éclaircie. Un peu avant 10 h, je passe au col du Lautaret à 2057 m où le soleil commence à faire de timides apparitions. A partir de là, je suis la Guisane, un torrent dont les eaux sont grises suite aux orages d'hier. Plus j'avance plus le soleil se montre et me permet d'enlever la veste. Le chemin que j'emprunte est très fréquenté par les VTT. Vers 13 h, je passe au Monetier les Bains où j'achète une salade César au Sherpa du coin. Ensuite, je continue ma descente pour arriver aux Guibertes vers 14 h. Je patiente un peu devant le gîte avant que le gérant n'ouvre la porte. Le soir, il y a une réunion (apéro) des propriétaires et amis du gîte. Pour ma part, je dîne avec un couple de St Étienne qui fait de la rando dans le coin. Le repas commence par une salade de tomates (et oui ça change de la soupe) puis poulet avec des pâtes. FIN DU TOUR DE L'OISANS mais le périple continu.

10/08/2017 Les Guibertes – Briançon 5 Km 2 H 00

En quittant le gîte des Guibertes, je décide de m'offrir une journée de repos. Je me dirige donc vers l'arrêt de car situé sur la grande route de Briançon. A 9 h 36, je prends le car qui me dépose à la gare SNCF de Briançon. Je trouve un coiffeur pour la tonte de l'été puis je monte à la Citadelle. Citadelle que je visite en long et en large même si je connais déjà. Dans l'après-midi, je m'installe dans mon hôtel.

Demain j'attaque le Queyras.

11/08/2017 Briançon - Fonts de Cervières 20 Km 6 H 00

Cap des 300 km

Je quitte Briançon vers 8 heures sous un temps relativement dégagé mais avec un vent froid. Je sors assez rapidement de la ville pour trouver le chemin qui va me conduire aux Fonts de Cervières. Je longe le torrent La Cerveyrette qui sera mon fil conducteur jusqu'au refuge. Dans la matinée, je passe au village de Cervières où je prends un chemin très caillouteux mais qui évite la petite route. Je rejoins finalement la petite route au Mur des Aittes. Il s'agit des ruines des fortifications nombreuses le long de la frontière Italienne. Quelque temps plus tard, je débouche sur une très large plaine marécageuse grâce à la Cerveyrette qui s'étale dans la prairie. Je traverse plusieurs hameaux avec des grands chalets dont un qui vend du fromage. J'en profite pour me ravitailler. Vers 14 heures, j'atteins le refuge des Fonts de Cervières qui est situé à 2035 m au fond de la vallée. Le site est magnifique et ce refuge qui fait restaurant est très fréquenté par de nombreux randonneurs à la journée. Je suis installé dans un petit dortoir seul. Pour le repas du soir nous sommes une trentaine de personnes. Je suis à une table avec un autre randonneur solitaire. Nous commençons le repas par une soupe puis du porc au curry avec des pommes de terre et pour finir fromage puis crème caramel.

12/08/2017 Fonts de Cervières - Le Roux 16 Km 8 H 00

Je quitte les Fonts de Cervières vers 7 heures sous un ciel parfaitement dégagé mais avec un temps très froid. Je dois mettre la veste et les chaussettes qui me servent de gants. Les rochers sont couverts de gelée blanche. Je commence la montée sans le soleil qui est caché derrière les montagnes. Je passe d'abord le col du Petit Malrif à 2830 m puis le pic du Malrif à 2908 m et enfin le col du Malrif à 2866 m. Le soleil donne de plus en plus. Je parcours ensuite un long pierrier sur une pente assez abrupte pour rejoindre le col de Rasis à 2921 m. A cet endroit, je passe en Italie pour rejoindre le col des Thures à 2797 m. Je retrouve la France et commence la très très longue descente vers Le Roux. La descente est très raide au départ du col ce qui impose "le planté de bâton". La fin de la descente suit un torrent et serpente dans les pâturages et les bois. Vers 15 heures j'arrive aux Roux où je m'installe au gîte du Cassu. Il n'y a personne dans le gîte mais mon nom est marqué en face du dortoir l'Orchys. C'était une étape assez dure de 1100 m de dénivelé positif avec quatre cols, un pic et une descente de 1400 m. Pour le repas du soir, je dîne avec un couple qui fait le tour du Queyras avec la tente et un monsieur qui navigue entre le Queyras et l'Italie.

13/08/2017 Le Roux - La Monta 12 Km 5 H 30

Je quitte le charmant hameau du Roux vers 7 h 15 sous un ciel très couvert mais il ne pleut pas et il ne fait pas froid. Je traverse le torrent avant de commencer la montée dans les sous-bois. A la sortie de la forêt, je chemine dans les pâturages où je croise un grand troupeau de bovins bruyants. Vers 10 heures je passe la Collette de Gilly à 2366 m. A partir de cet endroit, je suis la crête qui monte encore dur pour atteindre la Crête de Gilly à 2584 m. Cette crête m'ouvre la vue sur les deux vallées. D'un côté je vois le hameau de Valpreyvere situé au-dessus du Roux et de l'autre Abriès et Ristolas. Les paysages sont magnifiques surtout que le soleil tente de timides apparitions. Je parcours ensuite la crête de Peyra Plata avant de commencer la longue descente vers le refuge de la Monta, refuge que j'atteins un peu avant 13 heures. Je mange une omelette salade et crudités avant de m'installer dans mon dortoir de 10 places. Vers 18 heures, un groupe de 11 personnes s'installent dans le dortoir à côté du mien. Pour le repas du soir, je dîne avec un couple qui mange au gîte mais dort en tente. Le menu commence par une salade et des crudités puis sauté de porc au curry avec des spaghettis.

