http://vttfunclub.fr/spip.php?article728

Raid Champsaur Août 2009

- Randos, Raid VTT - Raid VTT -

Date de mise en ligne : samedi 15 août 2009

Copyright © Vtt Fun Club - Tous droits réservés

RAID CHAMPSAUR / VALGAUDEMAR Du samedi 15 au samedi 22 AOÃ›T 2009

Samedi 15 AOÃ›T, les diffÃ©rents participants se rendent au dÃ©part du raid le « GÃ®te les Paris » Ã Saint-Jacques en ValgaudÃ©mar, oÃ¹ ils laisseront leurs voitures : BenoÃ®t et Mado Gasparetti, Didier et Marie Cesar, Anne Dinquel, CÃ©line Bessonnat, Julia Mainka, GÃ©rard RÃ©grigny, Xavier Rabehi, FranÃ§ois Loevenbruck, Boris Brochin, Bruno Crombet, Dominique Perret, Dominique Tisserant, Jean-Luc Laine, Philippe Pauchard. A l'assistance : Jean-Marie et Brigitte Regrigny.

GITE LES PARIS www.gitelesparis.com,

VOIR LES PHOTOS EN CLIQUANT ICI

Dimanche 16 AOÃ›T

Le matin, 20° - ciel bleu en moyenne montagne ; nous affÃ»tons nos mollets pour

le raid. AprÃ¨s une photo devant la chapelle de Saint Jacques, nous dÃ©marrons par une forte montÃ©e, puis, un peu de plat pour reprendre des forces.Nous empruntons de jolis sentiers techniques parmi les forÃªts de mÃ©lÃ¨zes. Notre regard se pose sur de super points de vue sur la vallÃ©e du Valgaudemar. Petit changement du programme de juin que notre guide avait trouvÃ© trop facile, nous empruntons la route forestiÃ¨re de Supeyrbanne Ã montÃ©e rÃ©guliÃ¨re nous conduit Ã Chaillol (1600 m) ou un super pique-nique nous attend : 28° Ã l'ombre. Contrairement Ã juin, nous profiterons d'une chaleur torride. AprÃ¨s s'Ãªtre ressourcÃ©s, nous enfourchons nos machines, une petite descente sympathique, puis un joli single technique nous fait parcourir la montagne Ã flanc.

Copyright © Vtt Fun Club

Soudain, une petite bifurcation : nous quittons le chemin de VTT, pour le GR. Mais des marcheurs - mal intentionnÃ©s - indiquent Ã GÃ©rard un sentier qui descend. Mado qui ferme le groupe, suit et tous deux continuÃ¨rent tout en bas sur le chemin VTT, trÃ¨s difficile, avec des virages en Ã©pingle Ã cheveux impossibles sur le vÃ©lo. Heureusement que Mado avait son portable allumÃ©. Nous avons pu les contacter et les retrouver aux Richards aprÃ¨s une remontÃ©e Ã pied. Quelques coups de pÃ©dale nous conduisent Ã un dÃ©part de parapente et pour nous un super panorama.Une descente gentille vers la Coche et la vallÃ©e de ChampolÃ©on, nous pensons Ãªtre arrivÃ©s, mais non, encore un petit single le long de la riviÃ¨re avec quelques raidillons, enfin le gÃ®te des Gondoins Ã ChampolÃ©on se profile...Nous retrouvons les nombreux chats et animaux de la ferme, lapins, moutons en convalescence. Nous prendrons l'apÃ©ro en compagnie de deux randonneurs qui font leurs premiÃ¨res armes en marche Ã pied. Pour le dÃ®ner, une soupe mais pas Ã l'ortie et un Ã©mincÃ© de volaille sur un lit de pÃ¢tes aux petits lÃ©gumes du jardin.

