Les panoramas du Val Maira

Blottis sur les contreforts de l'Ubaye, celle qu'on appelle la "Perle Occitan" reste la vallée qui n'a jamais aussi bien porté son surnom. Battis sur un socle culturel incroyable, vous serez chaque jour, au fil de votre périple, en admiration devant la richesse de son patrimoine architectural, gastronomique et bien sûr naturel.
Nous vous proposons au travers de ce circuit d'observer cette vallée d'en haut, de partir sur les traces des paysans dans les alpages, des contrebandiers sur les hauts cols ou bien encore sur celles des carabinieri, dont les vestiges des casernes de haute altitude témoignent d'une forte présence sur ces belles hauteurs à une époque pas très éloignée.
Vous le reconnaitrez, le Val Maira est un massif unique ! Le soir, confortablement installé dans vos Locanda Occitane, vous profitez d'un accueil "à l'italienne" hors du commun. Nichés dans de petits hameaux de montagne, vous serez sous le charme de la beauté et de la quiétude des villages du Val Maira une aventure inoubliable !

PROGRAMME

Jour 1 : Chiappera - Lacs de Roure et Col Mary
Rendez-vous à Chiappera, un des villages blottis au pied de la frontière, où vous pouvez garer votre véhicule et laisser vos bagages dans votre auberge (chambres disponibles à partir de 16h30).
Au départ de ce charmant village, vous remontez dans le fond de la vallée de Maurin dominé par la très caractéristique Rocca Provençale.
L'objectif de cettevraie journée de marche (il faudra partir tôt le matin), est de rejoindre la frontière franco-italienne pour dénicher une myriade de lacs sauvages blottis à plus de 2800 m d'altitude. Une boucle parfaite qui comble les randonneurs en quête d'espaces sauvages et insolites.

HEURES DE MARCHE : 6h30
DÉNIVELÉ + : 1050 m
DÉNIVELÉ - : 1050 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en locanda
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages
TRANSFERT AU DEPART DE VOTRE RANDONNE : vous partez à pied directement de votre hébergement.

Jour 2 : La boucle des 5 lacs - Chiappera
Voici une des plus belles boucles d'altitude de ce petit massif…
Des lacs, des cols, le charme des hauts plateaux aux pâturages verdoyant que l'on imagine difficilement lors de cette ascension dans un environnement où les glaciers ont modelé les paysages.
Des sentiers remarquablement « taillés » par les militaires jusqu'en haute altitude témoignent d'une époque, pas si lointaine où la vie était tout autre en ces montagnes. Le passage aux résurgences des sources du Maira vous offre une halte rafraichissante !

HEURES DE MARCHE : 6h30
DÉNIVELÉ + : 1030 m
DÉNIVELÉ - : 1030 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en locanda
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages
TRANSFERT AU DEPART DE VOTRE RANDONNE : vous partez à pied directement de votre hébergement.

Jour 3 : Bivacco Bonfante - Elva
Les bivouacs font partie intégrante de « l'esprit excursionisti » des randonneurs italiens… et il y en a partout ! Ils sont nichés dans chaque lieu insolites, de forme et de couleur improbable, et servent d'abris à tout randonneur ayant choisi une étape « hors du temps » ou bien souhaitant en urgence se réfugier !
Le Bivoacco Bonfante est lové au pied d'un des piliers du Val Maira : le Pelvo d'Elva (3061 m) … nous vous proposons de le découvrir et pourquoi pas faire l'ascension du Pelvo pour les plus expérimentés…
Blottis sur les contreforts du col de Sampeyre, frontière entre le Val Varaitaet le Val Maira, avec son exposition plein sud, Elva est un des villages où il fait bon vivre ! La route pour y monter est spectaculaire, l'enfilade de petits hameaux à l'adret, offrent une architecture préservé typique de la vallée.

A votre retour du Col de Sampeyre, n'hésitez pas à faire une halte à l'église Santa Maria Assunta, véritable joyau de l'art roman. Vous pouvez y admirer des fresques du XVeme siècle attribuées à Hans Clemer que l'on dénomma longtemps « le Maitre d'Elva ».

