

## Le Queyras authentique

*Au cœur du parc naturel régional du **Queyras**, nous vous invitons à vivre une expérience unique, en totale harmonie avec la nature préservée qui entoure notre **chalet à Prats-Hauts**. Loin du tumulte quotidien, cet environnement serein est idéal pour les amoureux de **randonnée en raquettes**, à la recherche d'une évasion douce et apaisante.*

*En fin de semaine, vous partez pour un mini raid, un véritable moment d'évasion qui vous mènera aux confins du Queyras, jusqu'à la frontière italienne. Là, vous passerez une nuit dans un refuge de montagne, niché au cœur des sommets.*

*Ce séjour est bien plus qu'une simple randonnée : c'est une immersion dans l'authenticité du **Queyras**, une aventure où chaque pas vous rapproche un peu plus de la nature et de ses merveilles.*

*Pour en savoir plus, veuillez consulter notre article : [Les plus belles randonnées en raquettes](#)*

## PROGRAMME

### **Jour 1 : Accueil et présentation du séjour**

Nous vous accueillons à partir de 16h30 au chalet La Vie Sauvage, situé à Prats-Hauts, au cœur du **Queyras**. En soirée, autour d'un pot convivial, nous vous présenterons le programme de votre **randonnée en raquettes**, avant de dîner à 19h.

**HÉBERGEMENT** : Chalet Vie Sauvage

**ASSISTANCE BAGAGES** : transport des bagages inclus

### **Jour 2 : Valpréveyre - Le vallon d'Urine**

Pour cette première journée d'immersion dans le **Queyras**, nous prenons la direction de la vallée du Guil. Depuis le hameau du Roux, nous remontons le vallon d'Urine, dominé par l'imposant Bric Bouchet. Au fil de la randonnée, nous longeons un torrent, un lieu unique où il n'est pas rare de croiser chevreuils et chamois. Le retour se fait par les hameaux de Pra Roubaud, baignant dans la douce lumière du sud.

**HEURES DE MARCHE** : 5h30

**DÉNIVELÉ +** : 550 m

**DÉNIVELÉ -** : 550 m

**HÉBERGEMENT** : Chalet Vie Sauvage

**ASSISTANCE BAGAGES** : transport des bagages inclus

### **Jour 3 : Chalet de Clapeyto - Col de la Rousse**

Aujourd'hui, direction les hauteurs ! Nous grimpons vers l'alpage de Clapeyto, un lieu niché au pied du col de l'Izoard, où règne un calme absolu. Selon les conditions, nous passons par le col de la Rousse. Ici, il suffit d'ouvrir grands les yeux pour croiser un animal qui se fond dans la neige. Avant de retourner au chalet, possibilité de visiter la maison des artisans pour un aperçu des savoir-faire locaux.

**HEURES DE MARCHE** : 5h30

**DÉNIVELÉ +** : 650 m

**DÉNIVELÉ -** : 650 m

**HÉBERGEMENT** : Chalet Vie Sauvage

**ASSISTANCE BAGAGES** : transport des bagages inclus

### **Jour 4 : Les crêtes de Glaisettes - Le lac de Roue**

Depuis le petit hameau pastoral de Souliers, nous entamons notre **randonnée en raquettes** en remontant le vallon du col Tronchet, sous l'œil protecteur du Pic de Rochebrune. Une fois au col, un panorama majestueux s'offre à nous, dévoilant la vallée de l'Izoard et le massif de la Font Sancte. Nous redescendons ensuite le long des crêtes, jusqu'au lac de Roue, gelé à cette période de l'année. Retour à Souliers. Le soir, après cette belle journée d'aventure, rien de tel qu'un moment de détente au jacuzzi, hammam et sauna.

**HEURES DE MARCHE** : 5h30

**DÉNIVELÉ +** : 650 m

**DÉNIVELÉ -** : 650 m

**HÉBERGEMENT** : Chalet Vie Sauvage

**ASSISTANCE BAGAGES** : transport des bagages inclus

### **Jour 5 : Col de Fontouse**

Cette journée nous emmène depuis Arvieux dans un vallon préservé, offrant aux amoureux de la nature sauvage un véritable joyau à explorer. Le chemin, d'abord raide au cœur du mélézin, s'adoucit en dévoilant une belle poudreuse sous nos **raquettes**. À l'arrivée au col de Fontouse, un panorama éblouissant nous attend.

**DÉNIVELÉ +** : 750 m

**DÉNIVELÉ -** : 750 m

**HÉBERGEMENT** : Chalet Vie Sauvage

**ASSISTANCE BAGAGES** : sans transport de bagages

### **Jour 6 : Départ pour le mini raid au refuge de la Blanche**

Aujourd'hui, nous entamons un périple de deux jours en haute montagne. En toute sécurité, nous nous dirigeons vers un refuge, au pied des sommets Italien. La montée, depuis l'Aigüe Agnel, nous mène doucement à travers des grands espaces blancs. À plus de 2700 mètres d'altitude, le col du Longet nous offre un panorama sur les vallées de l'Aigüe Blanche et de l'Aigüe Agnel, véritables portes vers l'Italie. Nous descendons ensuite en direction du refuge, où une nuit bien au chaud nous attend.

**HEURES DE MARCHÉ** : 6h30

**DÉNIVELÉ +** : 800 m

**DÉNIVELÉ -** : 400 m

**HÉBERGEMENT** : Refuge de la Blanche

**ASSISTANCE BAGAGES** : sans transport de bagages

### **Jour 7 : Descente sur Saint-Véran et fin du séjour**

Pour cette dernière journée, nous rejoignons le village emblématique de Saint-Véran, perché dans les hauteurs du **Queyras**. La descente est facile, et il est fréquent d'apercevoir des troupeaux de chamois près de l'ancienne mine de cuivre. Nous prenons le temps de traverser Saint-Véran, plus haut village d'Europe, avant de savourer un dernier pique-nique dans ce cadre exceptionnel. À la fin du repas, vos bagages vous sont remis, prêts pour le retour.

