

# nunam aventures

créateurs d'émotions



&



*S'orienter vers l'aventure*

Trek, randonnées, sport-santé,  
orientation, trail

**Carnet Nunam**  
2026



# Panorama des Écrins et ses lacs, France, Oisans

## En Bref

Le terme de « massif » désigne bien la grandeur des paysages que nous pouvons trouver dans ce massif des Écrins. Majoritairement dans la contré de l'Oisans, ce séjour offre régulièrement l'occasion d'admirer les nombreux hauts sommets alpins granitiques des Écrins. Avec un sommet à 3020m, vous viendrez même chercher une vue sur le Mont-Blanc.

Et les lacs du plateau d'Emparis viendrons donner une sensation plus calme pour observer le spectacle de la Meije et ses alentours.

La faune est souvent au rendez-vous sur cet itinéraire !

## Infos clés

Voyage guidé

Groupe : 8 participants

Durée : 6 jours

Niveau 5 : confirmé

Randonnée pédestre, nature, vie sauvage

Code voyage : TV001-25

## Vous allez aimer

- Un itinéraire atypique
- La possibilité d'avoir des sacs plus légers sur certaines étapes
- Des hébergements agréables et confortable dans un esprit chaleureux
- Des panoramas exceptionnels
- Un petit groupe
- Des paysages alpins

# AU FIL DES JOURS

## J1 Huez - Clavant

**Randonnée : 5h / 14km / dénivelé positif 950 m**

**Repas inclus : dîner**

**Hébergement : Hôtel-Auberge de Clavant**

Pour démarrer ce trek, nous commencerons au calme dans les gorges de Sarenne. Une fois le col de Cluy atteint, nous basculerons sur un autre versant, face au lac du chambon. Un sentier balcon nous mènera jusqu'à notre auberge.

## J2 Lac des Quirlies

**Randonnée : 6h / 16 km / dénivelé positif et négatif 1100m**

**Repas inclus : Petit déjeuner, pique-niques, dîner**

**Hébergement : Hôtel-Auberge de Clavant**

**Bon à savoir : Jeux et livres à disposition. Recharge téléphone possible.**

Les sacs plus légers, nous remonterons dans le vallon du Ferrand pour aller trouver la cascade de pont Ferrand. Puis nous poursuivrons dans un joli vallon sauvage, avant un dernier effort pour atteindre le lac glacière des Quirlies. Cet itinéraire en aller-retour, permettra à ceux qui en aurait besoin de faire une plus petite étape.

## J3 Clavant à Refuge de Mouterre

**Randonnée : 3h30 / 9 km / dénivelé positif 850m et négatif : 300 m**

**Repas inclus : Petit déjeuner, pique-niques, dîner**

**Hébergement : Refuge de Mouterre**

**Bon à savoir : Paiement en espèce ou chèque. Restauration faite maison. Oreiller et couette. Jeux et livres à disposition.**

Une troisième journée un peu moins longue pour profiter de cette ambiance montagne apaisante. Nous traverserons le petit village de Besse-en-Oisan pour ensuite montée la combe du rif du Tel sur le GR54. D'abord entouré de résineux, le paysage s'ouvrira pour nous laisser apercevoir le plateau d'Emparis et le massif des Ecrins.

C'est Raphaël et Stéphanie qui nous accueilleront avec leur bonne cuisine !

Pour ceux qui en voudraient plus, option des lacs du plateau d'Emparis (8,5km et 380m D+ et D-)

## J4 Pic du Mas de la Grave

**Randonnée : 7h / 16 km / dénivelé positif 1200m et négatif : 900 m**

**Repas inclus : Petit déjeuner, pique-niques**

**Hébergement : refuge du pic du mas de la grave**

**Bon à savoir : Jeux et livres à disposition. Dispose d'un sauna à réserver en avance**

Au petit matin, nous contournerons la tourbière alimentée par les petits ruisseaux alentours. Nous longerons l'un d'entre eux, le Rif Tort. Lors de l'ascension notre point le plus haut du séjour à 3020 m, le Pic de la Grave, il ne faudra pas oublier de chercher à nos pieds les edelweiss. Et si on ne les voit pas, nous serons récompensés par un panoramique exceptionnel à 360.

