



Découverte du Queyras en raquettes et bien-être

FRANCE - ALPES DU SUD



Au départ de notre "camp de base" de Prats Hauts, c'est en toute "légèreté" que vous prendrez un grand bol d'air pur, raquettes aux pieds, et que vous apprécierez rapidement les plaisirs simples de ces belles journées de blancheur extrême. Équipés de raquettes nouvelle génération, vous apprécierez le Queyras à travers son patrimoine naturel et humain unique dans les Alpes. Le midi votre accompagnateur vous dénichera des endroits insolites pour partager un pique-nique en plein soleil, autour d'un feu de camp ou bien au chaud dans une cabane pastorale dans les alpages. Tranquillement, vous découvrirez chacune des vallées qui forment le massif du Queyras. Les chevreuils, chamois et coqs vous surprendront peut-être dans cette blancheur immaculée. Un séjour confortable, en pleine nature avec la vraie poudreuse à la portée de tous !



7 jours / 6 nuits
5 jours de raquette



En étoile



Gîte



15 à 2 personnes



★★



Code : 1426

LES POINTS FORTS :

- Découverte du patrimoine exceptionnel du Queyras
- Cuisine généreuse et produits locaux
- L'accès à l'espace bien-être 2 jours par semaine



PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : PRATS-HAUTS

Accueil à partir de 16h au chalet à Prats-Hauts. Le soir, lors du pot d'accueil, nous vous présenterons le déroulement de votre séjour, nous passerons ensuite à table pour le dîner.

JOUR 2 : CRÊTE ET CROIX DE CURLET

Première journée de randonnée à la découverte d'un des plus beaux panoramas sur le village de Saint-Véran. Départ en forêt puis rapidement par le vallon de Lameron, nous accéderons par cette crête facile à la croix de Curlet.

▲ 4h30 de marche, +550m/-550m de dénivelé

JOUR 3 : CABANE DE BAOUDE

Randonnée en forêt, au cœur du fabuleux mélézin du Queyras... c'est le programme de cette journée où nous aurons l'occasion d'avoir de très beaux points de vue sur la vallée du Guil. Au détour de ce contrefort de la Dent du Ratier, nous pourrions croiser chevreuils ou mouflons. Descente sur Villargaudin.

▲ 4h30 de marche, +450m/-450m de dénivelé

JOUR 4 : COL DES PRES FROMAGE - SOMMET BUCHER

Le Sommet Bucher trône au cœur du Queyras... de là-haut, panorama à 360° sur les différentes vallées et les sommets qui forment les piliers de cette vallée. Vous serez juste en face de notre hameau, Prats Hauts, qui s'étire jusqu'à Molines en Queyras puis Saint-Véran.

▲ 5h de marche, +520m/-450m de dénivelé

JOUR 5 : CHALET DE LA MEDILLE

Cette journée, aux portes de l'Italie, vous emmènera vers les derniers hameaux habités du Queyras : l'Échalp et la Monta. La Médille est un alpage l'été. De là on a un point de vue unique sur le mont Viso... repère des chamois l'hiver, il n'est pas rare d'en apercevoir pendant cette randonnée. Nous profiterons du retour de cette courte randonnée pour nous arrêter chez des artisans locaux.

▲ 4h30 de marche, +350m/-350m de dénivelé

JOUR 6 : CHALETS DE CLAPEYTO

Aujourd'hui, c'est la journée «grand blanc». L'alpage de Clapeyto, niché au pied du col de l'Izoard, est un lieu enchanteur où le calme règne en maître au milieu de ces petits chalets de montagne. Dans cette ambiance paisible, nous progresserons au grès de ces petits hameaux chargés d'histoires. Une journée inoubliable.

▲ 5h30 de marche, +550m/-450m de dénivelé

JOUR 7 : FIN DU SEJOUR

Le séjour s'achève après un dernier petit déjeuner.

