

LES HAMEAUX DU QUEYRAS EN RAQUETTES

rando guidée - 6 jours dont 6 de randonnée raquettes



Pendant 6 jours, vous randonnez en raquettes et découvrez les vallées ensoleillées du Queyras. Le long des torrents, à travers alpages et forêts enneigées, vous arpentez ce massif protégé par ses hauts sommets et faites étape dans de **magnifiques villages préservés**. Le **Parc Régional du Queyras** s'est forgé une identité à part, dont l'architecture civile et religieuse, l'artisanat du bois et les cadrans solaires sont le reflet vivant.

Les +

- une traversée en raquettes nord-sud du Parc Naturel Régional du Queyras avec l'ascension du Pic Caramantran (3025 m)
- un soleil et un enneigement généreux
- l'hébergement en gîtes confortables tous les soirs

Dates

20 au 25 décembre - 27 décembre au 1er janvier
10 au 15 janvier - 17 au 22 janvier
24 au 29 janvier - 31 janvier au 5 février
7 au 12 février - 14 au 19 février
21 au 26 février - 28 février au 5 mars
7 au 12 mars - 21 au 26 mars 2021

Itinéraire

J1/ Mont-Dauphin - Chalets De Clapeyto - Brunissard (1745 M)

Accueil à 8 h 30 à proximité de la gare SNCF de Mont-Dauphin - Guillestre, en tenue de randonnée. Transfert au hameau de Brunissard près d'Arvieux. Nous remontons le long du torrent de la Rivière pour rejoindre un verrou rocheux. Nous le franchissons et contournons la falaise de l'Eychaillon puis les chalets de Clapeyto, qui, restaurés avec passion par les queyrassins, sont les témoins de l'architecture d'antan. Retour à Brunissard par le Collet puis Selle Vieille.

Nuit en gîte à Brunissard.

4h30 de randonnée raquettes. M : 600 m. D : 600 m.

J2/ La Chalp D'Arvieux - Souliers (1820 M)

Superbe traversée jusqu'au lac de Roue, véritable "oasis blanche". Nous rejoignons ensuite le belvédère dominant le fort de Château-Queyras. Après le pique-nique, nous traversons le ravin de Terre-Neuve puis la forêt du Banc-des-Vaches. Nous remontons le vallon pour rejoindre la bergerie de Souliers puis le hameau de Souliers (du latin solerium, qui signifie "ensoleillé"). Après le dîner, nous partons pour une balade sous les étoiles. Notre accompagnateur nous conte les légendes célestes d'Hercule, Céphée et Cassiopée. Avec son laser, il nous fait découvrir les cheminements entre les constellations ainsi que les principaux objets du ciels visible à l'œil nu ou avec des jumelles (étoiles doubles, planètes).

Nuit en gîte à Souliers.

5h de randonnée raquettes. M : 400 m. D : 750 m.

J3/ Sommet Bucher (2254 M) - Molines En Queyras (1750 M)

Transfert à Ville-Vieille (1385 m) ou Molines en Queyras suivant les conditions. Randonnée à travers une forêt de mélèzes et de pins cembro pour rejoindre le sommet Bucher (2254 m) puis le col des Prés-de-Fromage (2181 m). Nous descendons ensuite par le bois de l'Eyssart jusqu'au petit hameau de Molines-en- Queyras. Une fois installé au gîte, un



artisan nous initie à la sculpture traditionnelle sur bois. Vous sculpterez l'emblème du Queyras, une rosace, dans une essence locale le pin cembro. Pratiquer les gestes ancestraux des artisans paysans, nous donne un autre regard sur les chalets et meubles queyrassins.

Nuit en gîte à Molines, La Chalp ou Saint-Véran.

5h de randonnée raquettes. M : 850 m. D : 500 m.

J4/ Visite De Saint-Véran - Croix De Curlet (2301 M)

Court transfert à Saint-Véran, plus haute commune d'Europe et visite du village. Descente au Pré de La Chalp. Traversée ensuite du bois du Moulin pour rejoindre les cabanes de Lamaron. De là, une traversée facile conduit à la Croix de Curlet d'où nous dominons la vallée de Saint-Véran. Superbe panorama sur le village. Nous descendons par le vallon du Curlet pour suivre le torrent de l'Aigue-Blanche jusqu'à Molines. Deuxième soirée d'astronomie consacrée à l'observation du ciel profond avec un télescope numérique. Les petites merveilles visibles en été sont par exemple : l'anneau de la Lyre, la galaxie d'Andromède, les Pléiades et le double amas de Percé

5h30 de randonnée raquettes.. M : 550 m. D : 670 m.

