

Les **Jeudis** des **Refuges** de l'Oisans

Les refuges sont souvent perçus comme inaccessibles et réservés aux montagnards aguerris...
Il n'en est rien !! Les refuges sont des lieux de convivialité ouverts à tous. Les enfants sont également les bienvenus.

Les gardiens de refuge souhaitent vous faire partager leur univers. Chaque jeudi de l'été, ils vous accueillent autour d'une animation spéciale.

Avant de partir, consultez la météo et préparez votre itinéraire. Respectez les règles de sécurité et emportez un équipement adapté aux sentiers de montagne.

N'hésitez pas à vous renseigner auprès des gardiens de refuge, offices de tourisme et bureaux des guides.



Refuge de la Muzelle

Tarifs spéciaux

Jeudis des Refuges de l'Oisans
en demi-pension (dîner + nuitée + petit-déjeuner)
animation offerte

Moins de 8 ans : 10 €

De 8 à 18 ans : 17 €

Adultes : 27 €

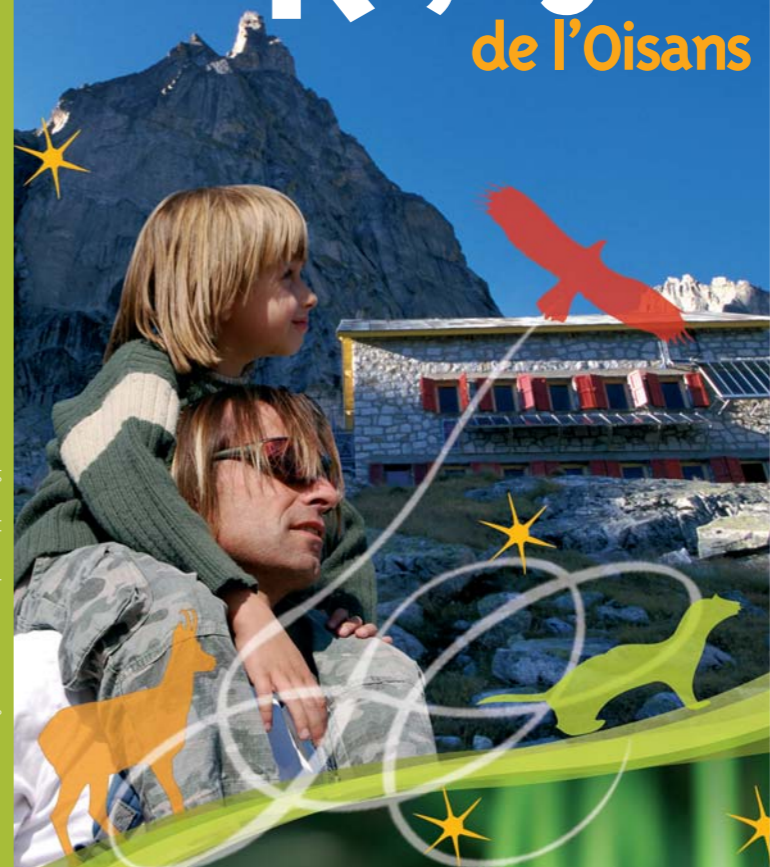
Renseignements et réservations :

Office de Tourisme de Saint-Christophe-en-Oisans - La Bérarde :
04 76 80 50 01
www.montagne-oisans.com

Offices de Tourisme de La Grave - tél. 04 76 79 90 05
et de Bourg d'Oisans - tél. 04 76 80 03 25
Maison du Parc national des Écrins de Bourg d'Oisans
tél. 04 76 80 00 51 - www.les-ecrins-parc-national.fr



Du 18 juin au 27 août 2009 Les **Jeudis** des **Refuges** de l'Oisans



Chaque jeudi, un refuge vous accueille autour d'une animation spéciale.
Venez découvrir ou redécouvrir la vie en refuge



programme

du 18 juin au 27 août 2009

Jeudi 18 juin



● **Le bonhomme de neige le plus haut du monde !**
Refuge de l'Aigle - 3 441 m d'altitude - 6h depuis le hameau du Pied du Col / Villar d'Arène - tél. 04 76 79 94 74
 Refuge de haute montagne. Itinéraire avec passage sur glacier nécessitant l'utilisation de matériel d'alpinisme. Pour les novices, dans le cadre des jeudis des refuges, un guide de haute montagne vous accompagnera en dernière partie d'itinéraire.
 RV en début d'après-midi avec le guide (heure et lieu précis confirmés lors de votre réservation), pour les autres, RV à 15h au refuge.