14/08/2017 La Monta - Refuge Agnel 12 Km 5 H 30

Je quitte le refuge de la Monta vers 8 heures sous un ciel bleu avec quelques nuages. J'attaque tout de suite la montée sans rencontrer beaucoup de randonneurs. Quand j'arrive au lac Egorgéou à 2394 m, je trouve quelques randonneurs autour du lac. Je continue la montée pour rejoindre le lac Foréant à 2618 m. Là je rencontre beaucoup de monde car ce lac est accessible assez facilement par le col vieux en partant du parking du refuge Agnel. Je pique-nique dans un coin tranquille au bord du lac. Je termine la montée en rejoignant le col Vieux à 2806 m. Fin des 1200 m de montée. Une descente courte et facile et j'arrive au refuge Agnel vers 13 h 30. Je bois un Orangina et je m'installe tout de suite dans un petit dortoir de 7 places. Je suis rejoint plus tard par un groupe de 5 randonneurs. Pour le repas du soir je suis sur une table de 9 personnes dont un groupe avec des enfants et des ânes. Rassurez-vous, les ânes ne sont pas à table avec nous. Je suis aussi avec un groupe dont une dame a son fils à la Côte d'Aime. Le menu commence par la traditionnelle soupe puis du porc avec du boulgour enfin salade et dessert. Le refuge n'est pas plein car nous sommes une soixantaine de personnes pour le repas et le refuge peut en loger 80.

15/08/2017 Refuge Agnel - Saint Véran 13 Km 6 H 00

Quand je pars du refuge Agnel à 2580 m un peu avant 8 heures, il fait froid mais le ciel est d'un bleu immaculé. Je traverse quelques passerelles en bois au-dessus des ruisseaux qui sont toutes blanches de la gelée de la nuit. Je commence tout de suite la montée facile vers le col de Chamoussière que j'atteins vers 9 h 30. Je suis à 2884 m et comme il fait beau et que j'ai du temps, je décide de monter au pic Caramantran situé juste au-dessus du col. Un randonneur m'a dit que la montée est très facile et que la vue sur l'Italie est belle. En à peine une heure, j'arrive au sommet à 3025 m. Je profite rapidement de la vue car le vent est très froid puis je redescends au col. A partir du col une longue descente très facile m'attend pour rejoindre St Véran. Un peu avant midi je passe non loin de la Chapelle de Clausis située sur une butte et visible de loin. Je monte y faire un tour avec de nombreux autres touristes. Je dis touristes car des navettes montent les gens de St Véran au parking sous la chapelle. Après mon tour de la chapelle qui est fermée, je redescends pour trouver un endroit pour faire la pause de midi. Quelque temps plus tard je m'installe à l'ombre au bord du torrent pour pique-niquer. Après ma pause je reprends le long du torrent jusqu'au Pont Vieux dans les bas du village. Une dernière petite montée et je m'installe dans le gîte Les Gabelous où je suis dans une chambre seul. Après ma douche, je vais visiter ce magnifique village de St Véran qui est la plus haute commune d'Europe à 2040 m. Le territoire de St Véran est de 4475 hectares soit la moitié de la surface de Paris. Le soleil est là 300 jours par an mais avec des hivers où les hauteurs de neige peuvent atteindre 7 m. Comme lors de toutes visites touristiques, je suis obligé de faire une pause à la terrasse d'un bar pour admirer la vue sur les montagnes alentour. Le gîte est bien rempli et nous sommes une quarantaine de personnes pour le repas du soir. Le menu commence par des crudités, de la soupe, bœuf bourguignon avec polenta, salade, fromage et clafoutis. Un repas copieux pour les randonneurs.

16/08/2017 Saint Véran - Ceillac 13 Km 5 H 30

Je quitte le joli village de St Véran vers 8 heures toujours sous un ciel parfaitement bleu. Je commence d'abord par descendre pour rejoindre le fond de vallée et le pont du Moulin. Cet endroit est équipé de tables de pique-nique et d'un point d'eau potable ce qui implique de nombreux bivouacs dans les pâturages autour du torrent. A partir de là, la montée commence et va me conduire lentement mais sûrement au col des Estronques. Je marche souvent en sous-bois ou dans les pâturages. En me retournant, je garde une vue sur St Véran jusqu'au col. Vers 11 heures, je passe le col des Estronques à 2651 m. Beaucoup de vent là-haut. Après le col, je commence la longue descente facile vers Ceillac dans laquelle je croise de nombreux randonneurs. Après mon pique-nique, je rejoins la petite route qui va me conduire par les gorges jusqu'à Ceillac. Vers 13 h 30, je m'arrête d'abord au bar pour boire un Perrier-menthe avant de rejoindre le gîte. Ensuite, je m'installe au gîte Les Baladins que je connais bien pour y être passé 5 ou 6 fois. Dans l'après-midi, je vais faire des courses à l'épicerie du village où je rencontre un couple que j'avais connu au gîte Le Cassu aux Roux. Leur périple est fini mais ils vont rester quelques jours dans le coin et monter au Lac Miroir. Le soir, je dîne à une table de cinq personnes dont deux "Flamant". Comme souvent, le repas commence par la soupe suivie d'un tajine puis fromage et dessert.