45 KM - DÃ©nivelÃ© positif 1 850 mGITE LES GONDOINS Ã CHAMPOLEON tÃ©l. 04 92 55 90 78

LUNDI 17 AOÃ›TPour commencer, une petite route goudronnÃ©e, puis un chemin de pierre, le long du torrent du Drac noir, Ã sec, Ã cette saison. Une petite halte photo Ã la cascade un peu assÃ©chÃ©e.Nous apercevrons tout le long de la matinÃ©e la station d'OrciÃ¨res sur le versant en face, plus ou moins loin, plus ou moins haute.Nous atteignons, Serre-Eyraud, puis nous affÃ»tons nos mollets dans un chemin d'alpage, qui nous conduit au point culminant, 1901 M .Nous dominons la vallÃ©e. Cela vaut le coup de la montÃ©e.....Encore quelques coups de pÃ©dale, mais cette fois de la descente, un lÃ©ger raidillon, nous arrivons au casse croÃ»te au rocher de Chumaud . LÃ une grande table nous attend sous les ombrages de quoi se refaire une petite santÃ© pour l'aprÃ¨s-midi.La veille, BenoÃ®t nous a concoctÃ© une petite variante pour cette aprÃ¨s-midi.Une petite montÃ©e qui ne dure pas longtemps, car on emprunte un GR par un sÃ©rieux raidillon. Un sentier en Ã©pingle bien montant nous attend. Nous remontons une piste de ski.....sÃ©vÃ¨re !!! Nous croisons une colonie de vacances avec de vaillants petits marcheurs. Nous allons au-delÃ de la cabane oÃ¹ ils vont passer la nuit, mais ce sera pratiquement tous tout Ã pied. Nous sommes rÃ©compensÃ©s par un panorama Ã 360°. Puis, nous finissons par 700 m de descente dans un pierrier avec des virages en Ã©pingle. Ouf Ã l'arrivÃ©e, indemnes ! on continue par un chemin descendant le long de la riviÃ¨re oÃ¹ les touristes se baignent.Nous arrivons dans un petit hÃ´tel avec de luxueuses chambres ou petits dortoirs cosy de quoi bien se reposer pour la longue journÃ©e du lendemain. Le patron, amateur de vÃ©lo et sosie de Miguel Martinez nous offre l'apÃ©ro. Au menu une Ã©norme salade, lasagnes, tarte aux pommes ET fromages.

41 KM dÃ©nivelÃ© positif 1 300 m - dÃ©nivelÃ© nÃ©gatif 1 290 mHÃ´tel LE TORRENT ANCELLE ALTITUDE 1343 mwww.actionsvacances.com

MARDI 18 AOÃ›TLa journÃ©e dÃ©marre par une bonne montÃ©e. Un petit dÃ©tour avant le col de

MoissiÃ¨re pour Ã©viter une montÃ©e de 200 m de dÃ©nivelÃ© au mont Philippe, nous descendons de plus de 100 m souvent Ã pied mais nous sommes bloquÃ©s dans un pierrier entourÃ© de falaises, sans issue. Nous attendons le retour de Benoit, parti chercher le bon sentier et remontons tout Ã pied, tout cela nous demande 1 h 10 minutes, mais consolation un beau panorama.Nous reprenons un petit single, quelques descentes sympathiques parmi un paysage majestueux. Nous remontons jusqu'au Puy de Manse. AprÃ¨s une descente parmi les mÃ©lÃ¨zes, nous longeons le canal de Gap, mais pas pour longtemps, encore quelques raidillons qui en surprennent plus d'un, croyant donner le dernier coup de collier, jusqu'au plateau de Bayard, nous passons devant le golf, puis nous arrivons le ventre creux au pique-nique au hameau les Farauds, dans le jardin d'un aimable habitant. L'aprÃ¨s-midi, nous montons jusqu'au col de Gleize, une jolie descente pour se rendre jusqu'Ã la Laye.Nous retournons dans la civilisation pour aller jusqu'Ã Charbillac ou nous sommes arrosÃ©s par une gentille autochtone Annie, de quoi se rafraÃ®chir. Encore une montÃ©e, puis aprÃ¨s avoir passÃ© un petit village, nous suivons une longue route montante qui n'en finit pas, et Ã©puisÃ©s, arrivÃ©e au gÃ®te perdu dans la nature au fin fond de la vallÃ©e. Et pourtant ici de nombreux touristes, car c'est le dÃ©part de nombreuses randonnes pour les Ecrins. .Nous retrouverons d'ailleurs notre couple de jeunes randonneurs satisfaits d'avoir correctement terminÃ© leur pÃ©riple, ils nous offriront Ã leur tour une boisson rafraÃ®chissante. Repas de montagnard pour se requinquer et installation en petits dortoirs.