Jeudi 25 juin



● **Initiation et découverte de l'escalade**
Refuge de la Fare - 2 300 m d'altitude - 2h depuis le parking du Lac Besson / Alpe d'Huez - tél. 06 42 40 35 04
 Initiation et découverte de l'escalade autour du refuge. Dans une belle ambiance montagne : école d'escalade et grandes voies faciles. Un professionnel assurera l'encadrement. RV à 11h au refuge.



● **Le gardiennage dans les petits refuges d'altitude**
Refuge du Promontoire - 3 092 m d'altitude - 5h depuis La Bérarde - tél. 04 76 80 51 67
 Refuge de haute montagne. Itinéraire avec passage sur glacier nécessitant l'utilisation de matériel d'alpinisme. Alain Troadec, le gardien, présentera la vie et la gestion d'un petit refuge d'altitude : entre beauté du site et contraintes techniques...
 Au programme : visite du refuge, film, diaporama, échanges. RV à 16h au refuge.

Jeudi 2 juillet



● **Lac et tourbières**
Refuge de la Muzelle - 2 130 m d'altitude - 4h depuis l'Alleau / Venosc GR 54 - tél. 04 76 79 02 01
 Autour du refuge, dans un site exceptionnel, Christophe Albert, garde-moniteur au Parc national des Ecrins vous fait découvrir les tourbières. Au programme : sortie à proximité du refuge dans l'après-midi, animation après le dîner. RV à 14h30 au refuge.



● **Initiation à l'astronomie**
Refuge du Taillefer - 2 054 m - 2h30 depuis le Poursollet / La Morte ; 2h depuis la Grenonière / Ornon - tél. 06 13 81 81 87
 Un spécialiste de l'astronomie vous emmène au pays des étoiles et vous aide à décrypter ces merveilles. Veillée et observation du ciel après le dîner. RV à 18h au refuge.

Jeudi 9 juillet



● **L'évolution des glaciers**
Refuge de la Pilatte - 2 572 m d'altitude - 4h depuis La Bérarde - tél. 04 76 79 08 26
 Daniel Roche, garde-moniteur au Parc national des Ecrins, présente l'évolution des glaciers, avec en toile de fond, le cirque glaciaire de la Pilatte.
 RV à 10h au refuge.



● **Initiation et découverte de l'escalade**
Refuge de la Fare - 2 300 m d'altitude - 1h depuis la gare téléphérique de l'Alpette / départs Oz en Oisans et Vaujany ou 2h depuis le parking du Lac Besson / Alpe d'Huez - tél. 06 42 40 35 04
 Initiation et découverte de l'escalade autour du refuge. Dans une belle ambiance montagne : école d'escalade et grandes voies faciles. Un professionnel assurera l'encadrement.
 RV à 11h au refuge.

Jeudi 16 juillet



● **Spéctacle de bolas et de jonglage**
Refuge de la Selle - 2 673 m d'altitude - 3h30 depuis St Christophe-en-Oisans - tél. 04 76 79 56 56
 Le groupe « les Baluchons » utilise des techniques de jonglage très spectaculaires, à l'aide de différents instruments enflammés. A découvrir sous les étoiles... RV à 17h au refuge.



● **De la cueillette... à l'assiette !**
Refuge de l'Alpe du Pin - 1 805 m d'altitude - 1h30 depuis Les Granges / St Christophe-en-Oisans - tél. 04 76 79 52 37
 Pierre Salomez, botaniste, vous initie à la cueillette raisonnée des plantes comestibles de nos montagnes. Pause casse-croûte en arrivant au refuge. Puis, Sylvie vous apprend à cuisiner votre récolte que vous dégusterez au dîner. Bon appétit ! RV à 10h sur le parking des Granges.

Jeudi 23 juillet



● **Prendre le temps de papillonner...**
Refuge des Clots - 1 540 m d'altitude - 1h depuis les Aymes/Mizoën - tél. 04 76 80 03 10
 Hervé Varreau, garde-moniteur au Parc national des Ecrins, vous invite à partager l'univers des papillons et libellules de nos montagnes, dans le cadre idyllique de la cascade de la Pisse. Au programme : sortie à proximité du refuge dans l'après-midi, projection et échanges après le dîner. RV à 15h au refuge.



● **Sous les étoiles...**
Refuge Temple Ecrins - 2 410 m d'altitude - 2h30 depuis La Bérarde / St Christophe-en-Oisans - tél. 04 76 79 08 28
 Un astronome vous guide dans l'observation des étoiles. Il explique les différentes constellations, pour que cet univers si majestueux devienne un peu moins obscur... RV à 17h au refuge.