17/08/2017 Ceillac - Basse Rua 15 Km 8 H 00

Cap des 400 Km

Je quitte le gîte Les Baladins et Ceillac vers 7 h 30 sous un ciel toujours bleu malgré la pluie d'hier soir. Le chemin que j'emprunte part à 100 m du gîte. Je traverse le torrent et attaque tout de suite la montée en sous-bois. Un peu avant 10 h, je passe au Belvédère de la Mourière à 2320 m. Mais ce n'est pas fini car je dois redescendre à la bergerie d'Andrevez. Jolie bergerie toute neuve qui dispose d'une bonne source d'eau fraîche. A partir de là, je reprends une montée qui va être très longue. Vers 13 heures, je rejoins la crête de Cugulet à 2638 m. Alors commence une longue descente de 2 h 30. La partie finale se transforme en via ferrata avec quelques passages avec des câbles et des échelles. Enfin, vers 15 h 30 j'arrive au refuge de Basse Rua après 1300 m de dénivelé positif et 1200 m de négatif. Je commence par boire tout de suite un Orangina bien frais avant de m'installer dans mon dortoir. Le refuge est situé dans cadre verdoyant mais très fréquenté car une petite route monte de Guillestre. Nous sommes trois dans un dortoir de dix personnes. Pour le repas du soir je suis à une table de huit personnes dont un couple de la Manche qui dort dans un des deux tipis. Le menu commence par une soupe suivie d'un sauté de dinde au curry avec du riz puis fromage et crumble aux fruits.

18/08/2017 Basse Rua – Fouillouse 16 Km 7 H 30

Je quitte le refuge de Basse Rua vers 7 h 30 toujours sous un ciel parfaitement bleu. La vallée a subi un orage la semaine dernière qui a provoqué des coulées de boue et de rochers. J'ai un peu de mal à trouver mon chemin dans ces amas de rochers et de troncs d'arbres. La montée doit me permettre d'atteindre et de franchir une barre rocheuse toujours impressionnante vue du bas. Mais le chemin monte facilement avec de nombreux lacets. Une fois passé le sommet de la barre rocheuse, je débouche dans un vallon très vert. C'est ma journée faune car une marmotte siffle à dix mètres de moi mais reste debout en m'observant. Quelque temps plus tard un groupe de chamois broutent au-dessus de moi sans être perturbés par ma présence. Je chemine tranquillement en montant dans ce joli vallon pour atteindre le col de Serenne à 2670 m vers 11 heures. Je rencontre pour la première fois aujourd'hui deux randonneurs au col. Il faut dire que je ne suis pas sur un GR. La descente est très facile pendant deux heures mais devient très très raide vers la fin. Après avoir bien maîtrisé le planté de bâton, j'atteins la route qui longe l'Ubaye. Une dernière montée et j'arrive dans le hameau de Fouillouse vers 15 heures. Je m'installe dans le gîte que je connais bien et qui est toujours très fréquenté par les randonneurs à la journée. Le soir, nous sommes une cinquantaine de personnes dans la salle. Je suis à une table de cinq personnes dont trois Hauts-Savoyards et un de Montpellier. Le menu commence par la traditionnelle soupe suivie d'un rôti de porc avec du riz puis fromage et banane flambée avec glace.

19/08/2017 Fouillouse - Larche 14 Km 5 H 30

Je quitte Fouillouse vers 7 h 30 toujours sous un beau ciel bleu malgré la perturbation pluvieuse d'hier soir. Je traverse le hameau de dix maisons avant d'attaquer la montée vers le col du Vallonnet. A la sortie du hameau, je rencontre un couple de jeunes randonneurs dont lui a du mal à marcher suite à des piqûres d'insectes au mollet. Un groupe de quatre Suissesses lui donne un produit désinfectant. Un peu avant 10 heures, je passe le col du Vallonnet à 2524 m. Je redescends dans le vallon couvert de pâturages et je croise un grand troupeau de moutons mené par une bergère. Je suis obligé de me frayer un chemin au milieu du troupeau. Deux ânes en liberté suivent le troupeau. Quelque temps plus tard, je reprends la montée vers le col de Mallemort que je passe à 2558 m vers 11 heures. Le col surplombe le fort en ruine de Viraysse. La descente vers Larche est longue mais facile. Un peu au-dessus de Larche, je passe au point d'appui 1893, une casemate qui a résisté aux Italiens en 1940. Vers 13 heures je m'installe à l'Auberge du Lauzanier où je commence par manger un osso-bucco sur la terrasse. Je retrouve le couple de jeunes rencontré le matin. Le soir, nous sommes une trentaine de personnes dans la salle de restaurant. Le menu commence par un melon au jambon (ça change de la soupe) puis filet mignon avec ravioles au fromage.

