



Tour du Queyras en raquettes - Formule Hôtels

FRANCE - ALPES DU SUD



Vous avez envie de parcourir les montagnes enneigées du Queyras, goûter aux plaisirs des descentes dans la poudreuse, observer les animaux sauvages dans leur milieu et visiter quelques-uns des plus beaux villages des Hautes-Alpes... Vous souhaitez également profiter chaque soir du confort d'une chambre équipée de salle de bain et déguster au dîner des petits plats savoureux... Rien de plus simple ! Ce circuit original répondra à toutes vos attentes !



7 jours / 6 nuits
5 jours de
raquette



4 à 8 personnes



Itinérant



★★★



Hôtel



Code : 459

LES POINTS FORTS :

- Tour du Queyras hivernal avec hébergement confort Hôtelier
- Espace bien être



PROGRAMME JOUR PAR JOUR

JOUR 1 : GUILLESTRE

RDV à 18 h 30 en gare de Guillestre.
Accueil puis transfert dans la vallée d'Arviex.
Présentation du séjour par votre accompagnateur.
Distribution du matériel.

JOUR 2 : LE LAC DE ROUE ET LA DOUCE CRETE DE CATINAT

Cette journée vous permettra de découvrir un site splendide qui dégage une atmosphère particulière... certains le comparent aux espaces sauvages des lacs canadiens ! Vous apercevrez au loin le petit hameau perché de Souliers où une certaine tradition agricole perdure. Ici vivent encore une quinzaine d'habitants accrochés à leur terre !
Nuit à Arviex.

 4h30 de marche, +300m/-300m de dénivelée

JOUR 3 : LES CHALETS DE CLAPEYTO

Là-haut dans la montagne, au bout de la vallée se trouve les chalets d'alpage qui autrefois accueillait les habitants le temps des estives. En hiver, cet alpage devient le paradis des randonneurs en raquette : des chalets dispersés dans la montagne, de la neige accumulée sur les toits, un vrai paysage de carte postale.
En fin de journée, transfert dans la vallée du Haut-Guil, nuit à Abriès.

 5h de marche, +550m/-550m de dénivelée

JOUR 4 : UN BALCON SUR LE MONT VISO, L'ALPAGE DE LA MEDILLE

Cette journée se déroule sur la partie Est du Queyras, avec en point de mire le géant du Piémont : Le Mont Viso (3 841 m). Si cette journée est marquée par son panorama exceptionnel, c'est aussi une journée où vous devrez lever les yeux de vos raquettes afin de ne pas rater les chamois qui se reposent paisiblement au soleil !
Nuit à Abriès.

 4h30 de marche, +400m/-400 m de dénivelée

JOUR 5 : VALLEE DE MOLINE - LE SOMMET BUCHER

Court transfert en direction la vallée de Molines et de Saint Véran. Pour découvrir cette vallée, nous vous proposons de rejoindre un point de vue panoramique sur l'ensemble du massif : le Sommet Bucher. Notre montée sera également récompensée par un alpage agréable propice à la déambulation contemplative, en particulier quand nous découvrirons la petite cabane de Clos l'Henri...En fin de journée, nous rejoignons la plus haute commune d'Europe : Saint-Véran à 2 040 m d'altitude !
Nuit à Saint-Véran.

 4h30 de marche, +500m/-500m de dénivelée

JOUR 6 : CRETES DE CURLET - SAINT VERAN (2040m)

Nous terminons la semaine en prenant un peu de hauteur pour rejoindre en raquette la crête de Curlet (2301 m). Pour rejoindre ce petit sommet et avoir notre regard qui s'ouvre sur un superbe panorama sur le village de Saint-Véran et sur les cimes frontalières avec l'Italie, il nous faudra dépasser une incroyable forêt de mélèzes ponctuée de pins cembro où niche un oiseau emblématique : le Casse-noix moucheté.

Nuit à Saint-Véran.

 5h00 de marche, +600m/-600m de dénivelée

JOUR 7 : SAINT VERAN

Dispersion après le petit déjeuner

Pour les participants utilisant le train, transfert en gare de Montdauphin-Guillestre (départ de St Véran à 8h15)

IMPORTANT ITINÉRAIRE :

En fonction de la météorologie, des conditions d'enneigement, d'une surcharge éventuelle d'un hébergement ou pour toutes autres raisons indépendantes de notre volonté, nous pouvons être amenés 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.

