

COURSE - BALADE - RAID
ERRANCE

Du 15 au 26 Juillet 2015

GR5 : Etape 3 : Pralognan à Larche



Au RDV 6 randonneurs : Christian, Colette, 2 Dominique (1 fille qui sera La Dom, 1 garçon qui sera Le Dom) Jeannot, Vincent.,

MERCREDI 15/07/2015 :

L'équipe de randonneurs se retrouve place Jean Moulin à Reims vers 7h45 ; quelques dernières bises à nos conjoints venus nous accompagner et à 8h15 le top départ est donné.

Cette année nous partons à 2 véhicules : celui de Vincent, où s'installent Jeannot, Colette et La Dom et celui du Dom où prennent place Christian, Brigitte et Marie-Pierre.

Brigitte et Marie-Pierre ne sont pas dans la liste des randonneurs, mais alors pourquoi prennent elles places dans les véhicules ?

Une fois arrivés à Pralognan, les randonneurs partiront pour leur périple de 10 jours pendant que ces dames remonteront toutes les deux avec les deux véhicules à Onnion ; elles vont y passer un petit séjour où leurs copines Véro et Annie viendront les retrouver... tout est étudié !

Brigitte et Marie-Pierre nous rejoindront à la fin de notre 3^{ème} étape, à Larche.

Déjà 2h00 de route, nous faisons une première pause près de Dijon ; nous apprécions de nous dégourdir les jambes.

Jeannot attaque déjà les bonbons Haribo mis gentiment dans son sac par sa douce Annie, Christian a le nez dans les boules chocolatées, quant au Dom qui a une petite fringale, il revient du relais autoroute avec des gaufres, nous rechargeons déjà les batteries avant même d'avoir commencé notre périple.

Nous reprenons la route 20 mn plus tard par 34° dehors ; même mise au minimum, la clim est vivement appréciée ; en ce mercredi, lendemain du 14 juillet, il y a un peu de trafic sur l'autoroute, beaucoup de camions.

Vers 13h00, nous nous arrêtons pour la pause pique-nique à l'aire de l'Isle d'Abeau à proximité de Lyon ; l'Isle d'Abeau est une commune située dans la plaine du Dauphiné, département de l'Isère ; des tables et des bancs sont à notre disposition... en plein soleil, nous opterons pour le repas assis sur l'herbe et à l'ombre !

Le prochain arrêt prévu est Pralognan ; mais nous monterons en voiture jusqu'au site « Les Fontanettes » à 1640 mètres d'altitude ; nous gagnons une heure de marche en dénivelé positif.

C'est là que Brigitte et Marie-Pierre nous quittent ; Marie-Pierre rayonne de bonheur à l'idée de s'installer au volant de la grosse voiture de Vincent ; en plus la route est sinueuse, étroite...

- Brigitte, combien d'heure de route déjà ?
- Ça va aller Marie-Pierre, tu me suis, ça descend, tu n'as qu'à tourner le volant

Pour nos six randonneurs, c'est parti pour la troisième étape : il est à peine 16h00, toujours 34° ; un chemin tranquille, tout en montée pour nous mettre en jambe.

Vers 17h00, le chalet refuge « Les Barmettes » nous tend les bras à 2010 m. Une grande bâtisse en pierre et bois, au pied du refuge dorment des moutons et leurs agneaux , à noter que ces animaux ne bougent pas d'un poil et qu'à notre arrivée plus d'un d'entre nous les ont pris pour des gros cailloux ; un torrent s'écoule tumultueux, il bercera notre nuit ; de la grande terrasse ou du refuge, la vue sur Pralognan et les montagnes environnantes l'encerclant vaut déjà le détour.

Nous sommes regroupés tous les six dans le même dortoir ; néanmoins, un bémol à ce très beau refuge, une seule douche pour tout le monde ! Christian part d'office se laver au torrent.

Installés en terrasse, nous prenons l'apéritif au soleil, à 19h00 il fait encore 28° ; nous avons une pensée pour Nanard, car on nous sert de bonnes bières pressions comme il les aime, au choix de la blanche ou de la blonde. La Dom reste toujours aussi sobre, ce sera une grenadine !



On entend le sifflement des marmottes.

La petite marche nous a mis en appétit, et il faut l'avoir car le repas est délicieux et copieux : soupe de légumes avec des morceaux, assiette garnie de salade, de pâtes et de ratatouille plus une tranche de mouton, en dessert tarte aux myrtilles ou yaourt nature, seul Christian sera raisonnable et résistera à la tentation, contrairement au reste de la troupe qui optera pour la succulente tarte aux myrtilles ;

Il est un peu tôt pour aller au lit (20h00), la soirée se terminera par quelques tours de belote pour certains, sudoku et lecture pour d'autres.

JEUDI 16/07/2015 :



Petit déjeuner traditionnel servi à 7h00 : café ou thé, croissants, pain grillé, beurre, confitures de myrtilles ou de framboises.

Nous partons à 8h00, il fait un peu frisquet, mais très vite la température monte, en même temps que le sentier caillouteux ; nous voilà à 2500 m d'altitude et le palpitant s'active un peu ; on transpire à grosses gouttes... Jeannot élimine les bonbons Haribo avalés la veille ;

Nous pouvons enfin admirer le col de la Vanoise au soleil, les glaciers, le pont du Chanton ; le chemin suit le torrent et nous mène vers le célèbre Lac des Vaches situé dans un décor minéral. Passer sur le chemin dallé qui fait office de gué et poursuivre la montée sur le pierrier, c'est tout simplement magique ; l'année dernière nous avons traversé ce merveilleux décor sous la pluie, le vent et dans le brouillard ; cette année c'est magnifique ; nous prenons le temps d'admirer le glacier de la Grande Casse et la pointe Mathews à 3783m ainsi que le glacier de la Vanoise, qui a fondu en partie en raison de la chaleur de ces dernières semaines ;

Une multitude de kerns sont disposés au milieu de petits torrents peu profonds ; les kerns sont ornés de fanions multicolores ; en passant, comme un jeu, chacun pose des pierres supplémentaires afin d'immortaliser son passage.

Au fil du sentier qui serpente nous rencontrons des marmottes ; le Dom court derrière avec la Go-Pro jusqu'au terrier ; les marmottes sont sympas, elles auraient pu le semer plus facilement.

Nous avons de la descente jusqu'au refuge Entre-Deux-Eaux où nous passerons la nuit.

Aujourd'hui est une petite journée, environ 5h00 de marche. Nous croisons de nombreux randonneurs à la journée, vu le petit sac à dos qu'ils portent.

A 11h30, nous nous posons près du pont de Croé-Vie qui enjambe le torrent la Leisse. Cet ouvrage constitué de pierres est appelé le pont de Croé-Vie ce qui veut dire le pont du mauvais chemin !

En 2014, nous avons posé pour la photo sur ce petit pont, 11 randonneurs regroupés sous une pluie battante, tous encapuchonnés, nos ponchos ruisselant d'eau.

Nous tirons notre pique-nique du sac : chips, tranches de pain de campagne, jambon blanc, beurre, fromage de montagne qui est tellement bien avancé qu'il nous pique la langue, une pomme pour adoucir la bouche, un sachet de figues et d'abricots secs.

Après avoir avalé notre repas, nous descendons au torrent ; les plus courageux y trempent les pieds ; c'est la fonte des neiges et l'eau est glacée ; les pieds sont saisis, on ne les laisse pas longtemps mais qu'est-ce que cela fait du bien ; on fait trempette à plusieurs reprises. Le chaud-froid est un bien être formidable.



Nous rechargeons nos sacs sur le dos, le soleil est au zénith. Vers 13h30, nous sommes au refuge d'Entre-Deux-Eaux ; Bières blondes, cocos, cafés ? Vincent s'empresse de nous servir, mais la réception a une hauteur de porte de 1,70 mètres, il fonce tête baissée, le choc frontal est terrible. Même avec une bonne crème, il a un œuf de caille sur le front !

Après cette parenthèse inattendue, nous prenons possession de nos chambres. Super ! Nous sommes de nouveau tous les six ensemble.

Nous avons du temps devant nous d'ici le dîner, nous partons pour une petite promenade d'une heure, et sans nos sacs, quel bonheur ! Histoire de repérer le chemin du lendemain ; nous passons par l'alpage de Catherine Richard qui vend du fromage et accueille également les randonneurs ; nous apprendrons au fil de la soirée que les propriétaires de notre refuge et Madame Richard ne sont pas « très amis » ;

A notre retour au refuge, c'est la séquence « lessive » ; la Dom propose son tube de Génie sans bouillir ; pas le temps de dire que quelques gouttes suffisent, certains, qui n'ont peut-être pas trop l'habitude de ce produit, sont vite envahis : ça mousse mon Jeannot ! Tu fais des bulles Vincent !

La fameuse douche à l'eau chaude au jeton : si l'une crache bien, l'autre n'est qu'une pissote ; certains auront la chance d'être bien rincés, d'autres un peu moins. Mais ce n'est pas grave, ce sera mieux demain ... ou ce sera pire !

Aucun portable ne passe, alors pour les nouvelles à ceux que nous avons laissés en pays rémois : ça c'est fait !

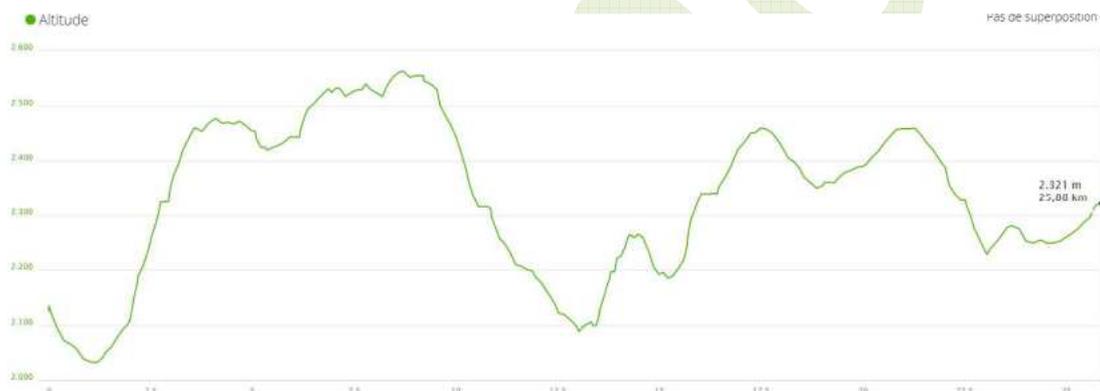
Il est 16h00, la lessive sèche sur les fils, les douches sont prises, il n'y a plus qu'à ne rien faire. Les vacances, le pied quoi !

