

QUEYRAS

Le tour du Queyras

7 jours / 6 nuits / 6 jours de randonnée



Vous voulez découvrir le Queyras ? Ce séjour est fait pour vous. Vous parcourrez au cours de cette semaine de marche en liberté, tous les incontournables du Queyras. Vous partirez à la conquête des lacs, des vallons cachés et des villages typiques du Queyras. Sur ce parcours, bénéficiez du guidage assisté et découvrez une nouvelle expérience de la randonnée : instantané, fond de carte, géolocalisation, trace, point d'intérêts.



PROGRAMME INDICATIF :

JOUR 1 : Rendez-vous à **VILLE VIEILLE** (1380 m)

JOUR 2 : VILLE-VIEILLE (1380m)-CEILLAC (1640m)

Une belle randonnée de « mise en jambes » par un vallon riant et fleuri, entre forteresse de Château Queyras, alpages, frais mélèzein et col panoramique !

▲ **6h de marche, +950m/-760m de dénivelée**

JOUR 3 : CEILLAC(1640m) – SAINT VERAN (2040m)

Le col des Estronques (2650 m) offre des vues superbes sur le pic de la Font Sancte, point culminant du Queyras (3392 m) et sur Saint-Véran.

▲ **6h de marche, +1054m/-800m de dénivelée**

Variante possible (Aller / retour) Tête Jacquette (2 757 m) : + 100 m, 40 min

JOUR 4 : 2 Options

Soit vous dormez deux nuits dans le même hôtel situé à Saint-Véran (option 1) soit vous dormez 1 nuit à Saint-Véran et 1 nuit en refuge (option 2)

Le parcours est le même sauf que dans l'option 1, un transfert en taxi est organisé le matin du j5 pour retrouver le GR.

OPTION 1 : SAINT VERAN (2040m) – CIRQUE DE LA BLANCHE ET PIC CARAMANTRAN (3040m) – SAINT VERAN (2040m)

L'ascension facile d'un beau 3000 frontaliers, le panorama sur l'arc alpin et les vallées italiennes. Retour et nuit à l'hôtel.

▲ **6h de marche, +1100m/-1100m de dénivelée**

Possibilité de raccourcir l'étape en juillet et août avec utilisation de la navette locale vers le Cirque de la Blanche.

▲ **5h de marche, +720m/-720m de dénivelée**

OPTION 2 : SAINT VERAN – REFUGE AGNEL (2575 m)

L'ascension facile d'un beau 3000 frontalier, le panorama sur l'arc alpin et les vallées italiennes. Nuit en refuge

▲ **5h30 de marche, +1007m/-420m de dénivelée**

JOUR 5 REFUGE AGNEL (2575 m) – ABRIES (1545 m)

Transfert depuis St Véran au refuge Agnel, ou départ depuis le refuge selon l'option choisie en jour 4. La découverte des grands lacs d'altitude et des richesses de la montagne : alpages fleuris, arbres centenaires, torrent limpide, clairières verdoyantes...

▲ **6h30 de marche, +460m/-1473m de dénivelée**

Variante possible (traversée ou boucle) par col de l'Eychassier (2 917 m) ou Pain de Sucre (3 210 m) :

+ 100 à + 400 m et + 1 h à + 2 h 30

JOUR 6 : ABRIES – LACS DE MALRIF (2550 m) - AIGUILLES (1480 m)

Un très beau sentier en balcon sur la vallée du Guil et ses villages, le « Grand Laus » l'un des plus beaux lacs alpins à près de 2600 m et les hameaux ruinés de la haute vallée du Guil.

Option possible vers le pic de Malrif à 2906 m.

▲ **6h30 de marche, +1150m/-1230m de dénivelée**

Ou si OPTION :

▲ **1h, +320m /-320m de dénivelée**

JOUR 7 : AIGUILLES (1480 m) – ROUET (1805 m) - CHATEAU QUEYRAS - VILLE VIEILLE (1380 m)

En balcon sur la vallée, les hameaux suspendus de la Combe du Guil : Meyries, Rouet puis descente vers Château Queyras et sa forteresse.

▲ **5h30, +450m /-470m de dénivelée**

Variante possible (boucle) par col de la Crèche (2 84 m) : + 565 m et + 4 h

Avertissement : En fonction de la météorologie, d'une surcharge éventuelle d'un hébergement ou pour toutes autres raisons indépendantes de notre volonté, nous pouvons être amené à exceptionnellement modifier ce programme. Notre implantation locale au cœur du Queyras nous permet de répondre au mieux à ces contraintes sans nuire à l'intérêt de votre séjour.

