Ce séjour s'adresse aux personnes souhaitant découvrir le "must "de ce que propose le massif du parc du Queyras en hiver. De la randonnée en raquettes ou en ski nordique, en passant par le ski alpin dans ses 8 stations village, de la conduite d'attelage de chien de traineau (en option), … vous profiterez de paysages grandioses, sous le soleil lumineux du Queyras.

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil et présentation de votre séjour
Accueil à partir de 16h30 au chalet La Vie Sauvage 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.

HEBERGEMENT : au chalet La Vie Sauvage

Du lundi au vendredi : Pratique de vos activités favorites à la carte
- Randonnée en raquette à neige. Accompagnés par un moniteur ou accompagnateur du pays, vous partirez à la journée découvrir les joyaux cachés de ces hautes vallées habitées.

- Ski de fond à volonté (obligatoirement à partir des premiers jours pour bénéficier des conseils de l'accompagnateur et progresser dès le début). Considéré comme l'un des plus beaux sites de ski de fond, vous évoluerez à votre rythme avec du matériel dernière génération dans des paysages à vous couper le souffle.

- Ski alpin quand vous voulez à volonté ! À partir de la station de Molines-Saint-Véran si vous n'avez pas de véhicule, ou dans les 7 autres stations si vous en avez un. Nous prenons en charge les forfaits de skis dans les stations du Queyras, votre transfert jusqu'à la station de Moline-Saint-Véran 2 fois par jour et votre pique-nique du midi. Vous pourrez emmener votre matériel ou le louer sur place.

- En option (entre 50 et 75 € à règler sur place) chiens de traîneaux (selon les disponibilités) : dans les grandes vallées, nous vous proposons de découvrir cette pratique (jour choisi en fonction de la disponibilité des attelages). Merci de nous prévenir à l'inscription si vous souhaitez qu'on vous réserve un créneau.

Samedi : Petit déjeuner et fin du séjour
Le séjour s'achève après un dernier petit déjeuner. Nous sommes à votre disposition pour vous donner les derniers conseils pour profiter au mieux de ces derniers moments de vacances.

NB : Ce programme n'est donné qu'à titre indicatif. Pour des raisons évidentes de sécurité, le guide peut à tout moment modifier l'itinéraire ou interrompre le séjour d'un participant n'ayant pas le niveau requis pour sa propre sécurité et celle des autres, ou bien annuler le séjour pour cause de très mauvais temps. Les participants ne pourront prétendre à aucun remboursement sauf dans le dernier cas. De même, en cas d'indisponibilité d'une des activités pour des raisons exceptionnelles et indépendantes de notre volonté, nous vous proposerons une activité de substitution et aucun dédommagement ne pourra alors être demandé.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

L'accueil se fait à partir de 16h30 au chalet La Vie Sauvage à Prats Hauts dans le Queyras, votre accompagnateur vous présentera le séjour vers 19h30.
Si vous arrivez en train : une navette vient vous chercher à la gare à 18h30, sa réservation sera obligatoire lors de votre inscription.
Attention pour la fin de la saison d'hiver 2024, si les trains en provenance de Valence sont retardés (arrivée à 18h59), nous ferons la navette à 19h.

Si vous arrivez en voiture :
Vous pourrez directement monter au hameau avec votre véhicule (parking gratuit à 100m du gîte), si vous préferez laisser votre voiture dans la vallée, à Ville Vieille (4km) afin de ne pas prendre la montée parfois enneigée au hameau, une navette pourra venir vous chercher à 17h suite à votre appel au 04 92 46 71 72.
Accès en train :
Train de nuit :
Ligne de Paris (gare Austerlitz) à Montdauphin-Guillestre, circule tous les jours de l'année (l'affichage des trains est parfois tardif : souvent dans les 3 semaines avant le départ).
De la "Gare de Montdauphin-Guillestre" à Ville Vieille correspondance avec des navettes régulières "Zou ma région sud" (https://zou.maregionsud.fr), nous viendrons avec une navette privative à Ville Vieille pour vous transférer à votre 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 à 18h30 depuis la gare SNCF (inclus dans le tarif) en navette jusqu'à Ville Vieille puis votre hébergement.
Pour les arrivées avant 18h30 : Prendre la navette régulière Zou ("Zou ma région sud" (https://zou.maregionsud.fr), De la "Gare de Montdauphin-Guillestre" à l'arrêt Ville Vieille (gare routière) nous viendrons avec une navette privative à Ville Vieille pour vous transférer à votre 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).

Accès en voiture
Attention, les équipements spéciaux sont obligatoires dans tout le département entre le 01/11 et le 31/03 : chaine a neige ou pneux neige.

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.

