



BUREAU MONTAGNE  
L'EYSSINA  
ACCOMPAGNATEURS EN MONTAGNE

**MARGAILLAN José**

Tel : 06 70 97 01 66

[eyssina.rando@gmail.com](mailto:eyssina.rando@gmail.com) [www.eyssina-rando.fr](http://www.eyssina-rando.fr)

Les Blanchés, 258 Route Du Cros, 05600 Eyglies

Siret n° : 438 783 102 00025

## Le tour du Béal Traversier

### Descriptif :

Entre Queyras et Val de Durance, ce circuit sur trois jours nous fera traverser les alpages de Furfande et leurs chalets typiques. Puis notre itinéraire nous amènera au village d'Arvioux, pour terminer par le lac et le col du Lauzon..



### En détails

**Durée** : 3 jours, 2 nuits.

**Dates** : du 18 au 20 septembre 2024.

**Tarif** : 285 € par personne

**Niveau** : Séjour destiné aux bons marcheurs, quelques parties hors sentier. Jusqu'à 950 m de dénivelé par jour.

Environ 7 h de marche par jour et jusqu'à 15 km

**Type de séjour** : Itinérant

**Hébergement** : Refuge de montagne et Gîte d'étape.

**Restauration** : En demi-pension.

**Transport** : en minibus, Jusqu'à 8 personnes

**Encadrement** : José Margaillan, accompagnateur en montagne diplômé

**Téléphone encadrant** : 06 70 97 01 66

**Portage** : Portage des affaires de la journée,

**Nombre de participants** : de 6 à 8 personnes

### Inscriptions :

- par mail le plus tôt possible : [eyssina.rando@gmail.com](mailto:eyssina.rando@gmail.com)

- 30 jours avant le départ, verser un acompte de 100€

- Le Solde est à régler au moment du départ du séjour (Par chèque, espèces ou virement, RIB joint)

### Programme :

#### Rendez-vous :

Aire de covoiturage (Rond-point des Orres) à Embrun à 8 h 00 le jour 1.

#### Programme :

##### Jour 1 : Embrun – Refuge de Furfande,

Accueil à Embrun, transfert en minibus. Départ des Grangettes (1706 m), montée au col de Moussière (2352 m), lac et col du Lauzet (2205 m), col St Antoine (2458 m), refuge de Furfande (2293 m).

*Dénivelé positif : 658 m, Dénivelé négatif : 347 m, Distance parcourue : 13 Km, temps de marche : 5 h 30.*

## Jour 2 : Refuge de Furfande – Arvieux

Col de la Lauze (2199 m), col de Fontouse (2289m), nuit en gîte à Arvieux (1543 m).

*Dénivelé positif : 658 m, Dénivelé négatif : 347 m, Distance parcourue : 13 Km, temps de marche : 6 h.*

## Jour 3 : Arvieux - Embrun

D'Arvieux, montée au lac du Lauzon (2283 m), col du Lauzon (2576 m), crête des Esparges Fines, retour aux Grangettes. Retour sur Embrun. Fin du séjour.

*Dénivelé positif : 190 m, dénivelé négatif : 1167 m, distance parcourue : 10 Km, temps de marche : 5 h.*

*Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants et de la disponibilité des hébergements. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.*

**Le prix comprend :** l'encadrement par un accompagnateur diplômé, le transport en minibus (jusqu'à 8 Personnes) l'hébergement en demi-pension en gîte.

**Le prix ne comprend pas :** les boissons et dépenses personnelles, les piques niques des repas de midi , les transports jusqu'au lieu de rendez-vous, Tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend »

## Équipement et matériel indispensable

### Matériel

- Un sac à dos d'environ 40 L.
- Une gourde (1,5 l par personne).
- Des lunettes de soleil protection 3 ou 4.
- Une lampe de poche ou une frontale.
- Une paire de bâtons télescopiques de préférence.
- Une petite pharmacie personnelle avec de la crème solaire, un stick à lèvres, des pansements pour les ampoules(Compeed), Vos médicaments personnels habituels. Un antalgique...
- vous pouvez également prévoir une paire de jumelles et un appareil photo.
- Un « sac à viande » ou drap sac.
- Une petite trousse de toilette

### Vêtements

- Veste imperméable type Gore-tex pour protéger du vent comme de la pluie
- Une polaire.
- Pantalon pour une protection suffisante cas de mauvais temps
- Un chapeau ou une casquette.
- Une bonne paire de chaussures de montagne.
- Une paire de gants polaire, un bandeau ou un bonnet (même l'été il peut parfois faire froid).
- Une cape de pluie.

Voici pour les choses indispensables, pour le reste cela dépend de vos habitudes et votre résistance au froid. N'hésitez pas à nous appeler si vous avez une hésitation.

**José MARGAILLAN**

*Diplômé d'état d'Accompagnateur en montagne*

Tél : 06 70 97 01 66

Mail : [eyssina.rando@gmail.com](mailto:eyssina.rando@gmail.com)

[www.eyssina-rando.fr](http://www.eyssina-rando.fr)