HEURES DE MARCHE : 4h30
DÉNIVELÉ + : 410 m
DÉNIVELÉ - : 410 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en locanda
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages
TRANSFERT AU DEPART DE VOTRE RANDONNE : 35 minutes de transfert avec votre véhicule pour vous rendre à Elva.

Jour 4 : Chialvetta et Bric Cassin
La balade du jour vous emmène dans le Vallon secret d'Unerzio où trône le remarquable village de Chialvetta et son clocher démesuré ! Cette vallée profonde ou s'égrappent les hameaux typiques de Pratorotondo et Vivière vous conduit vers le large col de Gardetta d'où nous vous proposons de gravir le Bric Cassin qui domine fièrement tout le plateau de Gardetta et la fameuse Rocca Meja.
De retour il sera agréable de déambuler dans Chialvetta et de pousser la porte du musé « la Maisoun d'en Bot » niché dans une vieille grange, qui conserve de très nombreux objets de la vie quotidienne de culture Occitane.

HEURES DE MARCHE : 5h30
DÉNIVELÉ + : 850 m
DÉNIVELÉ - : 850 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en locanda
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages
TRANSFERT AU DEPART DE VOTRE RANDONNE : 30 minutes de transfert avec votre véhicule pour vous rendre dans le vallon de Chialvetta
Jour 5 : Le tour de la Rocca Meja
Le vallon de Preit qui s'ouvre sous le Mont Oserto et la sculpturale Rocca Maja constituent la toile de fond de votre formidable boucle autour de la Rocca Meja.
Il s'agit d'un vallon enchanteur, avec ses moulins paisibles au creux des torrents et ses grappes de hameaux que vous retrouvez tout au long de votre journée, que ce soit pour accéder au départ de votre randonnée ou bien le long de votre itinéraire.
Cette randonnée longue mais accessible fera le bonheur des randonneurs en recherche de diversité de paysage et une flore unique… il faudra partir tôt !

HEURES DE MARCHE : 7h
DÉNIVELÉ + : 1200 m
DÉNIVELÉ - : 1020 m
TYPE D'HÉBERGEMENT : en locanda
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages
TRANSFERT AU DEPART DE VOTRE RANDONNE : 30 minutes de transfert avec votre véhicule pour vous rendre dans le vallon de Preit
Jour 6 : Marmora La Punta Tempesta
Journée panoramique aujourd'hui avec des points de vue bien ouvert sur le Val Maira, mais aussi bien plus loin vers le Viso, la plaine du Pô... Une journée de crête facile mais sauvage et hors des sentiers battus…
Au départ de votre hébergement vous égrainez les chapelets de bourgades pour atteindre le départ de votre randonnée au Col Intersile à plus de 2000 m d'altitude… Un autre « Cul de

sacs » en altitude qui vous permet d'atteindre cette succession de petits sommets au nom évocateur… Punta Tempesta, Punta Piovosa et pourquoi pas le Mont Tibert en option !

HEURES DE MARCHE : 5h
DÉNIVELÉ + : 710 m
DÉNIVELÉ - : 710 m
ASSISTANCE BAGAGES : avec transport de bagages
TRANSFERT AU DEPART DE VOTRE RANDONNE : 15 mn de transfert avec votre véhicule pour vous rendre au départ de la randonnée

En plus des randonnées décrites au programme, votre livre de route sera complété par des propositions avec un niveau inférieur (niveau 2-3), qui permettront de vous poser une journée ou bien d'adapter votre voyage en cas de fatigue ou de mauvais temps.
Pour profiter et apprécier pleinement votre voyage de randonnée, vous devez être en mesure d'assurer votre autonomie sur le terrain avec les documents fournis.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le départ de votre trek se situe au village de Chiappera, 12021 Acceglio (province de Coni Italie). Coordonnées GPS : 44.49254N 6.92294E.
Vous pourrez déposer vos bagages dans votre hébergement, les coordonnées vous seront transmises avec le dossier de voyage que vous recevrez par voie postale.