FICHE PRATIQUE :

NIVEAU : Bon marcheur entre 3 et 4 chaussures

Randonnée de 6 à 7 heures de marche en moyenne comportant une dénivellation moyenne de 800 à 1000 m en montée et/ou descente ou itinéraire vallonné de 25 à 25 km.

Sac léger sauf éventuellement une nuit pour se rendre dans un refuge de haute montagne par exemple. Randonnée sur sentier bien tracé la majeure partie du circuit avec des passages ponctuellement plus accidentés ou sur un terrain plus caillouteux.

PORTAGE ET TRANSFERTS :

Si vous le souhaitez, vous pouvez opter pour la formule « transfert des bagages » (en supplément). Vos affaires personnelles inutiles pendant la journée de randonnée sont alors transportées par taxi entre les différents hébergements lorsqu'ils sont bien sûr accessibles par véhicules. Ce bagage (un seul par personne) devra être souple de type sac de voyage ou de sport (valise interdite) et rester d'un poids raisonnable (10 à 12 kg maximum en fonction des circuits). Attention l'accès aux différents hébergements n'est pas toujours aisé, un bagage trop volumineux et trop lourd peut être refusé par le transporteur. La journée vous ne portez que votre sac à dos (35 à 40 L conseillé) contenant vos effets personnels utiles à la randonnée (pique-nique, vêtements chauds...).

ENCADREMENT : Séjour en liberté sans accompagnateur.

GROUPES : Départ assuré à partir de 1 participant.

HEBERGEMENT : En chambre de 2 dans différents hébergements hôtel, gîte d'étape, chambre d'hôtes, auberge, et suivant l'option choisie un refuge (selon option choisie en jour 4 – privatisation possible d'une chambre, avec supplément et sous réserve de disponibilité).

En fonction des dates de départ, l'hébergement est organisé selon les disponibilités dans les différents hébergements présents dans les villages au moment de la date de réservation des séjours.

La restauration servie dans les hébergements est équilibrée et variée. La cuisine est copieuse, traditionnelle et adaptée au programme des randonneurs. Les repas froids de midi sont à votre charge. Vous trouverez dans les villages de Ceillac, Saint-Véran, Abriès et Aguilles les commerces nécessaires à vos achats. Si vous le souhaitez, vous pouvez également réserver auprès des hébergeurs vos repas froids du lendemain. Il suffit de les commander chaque soir à votre arrivée.

RENDEZ-VOUS : Sur le lieu d'hébergement où vous trouverez votre dossier.

DISPERSION : Le dernier jour de randonnée

En haute saison, un service régulier de bus assure plusieurs fois par jour le transfert pour la gare ou au départ de la gare. En basse saison, les navettes sont moins régulières voire inexistantes.

Information et réservation : au 0809.400.013 ou sur zou.maregionsud.fr

Retour à Oulx : Si vous repartez le samedi, un nouveau service d'autocar vous permet de rejoindre directement le Queyras depuis la gare. Prix : 27€ pour les adultes et 22€ pour les enfants de 3 à 10 ans. Réservation obligatoire : www.autocars-imberty.com – 04 92 45 18 11

DATES ET PRIX

Selon votre choix départ possible de début juin (en fonction de la fonte de la neige en altitude) à fin septembre (selon la fermeture des refuges). Aménagement possible hors période selon la disponibilité des hébergements. Nous contacter.

TOUR DU QUEYRAS					
PREMIER DÉPART	DERNIER DÉPART	CHAMBRE DE 2+ BAGAGES	CHAMBRE DE 2 SANS BAGAGES	CHAMBRE DE 2 OPTIONS REFUGE + BAG	CHAMBRE 2 OPTIONS REFUGE SANS BAGAGES
06/06/2021	26/09/2021	735,00 €	675,00 €	695,00 €	625,00 €

Supplément chambre SINGLE :

- Si option 1 du jour 4 : 90 €
- Si option 2 du jour 4 : 75 €

Pour la nuit en refuge, privatisation de la chambre possible selon les disponibilités et la période (+10€/pers – 2 pers minimum).

Supplément 1 seul participant :

- Si option 1 : + 80 € (+ chambre single obligatoire)
- Si option 2 : + 50 € (+ chambre single obligatoire)

Tarif nuit supplémentaire en 1/2 pension (taxe de séjour inclus) :

- En chambre de 2 ou single : 77 €

Sous réserve de disponibilité dans l'hébergement prévu initialement au départ et/ou à l'arrivée.