Le repas est servi à 19h00 : soupe à l'ortie et herbes sauvages, rôti de porc, riz au gruyère et ratatouille, tome de Savoie et Beaufort, mousse au chocolat planté d'un sablé.

Au lit vers 21h00, car demain nous nous levons de bonne heure, une longue journée nous attend.

La cloison en bois du dortoir séparant le réfectoire est mince avec des interstices laissant passer la voix d'un couple qui ont des enfants.

VENDREDI 17/07/2015 :



Debout à 5h50, mais réveillés bien avant du fait que nous nous couchons assez tôt. Christian est satisfait de sa nuit, il a bien dormi et ne s'est pas réveillé pour uriner. Etant en petit comité, chacun raconte un peu ses petits soucis quotidiens.

On s'affaire pour remettre son sac en ordre et passer à la salle de bain. Les douches sont fermées et il n'y a pas d'eau chaude aux lavabos. Nous nous préparons en silence ... ou presque ! La Dom, qui peste après les voisins qui ne se sont pas gênés cette nuit pour se relever à tour de rôle en claquant les portes du dortoir et du refuge, a décrété qu'on ne dormait pas les uns sans les autres...

Le petit déjeuner est servi à 6h30 : café ou thé, pain blanc et pain de campagne, céréales, beurre, confitures de fruits rouges et d'abricots.

Christian va régler la nuitée et tout ce qui va avec, mais un petit problème se pose : il a envoyé des arrhes mais la propriétaire du refuge, qui n'a rien noté, conteste le montant ; affaire à vérifier au retour.

Tout le monde est fin prêt pour un départ à 7h00. Il fait beau, mais juste chaud ce matin et il y a un peu de vent. Chouette, nous commençons la journée par de la descente, car nous voilà partis pour 9h00 de marche, dure journée en perspective avec beaucoup de dénivelé positif.

A 8h00, nous faisons la première pause au Mont de la Para à 2329 m. Depuis une dizaine de minutes, Jeannot, Vincent, le Dom et Colette attendent patiemment Christian et la Dom qui justifient leur retard, ... Christian aurait sifflé là-haut sur la colline, à 2329 m ! Avait-il un petit bouquet d'églantine ?
Zaï Zaï Zaï Zaï !

Au détour d'un sentier et un haut d'une colline, surprise ! Le Dom qui avait pris un peu d'avance nous a improvisé un ravitaillement : une barre de gâteau à la figue chacun, ce qui lui fera 120 g de moins dans son sac ... Il ne perd pas le nord le Président. N'empêche qu'on apprécie tous l'en cas et la petite pause. Au refuge de l'Arpon à 2309 m nous nous attardons un peu plus longtemps. Le refuge est tout neuf et très moderne. Il y a des poules, ça nous réjouit, allez savoir pourquoi ? Ce ne sont que des gallinacés, nous ne sommes pas à Pigalle !

Nous remplissons nos gourdes à la fontaine : l'eau est très fraîche.

Nous reprenons notre route, une pancarte indique 6h00 de marche pour le refuge du Plan Sec. Nous en avons déjà 4 dans les mollets ; le sentier monte encore et toujours, mais cela ne finira-t-il donc jamais !

Euréka ! Voilà enfin de la descente, mais tout dans la caillasse, le sol se dérobe sous nos pieds.

Très vite, le chemin reprend de la hauteur, nous gravissons des rochers, des torrents traversent notre itinéraire à plusieurs reprises, des gros cailloux sont glissants.

Christian, Colette et la Dom se sont fait distancer par Jeannot, Vincent et le Dom. Nous ne voyons plus le GR5. Nous nous repérons à l'aide des kerns mais d'un seul coup, plus rien !

Nous nous trouvons à proximité d'un troupeau de moutons et des chiens de berger, les patous.

La Dom constate très vite qu'ils n'ont pas les dents gâtées et que nous ferions bien de nous en éloigner le plus rapidement possible.

Jeannot les a aperçus et leur fait signe qu'il est sur le GR5 ; il est assez loin et très haut ; pour le rejoindre, nous entamons une montée vertigineuse. Les rochers se transforment en marches géantes que nous grimpons à quatre pattes ; les bâtons nous encomrent plus qu'ils nous aident. C'est exténué, que le trio reforme le groupe.

Après avoir randonné sous une chaleur torride, le soleil se cache et laisse sa place à de gros nuages noirs. L'orage menace et gronde.

13h45 - Nous sortons notre pique-nique : une mini boîte de riz au thon, un sandwich au jambon de montagne très très salé, des chips, une part de fromage, une compote, une madeleine.

Quelques gouttes nous font sortir kway et poncho, et abrègent notre pause casse-croûte. Certains d'entre nous ont anticipé et enfilé les kway un peu tôt, si bien qu'ils macèrent dans leur jus.

Le soleil joue à cache-cache avec l'orage : difficile de choisir, capuche, pas capuche, bras nus, poncho.

Un peu plus tard, nous croisons un berger avec trois chiens. Il interpelle la Dom qui n'a pas de chapeau alors que le soleil brûle. La Dom lui explique qu'entre ondée et soleil, elle ne suivait plus à mettre le chapeau, puis le retirer : « le soleil c'est un coup je te vois, un coup je te vois plus ». Le berger sourit et dit qu'il porte toujours un pantalon et une chemise à manches longues, un foulard sous le chapeau de cuir pour garder la sueur au maximum et éviter la déshydratation de la peau. Nous engageons la conversation : il nous raconte que fin septembre, il partira au Costa Rica, le pays de l'écologie, de la nature, des papillons et des fleurs.

La dernière partie de la journée se fait sur un parcours très agréable et magnifique. Tout en marchant, Christian se demande s'il va y arriver. Les 2,5 litres d'eau pèsent dans son sac et il pense beaucoup à Bernard Gillet. Par moment, il doute et il commence à être fatigué. Il se demande s'il va y arriver. A midi, il s'est forcé à avaler son pique-nique ; il ne l'a pas trouvé terrible. La journée est prévue avec 9h30 de randonnée, ne serait-ce pas un peu long ?

Mais bientôt l'orage s'installe et les gouttes d'eau sont de plus en plus grosses. Quelques éclairs zèbrent le ciel et le tonnerre gronde de plus en plus fort. Nous accélérons la cadence.

Dans vingt minutes nous atteindrons le refuge du Plan Sec. Deux sentiers s'offrent à nous, on hésite, par chance on prend le bon chemin. A la pluie, ont succéder les grêlons gros comme des pois ; ils nous cinglent les bras, les jambes et le visage. Ils rebondissent sur nos capuches et nous font mal. Colette craint pour ses lunettes.

Ironie du sort : nous arrivons complètement rincés au refuge du Plan Sec !

Ces trois petits chalets de pierres, bois et lauzes blottis à 2 320 m d'altitude sont d'anciens chalets d'alpage entièrement restaurés.

Nous sommes installés dans une même chambre avec une cloison qui isole deux lits superposés : idéale pour les deux filles.

Nous allons à la douche : l'eau est tantôt chaude, tantôt froide. Nous nous lavons par épisode ; il faut trouver le bon moment pour se rincer ! Si ça crie dans la cabine, c'est que c'était de l'eau froide !

La grêle a cessé, mais il pleut toujours, pas de lessive pour ce soir. Les vêtements mouillés vont avoir du mal à sécher.

Les garçons tapent déjà la belote ; on sort les chips que certains d'entre nous n'ont pas mangé le midi en perspective de l'apéritif du soir ;

Colette et la Dom se réchauffent à la chaleur d'un bon feu de cheminée.

A 19h00, nous passons à table. Au menu : soupe de poireaux pommes de terre et « herbes » de montagne, ça en dit long. La soupe, qui a une texture de flotte, est servie avec des croûtons ce qui relève le niveau. On enchaîne avec de la ratatouille et de la polenta, en viande du sauté de volaille, puis salade verte du jardin, crème brûlée flambée au Génépi (sans pour la Dom).



Il est 20h00 et le soleil est de retour. Tout le monde est fatigué et nous nous couchons de bonne heure.

SAMEDI 18/07/2015 :



Il est à peine 6h00 et nous voilà déjà tous dans le rangement de nos sacs. Certains sont même passés à la salle de bain.

Le petit déjeuner est servi à partir de 6h30, nous sommes au rendez-vous pour avaler café, thé, beurre et confitures d'abricots, pain de campagne, biscottes, croissants, pains au lait, céréales.

Et l'on repart le long des chemins fait de rochers, petits torrents ; la descente est technique, quelques rochers sont hauts et ne sachant où poser les pieds, la Dom les descend sur les fesses, lentement, mais sûrement.

Puis nous continuons sur un sentier sinueux ; il monte sévèrement. Nous surplombons deux barrages avec usine électrique : les deux lacs du plan d'Amont et d'Aval ; dans le paysage s'incrument des cascades, nous traversons un pierrier de cailloux bleus-verts.



Nous empruntons un chemin forestier très poussiéreux. Des racines et des cailloux éprouvent nos chevilles et nos pieds, d'où l'intérêt d'être bien chaussé. Nous dépassons un couple d'anglais. La femme a les deux chaussures de rando ouvertes au niveau des orteils, on voit ses chaussettes ! Elle fait un rafistolage de fortune avec du ruban adhésif orange, récupéré au hasard des rencontres.

Dans les descentes vertigineuses qui suivent, l'équipée a une brève pensée pour elle. Nous continuons notre parcours au milieu des sapins et nous respirons à plein poumon cette bonne odeur de sève. Habituellement, quand on dit « ça sent le sapin », ce n'est pas bon signe, mais ici, ça sent bon la nature.