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

- Les durées de nos randonnées sont données à titre indicatif. Elles peuvent varier en fonction de plusieurs éléments lors du déroulé de notre séjour (niveau des participants, météo, état du terrain, etc...). Les durées de transfert peuvent aussi fluctuer en fonction des conditions climatiques et de l'état des routes.
- Le programme a été établi selon les derniers éléments connus lors de sa rédaction et peut être sujet à des modifications dans un souci de qualité. De plus, des situations indépendantes de notre volonté peuvent modifier le déroulement de votre séjour (météo, routes coupées, vols annulés ou retardés, grèves, fêtes locales...). Nos guides feront de leur mieux pour s'adapter à ces aléas, avec leur expérience et leur professionnalisme. Votre satisfaction et votre sécurité sont les éléments qui prédominent dans ces décisions de modification.
- En cas de nombre insuffisant de participants, nous pouvons être amenés à annuler un séjour jusqu'à 3 semaines avant le départ. Nous anticipons au maximum cette prise de décision, parfois à 5-6 semaines de votre départ, afin de vous permettre de vous organiser au mieux. Si vous vous rendez au point de RV du séjour en transport en commun, nous vous recommandons d'éviter les tarifs non modifiables - non remboursables tant que le départ n'est pas confirmé, ou de prévoir une assurance annulation auprès des compagnies de transport.

NUITS SUPPLÉMENTAIRES :

- Supplément arrivée la veille en demi-pension en chambre de 4 : 50€ par personne
- Supplément arrivée la veille en demi-pension en chambre de 2 : 60€ par personne
- Supplément arrivée la veille en demi-pension en chambre seule : 70€ par personne

FICHE PRATIQUE

NIVEAU PHYSIQUE :

- Marcheur Régulier
- Pour marcheur motivé, en forme, pratiquant une activité physique variée et régulière.
Environ 5 à 6 heures de marche par jour avec des dénivelés moyens entre 400 et 600m par jour.

NIVEAU TECHNIQUE :

Pas de difficultés techniques particulières. Évolution sur pistes forestières et sentiers de montagne

ENCADREMENT :

Vous serez encadrés par un accompagnateur en moyenne montagne diplômé d'État.



HÉBERGEMENT :

Le chalet est une grande maison qui permet à 35 personnes de cohabiter confortablement dans des chambres de 1, 2, 3 ou 4 lits, toutes équipées d'un coin douche et d'un lavabo et WC (supplément de 60 € par personne pour les chambres de 2 lits, 80€ pour les chambres individuelle).

Une salle conviviale avec bar, musique et jeux de société vous permettra de vous détendre.

Profitez également du salon et de la terrasse orientée plein sud. De l'espace bien-être ouvert deux journées par semaine, sauna, hammam, jacuzzi. Compris dans votre séjour. Différents type de massages possible : Californien, Suédois, Lomi -Lomi et aussi des séances de réflexologie plantaire. C'est un supplément qui se réserve et se paye sur place.

Sur place un parking gratuit est mis à votre disposition.

RESTAURATION :

Pension complète pendant tout le séjour.

À table nous vous proposerons une cuisine généreuse à base de produits des fermes voisines

TRANSPORT DES BAGAGES :

Lors des randonnées, vous porterez uniquement vos affaires de la journée.

Vous devez conditionner l'ensemble de vos affaires en 2 sacs : 1 sac à dos et 1 grand sac de voyage souple.

GROUPE :

Groupe de 2 à 15 participants.

RENDEZ-VOUS :

L'accueil se fait à partir de 16h30 au chalet à Prats Hauts dans le Queyras, votre accompagnateur vous présentera le séjour vers 19h30.

Une navette privative viendra vous chercher directement à la gare à 18h30, sa réservation sera obligatoire lors de la réservation.

DISPERSION :

Le jour 7, à Prats-Hauts, après le petit-déjeuner.



MOYENS D'ACCÈS :



EN 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.

2ème 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 ».

3ème 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 ».