LE PRIX COMPREND :

- Les frais d'organisation
- L'hébergement en demi-pension en hôtel, en chambre d'hôte, auberge ou gîte
- Le transport des bagages en option selon la formule choisie
- Le transfert en taxi du jour 5 (si option 1 le jour 4)
- La fourniture du dossier de randonnée (carnet de route, cartes...)
- L'accès à l'application carnet de route sur votre téléphone

LE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les repas de midi (sur commande auprès des hébergeurs ou possibilité de commerces dans les villages)
- Les boissons et le vin pendant les repas ainsi que les dépenses personnelles
- Les assurances annulation et rapatriement
- Les frais d'inscription éventuels
- D'une façon générale, tout ce qui n'est pas indiqué dans "*Le prix comprend*"

Frais d'inscription :

Les frais d'inscription sont des frais administratifs. Ils sont applicables à chaque personne inscrite.

- pour toute inscription à plus de 90 jours du départ : pas de frais de dossier
- pour toute inscription de 89 à 30 jours du départ : 15 € par personne
- pour toute inscription à 29 jours ou moins du départ : 25 € par personne

DOSSIER DE RANDONNEE DOCUMENTS FOURNIS

- Un carnet culturel vous décrivant le patrimoine local et précisant les informations pratiques telles que les commerces ou services à disposition dans les villages
- Un carnet de route contenant le profil détaillé, la carte et le descriptif détaillé jour par jour du circuit
- La mise à disposition d'une application de guidage assisté « Roadbook »
- La carte personnalisée au 1/30 000e compatible GPS qui couvre votre itinéraire
- L'envoi de la trace gps au format *gpx (Format compatible avec tout type de GPS ou smartphone)
- Les « vouchers » ou bons d'échange que vous devrez remettre aux différents prestataires (hébergeurs, taxi...)

L'application mobile : Application à télécharger sur votre smartphone quelques jours avant votre départ. Cette application vous donne accès aux cartes détaillées du parcours (fond de carte Openmap), la trace de l'itinéraire, les points d'intérêts à découvrir tout au long de votre randonnée. Simple d'utilisation, elle vous géo localise et vous guide en temps réel sur le terrain. Une fois le parcours téléchargé, cette application fonctionne sous le mode avion de votre téléphone. Vous pouvez l'utiliser dès le départ du circuit, ou en court de route pour vérifier votre positionnement. Par sécurité, selon l'autonomie de votre téléphone et parce que la recharge des téléphones en refuge est impossible, nous vous conseillons de prendre une petite batterie externe pouvant vous dépanner.

Pour en savoir plus : www.randoqueyras.com/carnet-route-numerique.html

NOTA : Ces documents vous seront remis par nos soins lors de l'accueil du jour 1 à votre hébergement à partir de 17h30. Le carnet de route ainsi que les cartes IGN devront nous être restitués A LA FIN DU SEJOUR !

Accueilli par un professionnel de la montagne du pays, ce temps de rencontre sera l'occasion de vous transmettre les dernières informations concernant votre itinéraire (état des sentiers, présence éventuelle de neige sur certains cols en début de saison, prévision météo...) et d'échanger avec vous quelques conseils sur votre équipement et matériel nécessaires au bon déroulement de votre séjour.



EQUIPEMENT CONSEILLE : *(À adapter selon les saisons)*

Pour la randonnée

Pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- un sous-pull à manches longues en matière respirante.
- une veste en fourrure polaire chaude.
- une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable. Ces 3 couches doivent toujours être dans votre sac à dos car en montagne le temps change très vite. Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible. Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire. Eviter les anoraks : trop chauds et encombrants.

Dans votre sac à dos et sur vous en marchant

- 1 sac à dos de 30/35 litres
- 2 bâtons télescopiques (fortement conseillés !)
- 1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- 1 boussole et si vous l'avez : un altimètre (très utile)
- 1 tee-shirt de randonnée en matière respirante.
- 1 veste en fourrure polaire ou un pull chaud.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante (type Gore-tex ou équivalent).
- 1 cape de pluie (facultative) Peut être remplacée par le couvre sac et la veste étanche
- 1 chapeau ou casquette contre le soleil
- 1 bonnet léger avec des petits gants en polaire pour se protéger du froid ou du vent en altitude
- 1 pantalon de trekking ample
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle de type Vibram. Penser à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps (chaussures basses déconseillées)
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité.
- 1 crème solaire et stick à lèvres protecteur.
- 1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (1 litre minimum).
- 1 couteau de poche de type Opinel.
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- 1 boîte plastique hermétique (contenance 0,3 litre minimum) + gobelet + couverts.
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
- 1 couverture de survie.
- 1 appareil-photo et/ou jumelles (facultatif).
- 1 paire de boules Quiès (facultatif).
- 1 drap-sac (les sacs de couchage sont inutiles)

Attention ! le drap sac est obligatoire pour dormir dans les refuges (couettes et couvertures à disposition)

Pharmacie personnelle :

- vos médicaments habituels.