Descente dans un vallon couvert de pelouse alpine pour retrouver le refuge du Pic du Mas de la Grave qui offre une vue face à la Meije. Peut-être que le sauna sera la cerise sur le gâteau de cette journée !

## J5 Refuge du Pic Mas de la Grave - Refuge du Goléon

**Randonnée : 6h30 / 10 km / dénivelé positif 1250m et négatif : 900 m**

**Repas inclus : Petit déjeuner, pique-niques, dîner**

**Hébergement : Refuge du Goléon**

**Bon à savoir : Paiement en espèce ou chèque. Restauration faite maison. Oreiller et couette. Jeux et livres à disposition.**

La journée la plus sauvage du séjour avec plusieurs portion hors sentier. Nous contournerons les Aiguilles d'Arves pour rejoindre le grand lac du Goléon. En chemin, nous devrions être accompagné par les cris des marmottes.

## J6 Alpage de Villard d'Arène

**Randonnée : 3h / 9 km / dénivelé positif 200m et négatif : 950 m**

**Repas inclus : Petit déjeuner, repas du midi**

Les motivés pourront profiter des premières lumières en bord de lac avant le petit-déj. Puis, nous terminerons avec un dernier lac, en voyant la Meige sous un autre angle.

Nous redescendrons sur Villard d'Arène, où nous profiterons d'une bonne table avec des plats typiques, avant de prendre la navette pour retrouver Bourg d'Oisans.

**NB :** Les temps de marche (ou autre activité) sont donnés à titre indicatif et peuvent varier (ex : conditions météorologiques, état du terrain...). Dans le souci d'un meilleur déroulement de votre séjour, l'encadrement se réserve le droit en tout temps, de modifier le programme ci-dessus indiqué selon les conditions météorologiques, le niveau technique des participants ou pour toute autre raison qu'il jugera nécessaire. Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et nous pouvons être amenés à modifier l'itinéraire, sur le plan de l'organisation (surcharge des hébergements, dédoublement de groupes, modification de l'état du terrain, etc.).



## DATES ET PRIX

**Du 6 au 11 Juillet 2026**

**Assurance multirisque (facultative)**

**> 845€ par personne**

**> 32€ par personne**

---

### **Le prix comprend :**

- Les frais de création et d'organisation du séjour
- L'encadrement par une accompagnatrice en montagne diplômée
- Transfert de Bourg d'Oisans J1 au départ et Retour le J6
- Les repas en pension complète (matin, midi et soir) du 1er soir au dernier midi.
- L'hébergement en hôtel ou refuge

### **Le prix ne comprend pas :**

- L'assurance facultative annulation et/ou rapatriement, perte de bagages,
- Tout ce qui n'est pas inclus dans "le prix comprend".
- Le pique-nique du premier jour
- Les dépenses à caractère personnel (boissons, souvenirs etc....)
- Le transport Aller / Retour de votre domicile au point de RDV du séjour

### **Vos dépenses sur place :**

- Vos dépenses personnelles,
- Les boissons
- Les pourboirs

*Le petit plus qui fait plaisir, pas de frais de dossier, chez Nunam Aventures !*

## INFOS PRATIQUES

### Suivez la guide !

Bibiane Issenhuth de Cimes-Ba, Accompagnatrice en montagne, a conçu et encadre ce séjour.  
Nunam Aventures assure l'organisation et le support administratif du séjour.



#### S'orienter vers l'aventure

Trek, randonnées, sport-santé,  
orientation, trail

### Où retrouve-t-on Bibiane, votre guide ?

Bibiane vous retrouve à Bourg d'Oisans le premier jour.

### Accès à Bourg d'Oisans :

Train jusqu'à Grenoble puis ligne de bus régulière jusqu'à bourg d'Oisans.

