

randonnée accompagnée

Clarée, Queyras, Ubaye... de Modane à Larche par la grande traversée des Alpes

*Partir de **Modane à l'Ubaye** sur la mythique **GTA étape 3**, c'est vivre une aventure inoubliable, un défi captivant qui nous propulse du Lac Léman à la Méditerranée. Pendant cette semaine unique, nous traversons des territoires fascinants, des Alpes du Nord aux Alpes du Sud, en privilégiant les plus beaux bijoux naturels que ces montagnes ont à offrir.*

*Nous gravissons les pentes du majestueux Thabor, explorons la splendide **vallée de Névache**, puis arrivons à la ville fortifiée de Briançon, imprégnée d'histoire. Le périple se poursuit dans les montagnes sauvages du **Queyras**, un territoire préservé, avant d'atteindre les paysages italiens du **Val Maira**, et enfin la magique **Ubaye**. Chaque massif dévoile son caractère unique et ses merveilles.*

*Nous progressons loin des foules et des grandes infrastructures des stations de ski, dans une ambiance authentique et sereine. Les villages que nous traversons nous accueillent chaleureusement, avec une hospitalité qui réchauffe le cœur. Les **randonnées** nous mènent vers des lacs d'altitude dont les reflets cristallins jouent avec la lumière, sous le soleil généreux des **Alpes du Sud**.*

[Tout savoir sur La Grande Traversée des Alpes](#)

PROGRAMME

Jour 1 : Modane - Vallée Étroite

Accueil à la gare de Modane, suivi d'un transfert de 20 minutes vers **Valfréjus**, où commence le célèbre **GR5** en direction du **col de la Vallée Étroite**. La montée est tranquille, nous atteignons ce col qui marque la frontière naturelle entre les Alpes du Nord et les Alpes du Sud. Nous pénétrons dans les Hautes-Alpes, et la Vallée Étroite, enclave française en Italie, s'étend devant nous. Après avoir profité des paysages, nous descendons jusqu'aux hameaux des **Granges**, où nous passerons la nuit en refuge.



HEURES DE MARCHÉ : 5h00

DÉNIVELÉ + : 890 m

DÉNIVELÉ - : 720 m

HÉBERGEMENT : En refuge

ASSISTANCE BAGAGES : Avec transport de bagages

Jour 2 : Vallée Étroite - Col du Vallon - Névache

Nous revenons brièvement sur nos pas avant de nous enfoncer dans la magnifique vallée de la **Clarée**, un endroit sauvage et préservé. L'ascension vers le **col du Vallon** (2645 m) nous offre une vue imprenable sur le **lac Blanc**. Une belle descente nous conduit jusqu'au village de **Névache**, en haut de la vallée de la Clarée. Après avoir traversé l'ancien village de **Ville Haute**, un transfert de 55 minutes nous amène dans la vallée voisine des **Fonts de Cervières**. (Note : ce transfert pourra être effectué le lendemain si la nuit se déroule à Névache).



HEURES DE MARCHÉ : 6h

DÉNIVELÉ + : 850 m

DÉNIVELÉ - : 1050 m

HÉBERGEMENT : En refuge

ASSISTANCE BAGAGES : Avec transport de bagages

Jour 3 : Les Fonts de Cervières - Col Malrif - Abriès

Aujourd'hui, nous pénétrons dans le parc naturel du **Queyras** avec une étape d'altitude. Nous montons au **col Malrif** (2830 m), d'où nous avons une vue spectaculaire sur le majestueux **mont Viso**, roi des Alpes du Sud. Nous poursuivons par une longue descente sur **Abriès**, en traversant les lacs Malrifs, parmi les plus grands du Queyras. Nuit en gîte dans la haute vallée du **Guil**.



