

Les Monts de la Lune en randonnée nordique

*Depuis le petit hameau pittoresque de Thures, nous nous lançons dans une aventure captivante à travers les vallées secrètes du **Piémont**, nichées dans le Val Pellice. Entourés par les majestueux sommets du Thabor, nous arpentons des territoires méconnus, tels que les vallées de Thures, d'Argentera et de Troncera. Ces vallons et plateaux infinis, aux pentes douces et harmonieuses, offrent un terrain de jeu rêvé pour la pratique du **ski de randonnée nordique**, où chaque glisse est un moment de communion avec la nature. Surnommés les **Monts de la Lune**, ces reliefs nous révèlent des pentes renommées parmi les passionnés de **ski de rando**. Les paysages se dévoilent avec une rare splendeur, mariant le blanc éclatant de la neige à la douceur des courbes montagneuses. Après chaque journée passée à explorer ces merveilles, nous retrouvons le confort chaleureux d'un refuge ou d'une auberge nichée dans ces vallées reculées. L'accueil y est authentique et généreux, empli des parfums enivrants des antipasti et des spécialités italiennes qui viennent couronner nos soirées.*

*Dans ces **vallées du Piémont**, le **ski de rando nordique** devient bien plus qu'une activité, c'est une véritable immersion dans l'âme sauvage et préservée de ces montagnes. Une expérience où la beauté des lieux et la richesse des traditions italiennes se rencontrent à chaque instant.*

Pour en savoir plus, veuillez consulter notre article : [Quelles différences entre le ski de randonnée nordique et le ski de rando alpin ?](#)

PROGRAMME

Jour 1 : Accueil

Dès notre arrivée dans le paisible village de Prats-Hauts, au cœur du Queyras, nous découvrons le chaleureux Chalet La Vie Sauvage, où nous passerons la première nuit. L'excitation monte déjà à l'idée des aventures qui nous attendent dans ce magnifique coin des Alpes. Une fois installés, notre guide nous accueille et nous présente en détail le programme de ce séjour axé sur le **ski de randonnée nordique**, un voyage qui nous emmènera à travers les montagnes majestueuses du **Piémont**.

Ensuite, c'est le moment de l'essayage du matériel. Tout est parfaitement ajusté, nous disposons de notre propre équipement de ski de randonnée nordique, garantissant ainsi un confort optimal tout au long du séjour. En soirée, lors du pot d'accueil, nous profitons d'une ambiance conviviale pour échanger et découvrir en profondeur le déroulement des journées à venir. À 19h, nous nous retrouvons autour d'un dîner gourmand, idéal pour prendre des forces avant de commencer notre exploration du Piémont.

HÉBERGEMENT : en chalet

Jour 2 : Thures - Col Chalvet

La journée débute au départ de notre auberge, en plein cœur de Thures, un petit hameau perché dans les montagnes. Nous entamons une ascension à travers des prairies alpines et des forêts clairsemées de mélèzes, montant progressivement vers le col Chalvet. La vue qui se déploie au sommet est à couper le souffle : le massif des Écrins se dessine à l'horizon, tandis que plus près, nous pouvons contempler la vallée d'Argentera et le puissant Roc del Boucher qui domine fièrement le paysage.

La descente, fluide et facile, offre une expérience inoubliable. Nous savourons chaque instant de glisse, nos skis de randonnée nordique nous guidant en douceur à travers cette immensité enneigée.

DÉNIVELÉ + : 550 m

DÉNIVELÉ - : 550 m

HÉBERGEMENT : en auberge

Jour 3 : Thures - Monfol - Col Blegier

Aujourd'hui, nous partons de Thures en direction de Sauze d'Oulx, un village pittoresque où nous rejoignons le hameau de Monfol, aux portes du parc naturel Gran Bosco di Salbertrand. Ce parc, connu pour abriter la plus grande réserve de cervidés du nord de l'Italie, offre une toile de fond spectaculaire pour notre journée de ski.

Nous progressons lentement sur des pistes forestières qui serpentent à travers cette forêt féerique, montant progressivement jusqu'à la crête qui domine le val Chisone. Avec un peu de chance, nous pourrions peut-être apercevoir quelques animaux, mais même si la faune se fait discrète, les traces laissées dans la neige sont les témoins silencieux de cette nature abondante.

DÉNIVELÉ + : 650 m

DÉNIVELÉ - : 650 m

HÉBERGEMENT : en auberge

Jour 4 : Thures - Usseaux Col de Finestre

Nous traversons aujourd'hui la célèbre station de Sestrière, connue dans le monde entier, pour ensuite plonger dans un univers plus traditionnel en atteignant le hameau de Usseaux. Ce village typique du Piémont, richement orné de fresques murales, semble sortir tout droit d'un conte de fées.