- des médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- des pastilles contre le mal de gorge.
- Obligatoire : une bande adhésive, type Elastoplaste en 8cm de large, des jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes. des doubles peaux (type Compeed ou SOS ampoules)

MOYENS D'ACCES :



TRAIN :

Si vous arrivez en train

Arrivée en gare de Montdauphin-Guillestre, sur la ligne vers Briançon.

Nom de la gare pour votre recherche : MONT DAUPHIN / GARE SNCF

Informations et horaires : www.oui.sncf

En venant du nord : liaison quotidienne par train couchette ou par TGV et TER :

- Train de nuit : ligne Paris (gare d'Austerlitz) / Montdauphin - Guillestre
- Train de jour : ligne Paris-Valence ou Paris-Grenoble puis correspondances pour Montdauphin-Guillestre (ligne vers Briançon). *Attention, évitez les propositions d'horaires vous faisant passer par Aix-en-Provence ou Marseille, beaucoup plus long.*
- Train de jour : TGV ligne Paris – Turin. Arrêt Oulx
- Arrivée à la gare italienne d'Oulx (ligne Paris-Turin)
 - À Oulx, un car 05 voyageurs (sur réservation) vous amènera à Briançon (tarif (2019) : 12€ l'aller pour les adultes, 6 € de 5 à 12 ans). Durée du trajet d'Oulx à Briançon : environ 1 h. À réserver auprès de 05 Voyageurs **04.92.502.505** ou sur www.05voyageurs.com. Ensuite le train vous permettra d'atteindre Montdauphin Guillestre.
 - Si vous arrivez le samedi, un nouveau service d'autocar vous permet de rejoindre directement le Queyras depuis la gare. Prix : 27€ pour les adultes et 22€ pour les enfants de 3 à 10 ans. Réservation obligatoire : www.autocars-imberty.com – 04 92 45 18 11

En venant du sud : ligne Marseille-Briançon

De la gare au lieu de RDV

Depuis la gare vous pourrez utiliser les navettes régulières entre la gare et le Queyras. Les horaires 2021 ne sont pas encore disponibles à la période de conception de cette fiche.

Attention, en période de basse saison, les navettes sont moins régulières voire inexistantes.

Nous vous invitons à consulter le site Zou lors de l'organisation de votre voyage et avant réservation de vos billets de train, au 0809.400.013 ou sur zou.maregionsud.fr

Nom de la gare pour votre recherche : MONT DAUPHIN / GARE SNCF



VOITURE :

Par le nord :

1ère possibilité : Emprunter le col du Lautaret par Bourg d'Oisans et la Grave. Rejoindre Briançon et suivre direction Gap (RN 94) jusqu'à Montdauphin puis Guillestre, porte d'entrée du Parc régional du Queyras.

2^e possibilité : Depuis Grenoble par la Mure et Gap. Ensuite suivre la direction Embrun par la RN 94 puis Guillestre porte d'entrée du Parc régional du Queyras. Prendre la D902 puis suivre les indications « Stations du Queyras ».

3^e possibilité : Depuis Grenoble rester sur l'autoroute A51 direction Sisteron. Franchir le col de Lus-la-Croix-Haute, puis rejoindre Veyne, Gap. Ensuite suivre la direction Embrun par la RN94 puis Guillestre porte d'entrée du Parc régional du Queyras. Prendre la D902 puis suivre les indications « Stations du Queyras ».

4^e possibilité : Par Chambéry – Autoroute de la Maurienne -Tunnel du Fréjus (au péage prendre un aller-retour valable 7 jours).

Au péage à la sortie du tunnel côté italien, continuer sur l'autoroute direction Turin. Sortir à Oulx et prendre direction Cesana – Sestriere - Col de Montgenèvre/Francia. Du col de Montgenèvre (frontière) vous gagnez Briançon puis Guillestre (1 h 30 min de trajet depuis le tunnel).

Par le sud :

Valence ou Sisteron - Gap - Embrun - Guillestre.

Depuis Guillestre, suivre la direction « Queyras » (D 902), puis la D 947.

