

ETE 2024

## **GRANDE TRAVERSEE DES ALPES : DE BRIANCON A LA MER**

**Randonnée pédestre accompagnée en itinérance  
12 Jours / 11 Nuits / 12 Jours de marche**

*Les Alpes de lumière par des sentiers peu fréquentés, révélant des montagnes renommées, au cœur du Queyras, de l'Ubaye et du Mercantour. En itinérance, cette longue immersion en pleine nature se nourrit de belles rencontres humaines, dans des refuges du bout du monde (La Blanche, Larche, Merveilles, Vens), de surprenantes apparitions animales lorsque bouquetins, chamois, et autres gypaètes animeront le parcours, ou de "merveilleuses" visites telles que les gravures rupestres. Les hameaux et villages parcourus invitent à goûter la douceur méridionale et observer les traditions architecturales. Cette traversée mémorable concentre le meilleur des Alpes du Sud et relie la plus haute ville d'Europe à la Méditerranée.*

# **PROGRAMME**

## **JOUR 01 : Briançon - Col des Malrif (2830 m) - Abriès (1780 m)**

Rendez-vous à 8 h 30 devant la gare SNCF de Briançon. Vous devrez être en tenue de marche (habillement + sac à dos de la journée), prêts à partir directement en randonnée. Transfert aux fontons de Cervières (30 min, 20 km). En remontant le torrent Pierre-Rouge et en franchissant le col des Malrif, nous quittons le Briançonnais. Puis nous descendons dans le parc naturel du Queyras en passant au lac du Grand Laus, jusqu'au petit village d'Abriès.

Hébergement : gîte. Repas inclus : midi, soir. Repas libre : matin. Transfert : 30 min, 20 km.

## **Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

14 km, +800 m -1400 m, 5h30 de marche

## **JOUR 02 : Col Vieux (2806 m) - Refuge de la Blanche (2499 m)**

Court transfert à L'Echalp (15 min, 7 km). Nous remontons le torrent de Bouchouse et passons aux lacs Egorgéou (2394 m) et Foréant (2618 m). Nous atteignons le col Vieux (2806 m) puis, par une grande traversée, nous rejoignons le col de Chamoussière (2884 m). Descente et nuit au refuge de la Blanche (2499 m).

Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : 15 min, 7 km.

## **Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

15 km, +1350 m -600 , 6 h de marche

## **JOUR 03 : Col Blanchet (2897 m) - Maljasset**

Nous contournons l'impressionnante Tête des Toillies (3175 m) par les cols Blanchet (2897 m) et du Longet (2650 m) pour rejoindre le hameau de Maljasset. Au col Blanchet, possibilité de rejoindre le col Longet par l'itinéraire d'hiver en évitant la descente jusqu'au lac Bleu.

Hébergement : gîte. Repas inclus : matin, midi, soir.

## **Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

16 km, +500 m, -1050 m, 6 h de marche

## **JOUR 04 : Fouillouse (1900 m) - Col du Vallonet (2524 m) - Larche (1660 m)**

Transfert à Fouillouse (20 min, 10 km). Nous remontons le vallon verdoyant du Riou de Fouillouse, dominé par l'imposante tête de la Courbe (3019 m), jusqu'au col du Vallonet. Ce col offre une vue imprenable sur la Rocca Bianca (3193 m) et permet d'accéder à un vallon suspendu qui rejoint le col de Mallemort (2558 m). De ce dernier, nous descendons directement sur le petit village frontalier de Larche.

Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : 20 min, 10 km.

## **Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

14 km, +800 m, -1000 m, 6h30 de marche

## **JOUR 05 : Pas de la Cavale (2671 m) - Refuge de Vens (2366 m)**

Court transfert au col de Larche, puis nous remontons la superbe vallée de l'Ubayette jusqu'à la cabane Donnadiou, pour arriver au lac du Lauzanier (2284 m). La dernière montée dans la rocaïlle jusqu'au pas de la Cavale (2671 m) est ardue, mais nous sommes récompensés par la vue depuis le col. Nous rejoignons ensuite le pas de Morgon (2745 m), pour enfin redescendre



sur le refuge de Vens.

Hébergement : refuge. Repas inclus : matin, midi, soir.

**Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

22 km, +1500 m -850 m, 7h30 de marche

**JOUR 06 : Crêtes des Babarottes (2509 m) - Saint-Etienne-de-Tinée (1160 m)**

Nous longeons les lacs de Vens et montons à la crête des Babarottes (2509 m). Le sentier de l'Energie nous mène jusqu'à l'adret de Ténibre, avant de descendre sur Saint-Etienne-de-Tinée.