20/08/2017 Larche – Bousiéyas 20 Km 7 H 30

Je quitte l'Auberge du Lauzanier vers 7 h 30 toujours sous un ciel parfaitement bleu. J'ai un long morceau de petite route pour monter au parking des départs de randonnées. Cette route monte lentement mais facilement. A partir du parking, la montée continue dans un chemin très bien entretenu avec des fonds Européens. Je double un groupe d'Allemands qui font souvent des pauses. Dans la matinée, je passe au très beau lac du Lauzanier. Il est un peu tôt pour y trouver des randonneurs. Après le lac, la montée devient plus forte pour rejoindre le Pas de la Cavale à 2671 m. Juste derrière le col, la descente est très raide le long d'une falaise. Heureusement la partie raide est courte et je chemine bientôt dans des pâturages vallonnés. Je pique-nique à l'ombre d'une cabane de berger juste avant d'attaquer la montée vers le col des Fourches. Je passe le col des Fourches vers 14 heures à 2261 m. Le col est défendu par quelques blockhaus encore en bon état. Quelques minutes plus tard je passe dans les anciens baraquements du camp des Fourches. Ces ruines sont traversées par la route qui descend du col de la Bonnette. Une petite descente puis j'arrive au gîte communal de Bousiéyas. Ce gîte est très fréquenté par les nombreux motards qui montent sur la route du col de la Bonnette. Le gîte dispose de seize places et il est complet. Je retrouve le groupe d'Allemands rencontrés ce matin. Le soir nous mangeons sur la terrasse avec vue sur la montagne. Repas servi à l'assiette qui commence par un velouté de carottes puis pintade aux champignons avec tagliatelles et haricots verts et pour finir un chaud froid de châtaignes et chocolat.

21/08/2017 Bousiéyas – Bayasse 17 Km 7 H 00

Je quitte le gîte communal de Bousiéyas vers 7 h 30 toujours sous un magnifique ciel bleu. Au départ, je prends le GR5 jusqu'au rocher du Prêtre. Là, je prends un sentier qui monte dans le vallon de l'Alpe. Dans la matinée, je passe le col de Colombard à 2539 m. A partir de ce col, je prends un sentier qui chemine tranquillement en courbe de niveau sur trois kilomètres pour rejoindre le col de la Moutière à 2434 m. Ce sentier est tellement facile que je me demande pourquoi la montagne n'a pas été faite plate. Au col comme souvent non loin de la frontière, on trouve des fortifications. A partir du col, commence la descente longue mais facile sur une piste forestière. Je m'arrête pique-niquer au bord d'un torrent mais surtout à l'ombre des arbres dans ce vallon verdoyant. Quelque temps plus tard je passe dans une zone d'expérimentation d'un "Hyper télescope" constitué de plusieurs miroirs disposés dans la vallée. Vers 14 h 30, j'arrive au superbe hôtel-refuge de Bayasse. Un très grand bâtiment sur trois niveaux avec des chambres de luxe. J'ai un lit super large et une salle de bains très grande. Ayant demandé à la personne de l'accueil du gîte de ne pas me retrouver avec un groupe d'étrangers, je suis à la table d'une quinzaine de marseillais. Je n'ai pas besoin de commander du vin, ils s'en occupent. J'ai du rosé à volonté et pour finir de la liqueur de fleurs de mélèze pour arroser le biscuit de Savoie. Le repas commence par une quiche salade puis cuisse de canard et enfin biscuit de Savoie.

22/08/2017 Bayasse - Lac d'Allos 13 Km 6 H 00

Comme d'habitude, le ciel est parfaitement bleu quand je quitte le superbe Refuge Hôtel de Bayasse. Au départ, le sentier suit le torrent qui descend du Col de la Cayole. Dans la matinée, je fais un détour d'au moins 500 mètres pour admirer une jolie cascade. Vers 11 heures je passe au refuge de la Cayole puis au col du même nom. Le col à 2327 m est très fréquenté par les automobilistes et les randonneurs car c'est un point de départ de circuits. Je prends de suite le sentier en file indienne avec les autres randonneurs pour monter au col de la Petite Cayole. De nombreux randonneurs s'arrêtent en chemin au bord d'un petit lac. Vers 12 h 30 je passe le col de la Petite Cayole à 2639 m. De l'autre côté du col je passe au joli lac de la Petite Cayole. Après ce lac, dans la descente, je me retrouve à nouveau seul. Une longue descente facile dans un pâturage très boisé et j'arrive au magnifique lac d'Allos. Il est 14 heures et je me présente pour manger un morceau. Difficile de trouver une table libre car le refuge est très fréquenté car à 45 minutes à pieds d'un parking. Beaucoup de monde autour du lac mais les quidams se limitent au trempage de pieds. Le soir je suis à une table avec deux couples du Jura. Le menu inscrit sur notre table est SST : Soupe, Saucisses lentilles et Tarte.