● **Performance en montagne**
Refuge Adèle Planchard - 3 169 m d'altitude - 5h depuis Le Pied du Col / Villar d'Arène - tél. 04 76 79 92 14
 Performance sportive et gestion de l'effort en montagne. Projection-débat avec le team SALEWA. RV à 16h au refuge.

Jeudi 30 juillet



● **A la découverte des chamois...**
Refuge du Carrelet - 1 908 m d'altitude - 1h depuis La Bérarde / St Christophe-en-Oisans - tél. 04 76 79 25 38
 Hervé Varreau et Serge Derivaz, gardes-moniteurs au Parc national des Ecrins, vous font découvrir la vie du chamois, animal emblématique de nos montagnes. Au programme : balade à proximité du refuge pour observations sur le terrain, projection et échanges. RV à 17h au refuge.

Jeudi 6 août



● **Lac et tourbières**
Refuge de la Muzelle - 2 130 m d'altitude - 4h depuis l'Alleau / Venosc GR 54 - tél. 04 76 79 02 01
 Autour du refuge, dans un site exceptionnel, Christophe Albert, garde-moniteur au Parc national des Ecrins vous fait découvrir les tourbières. Au programme : sortie à proximité du refuge dans l'après-midi, animation après le dîner. RV à 14h30 au refuge.



● **L'œil du peintre**
Refuge du Châtelieret - 2 225 m d'altitude - 2h30 depuis La Bérarde / St Christophe-en-Oisans - tél. 04 76 79 08 27
 Rodolphe Candau, artiste peintre, vous fait partager sa passion. La faune et la flore alpine sont pour lui une source intarissable d'inspiration. Le bois est son support de prédilection. RV à 17h au refuge.

Jeudi 13 août



● **Ressentir les énergies de la montagne...**
Refuge de la Lavey - 1 797 m d'altitude - 2h30 depuis Champorent / St Christophe-en-Oisans - tél. 04 76 80 50 52
 Sonia Rayssiguier vous initie à la pratique du Qi Gong, une discipline de santé chinoise ancestrale. Petits et grands découvriront la méditation, en toute simplicité et convivialité. RV à 15h au refuge.

Jeudi 20 août



● **De la géologie à l'escalade, il n'y a qu'un pas...**
Refuge du Soreiller - 2 730 m d'altitude - 3h depuis les Etages / St Christophe-en-Oisans - tél. 04 76 79 08 32
 Thierry Grand, géologue, vous fait voyager dans le temps en expliquant la formation des montagnes. La présence de la célèbre Aiguille Dibona, au dessus du refuge, prend tout son sens... RV à 17h au refuge.



● **Aigle royal et autres rapaces**
Refuge du Rif Tort - 2 240 m d'altitude - 2h depuis Besse-en-Oisans - tél. 04 76 80 24 11
 Aigle royal, vautour fauve, gypaète... Jean-Paul Martin, garde-moniteur au Parc national des Ecrins, vous fait partager sa passion des rapaces. Le Plateau d'Emparis offre un cadre grandiose pour observer ces oiseaux majestueux. RV à 13h au refuge.

Jeudi 27 août



● **Jeux pour petits et grands**
Refuge de l'Alpe de Villar d'Arène - 2 079 m d'altitude - 1h30 depuis Le Pied du Col / Villar d'Arène - tél. 04 76 79 94 66
 Venez découvrir l'alpage de Villar d'Arène en famille ! La soirée au refuge sera consacrée aux jeux de société, présentés par la Maison des Jeux de Grenoble. RV à 17h au refuge.



● **Au royaume des marmottes**
Refuge des Mouterres - 2 250 m d'altitude - 3h depuis Les Aymes / Mizoën - tél. 04 76 80 24 05
 Sandrine Buffin, animatrice nature, vous fait découvrir l'univers des marmottes en plein cœur du Plateau d'Emparis. Au programme : observation à proximité du refuge en fin d'après-midi, animation/échanges après le dîner. RV à 17h au refuge.

NIVEAU TECHNIQUE



1 > MARCHE FACILE



3 > MARCHE TRÈS SOUTENUE



2 > MARCHE SOUTENUE



3+ > MARCHE TRÈS SOUTENUE
 UTILISATION DE MATÉRIEL
 D'ALPINISME.

A partir de 4 ans, les enfants peuvent s'adapter aux conditions du refuge. Pour la marche d'accès, prenez conseil auprès du gardien. Les temps indiqués sont à adapter en fonction de l'âge et de la condition physique.

Les bonnes pratiques dans le cœur du Parc national des Ecrins :