Accès

En voiture :
Quatre accès principaux : Tunnel de Fréjus, le col de Montgenèvre, le col Agnel ou le col de Larche.

En avion :
Aéroport de Turin (Italie) + location de voiture.

En train :
Gare de Turin (Italie) ou gare SNCF de Briançon (France) + location de voiture.

DISPERSION

A Marmora en début d'après-midi.

NIVEAU

Altitude des hébergements : 1500m
Durée des étapes : 4h30 à 7h par jour
Dénivelé moyen : 900 m par jour
Dénivelé maximum : 1100m
Altitude maximum de passage : 2800m
Nature du terrain : sur sentiers et terrains variés faciles de moyenne montagne.
Vous ne portez que vos affaires de la journée.

HEBERGEMENT
Vos étapes seront réparties sur les principales vallées qui compose le Val Maira. Nous sélectionnons pour vous deux ou trois lieux d'hébergement qui nous paraissent représenter au mieux l'accueil et la culture de cette vallée exceptionnelle. Ces structures diffèrent un peu de nos traditionnels hôtels : un nombre de chambre restreint, un accueil personnalisé, une position plus dans les hameaux … La capacité étant limité, il se peut que nous soyons contraints à modifier l'ordre des étapes afin de pouvoir vous retenir « le meilleur » hébergement en fonction de sa disponibilité.
Chiappera : Locanda la Scuola chez Stéfano ou la Locanda Provençale
Ponte Maira : la Locanda Mistral
Marmora : La Locanda Lou Pitavin chez Marco ou la Locanda Marmu
Elva : La locanda d'Elva
Deux types d'hébergements-vous sont proposés (en effet, chacune des structures proposées ci-dessus propose les 2 type d'offre) :

- Une partie **« Locanda »** (service hôtelier avec des chambres typiques et raffinées, sanitaires privatifs, linge fourni)
- Une partie **« refugio »** (chambrées collectives type gite et refuge, draps et serviettes non fournies, prévoir un drap de sac).

Les repas étant proposés de manière identique pour les deux formules d'hébergement.
Nourriture
Séjour en demi-pension du dîner du J1 au petit déjeuner du J6.
Le dîner et le petit déjeuner sont pris à l'hébergement.
La cuisine est très soignée, copieuse et typique de cette vallée. La plupart des repas sont confectionnés avec des produits issus des fermes de la vallée, les petits déjeuners sont complets, souvent salés et sucrés. Les régimes spéciaux doivent être précisés à la réservation afin que nous puissions prévenir les hébergements.
Les pique-niques peuvent être réservé par La Vie Sauvage auprès des hébergements en prenant l'option. Sur votre itinéraire vous trouverez peu d'épiceries locales pour vos ravitaillements pique-nique. Vous pourrez également les réserver auprès des hébergeurs dès votre arrivée pour le lendemain. Il n'y a pas de pique-nique le premier jour.

TRANSFERTS INTERNES
Avec votre véhicule.

PORTAGE DES BAGAGES
Sans transport des bagages : Vous portez vos affaires personnelles pour toute la durée du séjour avec votre véhicule.

GROUPE
Circuit réalisable à partir de deux participants.

ENCADREMENT
Pas de guide sur ce voyage.
Avant votre départ nous vous remettons un road book spécialement conçu pour ce circuit, composé d'indications précises qui vous permettront d'effectuer vos journées de découverte et de randonnée en toute liberté.
Pour profiter et apprécier pleinement votre voyage de randonnée, vous devez être en mesure d'assurer votre autonomie sur le terrain avec les documents fournis.

MATERIEL FOURNI
.

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
• 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 paire de 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 litre 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
• 1 drap sac si vous êtes en formule Refuge

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

- Les documents de voyage,
- L'hébergement en demi-pension,
- Les frais d'inscription et d'organisation,
- Les taxes de séjours.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances,
- Le transport aller-retour jusqu'au point de départ,
- Les boissons,
- Les pique-niques.