23/08/2017 Lac d'Allos - Colmars les Alpes 16 Km 6 H 00

Cap des 500 Km

Je quitte le refuge du superbe lac Allos un peu avant 8 heures toujours sous un ciel parfaitement bleu. Aujourd'hui, j'emprunte le GR de pays du Tour du Haut Verdon Nord. Je contourne le lac pour monter à travers les pâturages vers le col de l'Encombrette. Col que je passe à 2527 m vers 9 h 30. Après cette petite montée de 400 m, j'attaque une longue descente de 1400 m. Au départ, la descente est facile et agréable car j'ai une belle vue sur des petits lacs. Plus tard, je passe le Pas de l'Échelle qui porte bien son nom car il s'agit de descendre le long d'une falaise. Pas trop de difficulté car le sentier est bien tracé dans cette paroi rocheuse. Après ce passage impressionnant, je marche longtemps en sous-bois dont l'ombre me fait du bien car la chaleur est toujours plus forte en fin de matinée. Vers midi je pique-nique à l'ombre d'un bachal dans le hameau de Clignon le Haut. A partir de là, la descente est moins agréable car je marche sur une petite route qui va me conduire à Colmars les Alpes. J'arrive dans cette jolie ville fortifiée un peu avant 14 heures. Aussitôt, je m'installe au Gîte Gassendi qui est situé dans une ancienne caserne. Comme j'ai du temps devant moi, je visite le Fort de Savoie qui défend le nord de Colmars et le chemin de ronde de la ville fortifiée. Pour le repas du soir, je suis seul dans le gîte avec un menu qui commence par une assiette de charcuterie puis une cuisse de canard et pour finir des îles flottantes. Ce soir un petit orage a donné quelques gouttes de pluie.

24/08/2017 Colmars - Entraunes 15 Km 6 H 00

Après le petit d'orage d'hier soir, le ciel est couvert quand je quitte Colmars un peu avant 8 heures. En milieu de matinée, le ciel se dégage et le soleil revient franchement. Je chemine sur les pistes de ski nordique de Colmars-Ratery. Vers 11 heures, je passe le col des champs à 2047 m. Ce col porte bien son nom car il est entouré de pâturages avec des vaches et des moutons. La descente est très facile au milieu des pâturages mais les nuages reviennent de plus en plus. J'accélère la descente pour ne pas être pris par la pluie. Malheureusement une heure avant d'arriver, l'orage éclate m'obligeant à mettre les vêtements de pluie. J'arrive vers 14 heures à l'auberge Roche Grande à Entraunes. N'ayant pas pris le temps de manger, je mange à l'abri sur la terrasse de l'hôtel. Après l'installation à l'hôtel, je fais un petit tour rapide dans le village. Rapide car le village est tout petit. A signaler que le Var traverse ce village. Le soir je dîne sur la terrasse avec deux Allemands en randonnée et deux motards, un Français et un Allemand qui se sont rencontrés là. On commence par une quiche puis rôti de porc et gratin Dauphinois et tarte au citron pour finir.

25/08/2017 Entraunes - Châteauneuf d'Entraunes 19 Km 7 H 00

Je quitte Entraunes un peu avant 8 heures sous un ciel parfaitement bleu. Dès la sortie du village, j'attaque une montée assez raide. J'essaye de maintenir un bon rythme car la météo annonce éventuellement de la pluie en début d'après-midi. La montée s'adoucit un peu avant de longer une falaise. A deux reprises, je dois mettre les mains pour escalader les rochers. Ensuite, je passe dans un sentier taillé dans la roche à flanc de falaise. Genre sentier de la Mâture dans les Pyrénées pour ceux qui connaissent. Après ces passages délicats, je monte plus tranquillement en lacets dans les sous-bois. J'entends loin au-dessus de moi les beuglements d'un berger. Quand je me retourne, je vois deux énormes chiens, genre patous, qui me suivent sans aucune agressivité. Ils me suivent pendant un bon quart d'heure pendant que l'autre continue à gueuler sans doute pour faire revenir ses chiens. Vers 11 heures je passe le col des Trente Souches à 2017 m. Il fait toujours un temps magnifique et je m'arrête pique-niquer à l'ombre d'un arbre. La descente jusqu'au hameau des Tourres est longue mais facile. Au hameau je profite d'une fontaine pour boire beaucoup d'eau fraîche. Il me reste 7 kilomètres de pistes pour rejoindre Châteauneuf-d'Entraunes. La piste est très belle car elle serpente dans une gorge. Je passe même un tunnel d'une trentaine de mètres. Cette piste a été construite en 1910 pour desservir le hameau des Tourres. Un peu avant 15 heures, j'arrive à Châteauneuf d'Entraunes où le gîte est quasiment la première maison. Ce gîte est installé dans un bâtiment communal qui abrite aussi une fromagerie. J'en profite pour me ravitailler en fromage. Le village de Châteauneuf est planté sur un dôme et nous donne une vue à 360°. Dans l'après-midi, je vais faire un tour dans le village et je profite du Bistrot de Pays. Le patron du gîte est Savoyard de Vulmix et nous échangeons sur les jolis coins de la Tarentaise. En fin d'après-midi, le couple d'Allemands d'hier soir arrive. Ce qui tombe bien pour eux car le patron du gîte parle un peu Allemand. Quelques nuages sont arrivés dans la soirée mais il fait toujours beau. Apéritif sur la terrasse puis repas qui commence par une salade de tomates puis jambon avec des pommes de terre au four.

