



Fugues en Montagne
24, impasse du Cancel - 05100 Cervières
07.64.42.99.65
contact@fuguesenmontagne.com

Été 2023

La Clarée grandeur nature
séjour en itinérance de refuge en refuge
6 jours de randonnées 5 nuits



Dans ce petit coin de montagne, la nature s'exprime librement, l'eau, abondante, a transformé cette vallée en un vaste oasis. Qu'elle soit sous forme de ruisseaux, torrents impétueux, lacs impassibles, l'eau fraîche et cristalline irrigue les forêts et les pâturages. La vie est partout, la biodiversité s'épanouit sans entrave, les fleurs rivalisent de couleurs et de formes permettant aux papillons de prospérer tout comme bon nombre d'insectes qui s'affairent en tous sens. Il n'est pas impossible de rencontrer des espèces assez rares comme le gypaète ou le lagopède et tant d'autres encore. Alors venez prendre un véritable bol de nature dans cette magnifique vallée de la Clarée.

LES PLUS DE VOTRE SÉJOUR

- un patrimoine naturel particulièrement riche
- une météo clémente
- une cuisine de qualité dans les refuges
 - des paysages variés entre pelouse d'altitude et falaises dolomitiques

- deslacs à chaque balade

PROGRAMME

Jour 1 : Montée dans le Vallon de Cristol

Rendez-vous à Névache le premier jour à 9h30 et c'est parti pour une première montée sur un versant frais et ombragée, avant d'atteindre un des nombreux vallons suspendus d'origine glaciaire. Après avoir contourné le magnifique lac de Cristol, on atteint un sommet arrondi au bout de la crête de l'Echaillon à plus de 2600 m d'altitude, le panorama en direction du Queyras et du Viso est splendide. Descente vers notre premier refuge : Buffère.

dénivelé : 1050 m Temps de marche : 5h30

Jour 2 : Les crêtes du Chardonnet

Direction le col de Buffère, promontoire idéal pour observer les géants des Ecrins. Ce décor de rêve nous suit sur le sentier en balcon que nous empruntons du côté de la vallée de la Guisane. Arrivés aux crêtes du Chardonnet, nous restons sur cette ligne qui sépare les deux vallées jusqu'au pic du Demi à plus de 2800 m d'altitude avant de descendre sur le refuge du Chardonnet où nous attendent une délicieuse bière et autres sucreries maison à consommer avec ou sans modération...

dénivelé : 1035 m - Temps de marche : 5h40

Jour 3 : Le tour des Cerces

L'itinéraire de ce jour nous amène tout d'abord au col du Chardonnet à proximité d'une ancienne mine de graphite à plus de 2600 m d'altitude ! La suite du parcours s'effectue à flanc de montagne jusqu'au col de la Ponsonnière. La descente jusqu'au lac des Béraudes est assez douce, contrastant avec les aiguilles dolomitiques qui nous dominent. La montée au col des Béraudes nous permet de dominer le lac Rond et le lac du Grand Ban et la descente sur le refuge des Drayères se fait en longeant les premiers ressauts de la rivière qui a donné le nom à cette somptueuse vallée : la Clarée.

dénivelé : 850 m - Temps de marche : 5h45

Jour 4 : Le Mont Thabor

Au menu du jour : un sommet mythique du secteur, le Mont Thabor à plus de 3100 m d'altitude. Mais avant cela, il nous faut traverser le vallon des Muandes, ses nombreux lacs et son col. A partir de là, l'itinéraire se fait plus alpin jusqu'au col de la Chapelle avant de gravir la dernière pente jusqu'au sommet tant désiré. Le sentier que nous suivons jusqu'au refuge du Thabor nous permet d'admirer les nombreuses aiguilles et falaises du secteur tout en empruntant des vallons paisibles et verdoyants.

dénivelé : 1150m - Temps de marche : 6h00

Jour 5 : Le pic du lac Blanc

Cette fois nous débutons par une descente jusqu'à l'entrée de la vallée Étroite qui, suite à la deuxième guerre mondiale, a été confisquée par la France à l'Italie. Le sentier repart à l'assaut des sommets jusqu'au col du Vallon puis l'itinéraire se fait plus sauvage jusqu'au sommet du pic du lac Blanc. S'ensuit une descente parsemée de lacs jusqu'au refuge de Ricou. Et la vue sur les Ecrins en toile de fond tout au long de la descente !

