

SÉJOUR ITINÉRANT AUTOUR DES REFUGES D'ART D'ANDY GOLDSWORTHY

DE L'ART DANS LA NATURE ET DE LA GÉOLOGIE AUTOUR DE DIGNE-LES-BAINS
DU 28 SEPTEMBRE AU 3 OCTOBRE 2019

- **Randonnée itinérante en autonomie ultra-légère (voir liste d'équipement).**
- **Du samedi 28 septembre au jeudi 3 octobre : 6 jours, 5 nuit.**
- **Dans les Alpes de Haute Provence : massif des Monges, vallée du Bès.**
- **Conçu et guidé par Luc Richard, accompagnateur en montagne diplômé d'État.**
- **Difficulté : pour marcheur de niveau moyen, en bonne forme physique.**
- **Dénivelé positif moyen par jour : 600 mètres.**
- **Hébergements : 3 nuits en gîte ou chambre d'hôte. 2 nuits en refuge d'art.**
- **Nombre de participants : 4 participants minimum à 6 participants maximum.**
- **En partenariat avec L'Art en Chemin et l'agence de voyage Vercors Escapade.**
- **Tarif tout compris : 680 € (hors assurance).**



La sentinelle du Vanson

Votre guide, Luc Richard

- Guide de trek et éducateur sportif (diplômé d'État AMM)
- Correspondant médical de l'Institut de recherche et de formation en médecine de montagne (Ifremmont)
- Membre du Centre d'étude et d'enseignement des techniques de survie (CEETS)

Son diplôme de Sciences-po en poche, Luc part vivre dix ans en Chine, où il apprend le mandarin à l'Université des Langues et Culture de Pékin. Il devient journaliste indépendant (L'Express, Géo...) et arpente les confins les plus reculés de l'empire du Milieu (Tibet, Xinjiang, Yunnan, Mandchourie...). Il a publié plusieurs essais et récits de voyage (dont Voyage à travers la Chine interdite, réédité en Pocket en 2016) et a fondé la revue littéraire Immédiatement, qu'il a dirigé jusqu'en 2001.

Aujourd'hui, Luc partage son temps entre les Alpes (massif du Queyras, dont il est originaire) et la Haute Provence, dans le très sauvage massif des Monges, où il réside. Passionné de voyages, d'écologie, d'ethnobotanique mais aussi d'Histoire et de littérature, Luc a réalisé plusieurs longues marches en autonomie dans les coins de nature les plus sauvages. Parmi celles-ci : Deux mois en Terre de feu inhabitée (Chili) et, en 2012, une traversée de l'Islande en autonomie complète, de la côte est à la côte ouest, par les Hautes Terres désertiques (vingt jours et 500 km de marche, dont 85 km sur glacier).

Il organise chaque année des treks en autonomie au nord du Tibet (province du Sichuan, Chine), mais aussi, dans le massif des Monges, des randonnées itinérantes autour du Land Art (Refuge d'art d'Andy Goldsworthy) et de son extraordinaire géologie.



- Contact et informations : lucrichard1@gmail.com +33 4 92 32 52 58 ; +33 6 08 16 66 44 / www.lucrichard.fr
- Inscriptions : www.vercors-escapade.com / +33 4 75 22 07 62 / contact@vercors-escapade.com

Les refuges d'art et la réserve géologique de Haute Provence

*Refuge d'art est un projet artistique d'Andy Goldsworthy, héritier des pratiques du Land Art, dans la région de Digne-les-Bains, en Haute Provence. Toujours en cours, il a été initié par Nadine Gomez, la conservatrice du musée Gassendi, qui avait invité en 1995 Andy Goldsworthy au musée pour célébrer les dix ans de la réserve géologique que Haute Provence. Il s'agit de la plus vaste collection au monde d'oeuvres de l'artiste. Cet itinéraire suit des chemins de randonnée et traverse la réserve géologique de Haute Provence. Il relie les *Sentinelles*, imposants cairns en pierre sèche, ainsi que des bâtiments isolés en pleine nature, rénovés, qui accueillent chacun une œuvre singulière de l'artiste.*



Le refuge d'art du Vieil Esclangon

Lors de notre marche en itinérance nous passerons par la plupart des sentinelles et refuges d'art et dormirons dans deux d'entre-eux – les trois autres nuits, nous serons hébergés dans des gîtes. Nous verrons aussi des œuvres réalisées en pleine nature par d'autres artistes, tels Herman de Vries ou Johan Foncuberta.