Taxi

Le Guilazur au 06 80 21 77 22

Mr Durosne au 06 60 76 51 29 ou 06 15 37 28 67

Transports Petit Mathieu au 04 92 46 71 56 ou 06 07 83 93 58

INFORMATIONS COMPLEMENTAIRES

L'ESPRIT DU SEJOUR

ATTENTION... Les itinéraires détaillés ci-dessous ne sont qu'indicatifs. Ils sont réservés à de bons marcheurs et empruntent uniquement les sentiers balisés (GR rouge et blanc) du tour du Queyras ou les « sentiers de Pays » balisés en jaune ou en rouge. Ceux-ci sont facilement repérables tout au long du chemin à l'aide des marques peintes régulières et de panneaux indicateurs aux intersections.

Les temps de marche sont basés sur les usages de la randonnée soit un dénivelé positif de 350 m/heure dans les ascensions, pour un dénivelé négatif d'environ 500 m/heure dans les descentes, et d'une vitesse moyenne de marche de 3,5 km/h sur les parties plates. Ces évaluations respectent les informations que vous pouvez trouver sur le terrain (départ des balades par exemple) ou mentionnées dans les divers guides de randonnée.

Sur cet itinéraire, vous marchez bien sûr sous votre propre responsabilité. La base de la sécurité pour randonner en montagne est de savoir lire une carte IGN au 1/25 000 en association avec l'emploi d'un altimètre, voire d'une boussole. Il vous appartient de vous renseigner auprès des hébergements ou des Offices du tourisme de l'évolution météorologique (bulletins affichés) ou d'appeler le répondeur météo au 08 92 68 02 05.

Chemins du Sud ne peut en aucun cas être tenu pour responsable d'un problème quel qu'il soit, survenu pendant le parcours de votre randonnée (état du sentier, niveau physique pas adapté au circuit, mauvaise appréciation d'un horaire, erreur de lecture de la carte...). Les sentiers mentionnés dans ce programme permettent d'aller d'un gîte à l'autre sans devoir utiliser les transports en bus ou taxi. Si vous deviez utiliser les services d'un transporteur pendant ce séjour (mauvais temps, retard, fatigue excessive, égarement ou autres imprévus...) ceux-ci restent évidemment à votre charge et sous votre responsabilité. Nous vous fournissons pour la durée du séjour les documents indispensables à la randonnée (carnet de route, cartes...).

CARTOGRAPHIE

Cartes TOP 25 IGN 3637OT et 3537ET et carte LIBRIS « Queyras Ubaye » au 1/60 000

BIBLIOGRAPHIE

Pour préparer votre séjour, de nombreux guides sont disponibles en librairie. Vous pouvez par exemple consulter « Parc Naturel Régional du Queyras » aux éditions Gallimard, bien illustré et facile à lire.

Pour goûter aux ambiances queyrassines, dernièrement sorti, « L'Autre Versant », aux éditions Hesse, présente de superbes photographies de Christophe Sidamon-Pesson accompagnées des textes de Michel Blanchet.

Dans la remarquable collection « Les Cahiers du Patrimoine », aux Éditions du Queyras, plusieurs titres permettent de se familiariser avec les spécificités du patrimoine local (Dentelles du Queyras et des vallées voisines, Ceillac au fil du temps, Fort Queyras, Cadran Solaires du Queyras...).

Quelques ouvrages rédigés par des anciens du pays évoquent également la vie de la région, hier et aujourd'hui, à l'image des livres de Céleste Fournier aux Éditions du Queyras, des mémoires de Philippe Lamour, personnage emblématique du Queyras, intitulées « Le Cadran Solaire », ou du recueil de souvenirs « Les Pieds en Queyras » d'Albert Borel.

Enfin pour les amateurs de littérature, les vallées queyrassines ont servi de cadre à de nombreux romans. Citons par exemple « Les Hauts Pays » de Philippe Lamour, les romans

de Raymonde Meyer-Moyne ou, pour la période actuelle, « Le Dernier Refuge » de Nicolas Crunchant.

Offices de Tourisme

- Maison du Tourisme du Pays du Guillestrois : 04 92 45 04 37
- Office de Tourisme de Ceillac : 04 92 45 05 74
- Office de Tourisme de Mont-Dauphin : 04 92 45 17 80
- Office de Tourisme de Risoul : 04 92 46 02 60
- Office de Tourisme de Vars : 04 92 46 51 31
- Office de Promotion du Queyras : 04 92 46 76 18
- Centre des Monuments Historiques de Mont-Dauphin : 04 92 45 42 40

NOTES PERSONNELLES :



En cas de problème de dernière minute, appelez :

en priorité au 04 90 09 06 06

Si vous n'avez pas réussi à nous joindre à ce numéro, vous pouvez ensuite nous
contacter

au 07 77 08 14 68