dénivelé : 1070 m - Temps de marche : 5h30

Jour 6 : La crête de Mome

Cette dernière randonnée nous mène au sommet de la crête de Mome en suivant un très bel itinéraire dans les pelouses alpines du versant sud de la vallée de la Clarée. Au sommet, nos yeux se délectent une dernière fois de la vue sur ce petit pays des Hautes Alpes. Nous basculons dans le vallon du Vallon pour revenir tranquillement à Névache pour la fin de cette belle aventure.

dénivelé : 850 m - Temps de marche : 4h30

IMPORTANT : nous nous réservons le droit de modifier le programme quelles qu'en soient les raisons (conditions météorologiques, condition physique et niveau technique des participants, coups de cœur de l'accompagnateur...). Ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt : pour votre sécurité et pour rendre votre séjour le plus agréable possible.



FICHE PRATIQUE

ATTENTION : aucun véhicule ne pourra monter vos bagages aux refuges durant la semaine, vous devrez donc vous équiper du strict nécessaire afin d'alléger au mieux votre sac.

Les refuges de la Clarée sont tous équipés de douches, de crocs et de couettes (il est indispensable cependant de se munir d'un sac à viande)

ACCUEIL

Nous vous donnons rendez-vous à 9h30 au parking de la ville haute à Névache devant la fontaine.

Arrivée en train :

La principale source de pollution aux particules fines dans nos montagnes est la combustion des énergies fossiles engendrée par les voitures notamment lors des chassés-croisés des vacanciers.

C'est pourquoi nous mettons tout en œuvre pour vous accueillir en gare de Briançon.

Gare SNCF de Briançon :

Par le nord, sur la ligne Paris-Lyon-Valence-Briançon ou Grenoble-Gap-Briançon

- les trains de jour : TGV puis TER

- le train de nuit direct à partir de Paris-Austerlitz est le plus pratique pour les

personnes venant du nord de la France.

Par le sud, sur la ligne Marseille-Briançon (TER)

Gare SNCF de Modane :

TGV Paris-Modane sur la ligne Paris-Turin-Milan puis autocar Modane-Briançon (informations, tarifs et réservations sur [ZOU!](#)).

Arrivée en voiture :

Par le nord : Grenoble - Col du Lautaret - Briançon - Névache

Par le sud : Valence ou Sisteron - Gap - Embrun - Briançon - Névache Par l'Italie :

Chambéry - Tunnel du Fréjus - Col de Montgenèvre - Briançon - Névache

Important!

Le tunnel du Fréjus est payant. Si vous pensez revenir par le même itinéraire, prenez un aller et retour valable 7 jours (informations et tarifs sur www.sftrf.fr).

PARKING

Vous pourrez stationner toute la semaine sur un parking gratuit au départ du

séjour. [Navette](#) :

Pour ceux qui arrivent en train et désirent bénéficier de notre service gratuit de navette, nous vous donnons rendez vous le jour 1 à 8h30 en gare de Briançon, sur le parking se trouvant à droite en sortant du hall. Merci de nous prévenir à l'avance.

Si l'horaire d'arrivée de votre train ne correspond pas à celui de la navette, pour vous rendre à Névache, vous devrez faire appel à un taxi. Nous vous conseillons de contacter Transalp Taxi au 06.81.69.88.39. ou Serre Che taxi au 06.08.99.20.28

DISPERSION

Le séjour se termine le jour 6 à l'issue de la dernière balade, aux alentours de 15h30. Nous prendrons le temps d'un verre pour des adieux déchirants.

Retour en train :

Notre navette gratuite vous déposera en gare de Briançon à 16h30 au plus tard

HÉBERGEMENT AVANT OU APRES LE SEJOUR

A Briançon :

- Hôtel** La Pension Saint-Antoine - 04.92.21.04.52 - www.hotel-saint-antoine-briancon.fr
- Hotel** de Paris - 04.92.49.97.50 - limelou.hdp@gmail.com
- Gîte chez Dominique - contact@dominiquechabal.com

A Névache :

- Gîte de la Découverte - Ville Basse 04.92.21.18.25 -
<https://www.la-decouverte.com/contact/>

FORMALITÉS

Formalités santé :

Pour connaître les mesures COVID en vigueur dans nos séjours, consultez la page Infos COVID sur notre site internet. Ce sont les conditions du moment, nous ne manquerons pas de vous informer si elles devaient évoluer.