55 Km - dÃ©nivelÃ© positif 1 775 m - dÃ©nivelÃ© nÃ©gatif 1 840 mAuberge GAILLARD Ã MOLINES 05500 LA MOTTE EN CHAMPSAURauberge.gaillard@hotmail.fr,

MERCREDI 19 AOÃ›TNous recevons un invitÃ© ; il s'agit de Matthieu un jeune homme d'une trentaine d'annÃ©es qui habitait durant sa jeunesse la maison Ã cÃ´tÃ© de celle de GÃ©rard et profitait de l'aubaine pour pratiquer plein d'activitÃ©s physiques avec lui, son papa Ã lui n'Ã©tant pas sportif. ExpatriÃ© Ã Gap, il Ã©tait tout prÃ¨s pour nous rendre visite et faire une journÃ©e avec nous. Les prÃ©sentations faites, nous voilÃ partis.Un peu de route, puis un petit single avec devers Ã droite. Soudain, boom, boom, est ce une chute de pierre ??? Et non..... Dominique Perret

Copyright © Vtt Fun Club

est dans le ravin, un peu assommÃ© une vingtaine de mÃ¨tres plus bas, mais il bouge. Son vÃ©lo s'est arrÃªtÃ©, encastrÃ© dans un arbre. Heureusement, des feuilles mortes ont amorti sa chute. Tout le monde s'est arrÃªtÃ©. Philippe Pauchard qui s'est prÃ©cipitÃ© pour lui portÃ© assistance n'a pas besoin de lui demander son Ã¢ge, quelle heure il est , ni toute la liste des questions traditionnelles pour voir s'il est lucide, il se relÃ¨ve et annonce tout de go, tout de mÃªme d'une voix trÃ¨s basse « je ne veux pas rentrer dans la camionnette ». Nous Ã©clatons de rire devant ce culot et cette luciditÃ©....Ouf !!! Plus de peur que de mal ! Benoit et Mado donnent les premiers soins, dÃ©sinfectent, pansent, rÃ©confortent et on repart bien timidement dans ce single houla houp. Quelques coups de pÃ©dale, un bruit d'explosion, c'est le pneu de Jean-Luc complÃ¨tement HS qu'il faut changer. Crevaison de Bruno deux kilomÃ¨tres plus loin. Dominique, un peu secouÃ©, rechutera dans un virage en se prenant les roues dans un filet de pÃ¢turage. Que d'aventures pour commencer la journÃ©e ! Matthieu devait se demander quelle bande de zouzous nous Ã©tions ! Au dixiÃ¨me kilomÃ¨tre, chute de CÃ©line qui rentre par la route jusqu'au ravitaillement. Enfin nous continuons par une bonne montÃ©e en forÃªt, en vÃ©lo pour certains, poussage pour d'autres. Une biquette nous guette par le velux d'une cabane en ruine, Benoit toujours aussi chahuteur tentera de prendre sa place. Nous passons Ã travers les alpages jusqu'Ã un petit village. Nous reprenons un pierrier Ã flanc de montagne, suivi d'une jolie descente parmi les mÃ©lÃ¨zes. A une bifurcation, le groupe se sÃ©pare, les plus courageux montent, puis une descente vertigineuse et dÃ©licate, tandis que d'autres plus modestes dans l'effort, coupent Ã Pouillardenq et regagnent par la route, le chÃ¢teau de LesguidiÃ¨re oÃ¹ nous pique-niquons, le souci Ã©tant de trouver de l'ombre