Des bûcherons ont élagué et coupé des arbres, ce qui a provoqué des chutes de pierres. D'énormes blocs de pierre se dressent sur les pans de la montagne que nous sillonnons. Des pancartes nous informent « Ne pas stationner sur 100 m, risque de chutes de pierres ». Très rassurant, on a un panneau à chaque virage du sentier, un virage tous les 50 m ! Tu m'étonnes qu'on ne s'éternise pas sur le site.

C'est avec plaisir que nous arrivons au hameau d'Amodan. De belles petites maisons, fermées mais bien fleuries, jalonnent la route. Entre deux maisons s'ouvre une clairière avec de l'ombre, un petit torrent et un point d'eau fraîche et potable. Le bonheur pour les randonneurs que nous sommes.

Nous mettons nos pieds à l'air, il est très agréable d'ôter chaussures et chaussettes. Les plus téméraires plongeront les pieds dans le torrent, seulement quelques minutes car l'eau est glaciale. Au sortir de l'eau, les pieds sont tout blancs, puis deviennent tout rouge.

Il est 11h45, l'heure et l'endroit idéal pour sortir les pique-niques : sandwich saucisson gruyère, riz au thon, pomme, orange, barre de céréales, pâte de fruit.

Surprise pour certains d'entre nous : la salade de riz au thon a fui dans quelques sacs. D'autres plus prévoyants avaient pensé à la fameuse boîte

Tupperware !

En fait, tout le monde a sa boîte en plastique : Jeannot a mis ses chaussettes dedans et Vincent la pharmacie !

Après une bonne heure de pause déjeuner, nous reprenons le cours de notre route.

Nous nous engageons sur un raccourci que la gérante du refuge du Plan Sec nous a indiqué la veille. Ça commence par un petit chemin bien sympathique, une prairie que nous traversons, puis nous nous enfonçons dans la forêt. La belle rando qui se profilait tranquille devient très vite bien compliquée : le sol, encombré de pommes de pins qui roulent sous nos pieds, s'avère être un véritable « casse-gueule ». A tour de rôle, les deux Dom et Colette s'étaleront le postérieur. Pas de bobo, les sacs à dos ont amortis la chute et ont fait « coussin ». On n'en voit pas le bout de ce foutu raccourci à la gomme !

Enfin, nous arrivons à Modane. La descente sur les pommes de pins a bien duré une demi-heure.

Modane est une commune de la vallée de la Maurienne. Commune que nous devons traverser, mais nous avons perdu le GR5. On cherche, on tourne, on vire du côté de la mairie, on grimpe dans les rues de Modane sous un soleil de plomb : soleil, béton, goudron après la pause pique-nique en guise de digestion, on espérait mieux.

Nous continuons un peu au hasard ; si nous n'avons pas retrouvé le GR5 du premier coup, au moins nous n'avons pas eu besoin de rebrousser chemin.

Lors de nos retrouvailles avec le GR5, celui-ci nous annonce que notre gîte du soir « Les Tavernes » est à 2h00 de marche. C'est cool, il est 13h30 ! Un bémol quand même, nous sommes à 1060 m d'altitude et le gîte est à 1640 m.

Il fait très très chaud ; on arpente des montées à vous couper le souffle. On avance de 100 m, on a 100 m de dénivelé positif, on respire à fond sur 50 m de plat et c'est reparti pour de la grimpe folle.

Heureusement il y a de l'ombre et nous ne sommes pas exposés au soleil. Il y a de l'air. Christian repense à Bernard Gillet. Quelquefois il peine. La Dom décide de rester avec Christian. Ils arrêtent toutes les vingt minutes pour souffler, s'éponger et boire. Quelques minutes seulement suffisent pour reprendre haleine.

Le GR5 continue son parcours sur la route qui mène à Val Fréjus. Une route faite de lacets, c'est la montagne. Cette portion n'est pas particulièrement agréable : on suit la route sous le soleil qui tape et le goudron qui fond, les voitures roulent comme des furies et se moquent bien des piétons pour qui rien n'est aménagé à cet endroit. C'est dangereux.

Au détour du GR5 qui reprend son ascension sur un chemin forestier, le Dom est parti à la rencontre de Christian et la Dom ; apparemment, ces deux-là ne s'en font pas, pendant que le reste de la troupe s'inquiète !

Le temps de se regrouper, une pause et nous nous remettons en marche au fil du sentier montant. Très vite, Christian et la Dom sont de nouveau distancés mais ils s'en moquent, ils admirent le paysage et s'attardent à la Chapelle suspendue.

Des messes y sont célébrées régulièrement. Des fleurs fraîches sont déposées dans un vase à l'entrée de la chapelle, les flammes de quelques cierges vacillent à notre passage.

Construite au XVème siècle dans un site impressionnant, au flanc des profondes gorges du torrent du Grand Vallon : la chapelle du Charmaix.

Ce sanctuaire qui abrite une vierge noire est un lieu de pèlerinage. On attribue de nombreux miracles à Notre Dame du Charmaix.

Encore aujourd'hui, le premier dimanche de septembre, les pèlerins partent de l'église de Modane et font halte à chacun des 15 oratoires qui jalonnent le parcours ; oratoires que nous avons pu contempler depuis notre départ de Modane.

De nos jours, le magnifique pont de pierres, à la solidité éprouvée, permet de franchir le torrent en toute sécurité, mais à l'époque de la construction de la chapelle, une passerelle incertaine en bois permettait de franchir le torrent parfois impétueux. Cette traversée devait donner quelques sueurs froides aux voyageurs. Une prière à la Vierge de l'oratoire était alors de nature à les rassurer.



Après ce passage culturel, nous entrons dans Val Fréjus. La traversée de cette station d'hiver et d'été sur le territoire communal de Modane est d'une tristesse sans nom. Village tout en béton, qui attend le tour de France pour le 25 juillet prochain, ville étape.

Nous terminons notre étape du jour sur une route tout en goudron, pas terrible.

La journée a été bonne : 25 km de marche avec un dénivelé positif pour la majorité du parcours.

A peine arrivés au gîte « Les Tavernes », un orage éclate. Le gîte, situé dans un environnement calme et montagnard, est un superbe chalet ; l'accueil est charmant et convivial.

Le jeune gérant, Sylvain, passionné de montagne, se montre disponible et sympa. Ils nous montrent notre chambre : formidable, nous dormirons tous les six.

Chambre luxueuse : lavabo, douche avec eau chaude à volonté et les toilettes dans la chambre.

Bientôt la chambre se transforme en fourmilière. Pendant que l'un prend sa douche, l'autre fait sa lessive, un autre est en quête de prises pour recharger les portables ; on fait son lit, on déballe les sacs à dos, ça s'active dans tous les sens, et toujours dans la joie et la bonne humeur !

L'équipe est fin prête pour le dîner servi à 19h30... dans une heure.

Les garçons décident de descendre en salle pour jouer à la belote pendant que les filles se reposent dans la chambre... et tchatchent.

Un groupe d'une vingtaine de cyclistes arrivent au gîte. La station en attend 1700, ils viennent de tous les pays. Ils font l'étape du tour de France en amateur avant le passage des professionnels vendredi 24 juillet ;

A table, nous discutons avec deux de ces cyclistes amateurs. Ils nous expliquent qu'ils partent le lendemain matin à 4h00 pour 140 km. Le départ, de Bourg-Saint-Maurice, est échelonné sur deux heures. Un gros dénivelé positif les attend. L'un d'eux pense mettre 5h00, l'autre part sur 7h00.

Le dîner est royal : soupe à volonté (tomates, pommes de terre, carottes, poivrons et herbes de Provence), cuisses de poulet aux tagliatelles et sauce aux champignons, tome de Savoie, fromage blanc au sucre ou à la confiture, ou pour les plus gourmands, tarte aux pommes ou moelleux aux amandes.

Nous sortons de table repus. Nous regagnons nos chambres afin de nous poser au calme. Les cyclistes sont très bruyants et notre journée a été fatigante.

Très tard dans la soirée, en montant dans leur chambre, les cyclistes font un raffut pas possible ; aucun respect pour autrui. Vers 4h00 du matin, les sportifs quittent le gîte et c'est de nouveau la foire dans les couloirs : éclats de voix, rires, portes qui claquent. Aucun savoir vivre. Ils n'auront pas beaucoup dormis avant d'enfourcher leur vélo.

DIMANCHE 19/07/2015 :



Les joyeux lurons sont partis et le gîte est au calme. Nous sortons du lit vers 6h50.

Un petit déjeuner des plus copieux nous attend, on ne sait que choisir !

Café, thé, beurre doux ou salé, miel, diverses confitures, pas moins de six parfums, pain de campagne, jambon blanc, fromage, fromage blanc, céréales, fruits, compote, jus de fruits.

Avant de quitter le gîte, nous allons saluer et remercier encore ce jeune gérant pour son accueil chaleureux et sa convivialité.

Départ vers 8h00 : aujourd'hui est une petite journée, nous partons pour seulement 3h30 de randonnée, mais tout en dénivelé positif.

Un fléchage vert avec l'indication « ESCARGOT » interpelle la Dom : « tient, ils indiquent les coins à escargots ici, chez nous lorsqu'on connaît un coin à escargots ou à champignons, on se garde bien de le dire à la cantonade ». Non la Dom, ce panneau renseigne les skieurs débutants l'hiver que c'est une piste verte. Elle reconnaît qu'elle n'est jamais allée au sports d'hiver et qu'elle n'avait pas fait le rapprochement, son truc c'est plutôt la thalasso.

Les balises du GR5 sont quelquefois masquées par la végétation, et nous arrivons à un endroit où suivre le bon chemin tient du miracle. Jeannot se place à l'intersection critique et nous crie haut et fort « le GR5 tourne ici » ; nous prenons la bonne direction indiquée par notre éclaireur. Nous continuons entre les arbres et dans un renforcement, à quelques pas de Jeannot, une toile est tendue au ras du sol. Apparemment, deux personnes dorment là-dessous, emmitouflés dans leur duvet, ils ont passé la nuit à la belle étoile.

Jeannot s'égosille toujours « c'est là qu'il faut tourner ». La Dom lui dit « moins fort y'en a qui dorment », mais chacun pense qu'elle plaisante, sauf Vincent qui a vu le campement de fortune et a plaisanté en passant « on vous amène les croissants »... Il ne croit pas si bien dire ! En vue de la grosse journée de la veille, la Dom avait pris deux croissants supplémentaires qu'elle n'a pas mangés. Elle les propose aux campeurs en les prévenant qu'ils sont de la veille et un peu aplatis dans le sac à dos. Ils sont ravis et acceptent avec plaisir.