À partir de là, nous entamons une traversée à travers de vastes champs de neige immaculée, un spectacle hivernal d'une beauté à couper le souffle. Nous laissons de côté les pentes abruptes du Mont Pelvo et nous dirigeons vers le col de Finestre, qui nous offre une vue imprenable sur la partie ouest du parc naturel d'Orsiera. Une journée empreinte de calme et de majesté.

DÉNIVELÉ + : 550 m

DÉNIVELÉ - : 550 m

HÉBERGEMENT : en auberge

Jour 5 : Rhuelles - Chabaud d'Amount - Refuge Mautino - Col Saurel

Nous entamons un petit raid de deux jours, partant du hameau de Rhuelles. La montée nous mène à travers une forêt de mélèzes d'un calme apaisant, jusqu'aux ruines du village de Chabaud. Nous continuons notre progression en contournant le Monte Corbioun pour atteindre le refuge de Mautino, où nous pourrions déposer nos sacs et voyager plus léger. Une fois installés, nous poursuivons notre exploration vers le col Saurel, où nous profitons du profil vallonné des Monts de la Lune, une région emblématique du ski de randonnée nordique. Cette journée nous fait goûter à la magie des montagnes, avec des panoramas grandioses et un sentiment de liberté absolue.

DÉNIVELÉ + : 550 m

DÉNIVELÉ - : 300 m

HÉBERGEMENT : Refuge de Mautino

Jour 6 : Mautino, Col Begino, Bousson - Gare d'Oulx

Nous commençons la journée par une petite descente du refuge de Mautino. Les peaux de phoque sous les skis, nous grimons en direction du col Begino, où s'ouvre un panorama époustouflant sur la crête frontière de Dormillouse. C'est ici que nous réalisons une boucle, profitant de la glisse sur le versant français, avant de rejoindre le col Bousson.

Nous récupérons nos affaires au refuge et entamons la descente finale par la piste qui ravitaille habituellement le refuge, jusqu'au charmant village de Bousson. La fin du séjour approche, et à 17h, un transfert nous attend à la gare TGV d'Oulx, ou à 18h à la gare de Montdauphin, concluant ainsi cette aventure extraordinaire dans les montagnes du Piémont.

Ce programme reste susceptible d'aménagements.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous au Chalet La Vie Sauvage à Prats-Hauts dans le Queyras, entre 16h30 et 19h.

Si vous arrivez 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 l'arrêt "Ville-Vieille - Gare routière" 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.

Une navette vient vous chercher à la gare SNCF de Montdauphin-Guillestre à 18h30, réservation obligatoire lors de votre inscription.

Si vous arrivez en voiture :

Vous pourrez laisser votre voiture à la gare SNCF de Montdauphin Guillestre sur la parking gratuit (non gardé).

Puis bénéficier de la navette de La Vie Sauvage qui vous récupéra à 18h30 devant la gare SNCF de Montdauphin-Guillestre.

DISPERSION

Dispersion à 17h à la gare de Oulx ou 18h à la gare de Montdauphin.

NIVEAU

Moyen

HEBERGEMENT

Chambres de 4 à 8 personnes. Douche chaude tous les soirs.

Nourriture : repas pris dans les hébergements, pique-niques à midi.

TRANSFERTS INTERNES

En minibus. Possibilité de covoiturage si le groupe dépasse 8 personnes

PORTAGE DES BAGAGES

Bagages portés tous les jours sauf pour les nuits en refuge.

GROUPE

5 à 12 participants

ENCADREMENT

Moniteur BE

MATERIEL FOURNI

- Skis de randonnée nordique, skis courts et faciles à skier
- Chaussures de skis de randonnée nordique montantes. Il s'agit de chaussures à coque rigide type télémark, idéales pour ces terrains variés.
- Peaux de phoque pour faciliter les montées
- Bâtons
- Trousse de 1ers soins collectifs
- Matériel de sécurité individuel (ARVA) et collectif (pelles, sondes)

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

- 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 ou après ski.
- Chaussures détente pour le soir (tennis).
- Pantalon ou salopette de montagne ou de ski ou pantalon ou salopette spécifique au ski de fond avec un sur pantalon imperméable respirant type Gore-tex.
- 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.
- Vêtement coupe-vent.
- Bonnet chaud et cagoule en coton ou polaire.
- Une paire de gants chauds et imperméables type Gore-tex.
- Une paire de gants de rechange.
- 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 bain.
- Un sac à viande.
- Un grand sac plastique pour protéger l'intérieur de votre sac en cas de pluie.
- Gourde isotherme (1 litre minimum).
- Lampe de poche.
- Couteau pliant type Opinel, cuillère et boîte étanche de 300ml environ.
- Appareil photo.

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'encadrement par un guide diplômé
- Le prêt du matériel : skis, bâtons et matériel de sécurité
- L'hébergement en pension complète
- Les frais d'inscription et d'organisation
- Les taxes de séjour

LE PRIX NE COMPREND PAS

- **Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous**
- **Les assurances**
- **Vos dépenses personnelles et boissons**