*Un itinéraire éblouissant pour découvrir les points de vue les plus sublimes et les hameaux les plus charmants de ce haut pays de lumière. Forêt de Chanteloube, sommet Bûcher, hameaux de Souliers, chalets de Clapeyto, col des Prés Fromage, crêtes des Glaisettes, lac de Roue...*
*Une nuit en refuge de montagne, inaccessible et coincé au pied d'un massif frontalier avec l'Italie. Que de belles saveurs à venir déguster au cours de cette sauvage et gourmande itinérance au cœur du pays queyrassin.*

# PROGRAMME

**Jour 1 : Molines-en-Queyras - Col des Prés Fromage - Sommet Bucher - Saint-Véran**
Accueil à la gare SNCF de Montdauphin à 9h (vous devrez être prêts a partir en randonnée). Transfert dans le Queyras, dans la vallée de l'Aigue, présentation avec votre accompagnateur, distribution du matériel et des pique-nique pour la journée.
Pour ceux qui auront pris le "pack train de jour", vous serez déjà arrivé la veille, vous serez directement transféré au départ de la randonnée.

Au départ du hameau de la Rua, l'objectif se trouve juste au-dessus de vous : le Col des Près Fromage. L'été, c'est le paradis des troupeaux de vaches qui apprécient l'herbe verte de ces sous-bois de mélèze, mais en cette saison, la blancheur immaculée offre un spectacle magnifique. Variante possible jusqu'au Sommet Bucher qui trône au coeur du Queyras… de là-haut, panorama à 360° sur les différentes vallées et les sommets qui forment les piliers de cette vallée.
Descente à la Chalp. Puis montée au village de Saint-Véran.

**TEMPS DE MARCHE :** 5h45
**DISTANCE :** 7,5 Km
**DÉNIVELÉ + :** 850 m
**DÉNIVELÉ - :** 750 m
**HÉBERGEMENT :** en gîte

**Jour 2 : Visite de Saint-Véran - Vallée de la Blanche - Refuge de la Blanche**
En début de matinée, nous prendrons le temps de préparer nos sacs pour ces 2 nuits en refuge. Un sac de 20 litres (fourni par l'organisation), transportable en motoneige sera acheminé jusqu'au refuge, afin de profiter pleinement de vos journée de marche.
Plus tard dans la matinée, une visite de ce plus haut village d'Europe s'impose ! Dans les ruelles où le soleil pointe déjà le bout de son nez, vous apprécierez les curiosités architecturales que ce petit peuple de montagnards a bâti pour subvenir aux hivers interminables de l'époque !
Vous quitterez Saint Véran pour remonter vers la frontière italienne en passant par la Chapelle de Clausis, véritable "phare des montagnes" de cette large vallée de la Blanche. Cet itinéraire facile sera l'occasion d'appréhender le magnifique patrimoine naturel qu'offre le parc naturel du Queyras.
Installation à la Blanche pour deux nuits

**TEMPS DE MARCHE :** 5h
**DISTANCE :** 8 km
**DÉNIVELÉ + :** 550 m
**DÉNIVELÉ - :** 100 m
**HÉBERGEMENT :** refuge gardé, chauffé, douche chaude

**Jour 3 : Les Crêtes frontalières panoramiques sur l'italie**
Après cette nuit dans cet environnement idyllique, la montagne nous appelle déjà !
A partir de l'hébergement, au coeur de ce large vallon de la Blanche, les options de balades sont multiples et d'un niveau très aisé. Notre objectif aujourd'hui, est de grimper jusqu'au col

de Saint Véran, 400 m plus haut, pour admirer le panorama de ce fameux Piémont, où trône en toile de fond le Mont Viso !
Une descente bien sauvage vous attends par le vallon des lacs Blanchet. La Tête des Toilies, impressionnant pic qui surplombe le refuge, prend alors une toute autre allure… un véritable enchantement !
Une belle descente ludique vous conduira jusqu'à l'hébergement on vous apprécierez le bon feu de cheminée !

**TEMPS DE MARCHE :** 4h30
**DÉNIVELÉ + :** 500 m
**DÉNIVELÉ - :** 500 m
**HÉBERGEMENT :** refuge gardé, chauffé, douche chaude

**Jour 4 : Refuge de la Blanche - Col du Longet - Pont de Lariane - Souliers**
Après cette nuit à plus de 2500 m d'altitude, vous quitterez cet endroit "enchanteur" pour basculer sur la vallée voisine : l'Aigue Agnel !
A flanc de coteaux, vous rejoindrez le col de Longet, blottis au pied du Pic de Chateaurenard, à plus de 2700 m d'altitude. Dernier coup d'oeil sur cette vallée de la Blanche pour rejoindre une ambiance plus nordique dans ce vallon d'Agnel.
Transfert du pont de l'Ariane jusqu'au jolie hameau de Souliers.

