

*Arvieux est sans doute un des villages les plus actifs du Queyras. Avec son agriculture et son artisanat encore bien préservé, son environnement le reste tout autant !*

*Connu également pour ses passages quasi annuels du Tour de France qui s'élance sur les contreforts de l'Isoard, Arvieux offre des alpages verdoyants où il fait bon se promener, en famille ou entre amis.*

*Le séjour que nous vous proposons vous conduira vers les plus beaux d'entre eux : Furfande et Clapeyto.*

## PROGRAMME

### **Jour 1 : Nuit à Arvieux**

Installation et dîner dans votre hébergement à Arvieux.

**TYPE D'HEBERGEMENT** : en gîte ou hôtel

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport des bagages

### **Jour 2 : Arvieux - Les chalets de Clapeyto - Arvieux**

Au départ d'Arvieux, nous prendrons la direction du plus remarquable hameau d'alpage du Queyras. Véritable havre de paix avec des décors qui rappellent ceux des histoires de notre enfance. Passage aux différents chalets, puis, pour les plus courageux, montée vers le col de Néal et sa foison de petits lacs bordés de linaigrettes. Descente sur Brunissard par une grande boucle en alpage.

**HEURES DE MARCHÉ** : 4h30

**DÉNIVELÉ +** : 400 m

**DÉNIVELÉ -** : 400 m

**TYPE D'HEBERGEMENT** : en gîte ou hôtel

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport des bagages

### **Jour 3 : Arvieux - Furfande**

En route pour l'un des plus jolis alpages du Queyras : l'alpage de Furfande et ses 90 chalets. Montée par le vallon jusqu'au col (2500m) qui domine les massifs de la Fonts Sancte et de la haute Ubaye. Descente sur cet alpage bucolique, très fleuris jusqu'au charmant refuge de Furfande, récemment refait.

**HEURES DE MARCHÉ** : 5h30

**DÉNIVELÉ +** : 850 m

**DÉNIVELÉ -** : 450 m

**TYPE D'HEBERGEMENT** : en refuge

**ASSISTANCE BAGAGES** : sans transport de bagages (vous retrouverez l'ensemble de vos bagages le lendemain)

### **Jour 4 : Furfande - Villargaudin - Arvieux**

Retour sur le village d'Arvieux par un beau sentier en balcon sur le Guil en passant par le charmant petit hameau de Villargaudin.

**HEURES DE MARCHÉ** : 5h30

**DÉNIVELÉ +** : 350 m

**DÉNIVELÉ -** : 950 m

**ASSISTANCE BAGAGES** : avec transport des bagages

## FICHE PRATIQUE

### ACCUEIL

Le jour 1 dans votre hébergement à Arvieux (les coordonnées vous seront données sur votre feuille de route).

### DISPERSION

Le dernier jour à Arvieux.

### NIVEAU

Niveau moyen (2 chaussures)

Altitude des hébergements : 1800m

Durée des étapes : 4 à 6h par jour

Dénivelé moyen : 600 m à 800m par jour

Dénivelé maximum : 950m

Altitude maximum de passage : 3000m

Nature du terrain : sentiers et terrains variés faciles de moyenne montagne.

### HEBERGEMENT

Selon la formule choisie :

**Hébergement classique en gîte** : Chambre collective de 4 à 12 personnes, les draps et serviettes ne sont pas fournis, les sanitaires sont sur le palier.

**Hébergement confort en gîte** : Chambre double ou à 2 lits selon votre choix, les draps et serviettes ne sont pas fournis, les sanitaires sont sur le palier.

**Hébergement confort en version hôtel** : Chambre double ou à 2 lits selon votre choix, les draps et serviettes sont fournis, les sanitaires sont privatifs.

### TRANSFERTS INTERNES

Transfert le dernier jour entre Villargaudin et Arvieux (10 min).

### PORTAGE DES BAGAGES

Vous avez accès à vos affaires les nuits 1 et 2 durant le séjour. Il faudra prendre le nécessaire pour la nuit au refuge de Furfande.

### GROUPE

De 2 à 15 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
- paire de gants (facultatif)
- 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 sur-pantalon imperméable (facultatif)
- 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) de préférence imperméables.
- 1 paire de sandales ou chaussures détente pour le soir
- Un maillot de bain et une serviette

Un drap sac, les refuges sont munis de bonne couettes ou couvertures.

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 l de préférence)
- 1 lampe frontale (facultatif)
- 1 boussole
- 1 couverture de survie (facultatif)
- 1 couteau de poche (facultatif)
- 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)
- Boule Quiès (facultatif)
- Papier toilette - crème solaire + stick à lèvres.

#### **Matériel pique-nique**

- Une boîte plastique hermétique
- Un gobelet
- 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.

### **LE PRIX COMPREND**

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

### **LE PRIX NE COMPREND PAS**

Les assurances,  
Le transport aller-retour jusqu'au point de départ,  
Les boissons et dépenses personnelles,  
Les pique-niques,  
Le transport des bagages.