## Niveau physique

### Ce séjour est classé d'un niveau confirmé

Ce voyage est accessible à toutes personnes en bonne santé, pratiquant régulièrement la randonnée et une activité physique régulière. Chacun doit être capable de faire 900m à 1200m de dénivelé positif par jour.

## Combien sommes-nous ?

Minimum : 5 Maximum 8. Un groupe de cette taille permet une facilité dans l'organisation logistique et des interactions plus nombreuses... une véritable vie de groupe

## Où dormons-nous ?

Nous dormirons en chambre ou en dortoir, en auberge et refuge.

## Bon appétit !

Séjour en pension complète (hors boissons). Les dîners et les petits déjeuners sont servis chauds dans les hébergements. Pique-niques à midi préparé par l'hébergeur (tupperware nécessaire).

## Pourboires

Le versement d'un pourboire reste à votre libre appréciation.

## Dans mon sac

### **Pendant la journée, vous portez sur vous :**

- ★ Des sous-vêtements respirant (séchage rapide)
- ★ Un pantalon et / ou un short de trek
- ★ Un chapeau, foulard ou casquette pour le soleil
- ★ Des lunettes de soleil (indice 3 minimum)
- ★ Chaussures de trail avec semelle offrant une bonne adhérence
- ★ Bâton de rando (optionnel)

### **Votre sac à dos rando (30/40 litres) :**

- ★ Une veste imperméable / coupe-vent avec capuche.
- ★ Un pull chaud en polaire type Polartec ou Windstopper et / ou une doudoune.
- ★ Une gourde 1,5L minimum ou poche à eau
- ★ Des vivres snack (fruits secs/barres de céréales)
- ★ Une pochette étanche avec vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance, d'assistance
- ★ Papier toilette + petit sac pour poubelle
- ★ Couverture de survie
- ★ Crème solaire
- ★ Votre pique-nique
- ★ Affaires de change pour le soir + tongue ou chausson
- ★ Sous-vêtements de rechange (chaussette culotte)
- ★ Bonnet et une paire de gants (si météo très fraîche)
- ★ Un couteau de poche, une cuillère, un gobelet et une boîte en plastique hermétique (style tupperware) et/ou une assiette > pour pique-nique
- ★ Boules Quies
- ★ Lampe frontale
- ★ Petite trousse pharmacie (pansement pour ampoule, doliprane, smecta... + votre traitement si vous en avez un)
- ★ Stick à lèvre
- ★ Une brosse à dent + dentifrice
- ★ Une serviette
- ★ De quoi gérer les ampoules et les pieds

## Pharmacie personnelle

- ★ Vos médicaments habituels
- ★ Couverture de survie
- ★ Médicaments contre la douleur : paracétamol
- ★ Anti-diarrhéique
- ★ Pansement intestinal (type Smecta)
- ★ Collyre (poussière, ophtalmie)
- ★ Pommade anti-inflammatoire (type St Bernard)
- ★ Bande adhésive élastique
- ★ Pansements adhésifs
- ★ Pansement anti-ampoules (double peau)
- ★ Compresses
- ★ Traitement pour rhume et maux de gorge
- ★ Crème type Biafine pour les brûlures
- ★ Crème solaire

**NB :** La liste et le nombre de vêtements ci-dessus sont donnés à titre indicatif ! Vous devez préparer votre bagage dans un esprit de limitation en quantité et volume, mais aussi de protection face aux intempéries.

Le guide possède une pharmacie pour répondre aux besoins de premiers secours (sans médicament).

## FORMALITES ET SANTE

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte vitale
- Assurance Responsabilité civile : chaque participant doit être couvert en RC dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs.
- Il est également conseillé d'avoir vue un médecin ou effectué un électro cardiométrie n'indiquant pas de contre-indication à la randonnée sur plusieurs jours

# ASSURANCE VOYAGE

## Protégez votre Aventure avec nous !

Chez **Nunam Aventures**, nous savons qu'un voyage doit rimer avec détente, découverte et plaisir. Mais pour que votre séjour soit vraiment sans soucis, mieux vaut être bien préparé, peu importe où vous allez ! C'est là qu'intervient notre **assurance voyage** : un petit coup de pouce pour voyager l'esprit léger.