Hébergement : gîte. Repas inclus : matin, midi, soir.

**Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

12 km, +300 m -1400 m, 6h de marche

**JOUR 07 : Col de Mercière (2342 m) - Boréon (1497 m)**

Transfert à Isola 2000 (35 min, 30 km). Nous franchissons ensuite le col de Mercière (2342 m). Par un sentier en balcon sous la pointe des Colombrons, nous rejoignons le col de Salèse (2031 m), avant de descendre jusqu'au Boréon.

Hébergement : gîte. Repas inclus : matin, midi, soir. Transfert : 35 min, 30

**Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

14 km, +300 m -1000 m, 6h30 de marche

**JOUR 08 : Madone de Fenestre (1908 m) - Baisse de Prals (2335 m) - Saint-Grat (1620 m)**

Du Boréon, nous franchissons le pas des Roubines et poursuivons par un beau parcours en crête qui nous conduit au refuge de la Madone de Fenestre. Nous passons par les lacs de Prals, nichés au cœur d'un ancien cirque glaciaire. Descente dans la vallée de la Gordolasque, aux portes du parc national du Mercantour.

Hébergement : gîte. Repas inclus : matin, midi, soir.

**Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

17 km, +1200 m -1100 m, 7h30 de marche

**JOUR 09 : Pas de l'Arpette (2511 m) - Vallée et Refuge des Merveilles (2111 m)**

Nous rejoignons la célèbre vallée des Merveilles par le pas de l'Arpette et en traversant les vallons où des hommes de l'âge du bronze ont laissé leurs traces.

Hébergement : gîte. Repas inclus : matin, midi, soir.

**Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

19 km, +900 m -400 m, 4h de marche

**JOUR 10 : Cime (2685 m) ou Pas du Diable (2436 m) - Col de Turini (1600 m)**

C'est en passant par la cime ou le pas du Diable, puis par les crêtes de l'Authion, que nous rejoignons le col de Turini. Les nombreux forts militaires témoignent d'un passé tumultueux dans cette région alpine.

Hébergement : gîte. Repas inclus : matin, midi, soir.



**Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

14 km, +700 m -930 m, 5h30 de marche

**JOUR 11 : Mangiabo (1821 m) - Sospel (350 m)**

Belle descente vers la Méditerranée et le pays des oliviers, en passant par les crêtes et en respirant les effluves des plantes aromatiques, au son des cigales, jusqu'au village de Sospel.

Hébergement : gîte. Repas inclus : matin, midi, soir.

**Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

20 km, +200 m -1550 m, 6h de marche

**JOUR 12 : Col du Razet (1032 m) - Castellar (350 m) - Menton**

Nous effectuons notre dernière montée au col du Razet (1032 m), d'où l'on aperçoit enfin la mer Méditerranée. Puis descente jusqu'au village de Castellar et transfert à la gare de Menton. Possibilité de baignade si le temps le permet. Séparation et fin du séjour vers 15 heures à Menton.

Repas inclus : matin, midi. Repas libre : soir.

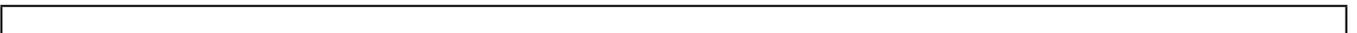
**Nous vous proposons d'être reconduit par notre chauffeur à Briançon le jour-même avec le guide, juste après la dispersion. Service gratuit mais limité à 7 participants, demandez à votre conseiller lors de votre inscription.**

**Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique**

12 km, +700 m -650 m, 5h de marche

**COMPLEMENT DE PROGRAMME**

Les temps de marche (ou autre activité) sont donnés à titre indicatif et peuvent varier en fonction de plusieurs éléments (ex : conditions météorologiques, état du terrain...). Les temps de transferts peuvent également varier suivant la condition des routes et de la circulation. Si nécessaire (ex : conditions climatiques, aléas aériens, décision des autorités locales), nous pouvons aussi être amenés à adapter le programme pour le bon déroulement de votre voyage et dans l'intérêt des participants.



# **FICHE PRATIQUE**

## **ACCUEIL**

Rendez-vous le Jour 01 à 8 h 30 devant la gare SNCF de Briançon.