Formalités passeport et visa :

Durant la randonnée vous devez être en possession des documents suivants :

- carte nationale d'identité ou passeport en cours de validité et carte vitale - le dépliant de votre assurance voyage "MMA Assistance" reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nous) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).

NIVEAU ▲ ▲ ▲

Nous gravirons de 850 à 1150 mètres de dénivelé et marcherons de 4h30 à 6h00 quotidiennement. Nous sortirons assez souvent des sentiers pour évoluer dans des secteurs sauvages de la vallée mais aucun passage ne présente véritablement de difficultés techniques.

Votre accompagnateur(trice) s'adapte au niveau et à l'ambiance du groupe pour proposer des itinéraires plus tranquilles ou, au contraire, plus sportifs. Les premiers de cordée encouragent les suivants dans une ambiance toujours bon enfant.

Ce séjour nécessite une assez bonne condition physique, en effet l'enchaînement de dénivelé égal ou légèrement supérieur à 1000 m, durant 6 jours, peut entraîner une certaine fatigue et ainsi ôter le plaisir aux personnes les plus justes physiquement. Il est donc vivement conseillé d'arriver préparé à ce circuit en pratiquant régulièrement une activité physique du type marche, running, vélo ou autre.

HÉBERGEMENT

Les refuges de la Clarée sont situés en moyenne montagne à une altitude maximum de 2500 m, ils sont souvent confortables avec des dortoirs de 4 à 6 personnes, des douches, des repas de qualité.

RESTAURATION

Tout au long du séjour, nos hébergeurs nous concocteront une cuisine soignée et adaptée aux efforts sportifs.

- Le petit déjeuner : copieux bien évidemment !

- Le pique-nique : salades composées, fromages et charcuterie... vous devriez tenir jusqu'au goûter!

La pause pique-nique sera l'un des moments forts de ce séjour en termes de partage et de convivialité. Pourquoi n'en profiterions-nous pas pour déguster quelques spécialités culinaires de votre région que vous aurez prissoin d'apporter dans vos bagages.

- Le dîner : après le potage aux légumes, un féculent accompagnera le plat principal. Les desserts maison nous offriront une dernière fête des papilles.

GROUPE

Le groupe sera composé de 6 à 8 personnes.

Si le groupe ne se compose que de 5 personnes, avec l'accord de tous et moyennant un supplément de 55 €/personne, nous sommes en mesure d'assurer le séjour.

ENCADREMENT

Par un membre de Fugues en montagne, accompagnateur(trice) en montagne passionné et connaissant bien la vallée. Votre accompagnateur(trice) sera systématiquement équipé d'une radio (pour appeler les secours en cas de besoin), d'une trousse de premiers soins et d'une paire de jumelles.

TRANSFERTS INTERNES

Les transferts seront effectués à la seule force de vos guiboles, pas une voiture ne viendra perturber notre semaine.

PORTAGE DES BAGAGES

Attention: portage sur votre dos toute la semaine

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

La météo estivale en montagne se caractérise par un climat chaud et sec, cependant rappelez-vous qu'un coup de froid, voire de la neige ne sont pas à exclure. Si vous avez vraiment besoin d'investir dans du textile technique à l'occasion d'un séjour avec nous, nous vous conseillons d'adopter des vêtements en fibres naturelles (laine de mérinos), chauds, respirant et sans mauvaises odeurs de transpiration.

