Randonnée accompagnée

Les lacs et sommets de l'Ubaye

Blottie entre le Mercantour, le Piémont et le Queyras, la haute Ubaye a su préserver un territoire riche de nature, mais façonné par une riche histoire. Nous vous proposons au travers de ce voyage, d'arpenter chacune de ces hautes vallées en jouant à saute-mouton entre la France et l'Italie. L'accueil dans ces hameaux de quelques âmes vous comblera par l'intimité et l'authenticité qui s'en dégagent. Lacs, sommets à plus de 3000 m, architecture typique, hébergements chaleureux, autant de points forts qui contribueront à la réussite de votre trek.

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil à 14h30 à la gare de Guillestre,
Transfert vers le col de la Noire, aux sources de l'Ubaye, pour passer une première nuit au refuge de la Blanche à 2500 m.
3h de marche pour rejoindre le refuge, dans cette large vallée frontalière. Prévoir pour cette nuit un nécessaire léger, vous retrouverez vos sacs de voyage le lendemain à Maljasset
HEURES DE MARCHE : 3h
DÉNIVELÉ + : 300m
DÉNIVELÉ - : 0 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge
ASSISTANCE BAGAGES : sans transport de bagages

Jour 2 : Col de la Noire - lacs et vallon du col Longet.
Au départ du refuge de la Blanche, nous débuterons notre randonnée vers le col de la Noire à la frontière entre le Queyras, le Piémont et l'Ubaye. Après 1 h de marche pour une mise en jambes, vous amorcerez la magnifique montée du col de la Noire à plus de 2 800 m d'altitude.

De très beaux points de vue sur la tête des Toilies et le vallon de la Blanche s'ouvriront à vous... Descente dans les sources de l'Ubaye en passant par le lac de la Noire et les lacs du col du Longet, bordés par des myriades de linaigrettes. Belle et douce descente sur Maljasset.

HEURES DE MARCHE : 6h
DÉNIVELÉ + : 950 m
DÉNIVELÉ - : 1100 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 3 : Col du l'Auteret - village piémontais de Chappera.
Nous repartons pour quelques centaines de mètres sur l'itinéraire de la veille pour rejoindre le ravin verdoyant de Chabrière. Passage à la bergerie du même nom avant de rejoindre à 2880 m l'intime col du l'Auteret.
Passage en Italie pour rejoindre le bel alpage des granges Dell Auteret. Remontée d'une centaine de mètres vers le col de Bellino avant d'amorcer la belle descente sur le hameau piémontais de Chiappera.

HEURES DE MARCHE : 6h30
DÉNIVELÉ + : 1150 m
DÉNIVELÉ - : 1250 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte

Jour 4 : Col des Monges - Larche
Par le village de Sarretto, nous remonterons jusqu'au lac de Visaisa pour enchaîner plusieurs hameaux d'alpage et rejoindre le vallon de la Munie (les Monges en français) et ces petits lacs bucoliques.

Une bonne centaine de mètres de montée et nous arrivons au col des Monges (2542 m) s'étale alors devant nous le magnifique vallon de la Montagnette qui nous conduira paisiblement jusqu'à Larche.

HEURES DE MARCHE : 6h
DÉNIVELÉ + : 1150 m
DÉNIVELÉ - : 1100 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 5 : Col de Malmort - col du Vallonet - refuge du Chambeyron
Au départ de Larche belle montée plein sud vers le site de Mallemort et ses impressionnants vestiges militaires. Passage du col à 2558 m puis belle traversée jusqu'aux lacs et col du Vallonnet.
Nous rejoindrons ensuite par l'itinéraire du tour du Chambeyron, le Pas de la Couletta à 2752 m... Très beau point de vue sur le Lac premier et sur le refuge du Chambeyron qui sont en contrebas.

HEURES DE MARCHE : 7h
DÉNIVELÉ + : 1450 m
DÉNIVELÉ - : 600 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en refuge

Jour 6 : Lac des 9 couleurs - col de la Gypiere - col de l'Infernetto - Monte Ciaslaras - Maljasset
Après cette nuit passée dans le refuge CAF du Chambeyron, au pied de cet imposant massif, vous allez partir à la conquête d'une série de cols franco-italiens, tous aussi atypiques les uns que les autres...
Après un passage au lac des 9 couleurs, montée finale au col de la Gypiere (2927 m) frontalier avec l'Italie. Belle traversée en balcon sur les lacs de la Finestra pour rejoindre la Colle de l'Infernetto. Ce passage en schiste meuble sera propice à des "tout droit" pour rejoindre en contrebas les *laghi de l'infernetto*. Vous aurez pu apercevoir avant votre descente, le sentier improbable de la Monte de Ciaslaras (3000 m)... Non pas vertigineuse, mais "très graves pentues".
Descente en pierrier, au milieu de névés de neige (souvent éternelle) jusqu'aux magnifiques lacs Marinet... Vous rejoindrez Maljasset par le large vallon de Mary.

