

### Le tour du haut Queyras

*L'itinéraire du **tour du Queyras** est un véritable bijou pour les amoureux de randonnée. Ici, le temps s'étire au rythme des montagnes, et chaque sentier nous plonge dans l'âme de cette région unique, façonnée pour les passionnés de **randonnée**.*

*Avec **La Vie Sauvage**, le tour du Queyras prend une dimension presque épique. Nous marchons entre deux pays, un pied en France, l'autre en Italie, traversant les paysages sauvages qui rendent **la randonnée dans le Queyras** si captivante. Chaque vallée piémontaise que nous traversons invite à un voyage dans le temps, tandis que l'itinéraire nous mène de lac en lac, nichés dans des écrins de verdure ou de roche. Chaque matin est une promesse d'aventure, un nouveau départ vers des horizons sauvages jusqu'aux portes du Briançonnais.*

*Le soir venu, nous nous arrêtons dans des villages ou **hameaux typiques** où l'accueil chaleureux des habitants nous reconforte après une journée d'efforts. Les repas généreux et locaux nous permettent de goûter pleinement à l'authenticité de **la randonnée dans le Queyras**. Bien plus qu'un simple parcours, ce tour est une immersion totale dans un territoire riche en culture, histoire et paysages à couper le souffle.*

*Pour en savoir plus, veuillez consulter notre article : [Comment évaluer mon niveau en randonnée ?](#)*

## PROGRAMME

### **Jour 1 : Accueil et installation**

Nous avons rendez-vous à 17h30 à la gare routière de Ville-Vieille (05350 Château-Ville-Vieille) afin d'être transféré au premier hébergement. Une fois installés, le guide présentera en détail le parcours du **Tour du Queyras**, avant de poursuivre par un dîner à base de produits locaux.

**HEBERGEMENT** : au Chalet La Vie Sauvage

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

### **Jour 2 : Prats-Hauts - Saint-Véran - Refuge de la Blanche par les balcons des Aigues**

Nous débutons cette journée dès l'aube avec une **randonnée** en balcon, suivant les contours de la vallée de l'Aigue Blanche. En chemin, nous découvrons deux joyaux du Queyras : Pierre-Grosse et Saint-Véran, des villages qui respirent l'authenticité et l'histoire. La montée se poursuit par le grand canal, nous menant au Refuge de la Blanche, situé à 2500 m d'altitude, au pied de la majestueuse Tête des Toillies.



**HEURES DE MARCHE** : 5h00

**DISTANCE**: 16km

**DÉNIVELÉ +** : 650 m

**DÉNIVELÉ -** : 50 m

**HEBERGEMENT** : au Refuge de la Blanche

**ASSISTANCE BAGAGES** : sans transport de bagages

### **Jour 3 : Refuge de la Blanche - Col de la Noire - Village de Chianale**

Du Refuge de la Blanche, nous partons en direction du col de la Noire, à presque 3000 m d'altitude. Ce col frontalier entre le Queyras et la Haute Ubaye nous dévoile des paysages saisissants, où les schistes sombres contrastent avec les tapis colorés de fleurs alpines. Nous nous émerveillons devant la beauté des lacs de la Blanche, de la Noire, du Col Longet et du Lac Bleu, tous plus envoûtants les uns que les autres. Cette **randonnée** nous mène jusqu'au charmant village de Chianale, un haut lieu de l'architecture traditionnelle.



**HEURES DE MARCHE** : 5h30

**DISTANCE** : 11km

**DÉNIVELÉ +** : 465 m

**DÉNIVELÉ -** : 1200 m

**HEBERGEMENT** : à l'agritourisme de Pra Mourel

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

**Jour 4 : Chianale - Col Agnel (2750 m) - Vallée des Lacs - L'Echalp**

Nous entamons cette journée par la montée au col Agnel, à 2750 m d'altitude, pour accéder au Haut Queyras. Après avoir traversé le col Vieux, à 2850 m, nous entamons une belle descente à travers la vallée des Lacs, un site classé réserve biosphère. Cette vallée nous offre un panorama époustouflant, avec des vues imprenables sur les cimes des plus hauts sommets des Alpes françaises. Notre itinéraire nous conduit jusqu'au petit hameau de l'Echalp, où nous passerons la nuit.