Pour la journée :

- pensez à prendre un tupperware et des couverts pour le pique nique - un sac à

dos de taille moyenne (35 litres minimum) pour les affaires de la journée (gourde, vêtements chauds, jumelles, appareil photo...) et le pique-nique - un sur-sac pour protéger les affaires en cas de pluie

- des sous-vêtements chauds et respirants, de préférence en mérinos - des pantalons légers et, éventuellement, un sur-pantalon imperméable - des shorts
- un pull léger et respirant en mérinos ou polaire
- une doudoune pas trop épaisse pour les froids plus intenses
- un coupe-vent de type Gore-Tex ou Kway
- des chaussures de randonnées montantes ou basses selon votre habitude - une paire de guêtres
- un bonnet
- une casquette ou un chapeau pour vous protéger du soleil
- une paire de gants fins
- une gourde isotherme de préférence (1,5 litres minimum)
- un couteau de poche
- une paire de lunettes de soleil très protectrices
- un tube de crème solaire et un stick à lèvres très protecteurs
- une pochette étanche pour transporter vos documents importants - facultatif : un appareil photo, une paire de jumelles...

Pour la soirée :

- 2 à 3 paires de chaussettes
- des vêtements de rechange
- une pharmacie, avec le nécessaire pour soigner la bobologie quotidienne. Pensez aux éventuels soins des pieds (double peau, bande en élastoplaste et pansements) et, bien sûr, à vos traitements personnels.
- **Attention, le nécessaire de toilette et les serviettes ne sont pas fournis par les refuges**

PRIX DU SÉJOUR

Pour connaître les dates programmées, veuillez consulter la page du séjour sur notre site internet, onglet Dates et Prix.

640 euros / personne

ASSURANCE ET ASSISTANCE

Elles sont facultatives, mais nous sommes tenus de vous les proposer. Lors de la réservation de votre séjour, vous pouvez souscrire à une Assurance annulation - perte de bagages - interruption de séjour et/ou à une Assistance rapatriement.

Leur montant est calculé en fonction du prix du séjour. Elles doivent être réglées en totalité dès la réservation. Vous pouvez télécharger les contrats détaillés sur notre site, nous les joindrons à votre confirmation d'inscription.

Vous êtes peut-être déjà couverts par vos propres assurances, en particulier si vous réglez votre séjour par carte bancaire. Renseignez-vous auprès de votre assureur et de votre banquier.

MODALITES DE PAIEMENT

Si votre réservation intervient plus de trois semaines avant la date de départ, vous commencez par régler un acompte d'un montant équivalent à 30% du prix du séjour.

Le solde restant devra ensuite être réglé, au plus tard, trois semaines avant la date de départ.

Si votre réservation intervient moins de trois semaines avant la date de départ, vous réglez directement la totalité du prix du séjour.

LE PRIX COMPREND

- la pension complète avec pique-nique à partir du pique nique du jour 1 jusqu'au pique nique du jour 6
- la taxe de séjour,
- 6 journées d'encadrement par un-e professionnel-le diplômé-e [LE](#)

PRIX NE COMPREND PAS

- l'assurance annulation (3,5% du prix du séjour)
- l'assistance rapatriement (1,5% du prix du séjo
- ur)
- les boissons et dépenses personnelles
- le supplément pour 1 groupe de 5 personnes le cas échéant

POUR EN SAVOIR PLUS

CARTE

- IGN Top 25 : 3535 OT – Névache, Mont Thabor, Cols du galibier et du Lautaret

LIVRE

“*Une soupe aux herbes sauvages*”, d’Emilie Carles, relate l’itinéraire mouvementé d’une femme engagée dans de nombreux combats, avec comme décor les montagnes des Alpes du sud, notamment la vallée de la Clarée où se situe notre séjour.



FUGUES EN MONTAGNE

24, impasse du Cancel - 05100 Cervières

07.64.42.99.65

contact@fuguesenmontagne.com - www.fuguesenmontagne.com

SIRET : 905 341 368 00017 / APE : 9499Z / TVA intracommunautaire : FR60905341368

Association de tourisme Affiliée à l'APRIAM - 73800 Porte de Savoie

Immatriculation Atout France - 79/81 rue de Clichy - 75009 Paris - n°IM 073.10.0023

Garantie financière : Groupama assurance - 5, rue du centre - 93199 Noisy le Grand - 01.49.31.31.31 - Contrat n°4000713451/0

Responsabilité civile et professionnelle : Mutuelles du Mans - 14, Bd marie et Alexandre Oyon 72030 Le Mans - Police A3.056.234

Méiateur de la consommation : Société Médiation Professionnelle - 24, rue Albert de Mun - 33000 Bordeaux

<http://www.mediateur-consommation-smp.fr>