### **Arrivée en voiture**

#### **Rejoindre Briançon :**

- Depuis Paris/Lyon/Grenoble :

Via le col du Lautaret par la RD1091. En vérifiant l'ouverture de la route sur : [www.inforoute05.fr/wir3/circulation.html](http://www.inforoute05.fr/wir3/circulation.html)

Via le tunnel de Fréjus : A43 direction Turin-Milan, puis Oulx, Cesana, Monginevro, Francia pour Briançon. (comptez environ 20 € de péage)

- Depuis Marseille/Aix-en-Provence : A51 direction Gap jusqu'au péage de la Saulce, puis Tallard, Briançon par RN94.

Parking : vous pourrez laisser votre voiture sur le parking de la gare SNCF de Briançon pour la durée de votre séjour. Ce parking est gratuit et non gardé.

#### **De Menton à Briançon :**

- Nous vous proposons d'être ramené par notre chauffeur à Briançon le J12 avec le guide, juste après la dispersion (15h environ). Service gratuit mais limité à 7 participants, demandez à votre conseiller lors de votre inscription.

### **Arrivée en train**

Gare SNCF de Briançon.

## **DISPERSION**

Le dernier jour vers 15h à Menton.

Nous vous proposons d'être reconduit par notre chauffeur à Briançon le jour-même avec le guide, juste après la dispersion. Service gratuit mais limité à 7 participants, demandez à votre conseiller lors de votre inscription.

## **FORMALITES**

- Pour les ressortissants français, belges, luxembourgeois et suisses : carte nationale d'identité ou passeport valide, et couvrant la durée du séjour.

Pour les personnes majeures de nationalité française, les cartes nationales d'identité délivrées entre le 2 janvier 2004 et le 31 décembre 2013 sont encore valables 5 ans après la date de fin de validité indiquée au verso.

- Pour les ressortissants canadiens : passeport valide 3 mois après la sortie prévue de l'espace Schengen (visa inutile pour un séjour inférieur à 90 jours).
- Pour les autres nationalités, veuillez vous renseigner auprès des autorités consulaires françaises dans votre pays. Les passeports doivent être en parfait état (pas de taches, agrafes, trombones, marques, déchirures...).

## **NIVEAU**

(En moyenne) marche de 6 heures par jour sur sentier et hors sentier et/ou 700 à 1 000 mètres de dénivelée positive environ et/ou 15 à 18 kilomètres. Possibilité de passages en altitude.

## **HEBERGEMENT**

Gîtes et refuges gardés, en dortoirs ou chambres collectives. Chambre individuelle non disponible sur ce séjour.



**NB :** Possibilité de disposer de chambre « confort » au col de Turini (supplément à prévoir et à réserver à l'inscription) : chambre double à quadruple avec salle de bain privative. Idéale pour un couple ou plusieurs participants se connaissant bien. Pas de possibilité de chambre individuelle.

- vous souhaitez arriver la veille ou prolonger votre séjour, nous pouvons vous réserver des nuits supplémentaires à Briançon ou à Menton. A réserver à l'inscription. Voir notre rubrique "Services plus".

### **Les repas**

- Les pique-niques sont préparés par votre accompagnateur.
- Les dîners et les petits déjeuners sont pris à l'hébergement.
- Un sachet de vivres de course est remis à chaque participant au début du séjour (fruits secs, biscuits, barres énergétiques).

Le pique-nique tient une place importante dans une journée de randonnée. Sain et équilibré, il permet de reprendre des forces avant de poursuivre l'étape du jour. La dégustation de produits locaux est une ouverture sur les traditions et la culture régionale, et puis c'est avant tout un moment d'échange convivial.

## **TRANSFERTS INTERNES**

Transferts en minibus privatif ou cars locaux.

## **PORTAGE DES BAGAGES**

Vous portez uniquement vos affaires de la journée ainsi que le pique-nique, sauf pour les J 2, J 5, J 9. Le reste de vos affaires sera acheminé par véhicule. Vous dormez plusieurs nuits dans un refuge (J 2, J 5 et J 9) non accessible en véhicule. Vous devez donc emporter vos affaires de rechange pour un soir. Vous retrouverez vos bagages à l'étape suivante.

**NB :** *le J3 à Maljasset, vos bagages seront déposés dans un local à 50 mètres du gîte. Chacun devra y récupérer son propre bagage (et l'y redéposer lors du départ) car la configuration des lieux ne permet pas à nos transporteurs de les acheminer aisément dans le gîte.*

## **GROUPE**

De 5 à 14 participants.