4ème 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 coté 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.

Accès au Chalet depuis Guillestre : De Guillestre prenez la D902 direction le Queyras. Remonter les gorges du Guil pour rejoindre Château-Ville-Vieille. Au carrefour giratoire (maison de l'Artisanat) tourner à droite en direction de Saint-Véran jusqu'à Molines-en-Queyras.

À l'entrée de Molines, prendre à gauche direction Italie, et dans le centre du village, prendre à nouveau à gauche la direction "Chalet La Vie Sauvage". À Gaudissard, prendre à nouveau à gauche et suivre jusqu'à Prats-Hauts (2,5 km). Parking sur place.



EN TRAIN

Train de nuit :

Ligne de Paris (gare Austerlitz) à Montdauphin-Guillestre, circule tous les jours de l'année (les trains bénéficient parfois d'un affichage tardif : souvent dans les 3 semaines avant le départ).

De la "Gare de Montdauphin-Guillestre" à "Molines - route de Saint-Véran", correspondance avec des navettes régulières "Zou ma région sud" (<https://zou.maregionsud.fr>), nous viendrons avec une navette privative vous récupérer à Molines pour vous amener à l'hébergement.

Train de jour de Paris à Montdauphin :

Ligne TGV de Paris (gare de Lyon) à Valence puis ligne TER de Valence à Montdauphin-Guillestre.

Transfert gratuit en navette privative de la gare de Montdauphin-Guillestre jusqu'à l'hébergement (départ à 18h30 de la gare).

Pour les arrivées avant 18h30 : Prendre la navette régulière Zou (<https://zou.maregionsud.fr>), De la "Gare de Montdauphin-Guillestre" à l'arrêt Molines - Route de Saint Véran , nous viendrons avec une navette privative vous récupérer à Molines pour vous amener à l'hébergement.

Attention, il n'y a pas de navette en soirée, après la dernière navette, il faudra prendre un taxi (environ 100€ pour monter de la gare jusqu'à votre hébergement).

COMPLÉMENT :

Contact répondeur « État des routes » : pour accéder au département des Hautes-Alpes vous pouvez consulter le 04 92 24 44 44 (équipements spéciaux obligatoires pour franchir certains cols : pneus neige ou chaînes)

DATES ET PRIX

INFORMATIONS DATES ET PRIX :

Privilèges Chemins du Sud : remise fidélité -3%

La plupart de nos clients sont de fidèles voyageurs, qui aiment retrouver notre expertise, mais aussi l'état d'esprit et la sympathie de notre équipe au bureau. Et surtout, la qualité des connaissances des accompagnateurs Chemins du Sud.

Afin de vous remercier de votre fidélité, nous vous accordons une remise de 3%, appliquée dès votre 3ème séjour (les inscriptions faites via une autre agence comptent aussi!), et pour tous les séjours suivants. Elle est calculée sur le prix de votre séjour, hors suppléments. Elle est non cumulable avec d'autres réductions.

Remise FFRandonnée

Afin d'encourager le développement de la randonnée sur notre territoire et la protection de l'environnement, Chemins du Sud offre une remise de 5% sur le prix du séjour à tous les adhérents licenciés de la Fédération Française de la Randonnée (même conditions que la remise fidélité). Remise sur présentation de la copie de la carte d'adhésion.

NOTRE PRIX COMPREND :

- L'encadrement par un accompagnateur
- Le prêt des raquettes
- Les bâtons et matériel de sécurité
- L'hébergement en pension complète
- L'accès à l'espace bien-être 2 jours par semaine
- Les frais d'organisation
- Les taxes de séjour

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous
- Les assurances
- Les boissons
- Les frais d'inscription éventuels
- De manière générale, tout ce qui n'est pas mentionné 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 d'inscription.
- Pour toute inscription à partir de 90 jours du départ : 15€/personne.