HEURES DE MARCHE : 6h30
DÉNIVELÉ + : 950 m
DÉNIVELÉ - : 1600 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en gîte
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 7 : Col Tronchet - Dispersion
Nous quittons l'Ubaye par une des ses sortie insolites... le col Tronchet. Nous prendrons à nouveau la direction de la Combe Brémond pour monter en direction de ce col beaucoup moins fréquenté que le col Girardin. En haut du col, selon le niveau du groupe, nous pourrons remonter le couloir minéral de l'Eissassa afin de retrouver les crêtes et le col Albert. Descente dans les alpages jusqu'à Ceillac.

HEURES DE MARCHE : 5h30
DÉNIVELÉ + : 850 m
DÉNIVELÉ - : 1000 m
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous à 14h30 précise à la gare de Montdauphin - Guillestre où votre accompagnateur viendra vous chercher (parking gratuit à la gare).
Vous devrez prévoir une tenue de marche pour faire les 3h de marche pour rejoindre le refuge le soir. Prévoir également un nécéssaire léger pour la nuit car vous retrouverez vos valises le lendemain à l'étape de Maljasset.

SI VOUS VENEZ EN TRAIN :
Gare de Montdauphin - Guillestre, ligne de Briançon (Hautes-Alpes)
De PARIS :
Aller : train de nuit Paris / Montdauphin – Guillestre ou train de jour TGV via Valence ou Grenoble.
Retour : train de nuit Montdauphin/Paris ou train de jour Montdauphin/Valence ou Grenoble puis TGV Valence ou Grenoble/Paris.
Le séjour est prévu pour que vous puissiez prendre le train de jour qui part de la gare de Montdauphin-Guillestre pour Paris.
Veuillez consulter la SNCF afin de connaître les horaires exacts au 08.92.35.35.35.
SNCF • Tél : 3635 ou sur Internet www.sncf.fr ou www.dbfrance.fr
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).

DISPERSION

Dispersion vers 17 h à la gare de Montdauphin-Guillestre

NIVEAU

- Altitude globale : entre 1600 m et 3000 m
- Altitude des hébergements : 1850 m en moyenne
- Durée des étapes : 5 à 8 h de marche par jour
- Dénivelé positif moyen : 1100 m par jour
- Dénivelé maximum : 1500 m
- Altitude maximum de passage : 3000 m
- Nature du terrain : terrain de moyenne montagne avec malgré tout des passages à 3000 m, sans difficultés particulières. Beaucoup d'alpages herbeux, de cols plutôt rocailleux. Peu d'expositions au vertige.
- Difficultés particulières : circuit itinérant nécessitant une bonne condition physique.
- Vous retrouvez vos sacs le J1, J2, J4 et J6

Circuit itinérant necessitant une bonne préparation physique

HEBERGEMENT

Gîtes d'étape ou refuges de montagnes confortables.
Jour 1 : refuge près de la frontière italienne
Jour 2 : gîte-auberge
Jour 3 : gîte
Jour 4 : gîte-auberge aux portes du Mercantour, proximité de la frontière italienne
Jour 5 : refuge au coeur de la montagne, au-dessus d'un lac glaciaire
Jour 6 : gîte-auberge
Repas pris dans les hébergements, spécialités italiennes dans le Piémont, ... ; pique-niques à midi.
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 !
En fonction de l'exigence de votre régime, un supplément pourra être appliqué par certains hébergements (de 3 à 5€ par repas à régler sur place auprès de l'hébergeur).

TRANSFERTS INTERNES

Les transferts entre la gare et le point de départ puis entre les points d'arrivées et la gare sont compris dans le séjour.

PORTAGE DES BAGAGES

Dans ces vallées isolées, le transport des bagages est compliqué. Vous retrouverez vos sacs tous les soirs sauf le J1, J3 et J5.

GROUPE

De 5 à 14 participants

ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne brevet d'état

MATERIEL FOURNI

Trousse de premiers secours 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 (facultatif)
• 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 chaussures détente pour le soir.
La liste des vêtements doit être adaptée en fonction de la saison choisie.
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 litres minimum)
• 1 lampe frontale (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
• Boules Quiès (facultatif)
• Papier toilette
• Crème solaire + stick à lèvres
Sac à viande ou drap sac
Une boite hermétique de 300ml environ, des couverts

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...)
• Répulsif anti-moustiques. (facultatif)

LE PRIX COMPREND

- Le transport des bagages sauf les J1, J3 et J5,
- L'encadrement,
- L'hébergement en pension complète du J1 à midi au J7 après-midi sauf les boissons.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous,
- Les assurances,
- Les frais d'inscription,
- Les boissons.