

## **SEJOUR « SPORTIF » A GUILLESTRE** **du 1 au 5 septembre 2015**

**Mardi 1** : Les Coutant sont sur place et ils accueillent dès midi les amis qui arrivent de Roanne. L'après midi nous permettra une découverte du plateau sur lequel est construit Guillestre (plateau du Simoust) en passant par « la rue des Masques » effondrement géologique particulièrement typique face à la place forte de Mont-Dauphin. (2 h 45 de marche pour 300 m de dénivelé)

**Mercredi 2** : les marcheuses vont découvrir le « Lac Ste Anne » (+ 750 m pour 5 h de marche) sous un beau soleil et avec un paysage magnifique.

Les amateurs de via ferrata vont s'échauffer le matin sur la via de l'Horloge à l'Argentière la Bessée pour s'exprimer pleinement ensuite sur celle des Vigneaux. Chacun a choisi un parcours adapté à ses goûts. Pour finir la journée un peu de culturel en passant par la visite de Mont Dauphin.

**Jeudi 3** : tout le groupe va faire une découverte de rafting sur la Durance avec le groupe « Adelante ». La rivière n'est pas trop agitée, le ciel bien lumineux mais l'eau assez fraîche. Il n'y a que nous sur l'eau avec quelques canards sauvages et des bergeronnettes. Superbe !

L'après midi les « via\_ferratistes » tenteront la via de Ceyllac mais le temps devenant pluvieux ils renonceront et finiront la journée en allant visiter la fontaine pétrifiante de Réotier puis les bassins d'eau chaude et sulfureuse du plan de Phasie.

Pendant ce temps les marcheuses sont allées faire une randonnée découverte vers les genévriers thurifères de St Crépin.

**Vendredi 4** : Le temps est au beau fixe, les marcheuses iront faire une belle sortie à partir de Ceyllac en direction du col de Bramousse pour rejoindre le col Fromage à 2600 m et finalement rejoindre Ceyllac après 5 h 30 de marche. Visite du cimetière et de l'église.

Les amateurs de via ferrata vont monter à Arvieux pour jouer sur celle de « Pra premier » puis celle de la « Combe de la Roche ». Cette dernière, assez ardue, ne recevra que 5 de nos spécialistes, les 5 autres préférant se faire plaisir à château Queyras, superbe au dessus du Guil pour finir la journée en touristes à St Véran.

**Samedi 5** : Toujours le beau temps. Activité surprise : découverte du vélo à assistance électrique.

11 d'entre nous vont tenter l'aventure à partir du centre de Guillestre en louant le matériel à « Gil eBike ».

Armand emmènera son petit groupe vers l'aérodrome de St Crépin avant de monter jusqu'à Champcella par la belle route des « balcons de la Durance », paysage superbe dans la facilité de pédalage malgré des côtes à 8%. 42 km et un grand sourire à l'arrivée.

Pour finir un dernier pique-nique sur les bancs de l'Office de Tourisme et c'est le retour tranquille sur Roanne.