Le dÃ©marrage de l'aprÃ¨s-midi s'effectue par une montÃ©e chaude dans les bois au-dessus du lac du Sautet, puis de la descente, un petit single en dÃ©vers, nous arrivons Ã un joli village de montagne. Avant l'arrivÃ©e au gÃ®te, on gravit encore une montÃ©e pour joindre Aspres les Corps et la terrible croix (400 m de dÃ©nivelÃ© pour rejoindre les Sambucs), un beau panorama sur la vallÃ©e du Valgaudemar, puis descente, nous longeons un torrent assÃ©chÃ©, le gÃ®te se profile de l'autre cÃ´tÃ© de la berge, quelques uns (qui ont coupÃ© par la route aprÃ¨s un coup de chaud) sont dÃ©jÃ sur la chaise longue. Marie et Didier emploieront les grands moyens pour se rafraÃ®chir les pieds, ils se trempent dans le lavoir oÃ¹ sont cachÃ©es les boissons.Petites chambrettes ou dortoir avec une grande baie vitrÃ©e dans cette auberge cleen, toute dÃ©corÃ©e des doigts de fÃ©e de Catherine, la maÃ®tresse de maison. Le repas est apprÃ©ciÃ© Ã sa juste valeur et les gourmands se battront pour la mousse au chocolat servi dans un Ã©norme plat. AprÃ¨s le digestif fait maison « isope » ; nous n'irons pas au cinÃ©ma comme nous le propose Catherine pour dÃ©couvrir les vieux mÃ©tiers de la rÃ©gion, certains risqueraient de s'y endormir trÃ¨s rapidement.

42 km - dÃ©nivelÃ© positif 1 575 m - dÃ©nivelÃ© nÃ©gatif : 1 740 mGÃ®te LA GRANGE DE BRUDOUR.

Copyright © Vtt Fun Club

www.grangedebrudour.com

JEUDI 20 AOÃ›TLe matin, on dÃ©marre par une montÃ©e assez douce en direction des Sambucks dans les mÃ©lÃ¨zes. Nous sommes rattrapÃ©s par NoÃ©, le chien du gÃ®te que la propriÃ©taire avait attachÃ©, mais pas assez longtemps. Nous empruntons ensuite un petit sentier technique qui demande quelques relances, suivi d'une belle descente longue et douce qui se termine par un petit pierrier. Encore un petit single, avec quelques petits raidillons .Nous longeons le torrent sur un court bout de route et nous rejoignons le camion qui nous attend pour un plantureux pique-nique Ã la Chaup. Vite les plus courageux (BenoÃ®t, Didier, Marie) sautent dans le maillot de bains, puis dans l'eau froide, les moins tÃ©mÃ©raires se contentent d'un bain de pieds et de jambes, mais bien revigorant. Jean-Marie, comme au mois de Juin, ramÃ¨nera NoÃ© au bercail.Comme aujourd'hui, c'est une journÃ©e cool (?), nous nous octroyons une petite sieste. Puis Ã nouveau sur les machines ! La route est chaude, mais vite, nous bifurquons sur la piste VTT dans les forÃªts de mÃ©lÃ¨zes. Un petit single agrÃ©mentÃ© de costauds raidillons, nous mÃ¨nent Ã La Chapelle en Valgaudemar. Nous croisons entre temps, un groupe de jeunes en canoÃ« sur le torrent et le camion d'assistance qui nous propose une boisson un peu plus loin. A La Chapelle, nous nous engageons, sur une lÃ©gÃ¨re montÃ©e, puis un petit sentier vallonnant, quelques pierres sur lesquelles il faut surfer. Il est 16H, la buvette nous attend, en face de la jolie cascade du Casset : on se dÃ©saltÃ¨re vu la chaleur, on fait le plein d'Ã©nergie, et c'est reparti. On va voir la cascade de plus prÃ¨s, puis on enfile la route Ã 12 % pour une distance d'un peu plus de deux km, avec un dÃ©nivelÃ© de 400 m. Dur, dur sous la cagna. Chacun rÃ©cupÃ¨re son petit sac au camion ne comportant que le minimum : drap sac, brosse Ã dents et petite culotte. Une petite descente Ã .....pieds, cette fois, en poussant sa monture et on dÃ©couvre le refuge Xavier Blanc au dÃ©tour du sentier, au fond de la vallÃ©e. Sylvain et sa compagne nous prÃ©parent un repas copieux pour sportifs accomplis : veau au curry et pÃ¢tes, avec un flan au caramel. Nous dormirons tous dans le mÃªme dortoir.