**TEMPS DE MARCHE :** 5h
**DÉNIVELÉ + :** 450 m
**DÉNIVELÉ - :** 800 m
**HÉBERGEMENT :** en gîte

**Jour 5 : Souliers - Col Tronchet - Arvieux**
Une autre ambiance pour cette journée dans la partie Ouest du Queyras ! Le village de Souliers est un véritable musée vivant, c'est le hameau où la tradition pastorale Queyrassine est encore la plus présente !
La famille Humbert qui peuple la grande partie de Souliers est une des figures incontournables du Queyras... N'hésitez pas à vous balader dans ce village où l'odeur des étables mêlée à celle du feux de cheminée vous plongera en des temps ancestraux !
Au départ de Souliers, vous basculerez dans la vallée d'Arvieux par le col du Tronchet... belle journée en forêt.

**TEMPS DE MARCHE :** 5h30
**DISTANCE :** 9,5 km
**DÉNIVELÉ + :** 620m
**DÉNIVELÉ - :** 550 m
**HÉBERGEMENT :** en gîte

**Jour 6 : Les chalets de Clapeyto**
Pour cette dernière journée de marche, c'est du «grand blanc» au programme. L'alpage de Clapeyto, niché au pied du col de l'Izoard, est un lieu enchanteur où le calme règne en maître au milieu de ces petits chalets de montagne. Dans cette ambiance paisible, nous progresserons au grès de ces petits hameaux chargés d'histoires. Une journée inoubliable.
Descente sur Brunissard puis dispersion

**HEURES DE MARCHE :** 5h30
**DISTANCE :** 9km
**DÉNIVELÉ + :** 550 m
**DÉNIVELÉ - :** 550 m

IMPORTANT :
Ce programme n'est donné qu'à titreindicatif. 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.
Sur certaines dates (fin d'année), l'ordredes étapes pourra être modifié en fonction des disponibilités dans les hébergements.

Au cours de la semaine, des petites séances d'initiation et de sensibilisation à la pratique de la raquette en milieu hivernal non sécurisé seront mises en place par votre accompagnateur.

# FICHE PRATIQUE

## ACCUEIL

Rendez vous à 9h à la gare de Montdauphin - Guillestre.
Une navette spéciale vient vous chercher gratuitement à la gare SNCF de Montdauphin Guillestre à 9h, vous devrez être en tenue de randonnée, l'hôtel Lacour a proximité de la gare propose des petit déjeuner (non compris).

**Pack Train de Jour :**
Pour ceux qui souhaitent arriver tranquillement la veille, nous vous proposons un pack "train de jour", avec une navette vers 18h30 le samedi soir à la gare de Montdauphin transfert sur le Queyras avec hébergement en demi pension en chambre a partager (chambre de 4) .

**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.**
De Grenoble, 2 itinéraires sont possibles pour rejoindre Guillestre :
- Via Gap
- Via le col du Lautaret et Briançon.

Vous pouvez laisser votre voiture à la gare ou monter jusqu'à Ville Vieille, parking en face de l'office du tourisme (cela vous permettra de partir plus librement à la fin du séjour sans attendre la navette de 18h30 pour la gare ; il faudra préciser cette option à l'inscription afin que la navette vous récupère a Ville Vieille et non à la gare SNCF).
Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites : www.viamichelin.fr www.mappy.fr.
Attention : les cols de l'Izoard, Agnel et Galibier sont fermés l'hiver. Certains sites ou GPS prévoient de vous y faire passer, mais l'accès y est complètement impossible. De même, ne pas prendre les options par le tunnel du Fréjus et Oulx qui sont beaucoup plus longues et très coûteuses. Renseignez-vous sur l'état de la route du col au 04 92 24 44 44 (répondeur).

**En bus de ligne :**
Depuis Paris (bus de nuit) ou Marseille :
https://www.autocars-imbert.com/fr/nos-lignes/lignes-neige-express.html

## DISPERSION

À 17h, puis transfert en navette régulière (moins de 10€) à 18h30 à la gare SNCF)
Possibilité de nuit supplémentaire sur place pour prendre un train de jour le lendemain (nous consulter).

Navette possible le lendemain à partir de 8h30.

## NIVEAU

Caractéristiques du circuit
Altitude globale : entre 1400 m et 2500 m
Altitude des hébergements : 1700 m environ en moyenne
Durée des étapes : 5 h de raquettes en moyenne par jour

Dénivelé positif moyen : 600 m par jour.
Dénivelé maximum : 800 m.
Altitude maximum de passage : 2500 m.
Nature du terrain : terrain moyenne montagne adapté à la pratique de la raquette. Pistes forestières et sentiers.
Vous ne portez que vos affaires de la journée, pour les étapes au refuge de la Blanche, un sac allégé sera transporté en motoneige.
Difficultés particulières : circuit itinérant nécessitant une condition physique normale.