26/08/2017 Châteauneuf d'Entraunes - Valberg 17 Km 7 H 00

Je quitte le gîte de Châteauneuf d'Entraunes un peu avant 8 heures toujours sous un ciel bleu magnifique. Exceptionnellement je commence par descendre au fond de la gorge suivie hier en arrivant. Je traverse le torrent sur une passerelle avant de commencer ma première montée de la journée. Je rejoins bientôt le hameau de Bouchanières qui fait face au village de Châteauneuf d'Entraunes. Je descends à nouveau dans une autre gorge avant de remonter au col de Ségilière à 1490 m. Nouvelle descente pour rejoindre le village de Péones où se déroule une semaine de fête avec merguez et buvette. Je profite bien sûr de la buvette avec un Orangina bien frais. Je repars rapidement car des nuages inquiétants s'amassent dans le ciel. La montée est raide jusqu'à la station de Valberg. Un peu avant 15 heures, je m'installe à l'hôtel Chastelan. Après mon installation, je vais faire un tour dans le village très animé en été pour une station de sports d'hiver. J'en profite pour prendre un télésiège pour faire une descente en luge d'été. Le soir je dîne dans le restaurant de l'hôtel moins sympathique qu'un repas en gîte au niveau de la convivialité. Néanmoins, le menu change car je commence par un feuilleté de la mer suivi d'un steak tartare puis d'une pêche Melba.

27/08/2017 Valberg - Saint Sauveur sur Tinée 22 Km 7 H 00

Je quitte l'hôtel du Chastelan à Valberg vers 8 heures toujours sous un ciel parfaitement bleu. Je commence d'abord par descendre pour quitter la station de Valberg et arriver au col St Anne à 1551 m. Je marche dans un environnement de pâturages et de petits chalets. De nouveau un peu de descente avant de commencer la remontée vers le col de la Couillole. Vers 11 heures, je passe le col de la Couillole à 1678 m. Un parking permet de stationner pour des départs de sentiers de randonnée. J'attaque la descente pour rejoindre Roubion, un village accroché à une falaise de rochers. Nouvelle petite descente avant d'attaquer la dernière remontée à Roure. Descente finale pour rejoindre Saint Sauveur sur Tinée. Je m'installe au Relais d'Auron vers 15 heures. J'ai le temps de boire une bière car le patron ferme jusqu'à 17 heures. Le soir, je mange en terrasse avec le bruit du ruisseau qui coule à côté. Menu banal avec taboulé et coeur de rumsteack et légumes grillés.

28/08/2017 Saint Sauveur sur Tinée - Saint Martin Vésubie 17 Km 8 H 00

Je quitte St Sauveur sur Tinée vers 7 h 30 et, pour une fois, le ciel est couvert. Malheureusement il fait quand même très chaud. La montée dure commence de suite pour rejoindre Rimplas. Je passe devant une stèle d'un "indien" décédé ici. Dans le charmant village de Rimplas, je fais le plein d'eau fraîche car le village est réputé pour ses eaux. Après ce village, je descends un peu avant de remonter vers le village de La Boline. Je marche sur un sentier très urbanisé mais tranquille. Vers midi, je passe à Saint Dalmas où j'avais dormi lors de mes précédents passages. Là, je me contente de faire des courses dans l'épicerie du village pour acheter une salade de tomates et jambon et une boisson fraîche que je déguste un peu plus loin à l'ombre sur un banc près de l'église. Je reprends ma montée pour rejoindre le col St Martin à 1500 m. Ce col est, en fait, la station de sports d'hiver de La Colmiane. De nombreux restaurants bien remplis en terrasse sont installés sur la station. Quand je descends, je passe sous une tyrolienne énorme qui passe de montagne en montagne. C'est dommage que je n'aie pas trop le temps sinon j'aurais tenté l'expérience. A partir de là, j'attaque une descente courte mais très raide pour rejoindre Saint Martin Vésubie. Je suis passé de la vallée de la Tinée à la vallée de la Vésubie. J'ai un peu de mal à trouver le gîte dans toutes les ruelles du village, mais je finis par m'installer dans le gîte de la Rouguière vers 15 heures. Je suis seul dans une chambre. Le soir, je mange dans une pizzeria juste à côté du gîte.

29/08/2017 Saint Martin Vésubie – Roquebilière 14 Km 4 H 00

Cap des 600 Km

Je quitte le gîte La Rouguière pour faire quelques pas pour prendre le petit-déjeuner dans une boulangerie de la place. Le petit-déjeuner sur la terrasse est l'occasion de longues discussions avec le patron et deux CRS du secours en montagne. Le ciel est revenu à son bleu habituel et vers 8 heures je me décide à quitter Saint Martin Vésubie. Je prends une petite route qui suit la Vésubie relativement à l'ombre. A un moment, cette route rejoint la grande mais je décide de poursuive par un chemin mais sans beaucoup d'espoir. En effet ce chemin est bloqué par le barrage hydro-électrique sur la rivière. Ce que je craignais. Je fais donc demi-tour pour reprendre la grande route et la quitter dès que possible. Je retrouve un peu plus loin un autre chemin qui suit la Vésubie et va me conduire au pont de Roquebillière Vieux. Mais je dois monter dans le village de Roquebillière. C'est jour de marché au village et la place devant le Bar des Sports est très animée. Comme il est un peu plus de midi, je prends le plat du jour dans le restaurant avant de m'installer dans ma chambre. Il fait toujours très chaud. Aujourd'hui, c'était quasiment une étape de repos. Le soir je dîne dans un restaurant en face de mon hôtel car le restaurant de l'hôtel est fermé le mardi soir.