EN OPTION :

- Supplément chambre double ou 2 lits simple séparés : 60€ par personne
- Supplément chambre individuelle : 80€ par personne



ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

BAGAGES :

Vous devez conditionner l'ensemble de vos affaires en 2 sacs : 1 sac à dos et 1 grand sac de voyage souple.

- ✓ Le sac à dos : Sac à dos de randonnée d'une capacité de 35 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée (Vêtement chaud, gourde, pique-nique, appareil photos, jumelles, ...)
- ✓ Le grand sac de voyage souple : Il doit contenir le reste de vos affaires.

VÊTEMENTS :

Chaussettes de laine chaudes. Éviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax ou de laine.

Guêtres.

Chaussures de randonnée montantes et imperméables.

Chaussures détente pour le soir (tennis) et après skis.

Pantalons ou salopette de montagne ou de ski imperméable.

Un collant thermique type Carline.

Tee-shirt ou sous-vêtements chauds et respirants. Évitez le coton, très long à sécher, préférez les matières synthétiques type nylon (polypropène).

Pull-over chaud ou fourrure polaire.

Veste style Gore-tex.

Bonnet chaud et cagoule en soie ou polaire.

Paire de moufles et gants en soie ou polaire (à utiliser sous les moufles).

Paire de moufles de rechange ou gants.

Tenue d'intérieur

Maillot de bain

MATÉRIEL :

Une protection solaire efficace (lunettes filtrantes et crème protectrice) à mettre impérativement dans le sac à dos.

Tampon « Ear » contre les ronflements.

Boules Quiès.

Nécessaire de toilette léger.

Du papier hygiénique (pour les randonnées) et des mouchoirs.

Serviette de bain (une serviette vous est fournie, en prévoir d'autres si besoin).

Un grand sac plastique pour protéger l'intérieur de votre sac en cas de pluie.

Gourde isotherme (1,5 litre minimum).

Lampe de poche.

Couteau pliant type Opinel, cuillère.

Appareil photo.

Couchage : Draps et couvertures fournis.

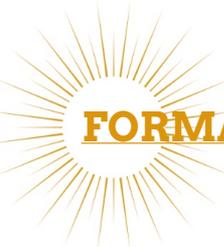
Matériel fourni :

- ✓ Raquettes modernes, légères et très maniables
- ✓ Bâtons télescopiques
- ✓ Trousse de premiers soins
- ✓ Matériel de sécurité individuel

PHARMACIE :

Trousse de premiers secours placée sous la responsabilité de votre accompagnateur.

Une pharmacie personnelle contre la fatigue musculaire, les troubles digestifs du froid et de l'altitude, les ampoules, vos médicaments habituels, bande adhésive élastique (élastoplast : 5 cm x 2,5 m), jeux de pansements adhésifs, compresses désinfectantes, double peau (protection contre les ampoules disponibles en pharmacie).



FORMALITÉS

FORMALITÉS :

➤ Durant le séjour, vous devez être en possession de votre carte d'identité en cours de validité ou passeport, de votre carte vitale, du numéro de contrat et numéro de téléphone de votre assurance personnelle (en cas de non souscription à notre assurance).

ASSURANCES :

A l'inscription, vous pouvez souscrire une assurance assistance rapatriement et/ou annulation qui s'ajoute au prix du séjour.

- Assurance annulation : 3% du montant du séjour (elle comprend le remboursement des sommes retenues en cas d'annulation avant votre départ).
- Assurance assistance rapatriement : 2% du montant du séjour.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du séjour.

Textes complets des assurances envoyés sur demande.



NOUS CONTACTER



En cas de problème de dernière minute, appelez :
au **04 90 09 06 06** ou sur notre téléphone d'urgence au **07 77 08 14 68 (7j/7 24h/24)**



infos@cheminsdusud.com



57 rue François Gernelle BP 155
84 120 PERTUIS

Notre agence est ouverte du Lundi au Vendredi de 9h à 18h30, et le Samedi de 9h à 17h



www.cheminsdusud.com