HEURES DE MARCHÉ : 6h

DÉNIVELÉ + : 850 m

DÉNIVELÉ - : 1300 m

HÉBERGEMENT : en gîte

ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages

Jour 4 : L'Echalp - Vallée des Lacs - Col Vieux - Lac de la Blanche

Depuis le hameau de **L'Echalp**, en haute vallée du Guil, nous remontons le vallon de **Bouchoise**, une réserve de biotope, le long de la frontière italienne. Nous passons successivement les **lacs Egorgeou, Foréant**, puis atteignons le **col Vieux** (2806 m), pour rejoindre le **col de Chamoussière**. La descente nous mène à la large vallée de l'**Aigue Blanche**, où nous atteignons le **refuge de la Blanche**, situé au bord du lac et entouré par la Tête des Toilies.



HEURES DE MARCHÉ : 6h

DÉNIVELÉ + : 1400 m

DÉNIVELÉ - : 600 m

HÉBERGEMENT : En refuge

ASSISTANCE BAGAGES : Sans transport de bagages

Jour 5 : Lac de la Blanche - Col de la Noire - Maljasset

Du refuge, nous remontons vers le **col de la Noire**, un col minéral, point de départ de notre entrée dans la vallée sauvage de la **Haute-Ubaye**. Après avoir franchi le col, nous descendons par le vallon fleuri du **Longet** jusqu'au hameau de **Maljasset**, où nous passerons la nuit en gîte d'étape.



HEURES DE MARCHÉ : 7h30

DÉNIVELÉ + : 550 m

DÉNIVELÉ - : 1300 m

HÉBERGEMENT : En gîte

ASSISTANCE BAGAGES : Avec transport de bagages

Jour 6 : Maljasset - Col Mary - Chiappera

Nous partons de **Maljasset** et remontons paisiblement le vallon du **col Mary**, avec ses nombreux lacs étincelants. Ce col nous permettra de quitter la vallée de l'Ubaye pour pénétrer en **Italie**, dans le Piémont. Nous atteignons le magnifique village de **Chiappera**, situé dans la **vallée du Maira**, où nous passerons la nuit en gîte.



HEURES DE MARCHÉ : 5h30

DÉNIVELÉ + : 815 m

DÉNIVELÉ - : 1150 m

HÉBERGEMENT : En gîte

ASSISTANCE BAGAGES : Sans transport de bagages

Jour 7 : Chiappera - Col des Monges - Vallon d'Oronayes - Larche

Dernière étape dans la vallée du **Maira**, avec une traversée vers le **col des Monges** (2542 m), qui marque la frontière entre l'Italie et la France. La descente nous mène dans le vallon de la **Montagnette**, dominé par les fortifications de la ligne Maginot, vestiges de la Seconde Guerre mondiale. Le trek se termine à **Larche**, un petit village de Haute-Ubaye, avant un transfert vers la gare de **Montdauphin-Guillestre**.



HEURES DE MARCHÉ : 6h

DÉNIVELÉ + : 1150 m

DÉNIVELÉ - : 1150 m

Pour ceux qui poursuivent sur la grande traversée des Alpes la semaine suivante, entre Larche et Menton, nuit au village de Larche.

Il est à noter que le guide ne sera pas forcément le même pour la semaine suivante.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le rendez-vous est prévu à **10h45 à la gare de Modane** 5parking gratuit et non gardé).

Transfert ensuite à Valfréjus, jusqu'au bout de la route carrossable.

Si vous avez réservé le transfert entre Montdauphin et Modane par nos services, le rendez-vous est à 8h15 devant la gare de Montdauphin Guillestre.

Accès :

En train :

Votre arrêt est : la gare TGV de Modane - Ligne Paris-Milan.

Un train au départ de Paris, le matin même, avec arrivée à 10h45 à Modane est possible.

Possibilité de passer la nuit avant dans des hôtels à proximité immédiate de la gare SNCF :

Hôtel les Voyageurs** : 04 79 05 01 39

Hôtel du Commerce*** : www.hotel-le-commerce.net : 04 79 05 20 98

En voiture :

Vous pouvez également arriver en voiture à la gare de Montdauphin - Guillestre (parking gratuit et non gardé).

