

# Le Queyras par les crêtes

## Séjour dans le Queyras

**6 jours / 5 nuits**

### Introduction / Descriptif du séjour :

*Pour les amoureux des paysages à couper le souffle, je vous propose une semaine d'itinéraires à travers les plus belles crêtes du Queyras. Ces lignes très esthétiques sont appréciables et confortables même pour les personnes sujettes au vertige. On pourra se prendre le temps d'un instant pour un oiseau traversant les vallées verdoyantes du Queyras. Ce séjour inédit nous fera découvrir les endroits peu fréquentés de la vallée, connus seulement par les chamois et autres bouquetins.*

### Points Forts :

- Séjour en étoile
- Confort
- Véhicule à disposition
- Petit groupe (maxi 8 participants)

## Programme du séjour :

### Jour 1 :

***Rendez-vous à 8 heure à la gare d'Eygliers / Mont-Dauphin***

Programme détaillé de la journée :

Transfert en véhicule 40 minutes.

Direction le petit hameau de Souliers, village traditionnel où réside 18 habitants à l'année. Nous prenons la direction de la bergerie de Souliers en longeant le torrent éponyme, puis nous bifurquons sur notre droite pour nous rendre à la base des **crêtes de Crépaud**. Là commence cette magnifique ligne de crête qui, en la longeant, nous ramènera sur les hauteurs du village par la croix de la Cuche. Une fois la rando terminée, nous nous rendrons à notre gîte pour notre installation hebdomadaire.

***700 m de dénivelé positif - 700 m de dénivelé négatif - 15 km - 4 heures de marche effective***

Repas compris et nuit : Repas du midi fourni par votre accompagnateur, dîner et nuit au gîte les Baladins à Ceillac.

### Jour 2 :

Programme détaillé de la journée :

Transfert en véhicule 35 minutes.

Pour cette deuxième journée nous partons de notre gîte pour réaliser une boucle. Nous allons suivre dans un premier temps le GR 58, celui qui fait le tour du Queyras, jusqu'au col Fromage. De là nous continuerons notre ascension pour rejoindre un poste optique situé à 2582 mètres d'altitude. La vue s'étend sur toute la partie basse du Queyras, splendide. Nous sommes sur la **crête des Chambrettes** par laquelle nous redescendons en empruntant le col de Bramousse puis direction Ceillac.

***950 m de dénivelé positif - 950 m de dénivelé négatif - 17 km - 5 h30 mn de marche effective***

Repas compris et nuit : Petit-déjeuner, repas du midi fourni par votre accompagnateur, dîner et nuit au gîte les Baladins à Ceillac.

### Jour 3 :

#### Programme détaillé de la journée :

Transfert en véhicule 35 minutes.

Départ du bas de St Véran pour cette troisième journée. Nous montons vers la croix et les **crêtes de Curlet**, d'ici nous avons une des plus belles vues sur le village de St Véran. Notre longue ligne de crête forme un arc de cercle pour finir à **la tête de Jacquette**, en passant par la **pointe des Marcelettes** à 2909 mètres. Depuis le col des Estronques nous redescendons directement à notre gîte à Ceillac en empruntant l'itinéraire officiel du tour du Queyras.

**1100 m de dénivelé positif - 1100 m de dénivelé négatif - 16 km - 6 h de marche effective**

Repas compris et nuit : Petit-déjeuner, repas du midi fourni par votre accompagnateur, dîner et nuit au gîte les Baladins à Ceillac.

### Jour 4 :

#### Programme détaillé de la journée :

Transfert en véhicule 30 minutes.

Notre boucle commence au hameau de Pierre Grosse à 1915 mètres d'altitude. Nous sommes directement dans les alpages et gagnons la sommité du **Mourre Froid** à travers les herbes hautes tant appréciées des brebis. De cette position centrale du Queyras nous pouvons voir tous les sommets emblématiques. Les crêtes se dessinent devant nous et nous les arpentons avec allégresse jusqu'au col du Clos du loup en passant par la **Gardiole de l'Alpe**. Descente par les bergeries.

