Randonnée accompagné

Le tour du haut Queyras

Bel itinéraire que ce tour du haut Queyras, sur une semaine, vous aurez l'essentiel de cette incontournable terre de randonnée aux petits villages emblématiques. Faire le tour du Queyras avec La Vie Sauvage, c'est marcher un pied en France et l'autre en Italie, jouer à saute-mouton sur la frontière par les chemins de contrebande, aller à la découverte des vallées piémontaises si traditionnelles et cheminer de lac en lac, jusqu'aux portes du Briançonnais.
Vous serez hébergés chaque soir dans des villages ou des petits hameaux typiques où des repas généreux vous seront servis.

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil et installation
Accueil à 17h30 à la gare routière de Ville-Vieille (05350 Château-Ville-Vieille). Vous serez transféré dans votre premier hébergement où votre accompagnateur vous présentera le circuit juste avant le dîner.

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
Départ matinal pour Saint-Véran, en balcon le long de la vallée de l'Aigue Blanche. En chemin, visite de Pierre-Grosse et Saint-Véran, deux villages traditionnels et emblématiques du Queyras. Montée par le grand canal jusqu'au Refuge de la Blanche, au pied de la tête des Toillies, à 2500m d'altitude.

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, départ pour le col de la Noire, à pratiquement 3000m d'altitude. Ce col frontalier entre le Queyras et la Haute Ubaye porte bien son nom... les schistes qui le composent offrent des tons foncés, qui tranchent avec les tapis de fleurs qui vous attendent dans la deuxième partie de la randonnée.
Vous aimez les lacs, vous allez être servis! Lacs de la Blanche, de la Noire, du col Longet, Lac Bleu... autant de miroirs des cimes pour vous conduire jusqu'au village piémontais de Chianale.
Ce haut village vous séduira par la richesse de son architecture et par l'authenticité de ses ruelles.

HEURES DE MARCHE : 5h30
DISTANCE : 11km
DÉNIVELÉ + : 465 m
DÉNIVELÉ - : 1200 m
HEBERGEMENT : à l'agritourismo de Pra Mourel
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages
Jour 4 : Chianale - Col Agnel (2750 m) - Vallée des Lacs - l'Echalp
Remontée du col Agnel (2750m) depuis Chianale, pour nous permettre de rejoindre le Haut Queyras. Traversée du col Vieux (2850m) et descente de l'incontournable vallée des Lacs jusqu'à la vallée du Guil. Cette vallée classée depuis peu en réserve nationale de biosphère vous séduira avec ses lacs qui s'ouvrent sur un panorama allant jusqu'aux plus hauts sommets de nos Alpes françaises. Nuit dans un petit hameau de la haute vallée du Guil.

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 : Echalp - Crête de Peyra Plata - Abriès

Journée panoramique au programme de cette cinquième journée de randonnée au coeur du Parc Naturel Régional du Queyras.
Vous rejoindrez la Monta, le village "jumeau" de l'Echalp d'où vous grimperez en direction des crêtes de Peyra Plata (2500 m).
Un splendide parcours de crêtes où s'étire les principaux sommets du Queyras, avec en contrebas le hameau traditionnel de Valpréveyre. Vous apprécierez aussi une flore unique présente sur la Colette de Gilly. Descente vers le village animé d'Abriès.

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 : Abries - Lacs Malrif - Les Fonts de Cervières

Cette journée vous permet de découvrir la merveilleuse vallée des Fonts de Cervières en Pays briançonnais en traversant le massif du Malrif (2550 à 2900m). Ce sera également l'étape la plus sportive de votre circuit, qui vous permettra d'approcher les lacs du Malrif avec leur magnifique point de vue sur le Mont-Viso. L'effort sera donc largement récompensé !

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

Vous quitterez ce charmant hameau des Fonts où le pastoralisme est encore bien présent pour amorcer votre dernière étape sur le tour du Queyras.
Dominé par l'imposant Rochebrune, un des quatre piliers du massif, le col de Péas (2600m) constituera le point culminant de votre journée. Ce vaste vallon offre plusieurs point de vue intéressant sur les sommets du sud du massif.
Retour à Ville-Vieille par le canal puis le Col de la Crêche, le final par Meyrès et le sentier des Astragales sera de toute beauté.
Fin du séjour.

HEURES DE MARCHE : 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.

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 19h, 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).
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(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
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
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 substitues 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 boite 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,
- L'encadrement,
- Les taxes de séjour,
- Les frais d'inscription,
- Les frais d'organisation et de réservation.

LE PRIX NE COMPREND PAS
- Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous,
- Les assurances,
- Les boissons.