## Pourquoi souscrire une assurance voyage ?

Imaginez ceci : vous êtes sur le point de partir en vacances. Vos billets sont réservés, vos valises prêtes, et votre programme est millimétré. Mais soudain, un imprévu arrive : un accident, une maladie... C'est là que l'assurance entre en jeu !

Avec notre assurance voyage, vous êtes couvert pour une multitude de situations qui pourraient perturber votre voyage. Finies les inquiétudes : on s'occupe des galères, et vous, vous profitez de chaque instant !

## Notre formule d'assurance voyage

Nous avons choisi une assurance voyage adaptée à nos séjours en partenariat avec MARSH leader mondial en courtage d'assurance.

Le contrat est : **Assurance Multirisque Voyage, Contrat d'assurance collective à adhésion facultative n°24441**

Conçu pour vous protéger en toutes circonstances des risques inhérents à nos voyages et aux activités pratiquées, ce contrat est parfaitement adapté aux voyages d'aventure.

Nos principales garanties :

- L'assurance annulation toute cause justifiée quel qu'elle soit, constituant un obstacle immédiat, réel et sérieux (Covid 19 inclus);
- L'assistance rapatriement voyage ;
- Les frais d'interruption de séjour ou d'activité sportives ;
- Départ ou retour impossible ;
- L'assurance bagages (y compris retard de livraison) ;
- L'assistance aux personnes et rapatriement : frais médicaux et/ou d'hospitalisation à l'étranger (Covid inclus).

## Les avantages de souscrire chez nous

- **Annulation toute cause justifiée** quelle qu'elle soit, constituant un obstacle immédiat, réel et sérieux (Covid 19 inclus).
- **Assistance 24/7** : Peu importe où vous êtes dans le monde, notre service d'assistance est là, prêt à vous aider à n'importe quelle heure.
- **Sans prise de tête** : Vous pouvez souscrire directement lors de la réservation de votre voyage.
- **Des garanties solides** : Nous travaillons avec des partenaires de confiance, leaders dans le domaine des assurances voyages.

## Comment souscrire ?

Souscrire à l'une de nos assurances voyage est ultra simple ! Lors de votre réservation, il vous suffit de sélectionner l'assurance. Vous avez aussi la possibilité de passer un coup de fil à notre équipe qui saura vous guider selon vos besoins.

## Questions fréquentes

### • Dois-je souscrire une assurance si je pars en Europe ?

Oui ! Même si la carte européenne d'assurance maladie (**à demander !**) peut couvrir certains frais médicaux, elle ne remplace pas une assurance voyage complète. L'assurance que nous proposons vous offre une couverture bien plus large, y compris l'annulation, le rapatriement, et bien plus encore.

### • Et si je décide d'annuler mon voyage ?

Vous êtes couvert pour des raisons justifiées, comme une maladie, un accident ou un événement soudain empêchant la réalisation de votre voyage.

### • L'assurance couvre-t-elle le COVID-19 ?

Oui, incluant les frais médicaux et le rapatriement, si nécessaire.

## Besoin d'aide ?

Notre équipe est à votre disposition pour vous aider. Contactez-nous par e-mail. Parce que chez **Nunam Aventures**, votre voyage, c'est notre priorité.

[contact@nunam-aventures.fr](mailto:contact@nunam-aventures.fr)



**Bon voyage !**

#nunamaventures

contact@nunam-aventures.fr

Nunam Aventures [www.nunam-aventures.fr](http://www.nunam-aventures.fr) - SAS, capital 8000€, siège social : 40 rue des Pierailles, 73230 Verel Pragondran - RCS/SIREN Chambéry 931051916 - N° d'immatriculation Atout france IM073240016, Garantie financière : APST - Assurance Responsabilité Civile et Professionnelle : Hiscox SA - Numéro de contrat : 03511735