**900 m de dénivelé positif - 900 m de dénivelé négatif - 16 km - 5 heures de marche effective**

Repas compris et nuit : Petit-déjeuner, repas du midi fourni par votre accompagnateur, dîner et nuit au gîte les Baladins à Ceillac.

### Jour 5 :

#### Programme détaillé de la journée :

Transfert en véhicule 25 minutes.

Nous nous rendons au petit hameau du Roux d'Abriès, dernier village perché sous la ligne frontière italienne. Nous évoluons dans un beau mélézin tout en longeant le torrent du col St Martin jusqu'au col du même nom. Après un bref salut aux piémontais nous marchons sur les **crêtes de Reychasse** et celles de **Gardiole**. Pour beaucoup de queyrassins ce sont les plus belles crêtes du parc...

**1050 m de dénivelé positif - 1050 m de dénivelé négatif - 14 km - 5h de marche effective**

Repas compris et nuit : Petit-déjeuner, repas du midi fourni par votre accompagnateur, dîner et nuit au gîte les Baladins à Ceillac.

**Jour 6 :**

*Programme détaillé de la journée :*

Transfert en véhicule 35 minutes.

Découverte d'un vallon secrètement conservé pour cette dernière journée, celui du val d'Escreins. Ce petit paradis de nature fait partie intégrante du parc naturel régional du Queyras. Notre objectif est d'aller contempler la vue depuis les **crêtes de Vars**, du col de la Coulette jusqu'au col de la Scie. Nous aurons le plaisir d'apercevoir au loin la chaîne des Ecrins et une partie du val Durance. A la fin de cette randonnée, nous nous rendrons à la gare d'Eygliers Mont Dauphin pour une dispersion à 17h.

**800 m de dénivelé positif - 800 m de dénivelé négatif - 13 km - 4 h de marche effective**

Repas compris : Petit-déjeuner, repas du midi fourni par votre accompagnateur.

***Ce programme peut être modifié à tout moment par le professionnel encadrant notamment en fonction des conditions climatiques, des aptitudes physiques et techniques des participants, de la disponibilité des hébergements ou tout autre événement inattendu. En dernier ressort, il reste seul juge du programme.***

## **Accueil**

Le jour 1, accueil à la gare d'Eygliers / Mont-Dauphin à 8 heures.

## **Dispersion**

Le Jour 6, fin du séjour à la gare d'Eygliers / Mont-Dauphin à 17h00.

## **Encadrement du séjour**

Nicolas Paris

06 72 85 30 33

nicolasparis210@gmail.com

## **Nombre de participants**

Nombre de participants minimum : 6 personnes

Nombre de participants maximum : 8 personnes

## **Niveau de difficulté**

Facile / **Moyen** / Difficile / Très difficile

Difficulté physique de 3 sur 4

Nous réalisons des journées de randonnées de 5 heures à 6 heures 30 minutes de marche effective.

Les dénivelés effectués sont en moyenne de 900 mètres en positif comme en négatif.

Les distances effectuées sont en moyenne de 15 km.

Nous évoluerons sur des sentiers balisés ou non, peu accidentés et sans passage vertigineux. Aucun matériel spécifique n'est demandé.

En préparation à ce séjour, il est nécessaire de s'entretenir physiquement pour profiter pleinement de votre voyage ; réaliser au minimum deux sorties par semaine d'au moins deux heures chacune, si possible sur des sentiers accidentés avec du dénivelée, ou pratiquer une activité sportive de 2 à 3 heures par semaine.

## **Hébergement / Restauration**

L'établissement dans lequel nous logerons est un gîte d'étape en chambre double. Situé au cœur du village de Ceillac. Idéalement situé.

Supplément chambre individuelle : 18 €/chambre

Les draps housse, couvertures et taies d'oreillers sont compris.

Nous aurons accès au restaurant pour les petits-déjeuners et les dîners.

Concernant les repas de midi, ils sont fournis par l'accompagnateur. Prévoir de donner vos particularités alimentaires si nécessaire.

### Transferts internes

Les transferts sont effectués en minibus 9 places loué par votre accompagnateur pour la durée du séjour, du lieu de rendez-vous au lieu de dispersion.