➤ Information Covid

Le bon déroulement de ce séjour pourra être modifié afin de respecter de la réglementation sanitaire en vigueur au moment de votre départ. Cela peut concerner :

- Le Pass sanitaire
- La taille du groupe
- L'organisation du programme
- Les services mis à disposition par nos hébergeurs (sauna, spa...)
- Le matériel à prévoir

FICHE PRATIQUE

NIVEAU PHYSIQUE :

Itinéraire vallonné de 15 à 20 km ou itinéraire de montagne avec dénivelés moyens de 400 à 500 m en montée et/ou descente. 4 à 5 heures de marche environ avec un sac léger contenant vos affaires nécessaires à la journée (pique-nique, vêtement chaud, thermos...).

Les terrains abordés restent à la portée de tous et votre accompagnateur est là pour vous faire découvrir en douceur les plaisirs de la balade à raquette.

NIVEAU TECHNIQUE :

Pas de difficultés techniques particulières.



ENCADREMENT :

Accompagnateur en montagne diplômé d'État, spécialiste du Queyras.

Professionnel de la montagne, il s'engage à :

- Gérer au mieux le déroulement de votre randonnée en toute sécurité : choix de l'itinéraire, rythme de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques et à la nivologie.
- Assurer la dynamique et la cohésion du groupe.
- Vous faciliter l'approche du milieu montagnard et vous faire partager avec passion ses connaissances pour la nature.
- Être disponible et à votre écoute.

SÉCURITÉ

Les territoires de montagne éloignés des zones d'habitation restent souvent à l'écart de la couverture de la téléphonie mobile ou sont affectés par de nombreuses zones d'ombre imprévisibles. Pour se préserver de ces déconvenues et vous assurer une sécurité maximale, les professionnels sont équipés de radio VHF autorisant un accès direct aux services de secours en montagne.

HÉBERGEMENT :

Circuit avec un hébergement très bon confort :

- 2 nuits en hôtel**** avec piscine, jacuzzi, sauna et hammam. Massage possible en option.
- 2 nuits en hôtel 2** .
- 2 nuits en hôtel 2** avec sauna.

Les nuits s'organisent en chambre de 2 pers, avec sanitaire privatif. Le linge de lit et de toilette est fourni.

TRANSPORT DES BAGAGES :

Uniquement vos affaires de la journée.

GROUPE :

Départ assuré à partir de 4 participants.

Groupe limité à 8 personnes.

Si vous êtes un groupe constitué :

Pour une association, un comité d'entreprise, une famille ou un groupe d'amis désirant randonner ensemble à des dates autres que celles programmées, nous restons à votre disposition pour vous organiser cette randonnée en accord avec vos attentes (devis étudié en fonction du nombre de personnes). N'hésitez pas à nous contacter.

RENDEZ-VOUS :

Rendez-vous à 18h30 en gare de Montdauphin-Guillestre.

Accueil puis transfert dans la vallée d'Arvioux. Présentation du séjour par votre accompagnateur. Distribution du matériel.

Lors de votre réservation, ou au plus tard une semaine avant votre arrivée, merci de nous communiquer impérativement les informations suivantes :

- Votre mode d'arrivée : train ou voiture...
- Votre horaire d'arrivée si vous arrivez en train.

DISPERSION :

Le Jour 7 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 la gare de Montdauphin (Commune Eyglie-Gare).

-2ème possibilité : Depuis Grenoble par la Mure et Gap. Ensuite suivre la direction Embrun par la RN 94 jusqu'à la gare de Montdauphin (Commune Eyglie-Gare).

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 jusqu'à la gare de Montdauphin (Commune Eyglie-Gare).

-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 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, poursuivre direction Gap jusqu'à la gare de Montdauphin (Commune Eyglie-Gare).

➤ Par le sud :

Valence ou Sisteron - Gap - Embrun puis suivre la RN 94 jusqu'à la gare de Montdauphin (Commune Eyglie-Gare).

Contact répondeur « État des routes »

Pour accéder au département des Hautes-Alpes vous pouvez consulter 04 92 24 44 44 (équipements spéciaux obligatoires pour franchir certains cols : pneus neige ou chaînes).

➤ PETITS CONSEILS PRATIQUES

Nous rappelons aux utilisateurs des GPS routiers que certains itinéraires qui leurs sont indiqués ne sont pas praticables en hiver ! En effet les grands cols alpins de la région ne sont pas déneigés l'hiver et restent donc fermés à la circulation.

Quel que soit l'itinéraire que vous empruntez l'hiver pour arriver dans les Hautes-Alpes, les équipements spéciaux (Pneus neige, chaînes à neige ou chaussettes ...) sont obligatoires à partir du 1er novembre 2021. Entraînez-vous à les mettre avant de partir.



PARKING

Vous pouvez laisser votre véhicule sur le parking de la gare de Montdauphin Guillestre.