*À pied, nous traverserons des paysages d'une beauté exceptionnelle, des forêts de hêtres ou de pins noirs, des villages en ruine, nous franchirons des cols au milieu de prairies d'alpage et nous longerons des torrents sauvages. Dans ces montagnes peu fréquentées – où vivent loups, chamois, aigles et vautours – nous contemplerons enfin les splendeurs géologiques qu'a formé la nature au fil de millions d'années, tels le monumental « vélodrome », ou les clues de Barles. Nous terminerons notre périple au musée Gassendi, à Digne, pour voir une dernière œuvre d'Andy Goldsworthy, *River of Earth*.*

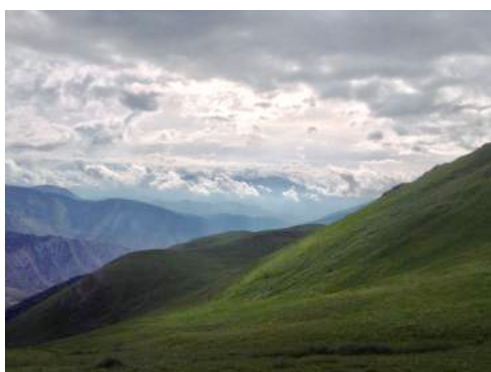
L'itinéraire, jour par jour

Jour 1 : Le matin, rendez-vous à Digne (horaire à préciser). Transfert de Digne au village de Courbons en taxi. Randonnée de Courbons jusqu'à Thoard par les crêtes du Siron et le *Refuge d'art de la Chapelle Sainte-Madeleine*. Dénivelée +700m, - 810m. Dîner et nuit à Thoard, à La Bannette.

Jour 2 : Randonnée d'Authon jusqu'au *Refuge d'art de La Forest* par les crêtes de Mounis. Dénivelée +850m, -650m. Dîner et nuit au refuge d'art.

Jour 3 : De la Forest à Authon par la chapelle de Dromont. Dénivelée +550m, - 350m. Dîner et nuit la ferme de Lèbre, non loin du village d'Authon.

Jour 4 : Court transfert vers Feissal par la *Sentinelle du Vanson*. De Feissal à Barles par les crêtes de Chine, l'emplacement du futur *Refuge d'Art de Chine*, le ravin du Descoure et les *fenêtres de herman de vries*. Dénivelée +500m, - 900m. A Barles, court transfert jusqu'à Verdache. Dîner et nuit au gîte de Flagustelle, à Verdache.



Jour 5 : Court transfert de Verdache aux Clues de Barles. Des Clues de Barles au Vieil Esclangon par la *Sentinelle du Bès*, le vieux sentier de la Combasse, le *sanctuaire de roche rousse de hermann de vries*. Au Vieil Esclangon, deux *traces* de herman de vries. Montée au point de vue pour contempler le « vélodrome ». Dîner et nuit au *Refuge d'art du Vieil Esclangon*. Dénivelée + 580m, - 400m.

Jour 6 : Du Vieil Esclangon au Mousteiret par le *Refuge d'art du col de l'Escuichière*. Dénivelée + 470m, -750m. Transfert du Mousteiret jusqu'à Digne. Visite du musée Gassendi et notamment des salles dédiées à Andy Goldsworthy et herman de vries. L'oeuvre *River of Earth* d'Andy Goldsworthy, au dernier étage fait partie de *Refuge d'Art*.

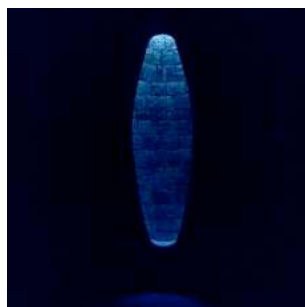
** Nous pouvons être amenés à modifier l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, modification de l'état du terrain, éboulements, sentiers dégradés, etc.), soit directement du fait du guide (météo, niveau du groupe, etc.). Ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et pour un meilleur confort.*