J5/ Col Longet (2701 M) - Refuge De La Blanche (2500 M)

Court transfert au Pont Lariane (7 km, 10 mn) au bord de l'Aigue d'Agnelle. Nous remontons le vallon du Longet pour rejoindre le col du même nom. Nous basculons sur l'autre versant et descendons en direction de la petite chapelle de Clausis (2399 m). Nous traversons un vaste cirque glaciaire pour atteindre le refuge de la Blanche, blotti au bord de son lac gelé. Ce refuge gardé est accessible seulement à raquette l'hiver... Ambiance "bout du monde" garantie ! Suivant les conditions nivologiques votre accompagnateur pourra également vous proposer de réaliser l'ascension du pic Caramantran depuis St Véran dans ce cas le lendemain vous effectuerez la traversée par le col du Longet.

5h30 de randonnée raquettes. M : 950 m. D : 450 m.

J6/ Pic Caramantran (3025 M) - Mont Dauphin

Départ matinal pour l'ascension d'un sommet à 3000 : le Pic Caramantran (3025 m). Ce sommet marque la frontière avec l'Italie et offre un beau panorama sur le Viso (3841 m) et le Piémont. Descente par le vallon de la Blanche. Retour à St Véran, puis transfert et dispersion à la gare de Mont-Dauphin - Guillestre vers 14h30.

*NB : Les temps de marche sont donnés à titre indicatif. Le programme peut être modifié par votre accompagnateur pour s'adapter au groupe ou aux conditions nivo météorologiques. L'ambiance et la luminosité hivernale seront au rendez-vous même s'il faut porter les raquettes pour rejoindre la neige.
M : dénivelée ascendante. D : dénivelée descendante.*





Niveau

3 / 5. 5 h par jour de randonnées raquettes, sur sentier et hors sentier et/ou 600 mètres de dénivelée positive et/ou 15 kilomètres



Prix

à partir de **575 €**



Compris

- L'hébergement tel que décrit dans la rubrique concernée.
- La pension complète durant la randonnée.
- 1 sachet individuel de vivres de course (barres chocolatées, fruits secs...).
- Tous les transferts de personnes nécessaires au déroulement normal du programme.
- Le transfert des bagages (sauf mention contraire).
- L'encadrement par un accompagnateur diplômé.
- Le prêt des raquettes et bâtons.
- Le matériel collectif de sécurité spécifique au circuit.
- Le prêt du matériel individuel de sécurité (DVA, pelles et sondes).



Non compris

- Les boissons et dépenses personnelles.
- L'équipement individuel.
- Les trajets jusqu'au lieu d'accueil et à partir du lieu de dispersion.
- L'assurance annulation/rapatriement.
- Les pourboires.
- Tout ce qui n'est pas indiqué sous la rubrique « Compris ».





Carnet de voyage

Informations pratiques :

L'accès sur place

Rendez-vous le premier jour à 8h30 et à proximité de la gare SNCF de Mont-Dauphin-Guillestre (05) et dispersion au même endroit le dernier jour vers 14h30.

Le nom de la gare est Mont Dauphin, mais le panneau routier vous indiquera Eyglies-gare.

Le matin : vous devez arriver "en tenue" (habillement + sac à dos de la journée), prêts à partir directement en randonnée.

Train

Gare SNCF de Mont-Dauphin-Guillestre.

Train de nuit direct depuis la gare de Paris-Austerlitz.

En journée, trains depuis Marseille, Grenoble ou Valence (en correspondance avec les TGV).

Pour plus de renseignements : SNCF : 36 35 (prix d'un appel local) ou www.oui.sncf

Voiture

• Grenoble / Col du Lautaret / Briançon, Mont-Dauphin par la RN 91 puis la RN 94 en vérifiant l'ouverture de la route sur www.inforoute05.fr

• Grenoble / La Mure / Col Bayard / Gap par la RN 85, puis direction Briançon par la RN 94 jusqu'à Mont-Dauphin.

Parking

Pas de stationnement longue durée sur le parking de la gare. Vous pourrez laisser votre voiture sur le parking de Saint-Guillaume à la sortie d'Eyglies, direction Embrun, au deuxième embranchement à gauche, sous le fort de Mont-Dauphin à deux pas de la gare. Parking gratuit, non gardé mais sans risque.

Portage des bagages

Vous portez uniquement vos affaires de la journée, votre pique-nique et le matériel de sécurité. Le reste de vos affaires sera acheminé par véhicule. Vous dormez une nuit (J5) dans un refuge non accessible en véhicule. Vous devez emporter vos affaires de rechange pour un soir. Vous retrouverez vos bagages à le jour suivant.

L'hébergement pendant le circuit

En gîtes confortables, dans de petits dortoirs.