Une navette part à 13h pour la gare de Montdauphin-Guillestre pour ceux prenant le train, tandis que les autres regagnent Prats-Hauts en voiture.

**HEURES DE MARCHÉ** : 2h30

**DÉNIVELÉ +** : 0 m

**DÉNIVELÉ -** : 400 m

**ASSISTANCE BAGAGES** : transport des bagages inclus

**Ce programme reste susceptible d'aménagements.**

## FICHE PRATIQUE

### ACCUEIL

L'accueil se fait à partir de 17h au chalet La Vie Sauvage à Prats Hauts dans le Queyras, votre guide vous présentera le séjour vers 19h.

#### En voiture :

##### 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 côté italien, continuer sur l'autoroute direction Turin. Sortir à Oulx et prendre direction Cesana – Sestriere - Col de Montgenèvre/Francia. Du col de Montgenèvre vous gagnez Briançon puis Guillestre.

##### Par le sud :

- Valence ou Sisteron - Gap - Embrun - Guillestre.
- Depuis Guillestre, suivre la direction « Queyras » (D 902), puis la D 947.

Vous pourrez directement monter au hameau avec votre véhicule (parking gratuit à 100m du gîte).

**Attention, les équipements spéciaux sont obligatoires dans tout le département entre le 01/11 et le 31/03 : chaine ou pneus neige.**

#### En train :

##### Train de nuit :

- Ligne de Paris (gare Austerlitz) à Montdauphin-Guillestre, circule tous les jours de l'année.
- De la "Gare de Montdauphin-Guillestre" à Ville Vieille correspondance avec des navettes régulières "[Zou ma région sud](#)" (selon la saison), sinon 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 : une navette de la Vie Sauvage vient vous chercher à la gare à 18h30, sa réservation sera obligatoire lors de votre inscription.**

### DISPERSION

Le dernier jour, à Prats-Hauts, après le pique-nique du midi.

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](http://www.zou.maregionsud.fr)

Gare TGV de Oulx :

Bus "Neige Express" jusqu'à Oulx 3 fois par jour (réservation : [www.autocars-imberty.com](http://www.autocars-imberty.com)), puis TGV direct au départ de Oulx pour Paris.

## **NIVEAU**

Moyen :

- 600m à 850m de dénivelé par jour
- 5h à 6h30 de marche par jour
- Évolution sur pistes forestières et sentiers de montagne

## **HEBERGEMENT**



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 offrant 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 privés, à partager pour 3 ou 4 personnes.
- **Hébergement en chambre de deux "standard"** : il s'agit de chambres douillettes avec sanitaires privés, 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 privés, récemment rénovées. Supplément pour le séjour de **120€** par personne
- **Chambre individuelle** : chambre avec un lit simple, avec sanitaire privé. Supplément pour le séjour de **100€** par personne.



(Chambre confort)



(Chambre standard)

#### Restauration :

Repas préparé chaque jour par "les patrons", à base de produits locaux.

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 ...



#### **REGIME ALIMENTAIRE :**

Merci de nous **prévenir à l'inscription** si vous êtes soumis à un **régime spécifique** (sans gluten, sans lactose, végétarien, vegan, allergies ...).

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 :**

SPA à disposition 2 jours dans la semaine, bain à remous, hammam et sauna.



### Massage :

Différents types de massages possibles (à réserver et à régler sur place) : Californien, Suédois, Lomi -Lomi et réflexologie plantaire.

## **TRANSFERTS INTERNES**

En minibus.

## **PORTAGE DES BAGAGES**

Vous devez conditionner l'ensemble de vos affaires en 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 35 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée (Vêtement chaud, gourde, pique-nique, appareil photos, jumelles, ...)

### **Le grand sac de voyage souple :**

Il doit contenir le reste de vos affaires.

## **GROUPE**

Groupe : de 2 à 15 participants.

## **ENCADREMENT**

Accompagnateur en moyenne montagne.

## **MATERIEL FOURNI**

- Pharmacie collective
- Raquettes modernes, légères et très maniables
- Bâtons télescopiques
- Matériel de sécurité individuel

## **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

### **Vêtements**

- Chaussettes de laine chaudes.
- 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.
- 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
- Paire de moufles de rechange ou gants.
- Tenue d'intérieur
- Maillot de bain

### **Équipement :**

- Une protection solaire efficace
- Tampon « Ear » contre les ronflements.
- Boules Quiès.
- Nécessaire de toilette
- Du papier hygiénique (pour les randonnées) et des mouchoirs.
- Serviette de bain pour la nuit en refuge et pour l'espace bien-être
- Un grand sac plastique pour protéger l'intérieur de votre sac en cas de pluie.
- Gourde isotherme (1,5L minimum).
- Lampe de poche.
- Couteau pliant type Opinel, cuillère.
- Appareil photo.
- Couchage : drap sac pour la nuit en refuge.
- Pharmacie personnelle

## **LE PRIX COMPREND**

- L'hébergement en pension complète
- L'encadrement par un guide diplômé
- Le prêt des raquettes, batons et matériel de sécurité
- L'accès à l'espace bien-être 2 jours par semaine
- Les frais d'inscription et de dossier
- Les taxes de séjour

## **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Le transport A/R jusqu'au lieu de rendez-vous
- Les assurances
- Vos dépenses personnelles et boissons