Ce sont ces petits moments imprévus et les brèves rencontres qui font les joies et la convivialité des randos.

Nous continuons notre parcours à l'ombre, mais ça ne durera pas.



Nous faisons une petite pause au Fort Militaire du Lavoir. Cette construction fait partie des fortifications de la Ligne Maginot. Elle est classée dans les « gros ouvrages », soit une grosse fortification autonome. Ces ouvrages sont composés d'un ensemble de blocs en surface, reliés le plus souvent entre eux par des galeries profondément enterrées, des souterrains où se trouvent magasins, casernement, usines, armement.

Le fort est abandonné et fermé à la visite. Des lignes haute tension lui donne une ambiance techno militaire. Le site est très austère.

La météo prévoit du grand soleil, pas évident. Nous nous enduisonnons généreusement de crème solaire.

Une longue traversée, pour l'instant la montée est régulière, mais pas raide, et donc plutôt agréable dans la fraîcheur du matin. Puis nous passons à côté d'un petit lac bordé de petites fleurs cotonneuses blanches.

Nous prenons notre temps, nous nous arrêtons dans une pâture une demi-heure ; nous sommes en plein soleil et en plein vent.

Un peu plus tard, au col de la Vallée Étroite, à 2405 m d'altitude, pas de fil électrique, pas de remontée mécanique. Le portable ne capte pas. Nous sommes entourés de montagnes. La vue est sublime.

Il est 11h30, il ne fait que 14°, pourtant le soleil donne.

Le plus long est fait... mais pas le plus dur, il reste une belle montée. Il s'agit de franchir la barre rocheuse de l'autre côté de la vallée, et au loin la longue arête qui conduit au sommet du Mont Thabor.

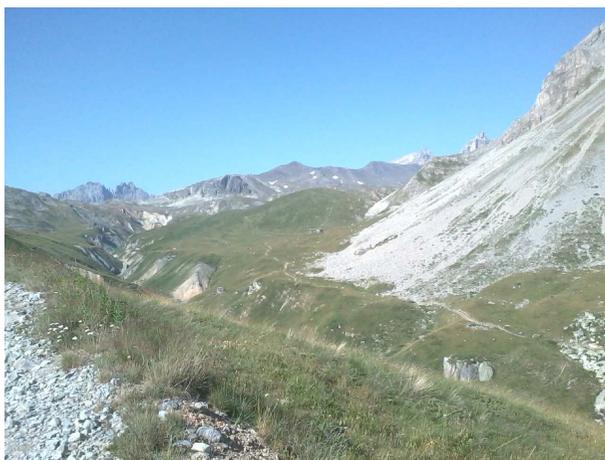
Finis les alpages, nous arrivons dans un monde minéral. La montée devient soutenue et le restera jusqu'au sommet. Le Thabor se dresse maintenant juste en face.

Le Mont Thabor est une vaste taupinière. Rien ne pousse, à part quelques plantes d'altitude : il a certes quelque chose d'un désert.

Cette montagne est différente des cimes rocheuses ou enneigées qui l'entourent.

Enfin nous arrivons au refuge du Mont Thabor. Nous sommes bien installés en terrasse où des tables et des bancs sont à disposition. Nous commandons des bières (des pintes) et un orangina pour la Dom. Nous sortons les chips du pique-nique et voilà l'apéro est servi !

Au menu de ce midi, nous avons sandwich au jambon ou sandwich au thon, tome de Savoie, orange, pomme, barre de céréales.



Le soleil tape et les pintes de bières aussi...

Il est temps de s'installer dans notre chambre. Le refuge est un vrai labyrinthe. Il n'y a pas de douche et seulement trois lavabos où ne coule que de l'eau froide. Nous ferons donc un lavage de chat. Les lingettes seront d'une grande utilité.

Le refuge a trois toilettes, plus une toilette sèche près des chambres qui n'est ouverte que la nuit.

Il est 14h00, après un brin de lessive, nous décidons d'aller nous promener du côté des deux lacs, à proximité du refuge. Ce sont les lacs Sainte Marguerite, le Lac Long et le Lac Rond.



Colette en a assez pour aujourd'hui et préfère se reposer au refuge.

Jeannot part en courant dans la direction des deux lacs. Sans son sac, nous avons vu que ça le démangeait. Le Dom et Christian continue l'ascension jusqu'au Mont Thabor. Vincent et la Dom préservent leurs pieds en vue de la journée du lendemain et font demi-tour.

La Dom rejoint Colette qui, de la terrasse, contemple le paysage. Le temps s'est couvert, des nuages noirs se pointent à l'horizon et le vent s'est levé.

Au retour des promeneurs, qui sont montés jusqu'à la ligne de crête à 2780m, et en attendant l'heure du repas, on tape la belote. Christian va prendre un bain dans le lac le plus proche : le Lac Long. Il nage et traverse le lac, l'eau est à 15°.

A 19h00, le repas est servi. Le refuge affiche complet, une cinquantaine de personnes dans le réfectoire, c'est très bruyant. Nous dînons dans un brouhaha assourdissant.

On nous sert de la soupe de pois cassés avec un soupçon de bière que la Dom a très vite décelé ; puis nous aurons des crudités (salade verte avec des croûtons, du chou et des carottes), des diots très salés accompagnés de riz, de la tome de Savoie, des brownies aux noix.

Les gérants du refuge attirent notre attention sur le fait que nous devons débarrasser nos tables, trier nos déchets dans les différentes poubelles prévues à cet effet. Nous devons également laver notre table. C'est ce dernier détail qui explique pourquoi les tables du réfectoire sont si collantes et si grasses !

Sitôt dîner, nous quittons le réfectoire vraiment trop bruyant à notre goût. Nous filons aux toilettes et aux lavabos pour les brossages de dents, avant que tout le refuge ne débarque dans cet endroit décidément très exigü.

A 21h00 nous sommes tous au lit dans un dortoir conçu pour neuf personnes : deux grands lits superposés de quatre couchettes, plus une couchette à part. Nous partageons notre espace avec un trailer et un couple, dont la dame nous a bien fait profiter de ses dessous, en les faisant sécher au grand vent sur les fils à linge dans un premier temps, puis en les accrochant à la poignée de la fenêtre de notre chambre et à l'échelle des lits superposés pour finir le séchage durant la nuit !

On ne s'étalera pas sur les commentaires et les fous-rire concernant cette exposition inattendue.

C'est dans cette ambiance bon enfant que nous avons cherché, puis enfin trouvé le sommeil.

LUNDI 20/07/2015 :



Nous nous réveillons à 5h45. Il fait une chaleur intenable dans le dortoir. Nous avons dormi la fenêtre ouverte, mais le volet fermé car Colette craignait qu'une bête n'entre dans la chambre, vu que nous sommes au rez-de-chaussée.

Dans la nuit la Dom s'est levée et a cherché la porte des toilettes sèches dans ce labyrinthe de couloirs. Elle y a rencontré Colette qui s'était carrément perdue.

A peine levés, nous nous précipitons aux lavabos, car trois lavabos pour cinquante personnes, mieux vaut être dans les premiers. A l'eau froide, la toilette se révélera rapide.

Vers 6h30 nous sommes attablés devant un bon petit déjeuner : café, thé, beurre, confitures de prunes, de pêches et de pommes-coings, pain, pain d'épices, cakes, céréales, que de choix !

Comme la veille au soir, chaque groupe doit débarrasser sa table, passer un coup d'éponge et trier ses déchets.

Le rituel de chaque matin : on prend son pique-nique, on remplit les gourdes, on réajuste son sac à dos et à 7h00 précise, nous reprenons notre voyage au long cours.



Tranquillement, nous passons au-dessus des brumes matinales qui s'attardent dans la vallée. Le vent souffle et il fait frisquet. Le soleil va pointer, mais pour le moment on le voit briller sur l'autre versant de la montagne.

Quelques marmottes sifflent et en alerte, nous regardent passer. Une autre est sur son derrière, le nez au vent ; manifestement, le concept de la randonnée ou du trail les dépasse.

Les brumes s'éclaircissent, elles deviennent lumineuses.

Nous traversons des pâtures et nous pataugeons dans les bouses de vaches. Nous n'avons pas trop le choix, le terrain est miné ! En prime, une envolée de mouches nous suivent et nous courent dessus, ça chatouille et surtout ça énerve.

Un petit torrent serpente, nous le longerons un bon moment.

Une fois de plus, nous avons perdu la trace du GR5. Nous nous dirigeons sur un sentier de plus en plus escarpé au flan de la montagne. Le terrain devient trop dangereux, nous décidons de faire demi-tour. Si le chemin descendait à pic, nous devons maintenant le grimper péniblement.

Le sportif dira qu'il se surpasse ; le commun dira qu'il en chie (oups !).

Une demi-heure plus tard, nous retrouvons la piste du GR5. C'est l'occasion d'une pause méritée.

Nous avalons une belle barre chocolatée aux noisettes entières, donné par le refuge ce matin, avant que le soleil nous la transforme en pâte à tartiner.

Nous croisons une grand-mère qui pèse au moins 35 kg, elle a les jambes bien bronzées, couleur caramel, mais pas plus musclées que des pattes de flamants roses. Elle a un fichu sur la tête, elle ressemble à une sorcière sortie tout droit des livres de contes.

Le soleil se fait plus vif. Le ciel est parfaitement bleu.

Le paysage change, on ne voit plus de neige.

On quitte la Savoie, les Alpes du Nord, frontière sans douanier ; bienvenue dans les Alpes du Sud.

Nous grimpons dans un village par une route sinueuse. Difficile de se savoir en France : réseau téléphonique italien, signalisation italienne, habitants italiens ; et pourtant, cette splendide vallée haut-alpine est française.

Des vaches blanches barrent la route ; Jeannot passe à travers « même pas peur ». Le vacher surveille le troupeau, son chien montre les crocs. On ne s'éternisera pas plus longtemps.

