





## Le tour des Écrins, entre Oisans, Écrins et Valgaudemar de gites en gites du 7 au 18 août 1990

7 août – Arrivée à Bourg-d'Oisans

Trajet depuis Pérourges pour le Bourg-d'Oisans, point de départ de notre randonnée.  
Nous passons cette première nuit en gîte.

8 août – Bourg-d'Oisans → Besse-en-Oisans

+1427 m – 644 m – 7 h 40

Dès le premier jour, la montée est longue et soutenue pour quitter la vallée de la Romanche. Le sentier grimpe à travers forêts et alpages.

Au fil des heures, les paysages s'ouvrent sur les montagnes de l'Oisans. L'arrivée à Besse-en-Oisans, magnifique village perché aux maisons de pierre.

Gîte à Besse en Oisans.



## 9 août – Besse-en-Oisans → La Grave

+998 m – 933 m – 7 h 30

La journée alterne montées et descentes dans un décor de haute montagne avec la traversée du plateau d'En Paris



En fin d'après-midi, on aperçoit La Grave, dominée par l'imposante silhouette de la Meije et de ses glaciers.



Nuit en gîte dans ce joli village accroché à la montagne.

## 10 août – La Grave → Le Monêtier-les-Bains

+874 m – 868 m – 7 h 35

Le sentier franchit cols et vallons d'altitude. L'étape est longue mais équilibrée. Les paysages alternent entre alpages et zones minérales.



Passage au col d'Arsine.

Arrivée au Monêtier-les-Bains, dans la vallée de la Guisane,

## 11 août – Le Monétier-les-Bains → Vallouise

+1350 m – 1665 m – 7 h à 9 h 30

Une grosse étape. La montée vers les hauteurs du massif des Écrins est longue et soutenue. Au passage du col, vue impressionnante sur les sommets environnants et le lac de l'Eychauda..



Ensuite, c'est une très longue descente vers Vallouise, village entouré de montagnes majestueuses.



## 12 août – Vallouise → Refuge Champoléon

+1595 m – 971 m – 6 h 45

Journée sportive qui commence par une longue montée. Les paysages deviennent de plus en plus sauvages.



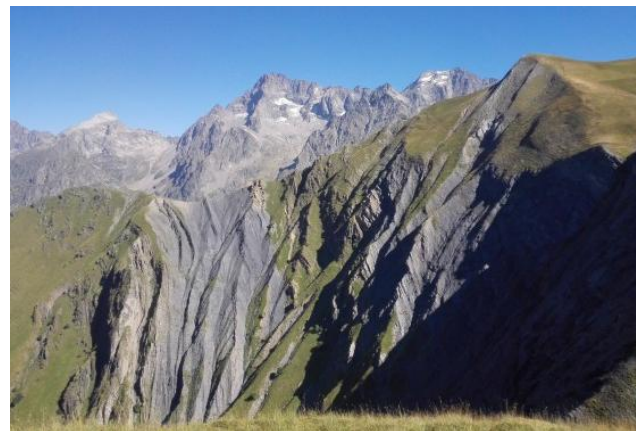
Arrivée au refuge du Pré de la Chaumette, au cœur du Champoléon. Ambiance montagnarde au refuge, ce qui permet d'intéressants échanges.



## 13 août – Refuge de la Chaumette → Refuge Xavier Blanc

+888 m – 1281 m – 7 h 15 à 8 h 45

Nous pénétrons dans la vallée du Valgaudemar. Les reliefs sont abrupts et impressionnants.



La journée est agrémentée par quelques marmottons qui jouent et chahutent au milieu du sentier. Nous achetons un litre de lait tout chaud, les vaches venant d'être traites. Nous arrivons au refuge Xavier Blanc



## 14 août – Refuge Xavier Blanc → Refuge des Souffles

+1397 m – 831 m – 7 h 50

La montée du jour est longue et soutenue. Les paysages deviennent de plus en plus minéraux en approchant le secteur des Souffles.

Le lait bourru que j'ai bu avec délice commence à me jouer des tours et c'est le début d'une bonne gastroentérite.

Le lait fraîchement bu commence à me jouer des tours : début d'une bonne gastro-entérite. L'arrivée au refuge, après près de huit heures de marche, est particulièrement appréciée.



## 15 août – Refuge des Souffles → Le Désert-en-Valjouffrey

+530 m - 1235 m – 5 h

La nuit a été difficile, la diarrhée s'est intensifiée et les toilettes sont à l'écart du refuge.  
Etape plus courte mais longue descente vers la vallée du Valjouffrey. Peu à peu, la haute montagne laisse place à des paysages plus verts.



Nuit en gîte au village du Désert.



## 16 août – Le Désert-en-Valjouffrey → Refuge de la Muzelle

+2170 m - 1295 m – 10 h 15

Lors de cette très longue étape, je suis victime d'une déshydratation qui provoque une tendinite au genou, de plus en plus invalidante.

La montée du col de la Muzelle, dans le schiste, est une véritable épreuve.



Nous arrivons au refuge de la Muzelle, face au lac et entouré de sommets spectaculaires. Après plus de dix heures de marche, l'arrivée est un vrai soulagement.



## 17 août – Refuge de la Muzelle → Bourg-d'Oisans

+50 m - 1463 m – 6 h

Dernière journée, un vrai calvaire pour mon genou cette longue descente qui nous ramène dans la vallée et Bourg-d'Oisans, la boucle est bouclée.

### Bilan de la traversée

- Dénivelé positif total : 12 179 m
- Dénivelé négatif total : 11 186 m

Une traversée exigeante, avec des étapes longues et des paysages parmi les plus beaux des Alpes.