30/08/2017 Roquebilière - Clots 13 Km 6 H 00

Je quitte le Bar des Sports de Roquebillière pour aller faire quelques courses au Vival du village vers 8 heures. Le ciel est toujours bleu et il fait déjà très chaud. Je repasse le pont sur la Vésubie avant d'attaquer la longue montée de la journée. Je monte d'abord au Belvédère, un village perché au-dessus de la Vésubie. Après une heure de montée, le bar des Tilleuls sur la place du village me tend les bras pour boire un Perrier-menthe bien frais. J'en profite pour renouveler l'eau de ma poche à eau avec l'eau bien fraîche de la fontaine. Je continue ma montée en suivant toujours la Gordolasque qui coule bruyamment au fond de la vallée. De nombreux biefs qui captent l'eau du torrent sont aménagés le long de la route ce qui me permet de mouiller la casquette. Il fait toujours très chaud. Vers midi, je passe à la cascade du Ray où je m'arrête pour pique-niquer. Bientôt, je passe au hameau de St Grat où se trouve l'Hôtel du Grand Capelet qui surplombe ma route. Très beau et très grand chalet. Vers 14 heures, j'arrive au Relais des Merveilles dans le hameau des Clôts. Très beau refuge assez fréquenté car accessible par la route. Etape assez facile avec peu de kilomètres mais 1100 m de dénivelé positif. Quelques lapins domestiques se promènent en liberté autour du refuge. Le soir je dîne avec un couple de Nantais qui fait quelques jours de randonnée dans le coin. Le menu commence par une soupe suivie de gnocchis puis fromage et pana cota pour finir.

31/08/2017 Clôts (Relais des Merveilles) - Refuge des Merveilles 8 Km 4 H 00

Il a plu un peu cette nuit et ce matin le ciel est très couvert. Les sommets des montagnes sont cachés dans la brume. Étant donné la météo déplorable, je décide de prendre le raccourci par le pas de l'Arpette plutôt que de passer par le refuge de Nice. La montée est longue (900 m) pour rejoindre le Pas de l'Arpette. Mais dans cette difficile montée je rencontre plusieurs chamois pas farouches qui me permettent de les prendre en photo. Vers 11 h 30, je passe le Pas de l'Arpette à 2511 m. Avant de descendre dans la vallée des Merveilles, un panneau nous avertit de la réglementation très stricte dans cette vallée. Je mets les embouts de caoutchouc à mes bâtons au cas où je marcherais sur une gravure rupestre.

Le temps est toujours bouché avec un vent très froid. Vers midi, je pique-nique à l'abri d'un rocher. Juste après mon pique-nique, la pluie commence à tomber et je renonce à chercher les gravures dans ce mauvais temps. Je me dirige donc vers le refuge des Merveilles situé au milieu des lacs. Le site, à lui tout seul, est une merveille. Le refuge est assez fréquenté, une cinquantaine de personnes contre plus de cent hier soir. Ils n'ont pas de douche chaude mais, chose importante, de la bière pression. En discutant avec un couple venu comme moi par le Pas de l'Arpette, nous décidons d'attendre une amélioration du temps pour aller chercher les gravures rupestres. Malheureusement, le temps ne s'améliore pas, au point que le garde du Mercantour décide d'annuler les visites organisées.

Le soir, je suis à table avec un randonneur solitaire qui descend à Menton direct, un randonneur Niçois qui fait des sommets et une randonneuse elle aussi Niçoise qui va au refuge de Nice. Pour info, le refuge de Nice est situé juste au-dessus de la vallée des Merveilles et non pas à Nice. Cette randonneuse qui est venue en train me propose une nouvelle option pour rejoindre Saorge demain. Descendre par le lac des Mesces jusqu'à St Dalmas de Tende et prendre un train à 12 h 20 pour rejoindre Saorges. Chose importante, le menu commence par une soupe suivie d'une blanquette de veau avec des pâtes. La nuit est difficile car une cinquantaine de dormeurs et beaucoup de ronfleurs dans un même dortoir, ça fait du bruit.

01/09/2017 Refuge des Merveilles – Saorge 24 Km 6 H 00

Je quitte le refuge des Merveilles et son magnifique site vers 7 h 30 sous un ciel parfaitement bleu de nouveau. Comme envisagé hier soir, je décide de prendre le chemin qui passe par le lac des Mesces et rejoindre St Dalmas de Tende. Ce parcours est plus facile et évite de marcher sur la grande route de la vallée de la Roya. La descente est facile mais longue. Je croise de nombreux randonneurs qui montent faire la vallée des Merveilles. Je passe d'abord au lac de la Minière avant de rejoindre le lac des Mesces. Ce sont deux beaux lacs de barrage exploités par EDF.