**HEURES DE MARCHE** : 7h00

**DISTANCE** : 16km

**DÉNIVELÉ +** : 1030 m

**DÉNIVELÉ -** : 1140 m

**HEBERGEMENT** : au gîte 7 degrés est

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

**Jour 5 : L'Echalp - Crête de Peyra Plata - Abriès**

Cette cinquième journée de **randonnée** du **Tour du Queyras** promet des panoramas exceptionnels. Nous partons à la découverte des crêtes de Peyra Plata, un point culminant à 2500 m d'altitude, qui nous offre des vues époustouflantes sur les

sommets du Queyras. En contrebas, nous apercevons le village traditionnel de Valpréveyre, un havre de paix niché dans la vallée. La flore unique que nous croisons sur la Colette de Gilly ajoute à la beauté de cette journée. Nous descendons ensuite vers le village d'Abriès, où nous passerons la nuit.



**HEURES DE MARCHE** : 5h30

**DISTANCE** : 14,5km

**DÉNIVELÉ +** : 885 m

**DÉNIVELÉ -** : 1050 m

**TYPE D'HÉBERGEMENT** : au gîte le Villard

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

### **Jour 6 : Abriès - Lacs Malrif - Les Fonts de Cervières**

Nous nous aventurons dans la vallée des Fonts de Cervières, en traversant le massif du Malrif, entre 2550 m et 2900 m d'altitude. Ce sera la journée la plus sportive de notre circuit, mais également la plus gratifiante. Les lacs du Malrif, avec leur vue imprenable sur le Mont Viso, offrent un spectacle exceptionnel qui nous récompensera amplement de nos efforts. Une fois le sommet atteint, nous descendons vers le Refuge des Fonts de Cervières, où nous passerons la nuit.



**HEURES DE MARCHE** : 6h00

**DISTANCE** : 14km

**DÉNIVELÉ +** : 1250 m

**DÉNIVELÉ -** : 770 m

**HEBERGEMENT** : au Refuge des Fonts de Cervières

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport de bagages

### Jour 7 : Les Fonts - Col de Péas - Col de la Crêche - Ville-Vieille

Pour notre dernière étape du **Tour du Queyras**, nous quittons le hameau des Fonts, empreint de l'âme du pastoralisme, pour une ultime ascension vers le col de Péas, situé à 2600 m d'altitude. Ce col, dominant le massif, nous offre une vue spectaculaire sur les montagnes environnantes. Nous continuons notre parcours à travers un vallon magnifique, avant de descendre vers le Col de la Crêche, et de revenir à Ville Vieille via le sentier des Astragales.



**HEURES DE MARCHÉ** : 6h00

**DISTANCE** : 14,5 km

**DÉNIVELÉ +** : 570 m

**DÉNIVELÉ -** : 1250 m

Les programmes sont donnés à titre indicatif. Des impondérables sont toujours possibles et des situations indépendantes de notre volonté peuvent en modifier le déroulement (météo, niveau des participants...). Nos accompagnateurs peuvent être amenés à modifier l'itinéraire en fonction de la météo ou si la sécurité du groupe le nécessite.

**NB** : à certaines dates, le circuit peut être effectué en sens inverse.

### Choisir son tour du Queyras

Il est possible de faire le tour du Queyras en 4 à 13 jours en formule en gîte, refuge ou en hôtel, avec un guide et un groupe ou en liberté. Le tableau ci-dessous vous permettra de trouver le Tour du Queyras qui vous convient le mieux.

Séjour	Durée	Type de voyage	Niveau physique	Hébergement
<a href="#">L'essentiel du Tour du Queyras</a>	4 ou 5 jours	Liberté	3 - Intermédiaire	Refuge ou gîte ou hôtel
<a href="#">Tour du Queyras</a>	6 ou 7 jours	Liberté	3 - Intermédiaire	Refuge ou gîte ou hôtel
<a href="#">Tour du Queyras par ses villages authentiques</a>	6 jours	Liberté	2 - Modéré	Hôtel
<a href="#">Tour du Queyras confort en hôtel</a>	6 jours	Avec un	2 - Modéré	Hôtel