EN NAVETTE

Si vous venez en bus :

Possibilité de rejoindre la gare de Montdauphin en bus depuis Marseille et Paris :

- Depuis Paris : Départs réguliers les vendredis / samedis / dimanches.

- Depuis Marseille : Départs réguliers les vendredis / samedis.

Ces lignes seront effectuées avec des cars Grand Tourisme de dernière génération répondant aux normes Euros 5 et 6.

Plus de renseignements et réservation directement auprès du transporteur.

www.autocars-imberty.com

CHEMINS DU SUD – Rue François Gernelle BP - 155 84124 Pertuis Cedex

04 90 09 06 06 – infos@cheminsdusud.com - www.cheminsdusud.com



EN TRAIN

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

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 nouveau service d'autocar vous permet de rejoindre directement le Queyras depuis la gare.

Renseignement et réservation : www.autocars-imberty.com – 04 92 45 18 11

➤ En venant du sud : ligne Marseille-Briançon

Nota : attention, certaines propositions d'horaires par internet vous font passer par Aix-en-Provence ou Marseille, ce qui est beaucoup plus long. Il faut bien se renseigner et privilégier les accès par les gares de Valence ou de Grenoble.

Transfert avec la navette locale en gare de Montdauphin-Guillestre.

Pour info, correspondances avec les lignes suivants :

- Ligne Paris / Lyon via Valence-Ville ou Valence TGV

- Ligne Paris / Lyon via Grenoble

- Ligne Marseille / Aix-en-Provence via Gap

- Ligne Grenoble

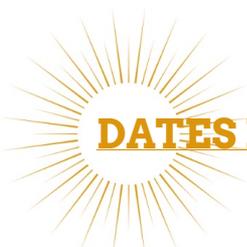
- Ligne Valence -Ville / Valence TGV

- Ligne TGV Oulx – Paris via Briançon.

Depuis le Queyras, un nouveau service d'autocar vous permet de rejoindre directement la gare de Oulx. 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

Certains de ces trains circulent périodiquement, il est impératif de vérifier vos horaires de retour auprès de la SNCF au 36 35 ou www.oui.sncf/).



DATES ET PRIX

NOTRE PRIX COMPREND :

- La pension complète du repas du dimanche soir au petit déjeuner du samedi matin
- L'encadrement par un professionnel de la montagne diplômé d'État
- Le transport des bagages
- La fourniture de l'équipement de sécurité, des raquettes et bâtons
- Le transfert A/R depuis la gare
- L'accès à la piscine et jacuzzi

NOTRE PRIX NE COMPREND PAS :

- Les boissons et le vin pendant les repas
- Les massages à l'hôtel****
- Les assurances
- Les frais d'inscription éventuels

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

EN OPTION :

- Chambre individuelle basse saison : 185€/pers
- Chambre individuelle haute saison : 225€/pers (Du 19/12/2022 au 26/12/2022 et du 06/02/2022 au 06/03/2022)

ÉQUIPEMENT CONSEILLÉ

VÊTEMENTS :

En randonnée le principe des 3 couches reste l'équipement conseillé pour votre confort et votre sécurité.

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

En fonction de la météo et de l'effort, vous pourrez toujours choisir le concept le plus efficace. En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit d'ajouter la veste imperméable. Par grands froids, ou lors des pauses en altitude, la veste polaire est un complément indispensable sous la veste coupe-vent.

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. La sueur est l'ennemie du randonneur, surtout en hiver car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses.

Éviter les anoraks et proscrire les combinaisons de ski, trop chaud et encombrant.

L'équipement vestimentaire conseillé pour randonner

- ✓ 1 bonnet
- ✓ 1 paire de gants chauds (prévoir 1 paire de rechange)
- ✓ 2 tee-shirts manches courtes adaptés à l'effort (en matière respirante)
- ✓ 1 sous-pull à manches longues également adapté à l'effort
- ✓ 1 veste en fourrure polaire
- ✓ 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche si possible (type gore-tex ou équivalent)
- ✓ 1 housse de protection du sac à dos pour le mauvais temps (souvent intégrée dans les sacs)
- ✓ 1 pantalon adapté à la marche (pantalon type « jean » interdit car il gèle lorsqu'il est humide !)
- ✓ 1 surpantalon imperméable et respirant (type gore-tex ou équivalent)
- ✓ 1 caleçon chaud (il également être utilisé pour la soirée en refuge)
- ✓ 2 paires de chaussettes de randonnée, hautes et chaudes et adaptées à la marche
- ✓ 1 maillot de bain pour l'accès au sauna de l'hôtel



MATÉRIEL :

Nous vous fournissons des raquettes à plaque TSL ainsi que les bâtons, un DVA (détecteur de victimes d'avalanches) accompagné d'une pelle et d'une sonde.