Vers 12 heures, j'arrive à la gare de St Dalmas de Tende pour prendre le train de 12 h 19. Comme souvent avec la SNCF, le train a dix minutes de retard. Il faut dire que cette ligne est très compliquée car vu les dénivelés, le train tourne en rond dans des tunnels. Il s'agit plutôt d'un mode hélicoïdal pour aider le franchissement des pentes. En fait, on circule quasiment tout le temps sous terre. Heureusement le voyage ne dure que vingt minutes. J'arrive donc vers 13 heures à la gare de Fontan-Saorge qui est située au fond de la vallée. Une petite montée et j'arrive au village de Saorge où les routes s'arrêtent. Je traverse le village dans des petites ruelles puis je passe au monastère Franciscain pour rejoindre le gîte uniquement accessible en quad. Je suis dans un dortoir avec Isabelle, randonneuse solitaire qui est de Montbrison dans la Loire. Je connais bien pour avoir été en vacances à Sauvain. Nous mangeons avec une autre randonneuse qui doit rejoindre des amis à Sospel. Le repas commence par une assiette de légumes en salade puis des courgettes farcies et enfin un clafoutis. Très bon.

02/09/2017 Saorge - Breil sur Roya 10 Km 4 H 00

En quittant le gîte Bergiron à Saorge, je constate que le ciel est bouché par les nuages. Pour quitter Saorge, je repasse au monastère Franciscain avant de rejoindre le fond de la vallée et la Roya. Je prends un chemin qui monte en surplomb de la rivière. Plus j'avance, plus la montée devient dure. Après cette première montée, j'attaque une première descente dans une gorge. Pour sortir de la gorge, la montée est très dure, un vrai mur. J'arrive enfin au sommet et je commence la descente très raide vers Breil sur Roya. Le temps se couvre de plus en plus et le tonnerre gronde. Vers 12 h 30, j'arrive à Breil sur Roya où je me réfugie dans le premier restaurant venu. Un quart d'heure plus tard, l'orage éclate et il tombe des trombes d'eau. Je patiente jusqu'à plus de 14 heures pour avoir une petite accalmie. Je m'équipe et je commence la dernière montée sous la pluie par une petite route. Non loin du gîte, une voiture s'arrête et le patron du gîte me propose de monter dans sa voiture car il va chercher son fils qui est accompagnateur de canyoning. A Breil, nous chargeons le matériel et le fils et je refais la route du gîte pour la troisième fois. Vers 17 heures, Isabelle la randonneuse d'hier soir me rejoint au gîte. Elle a pris la pluie tout l'après-midi. Nous sommes deux dans le gîte et nous avons chacun une chambre. Le soir, nous avons droit aux beignets d'aubergines, omelette aux pommes de terre, omelette aux blettes et pour finir salade de fruits. Le patron du gîte qui est lui aussi accompagnateur en montagne nous raconte l'histoire de la vallée de la Roya.

03/09/2017 Breil sur Roya - Sospel 17 Km 7 H 00

Je quitte le gîte Lisa de Breil sur Roya vers 8 heures à nouveau sous un beau ciel bleu. Sous le soleil, je vois la vallée différemment. Le gîte est juste à côté d'une rivière accessible par un chemin. Je reprends le chemin pour rejoindre la petite route et le GR52A. Je monte tout de suite pour sortir de cette vallée par un chemin en sous-bois. Dans la matinée je passe le col de Brouis à 879 m. Je suis des altitudes des jours précédents. Il est vrai que je me rapproche de la mer. A nouveau une descente puis une montée pour rejoindre le col de Perus à 659 m. Une très longue descente facile me conduit à Sospel. Je passe devant l'hôtel des Étrangers dans lequel je n'ai pas pu réserver car il est réquisitionné par la gendarmerie. Je me présente donc à l'Auberge du Pont Vieux située en face de la rivière et du vieux pont du XVe siècle. Le soir, je dîne dans une pizzeria à côté de l'hôtel.

04/09/2017 Sospel - Menton 22 Km 7 H 00

Cap des 700 Km

Je quitte Sospel un peu avant 8 heures sous un ciel parfaitement bleu. Je monte d'abord au col de Castillon à 706 m. Au col, je prends une piste qui va me conduire à St Agnès. Cette piste facile offre une très belle vue tout du long. Vers 10 heures je m'écrie : I see the sea. Heureusement, je suis seul sur le chemin. Effectivement, la mer Méditerranée s'étale au loin avec Menton à mes pieds. J'admire aussi le village de St Agnès collé sur son rocher. Mais j'ai encore 3 ou 4 heures de marche. Plus tard, je passe sous le village de St Agnès puis une longue descente jusqu'à Menton. Je m'arrête dans le premier bar rencontré dans Menton pour boire un Perrier-menthe. Vers 14 heures je m'installe à l'hôtel de Belgique. Dans l'après-midi, je vais faire la traditionnelle visite à la plage pour un trempage de pieds dans la Méditerranée. Ensuite, visite dans les rues piétonnes de la ville. Le soir, je mange dans un restaurant un Aïoli à la Provençale.

Voici quelques chiffres suite à mon périple dans les Alpes de la Savoie à Menton

- Distance parcourue : environ 700 km
- 46 jours de marche
- 4 départements traversés
- 45000 m de dénivelé positif soit 5 fois l'Everest
- une moyenne de plus de 900 m de dénivelé positif par jour
- Altitude maxi : 3015 m
- Franchissement d'une trentaine de cols

A l'année prochaine.