<a href="#">Découverte des villages typiques du Queyras</a>	6 jours	Liberté	1 - Facile	Gîte ou hôtel
<a href="#">Tour du Queyras en famille</a>	7 jours	Avec un guide	2 - Modéré	Refuge
<a href="#">Tour du Queyras en version confort</a>	7 jours	Liberté	3 - Intermédiaire	Hôtel
<a href="#">Tour du Queyras accompagné</a>	7 jours	Avec un guide	3 - Intermédiaire	Gîte et refuge
<a href="#">Tour du Queyras avec votre topo FFRP</a>	8 jours	Liberté	3 - Intermédiaire	Gîte
<a href="#">Tour du Queyras original</a>	9 jours	Liberté	3 - Intermédiaire	Refuge ou gîte/hôtel
<a href="#">Tour du Queyras intégral</a>	12 jours	Liberté	3 - Intermédiaire	Gîte

## **FICHE PRATIQUE**

### **ACCUEIL**

Rendez-vous à 17h30 à la gare routière de Château Ville Vieille, où vous serez transféré dans votre premier hébergement. Votre accompagnateur vous présentera le séjour samedi soir avant le diner.

Vous pouvez rejoindre le lieu de rendez-vous, soit avec votre véhicule (parking gratuit sur place) soit en train puis navette régulière (navette zou : <https://zou.maregionsud.fr/>) entre la gare SNCF de Montdauphin et la gare routière de Ville Vieille (25 – 30 mn de transfert).

### **SI VOUS VENEZ EN TRAIN :**

Gare de Montdauphin-Guillestre, ligne de Briançon (Hautes-Alpes)

#### 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).

#### Train de jour de Paris à Montdauphin :

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

### **Accès entre la gare de Montdauphin et Prats-Hauts :**

- Départ en juin et septembre :

Le service de navette régulière n'étant pas encore opérationnel. Une navette sera organisée par nos soins à 15h30, pour votre arrivée (coût : 30€ l'aller-retour depuis la gare par personne, réservation obligatoire lors de votre inscription). N'hésitez pas à nous appeler, nous vous aiderons dans votre démarche !

- Départ en juillet et août

Devant la gare SNCF de Montdauphin Guillestre vous devrez prendre une navette régulière ZOU jusqu'à l'arrêt « Gare routière de Ville Vieille » (Renseignement et horaires : [www.zou.maregionsud.fr](http://www.zou.maregionsud.fr)).

Puis vous nous appelez pour qu'on vous achemine jusqu'au Chalet de la Vie Sauvage : 04 92 46 71 72.

Si vous n'êtes pas hébergé au chalet de la Vie Sauvage durant votre séjour et que vous arrivez en train, vous recevrez une information complémentaire dans votre convocation. Avec le nom de l'arrêt de la navette où vous devrez descendre pour rejoindre votre hébergement.

### **SI VOUS VENEZ EN VOITURE :**

De Grenoble, 2 itinéraires sont possibles pour rejoindre Guillestre:

- Via GAP

- Via le col du Lautaret et Briançon.

Renseignez-vous sur l'état de la route du col au [04 92 24 44 44](tel:0492244444)(répondeur).

De Guillestre, rejoindre Château-Queyras puis Ville Vieille (1,5km, le seul rond-point dans le Queyras).

Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites :

[www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)

[www.mappy.fr](http://www.mappy.fr)

## **DISPERSION**

Fin de la randonnée le jour 7 vers 16h à la gare routière de Ville Vieille.

## **NIVEAU**

### **Sportif (3 chaussures)**

Altitude des hébergements : 1800 m environ en moyenne

Durée des étapes : 4 à 7 h par jour

Dénivelé positif moyen : 800 m par jour

Dénivelé maximum : 1200 m.

Altitude maximum de passage : 2900 m. (J6).

Nature du terrain : sur sentiers et terrains variés faciles de moyenne montagne.

Vous ne portez que vos affaires de la journée.

## **HEBERGEMENT**





Vous serez hébergés dans des gîtes d'étapes et refuges confortables.  
Il s'agit d'hébergements récemment rénovés avec douche chaude tous les soirs.  
La nourriture y est soignée, la plupart du temps vos plats seront préparés à base de produits du pays.  
Possibilité de chambres pour deux personnes selon les disponibilités lors de la réservation (chambre de 2 en formule gîte : drap et serviette non fournis, sanitaires à partager). Un supplément de 20 € par étape et par personne vous sera demandé pour cette option. Dans certains cas, l'hébergement en chambre de deux peut être différent du reste du groupe, les repas seront pris avec le groupe.