Le voyage en autonomie ultra-légère et les refuges d'art

- Le voyage en autonomie ultra-légère recouvre un ensemble de pratiques qui consiste à réduire considérablement le poids de son sac à dos. C'est aussi un état d'esprit qui refuse de dépendre exclusivement des infrastructures modernes (routes goudronnées, transport automobile, etc.). Cela est possible en choisissant du matériel léger – qui n'est pas nécessairement coûteux – et en ne conservant que le strict nécessaire. Pour nous, le confort consiste avant tout à porter un sac à dos léger, pas à emporter ce qui est superflu.
- Depuis des années nous choisissons cette manière de voyager par cohérence. Premièrement, parce que nous aimons la liberté qu'elle apporte. Ensuite, par respect pour la nature, il nous semble préférable de réduire au maximum les transports de bagages en véhicules. Enfin, notre goût nous porte vers les endroits isolés, beaux et paisibles, donc à l'écart des réseaux routiers et difficiles d'accès. Ajoutons que cet état d'esprit nous semble une bonne manière de découvrir l'oeuvre d'Andy Goldsworthy et des autres artistes qui ont essaimé dans nos montagnes.
- Par conséquent, en suivant nos recommandations (voir liste de matériel à la fin de ce document) le poids de votre sac à dos, hors vivres et eau, ne devrait pas dépasser pas les 4 kg (vous porterez, pour l'essentiel, de quoi dormir confortablement, quelques vêtements de rechange et des affaires de toilette). Avec le pique-nique et 1,5 litres d'eau pour la journée votre sac pèsera seulement un peu plus de 5,5 kg. Dans les gîtes, des serviettes de toilette seront fournies et il sera possible de laver ses vêtements de rechange.
- Dans les différents gîtes où nous passerons auront été déposé des vivres que nous emporterons pour les dîners et petits-déjeuners dans les refuges d'art. Ces vivres sont préparé presque exclusivement avec des produits bio et/ou locaux, achetés en vrac, sans emballages plastiques ou non recyclables, avec l'objectif d'arriver à zéro déchets en fin de séjour. Nous cuisinerons ensemble dans les refuges d'art, et vous découvrirez qu'il est possible de prendre de bons repas en bivouaquant simplement.

Les hébergements

- Près du village de Thoard : La Banette, chambre et table d'hôte (chambre double ou triple avec salle de bain).
- Près du village d'Authon : Ferme de Lèbre, chez l'habitant (chambres double ou triple, salle de bain commune).
- Au village de Verdache : Gîte de Flagustelle (dortoir, lits superposés, salle de bain commune).
- À La Forest et au Vieil Esclangon : en refuge d'art.



Le refuge d'art de La Forest et ses abords immédiats

- Les refuges d'art de La Forest et du Vieil Esclangon, où nous dormirons, sont d'anciens bâtiments en pierre restaurés, en pleine nature. On y trouve, outre les œuvres d'art, un espace de vie, avec une table et des bancs et un espace de repos, avec un plancher et des banquettes en bois. Il n'y a ni eau courante, ni électricité, ni sanitaires – des feuillées sont à l'extérieur.

** Les hébergements ci-dessus, donnés à titre indicatifs, peuvent être modifiés sans préavis. Chambres double ou triples (lits jumeaux) ou en dortoirs. Si vous souhaitez disposer de chambres individuelles, nous contacter, mais notez que celles-ci ne sont pas toujours disponibles.*

Tarif et inscriptions

Tarif : 680 € par participant.

Inscriptions directement auprès de l'agence de voyage Vercors Escapade :

www.vercors-escapade.com / +33 4 75 22 07 62 / contact@vercors-escapade.com

** Séjour opéré en collaboration avec l'agence de voyage Vercors Escapade et sous sa licence.*

- **Ce qui est compris dans le tarif :** Tous les repas (dîners, pique-niques et petits déjeuner) ; les hébergements ; les transferts internes prévus au programme (Digne-Courbons, Authon-Feissal, Le Mousteiret-Digne) ; la prestation du guide ; les visites (visite du musée Gassendi). Dans plusieurs hébergement, les boissons (thé, café, vin) sont incluses.
- **Ce qui n'est pas compris dans le tarif :** Les transports avant le rendez-vous le premier jour (à Digne-les-Bains) et après la fin du séjour (à Digne-les-Bains) ; les transports pendant le séjour pour convenance personnelle ; les boissons là où elles ne sont pas incluses ; les dépenses personnelles (appels téléphoniques, etc.) ; l'assurance ; les éventuelles nuitées avant et après le séjour (nous consulter pour des conseils d'hébergement).

Points importants et questions pratiques

- **Matériel :** Ne négligez pas la préparation matérielle pour alléger les sacs à dos. Nous insistons sur les protections contre le soleil (chapeau, crème solaire) ; le sac de couchage, efficace contre le froid (la nuit, la température peut descendre à 10°) ; un matelas de sol confortable (pas de matelas dans les refuges d'art, nous dormirons directement sur des banquettes en bois) ; des chaussures de montagne montantes, confortables, avec bonnes semelles, contreforts et bonne imperméabilité ; une mini-trousse de pharmacie avec deuxième peau (type Compeed), pansements et aspirine, et vos éventuels médicaments personnels. Le guide aura avec lui une pharmacie de base.
- **Conditions climatiques probables :** En cette saison, les conditions climatiques seront idéales : ni trop chaud en journée, ni trop frais pendant les nuits. Comme nous sommes en montagne, les nuits peuvent être fraîches. Si un pull est suffisant pour la soirée, prévoyez un bon sac de couchage. Le temps est généralement sec, voire très sec, mais une averse ou un orage ne sont jamais exclus. Il faut donc avoir avec soi de quoi se protéger de la pluie.
- **Argent :** Il n'y a pas de distributeur sur le parcours et il ne sera pas possible de régler avec une carte bancaire vos dépenses personnelles dans les hébergements – boissons, etc. Prévoyez donc des espèces si vous pensez en avoir besoin.
- **Bagages :** Vous aurez peut-être besoin de laisser au début du séjour un bagage que vous récupérerez le dernier jour. Si vous dormez la veille dans un hôtel à Digne-les-Bains, celui-ci acceptera sans problème de vous le garder. Si vous n'avez aucune possibilité de ce type, veuillez nous en parler, nous trouverons ensemble une solution.