Au sortir du village, nous constatons que nous ne sommes pas dans le bon sens du parcours : demi-tour, 20 mn de perdues et un bon km en plus dans les mollets !

C'est sous le cagnard, pas un poil d'ombre et au milieu des champs que nous reprenons le GR5.

Belle promenade sur un beau sentier facile, le lac des Thures aux abords boueux, et des hectares de pelouse. Nous sommes infestés de mouches ; Christian a décidé que pour l'année prochaine il investira dans un chapeau d'apiculteur.

Dès les prochains arbres, nous profiterons de leur feuillage pour pique-niquer à l'ombre.

Au menu : pain saucisson fromage, un sachet d'arachides et d'abricots secs, une compote, une madeleine.

A peine une heure de pause et nous nous remettons en route. Nous sentons la chaleur qui monte par vague du sentier de terre. Chemins et sentiers nous conduisent ensuite à la découverte de la Demoiselle Coiffée, phénomène géologique, c'est une colonne naturelle due à l'action érosive des eaux pluviales sur un terrain argileux en pente.



Nous accédons à un point d'eau, dommage que l'eau ne soit pas potable.

A Névache, le GR5 part sur deux directions différentes. Une dame, qui se repose sur sa terrasse nous indique le véritable chemin à prendre ; très gentille, elle nous propose de l'eau fraîche pour nos gourdes. Il fait très lourd. La lumière du soleil est éblouissante, les grillons de l'alpage ont des sonorités de cigales.

Nous traversons un camping et nous en profitons pour remplir une nouvelle fois nos gourdes d'eau très fraîche. Nous utilisons également les toilettes. Nous entrons dans la forêt domaniale de la Haute-Vallée de la Clarée. La Clarée est une rivière que nous longerons jusqu'au hameau du Plampinet. Le site est très agréable.

Plampinet est un vieux hameau où vivent une cinquantaine de personnes à l'année. Bien situé, facilement accessible, il est le point de départ de nombreuses promenades et randonnées.

Notre gîte est au fond du hameau : cette une ancienne auberge qui a une très belle allure.



A peine arrivée, nous commandons une bonne bière et un coca, car nous avons eu chaud.

Notre chambre pour six personnes est au 2^{ème} étage. WC et douche avec eau chaude à volonté sont dans la chambre. Une douche pour six, Christian préfère se laver au torrent à deux pas du gîte.

Il s'installe et se déshabille quand soudain il entend les voix de quatre randonneurs vosgiens, qui ayant aperçu Christian, viennent faire comme lui. C'est la fin de leur séjour, et ils souhaitent se rafraîchir avant leur départ.

Christian nous rejoint au gîte, nous sommes en pleine partie de belote. Allégés de nos sacs, nous partons à la découverte de Plampinet : c'est un village à l'ancienne avec de vieilles maisons très imposantes tout en pierre. Un hameau sans trottoir, mais avec une église, une chapelle et un bistrot. La chapelle a une drôle de cheminée qui abrite une cloche ; l'église du XVIème siècle a un clocher en forme de donjon surmonté d'un toit de type comtois. L'horloge fonctionne malgré son ancienneté. Beaucoup de maisons ne sont pas habitées. Certains toits sont en planche de bois. Des portails ont leur linteau cintré en anse de panier. Le bois des portes en mélèze est noirci par le soleil. Une horloge solaire porte l'inscription : « Là où il y a une volonté, il y a un chemin ». Le repas est servi à 19h30 dans une salle voûtée ; un fond sonore de musique classique est vite étouffé par les éclats de voix.

Au menu : salade verte avec croûtons, chili con carné, fromage à une allure de fromage blanc, mais qui n'en est pas, c'est le fromage régional... La Toupina (un mélange de vieux fromage fondu à tartiner sur une tranche de pain) ; en dessert une crème au chocolat, qui n'est pas maison, donc pas terrible !

Suit une partie de babyfoot effrénée ; il n'y aura pas de revanche, le monnayeur a gobé les pièces de Christian sans lâcher les balles.

Pour digérer, les plus courageux refont un tour dans le village, les autres montent se coucher.

MARDI 21/07/2015 :



Nous nous levons à 6h30 pour passer à la salle de bains et préparer nos sacs à dos. Pas la peine de se précipiter, le petit déjeuner ne sera pas servi avant 7h30. Nous avons essayé de négocier pour 7h00, mais sans succès. Bel établissement, mais le mec n'est pas sympa du tout, pas commerçant.

Néanmoins, le petit déjeuner est copieux : café, thé, beurre, confiture, miel, pain frais, brioche, fromage, pâté, céréales, yaourts, kiwis, abricots.

C'est donc un peu plus tard que les autres jours, que nous quittons le gîte. Au revoir charmant village de montagne, calme et sympathique. Nous sommes déjà dans cette splendide vallée lorsque le clocher sonne les 8h00. L'horloge de l'église est à répétition. Alors qu'on entend le chant des oiseaux, les huit coups résonnent de nouveau du fond du vallon, c'est reposant.

Notre itinéraire nous emmène dans une montée tout en lacets, sous nos pieds, des caillasses.

Nous traversons une pâture en plein soleil, tout est cramé ; l'herbe n'est plus qu'une vulgaire pailleasse jaune.

A nos yeux se présente un versant de montagne en pierre grise, aucune trace de végétation, et une belle pente en perspective. Une courte pause en plein soleil pour boire abondamment. Nous grignotons quelques arachides salées.

Puis la montée jusqu'aux Chalets des Acles est dure, raide et caillouteuse.

Nous découvrons un territoire préservé et valorisé : le parc naturel régional du Queyras. Nous traversons des gorges profondes, des pistes, des sentes pour arriver au col de Dormillouse à 2445 m d'altitude.

Magnifique vallon de montée avec une ambiance typique du coin pour ensuite amorcer une longue descente caillouteuse dans un coin sauvage. Nous croisons un couple qui ne répond pas à notre « bonjour », Christian est offusqué de leur impolitesse ! Puis vient un groupe de jeunes italiens qui refusent de laisser le passage sur le chemin, Christian les bouscule... Décidément, aucun respect ces jeunes ...

Pour le déjeuner, il s'avère difficile de trouver un endroit ombragé.

Nous entrons dans Montgenèvre. La station de ski, moderne et neuve, est peu animée et pas très accueillante. Nous nous installons auprès d'un lavoir pour pique-niquer. Nous sommes assis par terre, adossé à un bâtiment. Entouré de béton, pas terrible le paysage, mais nous sommes à l'ombre et près d'un point d'eau. On dirait six clodos !



Quand bien même, l'appétit est là : taboulé, de très belles tranches de jambon blanc, des grosses miches de pain, fromage, chips, orange. Nous nous ravitaillons en eau fraîche à la fontaine du lavoir avant de repartir. Jeannot rêve d'une bonne grosse glace, Christian aimerait bien un bon café. Mais nous n'en prendrons pas le temps, le Dom et Vincent ont déjà recalé leur sac sur le dos et sont partis. Il est 13h30, la chaleur est tenace et nous avons encore du chemin à faire. Ce matin, nous avons déjà marché presque 11 km en 3h00, avec un dénivelé positif de 1000 m, c'est plutôt pas mal ! Après avoir fait un peu de route sur le bitume, nous entrons dans la forêt. Le groupe apprécie car le soleil est infernal. L'endroit est très agréable, le sentier, recouvert de cailloux roses, descend et serpente le long d'un torrent. C'est la forêt communale de Briançon. A notre arrivée au refuge d'étape, Le Petit Phoque, personne pour nous accueillir. On troque nos chaussures de rando contre des crocs trouvés en visitant les pièces à proximité de l'entrée. Christian a perdu le contact avec le groupe, il a choisi de prendre son temps, pas de gros nuages, donc pas d'orage à l'horizon, inutile d'arriver trop tôt au gîte. La Dom, délesté du sac à dos et des chaussures de rando, part à la rencontre de Christian pendant que les autres s'installent un peu au hasard dans une chambre prévue pour six personnes. Au refuge, les gérants sont de retour et le groupe est au complet. Sur une terrasse agréable pour se détendre, on nous sert des bières aux noms évocateurs : la Minette, la Chatte en feu, le Mistigri, la Siamoise, la Feulante, le Vieux Barbu...



Le gîte est équipé de douches chaudes à volonté, mais la Dom décide de goûter au moins une fois, durant ce périple montagnard, aux bienfaits de la toilette au torrent. Christian, ravi d'avoir rallié quelqu'un quant aux conséquences salutaires des ablutions au torrent, l'accompagne au bord de la Durance. Chacun choisit son coin d'intimité, séparé par des bosquets et des arbres dont les branches servent de porte-manteaux pour les habits et serviettes, des rochers en guise d'appui, des galets font office de porte-savon, tout y est ; mieux qu'un gîte qui n'est pas alimentée en eau chaude. Christian se trempe complètement et fait un « sous l'eau », la Dom ira par étape et se mouillera jusqu'au cou... pour une première, c'est déjà ça !

A notre retour au gîte, les commentaires de nos amis vont bon train : la Dom déclarera simplement que c'était grandiose et sauvage pour ceux qui aiment la nature et la caillasse.

Le gîte est rustique, aménagé dans une maison de village et situé au fin fond d'une ruelle, il a été conservé dans toute l'authenticité et le style de la région. Le confort est sommaire mais il n'y manque rien et c'est propre. La gardienne est sympa, et ils ont de la bonne bière.

Après le lavage des vêtements et quelques tours de belote, le repas est servi un peu tardivement vers 20h00.

La raison en est qu'afin d'éviter plusieurs services, nous attendions un couple de randonneurs, plus trois travailleurs en déplacement, chargés de démonter toute les cabines téléphoniques du coin. Nous avons bien discuté et surtout bien mangé : salade verte, rôti de porc à l'ananas et ses légumes, blé, tarte à la confiture de fruits rouges.

La nourriture est bio et faite maison, certains d'entre nous ont beaucoup apprécié la tisane locale servie à la fin du repas, d'autres se sont aventurés avec du génépi.

Tous réunis dans la même chambre, nous nous couchons à 21h30.