### Jour 1 : Gîte de Prats Hauts



(Chambre confort)



(Chambre standard)

### Jour 2 : Refuge de la Blanche



**Jour 3 : Agritourisme Pramourel (Italie)**

**Jour 4 : Gîte 7° Est à l'Echalp**

**Jour 5 : Gîte de Villard**

**Jour 6 : Refuge des Fonts de Cervières**

### **Régimes particuliers :**

Si vous êtes soumis à un régime spécifique (sans gluten, sans lactose, ... ) ou végétarien, les petites structures ne sont pas en capacité de proposer des menus personnalisés à chaque régime. Nous adapterons au mieux nos menus dans la limite de nos capacités (notamment d'approvisionnement). Il faudra néanmoins prévoir, de votre côté, des substituts adaptés à vos besoins, notamment le pain, les encas, laits spéciaux, essentiellement pour les pique-niques !

## **TRANSFERTS INTERNES**

Possibilité de transferts internes, ils seront effectués avec des minibus.

## **PORTAGE DES BAGAGES**

Vos bagages seront transportés en taxi, il ne devront pas excéder 12 kg maximum au risque de refus ou de surtaxe. Le guide vous fournira des étiquettes propres à son circuit (reconnaissables par les taxis). Aucun objet ne devra être accroché à l'extérieur du sacs au risque qu'il se décroche pendant les manipulations.

Vos bagages seront transportés chaque jour, sauf au refuge de la Blanche.

## **GROUPE**

De 4 à 15 participants.

## **ENCADREMENT**

Accompagnateur en montagne brevet d'état spécialiste du Queyras de La Vie Sauvage.

## **MATERIEL FOURNI**

Petit matériel pour les pique-niques, bâtons de marche.

Pharmacie collective adaptée à votre voyage et placée sous la responsabilité de votre accompagnateur.

## **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

### **Vêtements :**

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 foulard
- 1 bonnet et/ou bandeau
- T-shirts (1 pour 2 ou 3 jours de marche). Éviter le coton, très long à sécher ; préférer t-shirts manches courtes (matière respirante) en Capilène (Patagonia), Dryflo (Lowe Alpine), Light Effect (Odlo) etc...
- 1 sous-pull (remarques idem ci-dessus) ou chemise manches longues
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 short ou bermuda
- 1 pantalon de trekking
- 1 pantalon confortable pour le soir
- 1 veste style Gore-tex, simple et légère
- 1 cape de pluie
- 1 sur-pantalon imperméable (facultatif)
- 1 maillot de bain
- Des sous-vêtements
- Chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Éviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax par exemple.
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville (semelle type Vibram)
- 1 paire de sandales ou de chaussures détente pour le soir.

Un drap sac (même pour les chambres de 2), les gîtes sont équipés de bonnes couvertures ou couettes.

La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.

- Un drap sac ou sac de couchage si les normes COVID restent inchangés en 2020
- Masque type chirurgical
- Flacon de gel hydroalcoolique
- Une cuillère et une boîte hermétique de 300 ml environ

### **Équipement :**

- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité
- 1 paire de bâtons télescopiques (facultatif) : facilite les montées et les descentes et très utile pour évoluer sur des terrains accidentés ou glissants.
- 1 gourde (1,5 litre minimum)
- 1 lampe frontale (facultatif)
- 1 couverture de survie (facultatif)
- 1 couteau de poche (à mettre dans le bagage allant en soute)
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent
- Nécessaire de toilette : prenez des produits biodégradables de préférence (il existe du savon liquide biodégradable de marque CAO).
- 1 serviette de toilette : il en existe qui sèchent rapidement : marque Packtowl (existent en 4 tailles).
- Boules Quiès (facultatif)
- Papier toilette
- Crème solaire + stick à lèvres.
- Drap sac
- Une boîte étanche 300 ml environ et une cuillère

### **Pharmacie personnelle :**

- Vos médicaments habituels
- Vitamine C ou polyvitamine
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- Bande adhésive élastique (type Elastoplast, en 6 cm de large)
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- Double peau (SOS Ampoules de marque Spenco, disponible en magasins de sport, en pharmacie, parapharmacie...)

## **LE PRIX COMPREND**

- L'hébergement en pension complète sauf les boissons
- Le transport des bagages (sur les étapes accessibles en voiture)
- L'encadrement par un guide diplômé
- Les taxes de séjour
- Les frais d'inscription et d'organisation

## **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous
- Les assurances
- Vos boissons et dépenses personnelles