Liste de matériel à prévoir

ITEMS DANS SAC À DOS

Poids maximum (en grammes)

1 Sac à dos léger, volume 35 litres à 45 litres max.	800
1 Sac de couchage (+5° température de confort)	750
1 Matelas de sol léger (mousse ou auto-gonflant)	400
1 Gamelle avec couvercle étanche 25 cl. (type tupperware)	150
1 Petit gobelet (qui peut contenir boisson chaude)	30
1 Cuillère	20
1 poche à eau 2 litres ou 1 bouteille 1,5 litres	200
1 Brosse à dents allégée (couper la moitié du manche)	10
1 Mini-tube dentifrice	20
1 Serviette micro-fibres de taille A4	20
1 Mini-savonnette type savon de Marseille ou Alep	20
2 rechanges – culottes légères (2 x 50 g.)	100
2 rechanges – paires de chaussettes légères (2 x 40 g.)	80
1 rechange T-shirt mérinos ou chemise légère	150
1 pull-over ou polaire légère	250
1 k-way ou poncho ou veste de pluie légère	250
1 lampe frontale légère	50
1 crème solaire sans nanomatériaux	50
1 mini-trousse à pharmacie	30
3 sachets zip-lock ou tissu pour ranger affaires (3 x 15 g.)	45

Poids total du sac hors vivres et eau	3425
--	-------------

<i>Poids total du sac avec 1,5 litre d'eau et 500 g. de vivres</i>	<i>5425</i>
--	-------------

OPTIONNEL DANS SAC À DOS

1 paire de sandalettes ultra-légères pour bivouac / gîte	150
1 Pantallon large pour bivouac / gîte (type taishi ou yoga)	150

<i>Poids total du sac avec vivres, eau et matériel optionnel</i>	<i>5725</i>
--	-------------

SUR SOI

- Vêtements et bonnes chaussures.
- Chapeau / casquette et bonnes lunettes de soleil
- Mouchoirs en papier
- Canif
- Bâtons de marche (optionnel)

Conseils : comment choisir votre matériel

- **Nous sommes là pour vous aider.** Si vous avez besoin de précisions ou de conseils pour le choix du matériel, n'hésitez pas à nous appeler ou nous écrire. Regardez aussi le site des marcheurs ultra-légers : randonner-leger.org. En faisant un achat, renseignez-vous toujours sur le poids de ce que vous achetez, et comparez à la liste ci-dessus.
- **Le site français arklight-design.com** fournit matériel très léger que l'on ne trouve pas dans les magasins traditionnels, type Le Vieux Campeur. Et à des prix moins élevés. N'hésitez pas à les appeler, ils sont d'excellents conseils. Vous trouverez chez eux de bons sacs à dos légers (comme le Berghaus - Munro II IR), des sacs de couchage légers à prix intéressants, idem pour les matelas de sol (mousse ou auto-gonflant), les chaussettes en mérinos (mon conseil : prenez des Woolpower 200). Pour le reste, on trouve du matériel correct et peu coûteux chez Décathlon ou de la seconde main dans les stocks militaires (notamment de très bons ponchos).
- **Évitez le coton de manière générale** (pantalons, T-shirt, chaussettes) sauf si vous prenez une chemise en coton légère et ample. Le coton retient la transpiration, l'humidité et les odeurs. Il est long à sécher. Un T-shirt en mérinos, en revanche, pourra être porté plusieurs jours sans désagrément. Les matériaux synthétique (pantalons, sous-vêtements, polaires) séchent vite lorsqu'on les lave. Un vieux pull en cachemire est léger et chaud.

Informations complémentaires

- www.refugedart.fr (pour les photos des refuges d'art)
- www.musee-gassendi.org (site du musée Gassendi à Digne-les-Bains)
- www.artenchemin.fr (Site de l'association l'Art en chemin).

* * *