Pour les 4 premières nuits, possibilité d'hébergement en chambres doubles avec un supplément. Les places en chambre sont réduites et sont soumises à une demande de disponibilité. Ces établissements ne disposent que de lits doubles, l'option "chambre double" ne conviendra donc qu'aux couples. Cette option pourra entraîner de petits aménagements car certains villages comme Souliers ne disposent pas de tous les types d'hébergements. Un récapitulatif de ces aménagements vous sera envoyé lors de la confirmation de ce supplément. Quelle que soit l'option choisie, pensez à prendre un drap et une serviette.

Les repas

Le dîner et le petit déjeuner sont pris à l'hébergement (cuisine copieuse et traditionnelle).

Les pique-niques de midi sont préparés par votre accompagnateur.

Nous fournissons également un "sac de vivres de course" au début du séjour (fruits secs, biscuits, barres énergétiques...).

Préparation physique

Pour profiter pleinement de votre voyage, n'oubliez pas d'entretenir votre forme une fois par semaine en marchant (15 km environ) si possible sur un parcours avec dénivellée (250 m/h) ou en pratiquant une activité sportive (1 h à 1 h 30).



Équipement

Matériel fourni et attribué par l'accompagnateur au début du circuit :

- Une paire de raquettes robustes et légères, adaptables à toutes les chaussures de montagne ou de trekking et des



bâtons.

- 1 détecteur de Victimes d'Avalanche (DVA)
- Pelles et sondes réparties dans le groupe

A noter : si vous venez avec votre propre matériel, merci de nous l'indiquer à l'inscription.

Pendant la journée, vous portez sur vous :

- Un sous-vêtement thermique (séchage rapide) à manches longues.
- Une micropolaire.
- Un pantalon de montagne coupe-vent et imperméable ou surpantalon.
- Des chaussettes à l'excellente thermicité.
- Une paire de guêtres si votre pantalon n'en fait pas office.
- Un bonnet ou une cagoule.
- Un tour de cou polaire.
- Un chapeau, un foulard ou une casquette pour le soleil.
- De très bonnes lunettes de soleil avec protections latérales ou des lunettes de glacier.
- Une paire de gants légers type polaire.

Pendant la journée, vous portez dans un sac à dos équipé de bretelles larges, d'une armature anatomique réglable, et de sangles permettant de fixer les raquettes, d'une contenance de 30 à 35 litres, pour vos affaires de la journée :

- Une veste chaude en polaire (sur vous, en fonction des conditions).
- Une veste imperméable et respirante, avec capuche (sur vous, en fonction des conditions).
- Un collant thermique (sur vous, en fonction des conditions).
- Un tube de crème solaire et un stick labial haute protection.
- Un masque de ski.
- Une paire de gants chauds et imperméables.
- Une gourde ou bouteille d'eau solide (1 litre au minimum), (poche à eau/pipette déconseillée, risques de gel).
- Une thermos de boisson chaude éventuellement.
- Le pique-nique de midi et les vivres de course remis par l'accompagnateur.
- Du papier-toilette et un briquet pour le brûler.
- Votre pharmacie individuelle réduite au minimum.
- Un couteau de poche, une cuillère et une boîte en plastique hermétique pour les salades de midi.
- Quelques sachets plastiques pour protéger vos affaires.
- Une pochette étanche avec vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance, d'assistance.
- Une couverture de survie.

Le soir, vous retrouvez votre sac de voyage souple (1 seul par personne), de 15 kilos au maximum, contenant :

- Une trousse et une serviette de toilette.
- Des chaussettes et vêtements de rechange.
- Un survêtement ou similaire pour la nuit.
- Des chaussures type sandales ou chaussons.
- Des chaussures de rechange pour marcher dehors (potentiellement dans la neige).
- Un drap-sac pour les gîtes (les couvertures sont fournies).
- Une lampe frontale.
- Le complément de votre pharmacie individuelle.

Matériel technique :

- Une paire de chaussures de randonnée chaudes et imperméables, adaptées à la pratique de la raquette à neige. En cas de location, testez-les et protégez efficacement les zones de frottement dès le jour du départ.

Pharmacie (à valider par votre médecin)

- Un antalgique.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un antibiotique à large spectre.
- Un antispasmodique, un antidiarréique, un antibiotique intestinal, un anti-vomitif.
- Un désinfectant, des pansements (tailles variées) et double peau, des compresses stériles, de la bande adhésive, du Steri-strip, du tulle gras, une bande de contention.
- Un antiseptique.
- Un veinotonique.
- De la crème solaire et de la Biafine.
- Un collyre.
- En complément : pince à épiler, ciseaux, 2/3 épingles de nourrice, une paire de gants, somnifère léger et/ou bouchons d'oreilles, vos médicaments personnels.