37 km - dÃ©nivelÃ© positif 1 210 m pour un dÃ©nivelÃ© nÃ©gatif de 875 mREFUGE DU CLOT XAVIER BLANC
www.refuge-clot-xavier-blanc.fr/ref...

VENDREDI 21 AOÃ›TSylvain, le gÃ©rant du gÃ®te, grand amateur de VTT et pour cause, c'est son meilleur moyen de transport dans ce bout du monde, doit descendre au village chercher le pain de berger comme il le fait deux Ã trois fois dans la semaine. Il propose de nous accompagner. Pour commencer, il convient de se rendre 500 m plus loin tout au bout du bout du monde, pour reprendre la piste noire qui Ã©tait prÃ©vue. Bon, Mado a compris ; elle emmÃ¨ne le groupe qui prÃ©fÃ¨re assurer par la route.Les cracks partent donc avec Sylvain, mais peu oseront se lÃ¢cher dans le premier mur qu'il prendra lui, Ã l'aise. Les cascadeurs se lÃ¢chent avec plus ou moins de satisfaction. Les deux groupes se retrouvent au bord du torrent, prÃ¨s de la cascade, pour continuer le pÃ©riple. Un pierrier en dÃ©vers, un single trÃ¨s technique et Sylvain nous quitte au hameau.Nous nous enfilons sur de grands chemins, puis petits singles, quelques pierriers quelques relances, un petit bout de route et nous voilÃ au bord du torrent pour un somptueux repas.Nous commenÃ§ons par l'apÃ©ro au chorizo. Une petite sieste qui n'est pas de tout repos, jets d'eau, arrosages.....ce qui est rafraÃ®chissant. Combat de nos sumos Jean-Marie et Jean-Luc. AprÃ¨s cette petite dÃ©tente, les choses sÃ©rieuses reprennent !

Copyright © Vtt Fun Club

Quelques coups de pÃ©dale sur le bitume, puis nous voilÃ sur un sentier montagneux, avec des dos d'Ã¢nes rÃ©guliÃ¨rement qui montent, qui descendent, puis un raidillon sÃ©vÃ¨re Ã pieds..... ce qui donne un coup de chaud Ã GÃ©gÃ© qui rÃ©clame le goudron, le goudron.....Mais le goudron, il n'est pas loin ! Nous dÃ©couvrons un squelette (serait-ce un pauvre vÃ©tÃ©tiste mort de soif ?)On poursuit le chemin montagneux, sur une portion plus cool et voilÃ la route tant attendue de GÃ©gÃ©.Mado l'accompagne jusqu'au gÃ®te, le groupe poursuit le chemin de VTT .Nous montons jusqu'Ã un petit village, nous faisons le plein d'eau Ã une fontaine et en route ! Un peu de portage nous attend, on passe dans le canal des Herbiers puis un petit single, une montÃ©e sÃ©vÃ¨re.....mais c'est la derniÃ¨re ! Promis.Nous lÃ¢chons les freins dans la descente qui nous conduit au gÃ®te de dÃ©part â€˜Les Paris'.

35 km - 720 m de dÃ©nivelÃ© positif - 1 175 m de dÃ©nivelÃ© nÃ©gatif.

Le soir, nous sommes rÃ©unis autour de l'apÃ©ro, satisfaits d'avoir rÃ©alisÃ© cette belle boucle et d'Ãªtre toujours entiers !!!! Denis propriÃ©taire du gÃ®te nous concoctera un repas gargantuesque dont nous ne pourrons venir Ã bout : une ENORME salade des lÃ©gumes du jardin, charcuterie de pays, un plat de crosets au gratin, et un flan caramel avec un fard au pruneaux.Un grand merci Ã Jean-Marie, Brigitte pour leurs somptueux pique-niques, Ã Didier pour avoir encouragÃ© les derniers et Ã BenoÃ®t pour ce fabuleux pÃ©riple (il n'avait pas oubliÃ© les raidillons.....)

Reportage : Anne â€” Assistance : Brigitte et Jean MariePhotos : Marie - GÃ©rard - Boris - Philippe - Benoit 255 km - 8430 m de dÃ©nivelÃ© positif

Copyright © Vtt Fun Club