Transfert en minibus de la gare de Montdauphin Guillestre à la gare de Modane (20 € par personne à régler à l'inscription, il vous faudra 2h30 de route).

La réservation de ce transfert est obligatoire et se fera à Montdauphin à 8h15.

DISPERSION

Fin de la randonnée le samedi vers 18 h, après un transfert jusqu'à la gare de Montdauphin - Guillestre.

Retour : Train Montdauphin-Guillestre - Paris :

Un train de nuit le jour même est en place pour une arrivée à Paris le lendemain.

Des trains de jour, le lendemain seront également possibles, mais il faudra passer une nuit supplémentaire à Montdauphin (nuit à partir de 70 € la chambre, hôtel Lacour : 04 92 45 03 08).

Peu de possibilité de transport en commun pour revenir de la gare de Montdauphin-Guillestre jusqu'à Modane le dernier jour (7 h de train environ).

NIVEAU

Niveau sportif :

- Altitude des hébergements : 1800 m environ en moyenne
- Durée des étapes : 5 h à 7h30 par jour
- Dénivelé positif moyen : 900 m par jour
- Dénivelé maximum : 1200 m
- Altitude maximum de passage : 3000 m.
- Nature du terrain : sentiers et terrains variés faciles de moyenne montagne.

HEBERGEMENT

Vous serez hébergés dans des gîtes d'étape et refuges confortables.

La nourriture y est soignée, la plupart du temps vos plats seront préparés à base de produits du pays.

Possibilité de chambre pour deux personnes selon les disponibilités lors de la réservation (chambre de 2 en formule gîte : draps et serviette non fournis, sanitaires à partager). Un supplément de 15 € par personne et par étape vous sera demandé pour cette option

Possibilité de chambre de deux pour les nuits 1, 2, 3.

Jour 1 : Refuge de la vallée étroite

Jour 2 : Refuge des Fonts de Cervières

Jour 3 : Gîte le Villard à Abries

Jour 4 : Refuge de la Blanche.

Jour 5 : Gîte de la Cure (ou équivalent dans la vallée)

Jour 6 : Refuge de Campobase (ou équivalent dans la vallée)

Régimes particuliers :

Pour les régimes particuliers, certains hébergements demandent un supplément de 3€ à 6€, il sera à régler sur place, directement à l'hébergement par la personne concernée.

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 (ils pourront être transportés avec les bagages lorsque cela est possible)

TRANSFERTS INTERNES

- Transfert entre Modane et Valfréjus le J1
- Transfert entre Névache et les Fonts le J3
- Transfert entre Abries et l'Echalp le J4

PORTAGE DES BAGAGES

Vos bagages sont transportés chaque jour par taxi. Seules les étapes du gîte de Chiappera et du refuge de la Blanche ne sont pas accessibles, vous porterez vos affaires de la journée.

Votre bagage suiveur devra être souple de type sac de voyage ou de sport (valise interdite) et d'un poids raisonnable (8 à 12 kg maximum) ; il ne devra pas y avoir d'objets ou de sous sacs accrochés à votre bagage).

GROUPE

De 5 à 15 participants.

ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne brevet d'état.

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. Éviter le coton, préférer t-shirts des matières respirantes
 - 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.

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, une cuillère, une boîte étanche de type Tuperware de 300ml environ
- 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.

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

- Le transport des bagages (sauf la nuit 4 et 6)
- L'encadrement par un guide diplômé
- Les transferts internes au circuit
- Les frais d'inscription et d'organisation
- L'hébergement en pension complète sauf les boissons
- Les taxes de séjour

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous (notamment si vous utilisez le minibus entre Guillestre - Montdauphin et la gare de Modane le premier jour),
- Les assurances
- Vos boissons et dépenses personnelles