**HEBERGEMENT**
5 nuits en gîtes d'étape et refuges confortable, dortoirs de 4 à 12 personnes.
Douche chaude tous les soirs.
Possibilité de chambre de 2 toutes les nuits (selon les disponibilités) avec un supplément de 20€ par personne et par nuit pour cet hébergement en chambre de deux.

**Nuit 1 : Gîte les Gabelous**
Dans le village de Saint-Véran, classé dans "Les Plus Beaux Villages de France" , vous trouverez le gîte les Gabelous, maison de caractère confortable , ancienne douane de 1857.
N'oubliez pas vos maillots de bain !!! Nous mettons à votre disposition un bain norvégien chauffé à l'extérieur pour vous détendre après votre journée de marche...
Capacité d'acceuil : 38 places.
Hébergement en dortoir de 3 à 5 personnes. Possibilité d'être logé en chambre de 2.

**Nuits 2 et 3 : Refuge de la Blanche**
Niché à 2500 mètres d'altitude dans les montagnes de la plus haute commune d'Europe ... Saint-Véran, en balcon sur la vallée de la Blanche, le Refuge de la Blanche domine une vallée sauvage, c'est également un superbe camp de base pour randonner autour et profiter d'excellentes conditions de neige !
Capacité d'acceuil : 40 places.
Hébergement en dortoir de 3 à 7 personnes. Possibilité d'être logé en dortoir de 2.

NB : Le nom des hébergements est donné à titre indicatif, l'ordre peut être également changé suivant les départs.

**Nuit 3 : Gîte le Grand Rochebrune**
Un des premiers gîtes d'étape du Queyras, construit dans les années 1970 avec des matériaux environnants, pierres et mélèzes, ce qui lui donne son aspect rustique, sur sa grande terrasse orientée au sud, vous pourrez vous reposer, profiter du soleil, du panorama sur les crêtes et les alpages.
Capacité d'accueil : 35 places.

**Nuit 4 : Gîte Les Bons Enfants**
Ancienne ferme rénovée au coeur du village typique de Brunissard.
Capacité d'acceuil : 24 places.
Hébergement en dortoir de 4 à 10 personnes. Possibilité d'être logé en chambre de 2.

Hébergement en dortoir d'une dizaine de places. Possibilité d'être hébergé en chambre de 2 dans une chambre d'hôte situé à 100 mètres du gîte, le repas sera pris avec le groupe.

**Nourriture**
Repas pris dans les hébergements, pique-niques à midi.

Pour les personnes souffrant de restriction alimentaire, les hébergements dans ces vallées reculés ne savent pas répondre à chaque régime. Il sera nécessaire de prévoir vos substituts adaptés, notamment pain spécial, lait spécial, encas, ….

## TRANSFERTS INTERNES

En minibus, compris dans la prestation.

## PORTAGE DES BAGAGES

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

**Le sac à dos**

Sac à dos de randonnée d'une capacité de 40 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée (Pique-niques, vêtements, appareil photos, …).
Il vous servira aussi en tant que bagage à main lors de vos déplacements pour toutes vos affaires fragiles (appareil photo…), de valeur.

**Le grand sac de voyage souple**

Il doit contenir le reste de vos affaires, sont poid est limité à 10kg maximum. Vous le trouverez chaque soir. Il sera transporté par des véhicules.

**Particularité des bagages**

Prévoir un sac résistant. Les valises type avion ou valises à roulettes sont déconseillées.
L'hiver, l'accès et les abords des gîtes ou refuges peuvent être délicats, alors pensez à limiter les affaires à transporter (10 kg).
Un sac d'une capacité de 20l environ vous sera prété pour monter votre nécéssaire pour 2 nuits au refuge de la Blanche (motoneige).

## GROUPE

De 4 à 15 participants.

## ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne, brevet d'état.

## MATERIEL FOURNI

- Raquettes modernes, légères et très maniables,
- Bâtons télescopiques,
- Trousse de premiers soins,
- Matériel de sécurité individuel (ARVA) et collectif (pelles, sondes)

## EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

**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 respirant. 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 pour les étapes,

**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 et des mouchoirs,
- Serviette de toilette,
- Un sac à viande,
- Un grand sac plastique pour protéger l'intérieur de votre sac en cas de pluie,
- Gourde isotherme si vous préférez boire chaud (1,5 litre minimum),
- Lampe de poche,
- Couteau pliant type Opinel, une cuillere,
- Boite hermétique d'environ 300ml,
- Appareil photo.

**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'organisation de votre séjour,
- le transport des bagages,
- l'encadrement,
- le prêt des raquettes, bâtons et matériel de sécurité,
- les frais d'inscription,
- l'hébergement en pension complète du déjeuner du 1er jour jusqu'au déjeuner du dernier jour (inclus). Sauf les boissons.
- les taxes de séjour.

## LE PRIX NE COMPREND PAS

**- Le transport jusqu'au lieu de rendez vous,**
**- Les assurances,**
**- Les boissons.**