Nous vous fournissons des raquettes à plaque TSL ainsi que les bâtons télescopiques 2 brins. Selon votre taille et votre poids, vous serez équipés d'un matériel adapté : raquettes petit tamis pour les moins de 55 kg et raquettes grand tamis si vous pesez plus de 80 à 85 kg (il ne faut pas oublier les quelques kilos du poids du sac !).

Le Queyras est un massif alpin qui nécessite de s'équiper du matériel de sécurité lorsque l'on pratique le ski de randonnée ou la raquette.

Pour votre sécurité, nous vous fournissons un DVA (détecteur de victimes d'avalanches) que vous porterez sur vous, accompagné d'une petite pelle à neige et d'une sonde que vous devrez loger dans votre sac à dos.

Le matériel indispensable

- ✓ 1 sac à dos de 30/35 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale
- ✓ 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type Vibram (Proscrire absolument les bottes et après-skis qui ne sont pas adaptées aux raquettes)
- ✓ 1 paire de guêtres hautes qui couvrent bien vos chaussures et le bas de la jambe
- ✓ 1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos
- ✓ 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- ✓ 1 thermos pour une boisson chaude obligatoire en hiver
- ✓ 1 petite boîte plastique hermétique, gobelet, couteau et fourchette pour les pique-niques
- ✓ des vivres de course de votre préférence (nous vous en donnons également en complément)
- ✓ 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte bancaire, carte vitale, contrat d'assistance (le reste de vos papiers et clé de voiture peuvent être confié à l'hôtel durant le séjour)
- ✓ 1 couverture de survie
- ✓ papier toilette avec un petit briquet pour le brûler
- ✓ crème solaire et écran labial

Pour le soir à l'hébergement

- nécessaire de toilette.
- vos affaires de rechange.
- 1 lampe frontale ou de poche.
- 1 maillot de bain.

PHARMACIE :

Pharmacie personnelle (votre guide à également une pharmacie collective)

- ✓ vos médicaments habituels
- ✓ médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- ✓ bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large
- ✓ double peau (type Compeed ou SOS ampoules)

FORMALITÉS

FORMALITÉS :

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Carte vitale.
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nos bureaux) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).

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 le début du séjour justifiée).
- Assurance rapatriement : 2% du montant du séjour.
- Assurance annulation - rapatriement : 4% du montant du séjour.

Textes complets des contrats d'assurances envoyées sur demande.

INFORMATIONS DESTINATION

CULTURE :

Vauban a fait construire à partir de 1693, cette extraordinaire place forte en haute montagne sur un plateau dominant le confluent du Guil et de la Durance au débouché de la vallée du Queyras et du col de Vars.

Ensemble remarquable et entièrement préservé, Mont-Dauphin constitue l'archétype de place forte de montagne, avec son arsenal, ses deux magasins à poudre, ses casernes au rempart et son église, restée inachevée.

Le Comité du patrimoine mondial a décidé d'inscrire en juillet 2008 les fortifications de Vauban présentées par l'État français au titre du patrimoine mondial de l'Unesco.

Ce site fortifié présente une facette de l'œuvre de Vauban, complémentaire aux autres sites classés. Le choix des sites repose sur les critères suivants :

- représentativité de l'évolution du système de défense de Vauban, d'un type de fortification et d'un type de site géographique (bord de mer, plaine, montagne),
- état de conservation des fortifications et authenticité,
- environnement paysager, politiques de mise en valeur et de protection existantes.

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, Cadrans 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 Cadrans 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.

CARTOGRAPHIE :

- Cartes TOP 25 IGN 36370T et 3537ET.
- Carte LIBRIS « Queyras Ubaye » au 1/60 000.

AUTRES INFORMATIONS :

L'ESPRIT DU SÉJOUR

Randonner, c'est se mettre à l'écoute de son corps et de ce qui l'entoure mais c'est aussi s'arrêter pour s'émerveiller, s'ouvrir à la nature. Randonner, c'est aller à la rencontre de l'autre au détour d'un sentier ou d'un village, rencontre apportant la dimension humaine à la découverte d'un pays.

Pour comprendre et mieux découvrir le Queyras, il faut en connaître les nombreuses particularités. C'est cet aspect culturel de la randonnée que votre accompagnateur saura partager avec vous. Histoire et légendes du Queyras, visites des villages, rencontre avec les gens du pays seront des moments forts de votre séjour.

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 Samedi de 09h00 à 18h00



www.cheminsdusud.com