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)

DISPERSION

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

Gare de Montdauphin pour les trains de jour ou de nuit :
Navettes régulières payantes depuis la gare routière de Ville Vieille pour la gare SNCF de Montdauphin-Guillestre sont à votre disposition pour des départ de trains à partir de 9h de Montdauphin
Renseignements pour les horaires : www.zou.maregionsud.fr
Gare TGV de Oulx :
Bus "Neige Express" jusqu'à Oulx 3 fois par jour (réservation : www.autocars-imbert.com), puis TGV direct au départ de Oulx pour Paris.

NIVEAU

Découverte

HEBERGEMENT
Présentation de l'hébergement :
Chalets montagnards typiques exposés plein sud dans un petit hameau bordant une magnifique forêt de mélèze au cœur du Parc Naturel du Queyras.
Accrochées aux pentes ensoleillées de Prats-Hauts, une vingtaine de mètres séparent les trois bâtiments offrants des chambres confortables de 1, 2, 3 ou 4 places.
Une salle conviviale avec bar, musique et jeux de société vous permettra de vous détendre.
Dans la salle à manger rustique, une grande cheminée anime vos repas traditionnels et

copieux. Également plusieurs salon et bibliothèque, terrasses plein sud, parking gratuit à proximité.

Type d'hébergement :
Hébergement en chambre à partager : il s'agit de chambres douillettes non-mixtes, avec sanitaires privatifs, à partager pour 3 ou 4 personnes.

Hébergement en chambre de deux "standard" : il s'agit de chambres douillettes avec sanitaires privatifs, situées dans le chalet historique de La Vie Sauvage.
Supplément pour le séjour de **60€** par personne.

Hébergement en chambre de deux "confort" : il s'agit de chambres spacieuses à la décoration épurée, avec sanitaires privatifs, situées dans le nouveau chalet de La Vie Sauvage.
Supplément pour le séjour de **120€** par personne

Chambre individuelle : chambre avec un lit simple, avec sanitaire privatif.
Supplément pour le séjour de **80€** par personne.

Restauration :
Repas préparé chaque jour par "les patrons", à base de produits locaux : fromage du Queyras, confitures et pâtisserie maison, pain maison fabriqué avec de la farine bio issue de la ferme familiale, miel produit sur la ferme, jus de pommes fabriqué au chalet avec des pommes du verger familial, ...
Petit déjeuner complet, pain, fromage du Queyras, fromage frais des Hautes Alpes, salade de fruits, confiture et miel maison, jus de fruits fabriqué au chalet, ...
Pique-nique composé d'une salade différente chaque jour, charcuterie de montagne, fromage du Queyras, pâtisserie maison, fruit, chocolat, barres de céréales, ...

Régimes particuliers :
Si vous êtes soumis à un régime spécifique (sans gluten, sans lactose, ...) ou végétarien, nos petites structures n'ont pas la 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 !
Espace bien-être :
Sur place, SPA gratuit à disposition 2 jours dans la semaine, maillot de bain obligatoire pour l'accès au bain à remous, hammam et sauna.

Massage :
Différents type de massages possible (a réserver et a régler sur place) : Californien, Suédois, Lomi -Lomi et aussi des séances de réflexologie plantaire.

TRANSFERTSINTERNES

PORTAGE DES BAGAGES

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

1 - 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.

2 - Le grand sac de voyage souple :

Il doit contenir le reste de vos affaires..

GROUPE

De 2 à 14 participants.

ENCADREMENT

Moniteur de ski, accompagnateur en montagne (pas d'encadrement pour le ski alpin)

MATERIEL FOURNI

- Raquettes et skis de fond
- Bâtons télescopiques
- Trousse de premiers soins
- Matériel de sécurité individuel (ARVA) et collectif (pelles, sondes)

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

- Prévoir votre matériel de ski alpin ou possibilité de louer sur place.

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.
Pantalon 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

Équipement

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.

6. 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, cuillere.
Appareil photo.
Couchage : Draps et couvertures fournis.

Pharmacie personnelle :

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

LE PRIX COMPREND

- L'encadrement pour les activités de ski de fond et raquette,
- Le prêt des raquettes,
- Le matériel de ski de fond,
- Les bâtons,
- Le matériel de sécurité,
- L'hébergement en pension complète,
- L'accès à l'espace bien être 2 jours dans la semaine,
- Les forfaits pour les remontées mécaniques de ski alpin,
- Le transfert à la station de Molines – Saint-Véran (matin et soir),
- Les frais de dossier et de réservation,
- Les frais d'organisation,
- Les taxes de séjour.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous.
- Les assurances,
- Le matériel pour le ski alpin (location possible à votre arrivée),
- Les boissons,
- Chiens de traîneaux en option (75 € environ à votre charge, à regler sur place),
- Les badges d'accès au pistes de ski de fond,
- Vos dépenses personnelles.