MERCREDI 22/07/2015 :

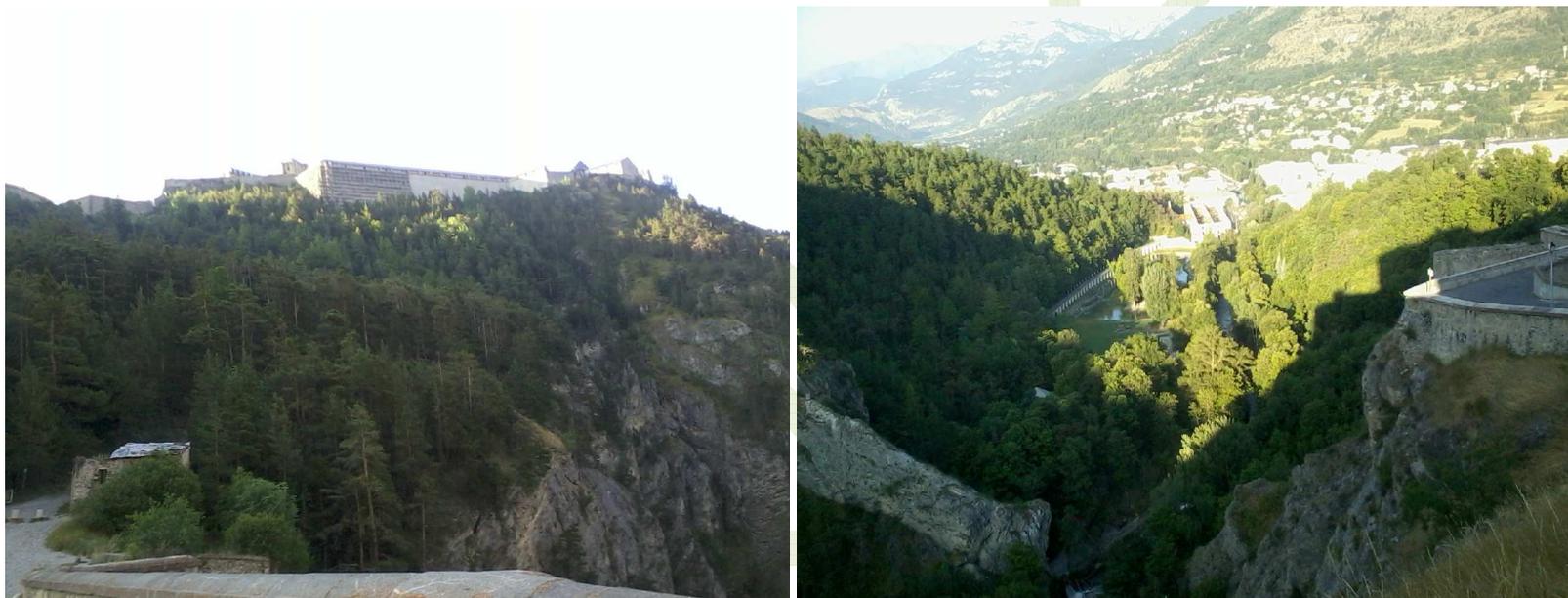


Nous nous levons à 5h50 et trouvons Jeannot fin prêt : il s'est trompé d'heure. Il est debout depuis 5h15 et s'étonnait de voir que personne ne bougeait, que le refuge était calme et encore endormi.

Le petit déjeuner est un régal : café, thé, pain frais (super bon), beurre, confiture, miel, yaourts, céréales, restes de tarte aux fruits rouges.

Il est 7h15, tout le monde s'active, c'est parti pour une nouvelle journée ensoleillée.

Nous descendons sur Briançon par le pont d'Asfeld ; il franchit les gorges de la Durance pour relier les deux rives distantes de 35 mètres. Le ravin est profond de 50 mètres, mais on sent la fraîcheur de la rivière en bas. Ce pont, de fortification et d'esprit militaire, a été construit en 1734 sous Louis XV par le général d'Asfeld, d'où son nom. C'est du costaud, une seule arche.



On ne peut refuser à ce pont une espèce d'admiration par sa grandeur et son élévation. En 1988, le pont est classé au titre des monuments historiques et en 2008, cet ouvrage a été classé au Patrimoine mondial de l'UNESCO.

Notre chemin se poursuit par la traversée de sites remplis d'histoire : le Fort des Têtes, barrière fortifiée imposante dans la vallée de la Durance ; la cité Vauban, ses fortifications et son aqueduc ; le Parc de la Schappe, écrin de verdure du centre-ville, son petit lac et ses vergers, son sentier appelé poétiquement « chemin des pommiers d'antan ».

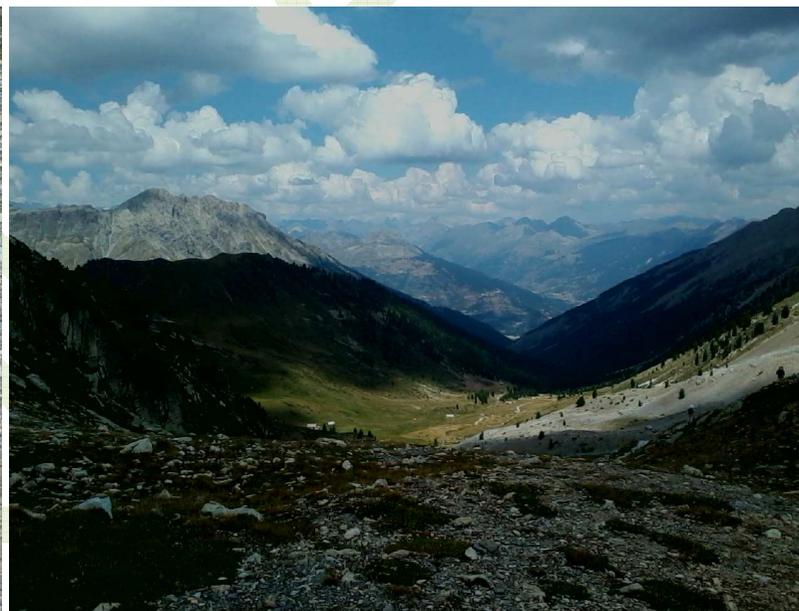
Nous sommes au cœur de la ville, les briançonnais prennent l'embauche, un marché s'installe.

Nous souhaitons gagner la forêt par un raccourci. Nous demandons notre chemin à un monsieur charmant qui nous indique la route à suivre, mais nous tournons trop tôt et nous nous retrouvons sur l'itinéraire normal, c'est-à-dire sur du bitume.

Enfin, le GR5 continue par la forêt, le sentier est bien balisé mais la nature a repris ses droits et cache les traces rouges et blanches. Jeannot sort le couteau Errance et aidé du Dom élague quelques petites branches et autres herbes folles. Les repères sont de nouveau bien visibles.

Le sentier remonte, il fait très chaud. Nous passons devant un snack en sortie de hameau, la troupe passe son chemin tandis que Christian s'octroie une pause Perrier, assis sous un parasol.

Nous nous éloignons des chalets et nous nous engageons dans une forêt de pins, puis sur une route en terre. Le sentier est ensuite plus raide et s'élève, à proximité d'un torrent, dans un cirque grandiose, rocailleux et désertique. Colette ne sent plus ses jambes et la Dom reprend son souffle à chaque lacet. Christian peste après les mouches et les taons qui batifolent autour de son visage et de ses bras. C'est éreinté que le groupe se reforme au col des Ayes.



Le panorama sur le Queyras et ses sommets y est magnifique. Nous ne le contemplerons que très peu de temps car le vent s'est levé et il y fait un froid glacial.

Nous nous abritons contre les rochers à flanc de montagne pour pique-niquer : chips, un bon sandwich jambon beurre, fromage, pomme.

Il ne fait vraiment pas chaud, l'orage monte et nous sommes à deux heures du point de chute du soir, aussi nous reprenons très vite notre marche.

C'est du délire, l'orage nous suit, nous essuyons quelques gouttes et accélérons la cadence dans la descente. Christian nous a lâchés : il se dit que mouillé pour mouillé, il enfilera son poncho ; il prend même le temps de déguster une glace en passant près du camping de l'Izoard, pendant qu'une belle ondée passe.

Un chemin forestier longe le torrent de La Rivière (drôle de nom pour un torrent), puis nous empruntons une route poussiéreuse malgré l'ondée, fréquentée par quelques voitures et beaucoup de mouches !

La gérante du gîte d'étape Les Bons Enfants nous accueille, un peu froid au départ, mais elle se révélera très gentille par la suite.



Le gîte est une ancienne ferme rénovée au cœur du village typique de Brunissard, nous nous installons tous dans la même chambre ; nous avons une immense salle de bains avec douche d'eau chaude à volonté et toilettes, rien que pour nous. Le grand luxe !

Nous sommes attablés à la belote, à la lecture ou au Sudoku.

A 19h15, la gérante nous propose une cuisine familiale : soupe de poireaux céleri pommes de terre, bœuf aux champignons et aux olives, polenta, salade et plateau de fromages, salade de fruits frais.

Dehors l'orage gronde et tonne, c'est le déluge. Pour gagner nos chambres, nous devons passer par l'extérieur. Exceptionnellement, par une porte dérobée, la gérante nous montre un passage interdit aux clients pour cause de sécurité car le gîte est en travaux.

Nous la remercions chaleureusement de cette délicate attention.

Après cette longue journée de marche bien fatigante, tout le monde se met au lit.

Quelle surprise pour Vincent lorsqu'il rejoint le dortoir après avoir téléphoné à sa bien-aimée : la pièce est dans le noir et ses occupants, le nez sous la couette à demi endormis ; il est 21h00.

JEUDI 23/07/2015 :



5h45 : tout le monde debout !

Le petit déjeuner est prêt à 6h30 : café, thé, beurre, confiture, tranches de pain de campagne, céréales, jus d'orange.

A la sortie de Brunissard, un panneau solaire porte l'inscription « La lumière est la vie, vit dans la lumière » de Paul Eluard.

Nous passons à côté d'un cirque. Deux biquettes et un lama se sont entortillés autour de leur piquet et se retrouve avec à peine un mètre de longe.

Dans la fraîcheur de la forêt, les petits oiseaux chantent. Il a plu une bonne partie de la nuit et ça sent bon la verdure. On entend le clocher du hameau d'Arvieux sonner huit heures.