### Prix du séjour

**650 € / personne**

### Dates du séjour

**07 au 12 août 2023**

### Le prix comprend

- L'encadrement par un Accompagnateur en Montagne diplômé d'Etat,
- L'hébergement en gîte d'étape en chambre double
- La pension complète du pique-nique du midi du Jour 1 au pique-nique du midi du Jour 6,
- Les transferts en minibus aller-retour pour rejoindre les points de départ / arrivée de la randonnée.
- Le transport en véhicule depuis notre point d'accueil à J1 jusqu'au point de dispersion à J6.

### Le prix ne comprend pas

- Le déplacement aller / retour de votre domicile au point d'accueil / dispersion du séjour,
- Les boissons et les achats personnels,
- Le supplément chambre individuelle,
- Les assurances,
- Les frais de dossier d'AEMV de 15 € / bulletin d'inscription
- Tout ce qui n'est pas mentionné dans la rubrique « le prix comprend ».

### Equipeement et Matériel individuel à prévoir

Vous aurez deux sacs pour ce séjour. Le premier étant celui qui restera au gîte dans votre chambre, et le second, plus léger, que vous porterez pendant les randonnées.

### Les vêtements

- Chaussettes de trek (synthétique et/ou laine mérinos)
- Sous-vêtements respirants (à séchage rapide)
- Une paire de gants imperméable
- Chapeau, casquette ou buff
- Bonnet
- Pantalon de trek
- Veste imperméable, coupe-vent et respirante (type Goretex)

AEM VOYAGES

Maison des Parcs et de la Montagne – 256, rue de la République - 73000 CHAMBERY

04.79.70.41.59 - aemvoyages@lesaem.fr

RC pro MMA Oullins 69921 police 120169230 - Garantie financière Groupama contrat 4000716094/1

IM073180011 - SIRET 837 504 711 000 16

Médiateur de la Consommation & Patrimoine - 12 Square Desnouettes - 75015 Paris - <https://mcpmediation.org/>

- Veste polaire
- Vêtement de pluie (cape ou veste imperméable)
- Surpantalon imperméable

### **Matériel technique**

- Chaussures imperméables à semelle offrant une bonne adhérence (type Vibram, Michelin ou Contagrip)
- Lunettes de soleil (indice de protection 3 minimum)
- Gourde(s) ou poche à eau (contenance d'un litre et demi minimum)
- Sac de randonnée robuste d'une contenance de 40 litres minimum

### **Matériel divers**

- Prévoir un duvet ou un drap sac pour le couchage
- Trousse à pharmacie (anti-inflammatoire, antalgiques, désinfectant, pansements, anti-diarrhéique, plus vos éventuels traitements personnels)
- Boîte pour le pique-nique (type tupperware) avec fourchette, cuillère et verre individuel.
- **Ordonnance obligatoire si traitement médical en cours.**

### **Formalités et Assurances**

- Carte d'identité en cours de validité
- Carte vitale ou carte européenne d'assurance maladie pour un séjour dans l'UE / EEE ou en Suisse
- Assurance Responsabilité civile : chaque participant doit être couvert en RC dans le cadre d'une activité randonnée à titre de loisirs
- **L'assurance assistance / rapatriement est obligatoire.** Une assurance annulation est fortement conseillée. Si vous n'en possédez pas, AEM VOYAGES vous propose un contrat Europ Assistance comprenant l'assistance / rapatriement, l'assurance annulation et interruption du séjour et bagages et effets personnels.

### **Informations COVID-19**

**L'ensemble des prestations du séjour s'effectue dans le strict respect de la réglementation et des mesures sanitaires en vigueur aux dates du séjour et sur le lieu du séjour.**

### **Pour en savoir plus**

Pour toutes questions supplémentaires, je suis joignable :

sur mon téléphone mobile **06 72 85 3033** ou sur mon mail : **nicolasparis210@gmail.com**

**N° Séjour : AEMV230184**  
(à rappeler à chaque correspondance)

**CADRE RESERVE A AEMV**