Nous faisons une petite halte à « Les Maisons ». A l'entrée du hameau, une pancarte « NON A L'AFP » : les habitants luttent contre l'Association Foncière Pastorale. C'est une organisation qui contraint des petits propriétaires terriens à vendre leur bien à de gros propriétaires. De quoi nous révolter pour le restant de la journée !

Quelques raidillons à arpenter, puis nous descendons un beau sentier forestier sur plusieurs km. Ombragé de mélèze, le sol est fait d'un mélange de terre, de racine et de cailloux, le tout généreusement recouvert de pommes de pin ; c'est la galère.

Nous dépassons un groupe de gamins encadrés par des moniteurs. Trois ânes, Piccolo, Pépita et Charlie, portent les paquetages des jeunes garçons et filles ; ces derniers ont entre 5 et 12 ans.

La Dom essaie par tous les moyens de dépasser les bourricots car elle craint qu'ils ne croquent devant elle. Elle fait part de son inquiétude à Colette qui ajoute que s'ils pissent ce sera pire.

Un môme de 5 ans sautille et rebondit sur le chemin, quel tac tic pour la descente ! Il lance à son copain qui a un peu plus de mal « c'est facile, il faut plier les genoux » ... Et la Dom de se penser « on va dire ça comme ça, c'est facile » ...

Deux gamines chantent Michel Sardou « je vole », sûrement un reste du film « La famille bélière ».

Tant bien que mal, nous dépassons le groupe et entrons dans Château Queyras.



Une fontaine d'eau bien fraîche fait notre bonheur.

Jeannot sort de la petite épicerie du village avec un ravitaillement : des brugnons et une tablette de chocolat noir aux noisettes entières. La troupe apprécie cette initiative et repart ragaillardie.

Situé en plein cœur du parc naturel régional nous apercevons le château-fort de Château Queyras, son donjon, ses tours, ses remparts. Notre parcours passe au pied, mais pour y accéder, nous devons monter un chemin de pierres à 25 %. Vu du bas, Jeannot se régale à l'avance tandis que Colette et La Dom n'en croient pas leurs yeux : une pente d'escalier raide sans les marches. Une fois arrivés en haut, elles en conviendront qu'il était moins compliqué de monter un tel dénivelé que de le descendre.

Quel dépaysement, le château est un nid d'aigle posé sur un berceau de verdure.

Nous prenons notre repas au col du Fromage, pique-nique traditionnel chips, sandwich jambon fromage, une pomme. L'endroit est très venteux et quelques gouttes nous font plier bagages rapidement.

Nous descendons sur 4 km pour gagner Ceillac et le gîte « Les Baladins ». Le sentier est facile et nous nous amusons, nous courons comme des fous. Le fléchage prévoit une descente sur Ceillac en 1h40, nous dévalerons cet itinéraire en à peine une heure.

Christian est à la traîne, il n'a pas voulu jouer avec nous. En arrivant à Ceillac, il entend de la musique en passant devant l'église. Il entre et assiste à la répétition d'un concert de piano et flûte.

A son arrivée au gîte, nous sommes tous douchés, la place est libre.

Nous l'attendons pour aller nous rafraîchir. Nous ferons deux groupes : Vincent, Le Dom et Jeannot filent à la salle télé, aménagée comme une salle de cinéma, pour suivre l'arrivée de l'étape du Tour de France, avec une bonne bière, après l'effort, c'est bien connu, le réconfort.

Christian, Colette et la Dom se relaxent au soleil dans des chaises longues sur la pelouse, face à la montagne, avec bière et coca bien frais. Puis ils décident de partir à la découverte de Ceillac, petit village ravissant avec des bars, des petits commerces. Ils dégustent une belle glace artisanale avec chantilly et

coulis de chocolat. Ils visitent la petite église et un atelier de sculpture sur bois. Le maître des lieux est à son travail, il explique sa passion et montre ses œuvres.

En fin d'après-midi nous regagnons le gîte, l'orage gronde et nous évitons la pluie de justesse.

La chambre de six personnes est fonctionnelle et confortable avec sa salle de bain et ses toilettes.

Le dîner est servi vers 19h15 : soupe de légumes, cabillaud en papillote accompagné d'épinards et de pommes de terre, salade et plateau de fromages, gâteau aux noix et sa crème anglaise.

L'orage étant passé, nous faisons une petite promenade digestive et admirons les beaux jardins de légumes et de fleurs. A 21h00, tout le monde au lit.

VENDREDI 24/07/2015 :



Il est 5h50, les randonneurs s'éveillent, il est 5h50, ils n'ont plus sommeil !

Quelle bonne surprise à notre arrivée au réfectoire, le petit déjeuner est un buffet à volonté : petit déjeuner traditionnel, plus différents jambon de montagne, fromages, que de victuailles !

Bien repus, nous quittons Ceillac vers 7h15 par une très belle journée, soleil et fraîcheur matinale.

Une belle luminosité nous permet d'évoluer dans différentes ambiances.

Avant d'accéder au lac Miroir, nous apprécions la cascade de la Pisse.

Le lac Miroir porte bien son nom, tant les montagnes qui le surplombent, comme les crêtes des Veyres, s'y reflètent. Après une montée en lacets assez raide en grande partie en forêt de mélèzes, le cadre bucolique de ce lac entouré d'une belle prairie et de mélèzes est très reposant. Le lac Miroir est aussi appelé le lac des Prés Soubeyrand.



C'est après une partie un peu ingrate (le passage dans une portion de piste de ski avec un certain dénivelé et quelques franchissements d'éboulis) que la chapelle et le lac Sainte-Anne et ses eaux turquoise se dévoilent. Le lac Sainte-Anne est un lac glaciaire comme la plupart des lacs de montagne. Le lac est logé au fond d'un cirque de falaises et est dominé par le sommet de la Font-Sainte. Le Dom met les mains dans l'eau afin de tâter la température : pas chaud. Christian se met en short, il ne se contentera pas d'y mettre les pieds. Il avance quelques pas dans l'eau et plonge ; un peu plus loin, un hollandais plongera dans l'eau à poil ! Pendant que la troupe applaudit le hollandais, la Dom s'est mis en slip et saute dans l'eau à son tour. Ça saisit, mais après quelques brasses, c'est un réel plaisir de se baigner dans cette eau claire et limpide, loin des assauts des plages de Saint-Tropez.

Une bonne friction pour se sécher et un petit en-cas en guise de ravitaillement, les voilà revigorés pour continuer la montée assez pentue jusqu'au col Girardin. Pour accéder à ce col, le chemin est très étroit et très pierreux, plus un arbre, plus une fleur, quelques brins d'herbe. Le sentier n'est pas plus large que nos chaussures, la pente est vertigineuse, le ravin en contre bas. Si nous croisons des randonneurs, il faudra manœuvrer habilement. Nous avançons sur de grands lacets et nous avons une vue plongeante sur le lac Sainte-Anne. Une belle rando qui nous permet de découvrir les merveilles du Queyras. Au col Girardin, le ciel est d'un bleu azur, mais nous sortons un pull car un vent fort est au rendez-vous. Nous sommes à 2700 m d'altitude, le chapeau ou la casquette est de rigueur, car le soleil tape malgré le vent froid. Le paysage est magnifique. La vallée s'offre à notre regard, tout en bas, des maisons minuscules à peine visible.

Nous descendons un peu à l'abri du vent pour avaler notre pique-nique : salade composée de blé, maïs, concombre, tomates et olives, sandwich jambon brie, compote de pommes, cake aux abricots.

Vincent, le Dom et Jeannot décident de reprendre la route sitôt déjeuné. Christian, la Dom et Colette préfèrent rêvasser un peu au soleil. Il fait beau, pas d'orage menaçant à l'horizon.

Nous sommes assis sur un tapis de mousse, une belle moquette verte envahie de crottes de moutons. Un berger vient faire sa lessive dans un abreuvoir à proximité. Il nous informe qu'il va amener ses moutons et qu'il serait sage que nous nous éloignons, car les patous accompagneront le troupeau. Nous nous sommes suffisamment reposés, nous rechaussons nos godillots et nos sacs à dos, et c'est reparti.

Nous prenons une bifurcation du GR5. Etait-ce une bonne idée ? C'est une piste de ski de couleur noire : descente dangereuse et périlleuse. Le poids, la fatigue de la semaine, nous devons nous concentrer pour positionner pieds et bâtons. Heureusement qu'il ne pleut pas. Les petits gravillons et les plaques de schiste sont bien difficiles à maîtriser sous nos pas.

Vers 14h30, nous nous retrouvons tous au gîte de Maljasset autour de boissons bien fraîches.

Ce refuge du Club Alpin est aménagé dans une vieille maison du hameau. Reconnaissance des chambres, puis nous nous installons. Il pleut, chacun s'affaire à sa douche, à sa lessive, lorsque nous apprenons qu'un accident de montagne vient de se produire à proximité du refuge : la chute d'une dame, de nationalité anglaise. Secours en hélicoptère, hélitreuillage, nous sommes les spectateurs du sauvetage par l'équipe du PGHM (Peloton Gendarmerie de Haute Montagne).

La blessée n'a rien de cassé, mais de belles égratignures, des contusions et le visage sérieusement marqué par le terrain. Elle sera transférée à l'hôpital de Gap ou de Marseille selon la gravité de son état. Apparemment la blessée, mal équipée, sans bâton et incorrectement chaussée, a glissé lors de sa descente sur les plaques de schistes, sous les assauts du vent et de la pluie.

Dans la salle de repos, nous jouons à la belote en commentant l'affaire et en dégustant une part de tarte maison à la myrtille.

La pluie a cessé, nous faisons le tour du hameau où les maisons sont ornées de cadrans solaires, comme si le temps s'était arrêté. Nous sommes au bout du monde. Les vieilles maisons lézardées ont des toits de lauzes, toitures très résistantes aux intempéries. En lisant les informations sur les bâtisses, nous apprenons que l'église a été avalanchée en 1531 et a été entièrement reconstruite. Sur l'une de ses façades, l'église a une horloge solaire qui porte l'inscription « Je suis pendu à la muraille pour enseigner l'heure qu'il est aux braves gens et à la canaille ».





Il est 19h00 et nous passons à table. Le service est efficace et amical. La cuisine est généreuse : risotto de courgettes, saucisses diots, pommes de terre persillées, gratin d'aubergines et de tomates, fromage, moelleux au chocolat et à la chantilly. Après cette bonne journée de marche et ce repas gourmand, nous nous couchons vers 21h30.

SAMEDI 25/07/2015 :



Vers 3h00 du matin, un bel orage est passé au-dessus du refuge, éclairs et coups de tonnerre ont « bercé » notre nuit.

Du jour au lendemain, l'heure du levé et du petit déjeuner est sensiblement la même.

La mise en jambes se fait par un trajet d'environ 5 km sur la route en quittant Maljasset. Nous longeons un torrent, au loin des cascades, sur le bas côté de l'herbe avec des centaines de beaux escargots. Christian regrette de ne pas avoir de musette. Nous poursuivons dans un sentier, traversons une pâture dont la luzerne nous mouille allègrement les pieds.

Nous arrivons au hameau de La Barge, village perdu au fond de la vallée, les maisons sont tristes, la fontaine dont l'eau n'a pas été analysée, n'est d'aucun intérêt.

Le Pont du Châtelet est un pont en arc et un pont-route, il enjambe les gorges de l'Ubaye, l'endroit idéal pour un saut à l'élastique.



On emprunte un peu la route puis un chemin détrempé par les orages. Un ruisseau serpente entre les pierres. Nos têtes touchent des branches de mélèzes qui vident leur eau accumulé par les pluies de la nuit. Les herbes hautes, gorgées de rosée, nous mouillent les jambes. Christian et la Dom qui se sont faits distancés par le reste de la troupe, réalisent qu'ils ont loupé le chemin du GR5.

Durant une bonne heure et demie, ils le chercheront et arpenteront la forêt de mélèzes. Enfin ils rattrapent le bon itinéraire, les balises blanches et rouges sont masquées par la végétation.

Ils ne retrouveront leurs amis qu'en fin d'après-midi au refuge.

Dans Fouillouse, un cadran solaire avec l'inscription « Mortel, sais-tu à quoi je sers ? A marquer les heures que tu perds ! ».

Nous faisons une pause pomme à l'ombre, Christian change ses chaussettes mouillées par la rosée du matin.

Un ruisseau, un pont de bois plus tard, par les chemins et sentiers nous partons en direction du Col du Vallonet. Avant le col, nous déjeunons à l'ombre.

Pique-nique en tête à tête sous les sapins, de quoi faire jaser.

Un berger passe avec son fils d'une dizaine d'année et ses trois chiens.

Nous partons sur des pâtures arides et desséchées. Au col du Vallonet, il y a quelques randonneurs venus d'Italie. C'est un environnement calme et d'exception.

Prochaine étape, le dernier col, le Col de Mallemort. Entre les deux cols, un lac asséché, plutôt vaseux, malgré la chaleur, pas question d'y faire trempette.

Nous poursuivons en direction du Fort de Mallemort. Nous ne rencontrons plus personne. Le chemin contourne les fortifications militaires. Le Fort de Mallemort s'est transformé en résidence secondaire pour les marmottes. Dans les baraquements en ruine, nous avons le temps d'en voir une multitude, même des bébés marmottes, qui détalent et traversent la cour du fort, pour disparaître en quelques secondes.

Le final pour monter au col est plus raide et moins large. Le terrain est fait de cailloux bleus, violets et jaunes. Au col de Mallemort, le soleil est brûlant, le vent mordant. Nous n'y resterons que le temps de regarder le magnifique paysage : derrière nous le plateau de Mallemort que nous venons de traverser, face à nous la descente avec vue imprenable sur la vallée de Larche.

Le sentier laisse rapidement place à une piste qui descend dans les alpages. On sent que le soleil brûle les bras et les jambes malgré la couche de protection solaire. Nous buvons beaucoup et les réserves d'eau s'épuise tant pour Christian que pour la Dom.

Christian a les plantes de pieds qui chauffent. Au cours de cette longue, très longue descente, nous nous arrêtons quelques minutes régulièrement : chaleur, fatigue due à l'accumulation des kilomètres.

Enfin à nos pieds, le village de Larche nous attend... et la fin du périple.

Jeannot, Le Dom, Colette et Vincent sont venus à notre rencontre avec Brigitte et Marie-Pierre qu'ils ont retrouvées en début d'après-midi.



Une dernière fois, Christian et la Dom vont se laver au torrent de la Rouchouse. L'eau est saisissante de fraîcheur, mais ça ravigote et ça fait du bien aux jambes.

Au gîte d'étape « Le Refuge de Larche », nous nous rafraîchissons, tous réunis autour d'une bonne bière pour les amateurs, coca et Perrier pour les autres. Le Refuge de Larche est situé au cœur du village, à 5 km de la frontière italienne et dans le Parc National du Mercantour. Il se situe au départ de nombreuses randonnées à pied, à raquettes ou à skis, et constitue une étape incontournable du GR5 et de la Via Alpina.

Après les rafraîchissements, vient le moment de l'apéritif, Brigitte et Marie-Pierre ont prévu les amuse-gueules.

Brigitte et Marie-Pierre nous racontent leur super séjour à Onnion, où leurs copines Véro et Annie les ont rejointes pour quelques jours.

Nous passons à table pour un bon repas copieux. Au menu : salade composée, rôti de porc aux carottes, gratin dauphinois, fromage, gâteau au chocolat et sa boule de glace vanille.

Après dîner, certains se lancent pour quelques pas digestifs, mais il fait si froid qu'ils feront vite demi-tour pour se mettre au chaud sous la couette.

Nous sommes dans le même dortoir, répartis sur deux immenses lits superposés.

A peine couché, Christian ronfle à plein poumon !

DIMANCHE 26/07/2015 :

Nous nous levons à 5h45 pour un petit déjeuner à 6h30 et un départ de Larche prévu à 7h00.

Il faut compter pas moins de 9h00 de route pour regagner Reims.

C'était encore un bel et agréable séjour, que cette semaine passer ensemble : cheminer, musarder, s'arrêter où l'on veut, écouter, attendre, observer. Alors chaque jour est différent du précédent.

La marche est un chemin de traverse dans le rythme effréné de nos vies, une manière de prendre un peu de distance.

Sans les montées raides, avalées allègrement par nos élites d'Errance, sans les descentes vertigineuses et casse-gueule, sans les mouches, sans la chaleur, la grêle et les orages, sans le sac à dos de plus de 10 kg, ce serait presque une balade de santé au milieu des fleurs, des torrents, des cascades, des marmottes, des paysages magnifiques, ... Alors ... A suivre ?

Données Techniques du TREK dans les Alpes du 15 au 25 Juillet 2015				Dénivelé				Point						
Jour	Date		Départ	Arrivée	Distance	Positif	Négatif	Cumulé	Haut	Bas	Nbre Cols	Durée	Durée	Vitesse
					km	hm	hm	hm	M	M		Cis Pauses	Marche	km/h
J1	15-juil	Mercredi	Pralognan	Refuge des Barmettes.	1.92	3.940	0.000	3.940	1 992	1 663	0	0 h 52	0 h 40	2.20
J2	16-juil	Jeudi	Refuge des Barmettes.	Refuge entre 2 Eaux	10.24	5.200	4.200	9.400	2 503	2 003	1	3 h 48	2 h 55	2.69
J3	17-juil	Vendredi	Refuge entre 2 Eaux	Refuge du Plan Sec	26.08	12.930	11.220	24.150	2 563	2 032		9 h 47	7 h 39	2.66
J4	18-juil	Samedi	Refuge du Plan Sec	Gite des Tavernes	24.29	8.510	14.510	23.020	2 458	1 180	1	8 h 51	6 h 46	2.74
J5	19-juil	Dimanche	Gite des Tavernes	Refuge du Mont Thabor	8.85	7.360	1.000	8.360	2 469	1 645	1	3 h 42	2 h 39	2.39
J6	20-juil	Lundi	Refuge du Mont Thabor	Gite "La Cleida" à Plampinet.	22.57	4.960	14.460	19.420	2 490	1 535	1	7 h 44	5 h 56	2.92
J7	21-juil	Mardi	Gite "La Cleida" à Plampinet.	Gite "Le petit phoque" à L'envers c	22.88	10.160	11.660	21.820	2 465	1 294	2	7 h 39	5 h 39	2.98
J8	22-juil	Mercredi	Gite "Le petit phoque" à L'envers	Gite "Les bons Enfants" à Brunissar	22.88	13.620	8.120	21.740	2 390	1 169	1	7 h 22	6 h 07	3.12
J9	23-juil	Jeudi	Gite "Les bons Enfants" à Brunissa	Gite "Les Balladins" à Ceillac	23.66	12.120	13.120	25.240	2 285	1 365	1	7 h 27	5 h 55	3.17
J10	24-juil	Vendredi	Gite "Les Balladins" à Ceillac	Refuge du CAF à Maljasset	15.05	10.720	9.220	19.940	2 664	1 652	1	5 h 59	4 h 14	2.50
J11	25-juil	Samedi	Refuge du CAF à Maljasset	Gite "Le Refuge" à Larche	25.23	12.140	14.140	26.280	2 525	1 611	2	7 h 34	6 h 28	3.34
TOTAL 3° étape (10 j)					203.65	101.660	101.650	203.310	2 664	1 169	11	70 h 45	54 h 58	2.87
									Col Girardin	Pont d'asfed		vitesse de 3.70 km/h		
												moyenne de 1 h 40 '/j de pauses		
TOTAL 2° étape en 2014 (7 j)					129.24	68.920	71.080	140.000	2 773	785	8	46 h 46	33 h 44	2.76
												vitesse de 3.84 km/h		
												moyenne de 2 h 00 '/j de pauses		
TOTAL 1° étape en 2013 (7 j)					155.70	79.660	74.740	154.400	2 501	407	12	60 h 53	40 h 51	2.51
												vitesse de 3.90 km/h		
												moyenne de 3 h 00 '/j de pauses		
TOTAL des 3 étapes (24 j)					488.59	250.24	247.47	497.710	2 773	407	31	178 h 24	129 h 33	2.73
												vitesse de 3.77 km/h		
												moyenne de 2 h 13 '/j de pauses		