## **ENCADREMENT**

Vous serez encadré par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat.

## **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

### **Votre pharmacie individuelle**

Pensez à vous munir d'une pharmacie individuelle contenant notamment vos médicaments personnels et la liste suivante que nous vous recommandons (à valider avec votre médecin). En sus, pour les séjours encadrés, votre guide disposera d'une trousse de secours.

- Des antalgiques.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un anti-diarrhéique
- Un désinfectant, des pansements (tailles variées) et des « double peau »
- Une couverture de survie

### **Votre équipement**



L'ensemble de vos affaires est réparti entre un sac à dos porté pendant la marche et un sac de voyage avec cadenas transporté par l'équipe logistique sur place.

### **Equiperment de base**

- Des sous-vêtements respirants (séchage rapide).
- Une veste en polaire type Polartec (si possible coupe-vent) ou Wind Pro (excellent rapport poids/isolation).
- Une veste imperméable et respirante type Goretex.
- Des pantalons de trek.
- Des tee-shirts manches courtes et/ou longues, légers et respirants.
- Un collant thermique.
- Un short en tissu léger, séchant rapidement.
- Un bonnet.
- Une casquette ou un chapeau.
- Des lunettes de soleil (indices au 3 minimum, 4 pour la haute montagne).
- Une paire de gants.
- Une cape de pluie.
- Une gourde (2 litres minimum, ou poche à eau, pipette).
- Une boîte hermétique (type Tupperware) et des couverts pour les repas de midi.
- Un gobelet en plastique.
- Un couteau de poche.
- Un maillot de bain et serviette de bain (baignade sous votre responsabilité).
- Une pharmacie individuelle réduite au minimum.
- Une couverture de survie.

### **Chaussures et matériel technique**

- Des chaussures imperméables, à tige montante et semelle offrant une bonne adhérence, type Contagrip ou Vibram.
- Une lampe frontale.
- Des bâtons de marche télescopiques (facultatifs).

### **Bagages**

- Un sac à dos équipé de bretelles larges et d'une armature anatomique réglable, d'une contenance de 30 à 40 litres, pour vos affaires de la journée.
- Un sac de voyage souple (un seul par personne, maximum 15 kg), transporté par véhicule. Couchage
- Un drap sac, des couvertures ou couettes sont fournies dans les hébergements.

### **Divers**

- Des vêtements de rechange.
- Une paire de lacets de rechange.
- Une trousse de toilette et une serviette de toilette.
- Du papier-toilette.
- Un survêtement ou similaire pour la nuit.
- Quelques sachets plastique pour protéger vos affaires.
- Une aiguille et du fil.
- Si l'envie vous en dit, une spécialité de votre région à partager avec les autres participants.
- Une pochette antivols, à garder toujours sur soi avec vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance, d'assistance.



# **DATES ET PRIX**

## **LE PRIX COMPREND**

- L'hébergement tel que décrit.
- La pension complète.
- Le transport des bagages (sauf J 2, J 5, J 9).
- Les transferts prévus au programme.
- Les vivres de course remis dans un sac individuel.
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat.

## **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les nuits supplémentaires.
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "Le prix comprend".



# **PARTENARIAT**

## **Raidlight Vertical**

Pour vos équipements et votre matériel, Randhorizons fait confiance à notre fournisseur local installé en Chartreuse : RAIDLIGHT VERTICAL.

Bénéficiez de **20%** de réduction avec le code **RANDHORIZONS2023**. Rendez-vous sur le site internet [www.raidlight.com](http://www.raidlight.com) .



# **RESEAU**

## **Vagabondages**

**VAGABONDAGES est un réseau de spécialistes de la randonnée et des vacances actives non motorisées unis par une même éthique professionnelle. Signataires de la présente charte, ils s'engagent :**

- À assurer directement, ou en priorité par l'intermédiaire du réseau VAGABONDAGES, l'organisation des séjours qu'ils proposent,
- À offrir un encadrement professionnel compétent spécialiste du milieu ou du thème abordé,
- À constituer des groupes de dimension humaine, et valoriser, à travers leurs formules, l'authenticité et la convivialité de leur terroir d'ancrage ou de passion,
- À respecter l'environnement et les patrimoines historique, culturel et humain rencontrés dans l'exercice de leur profession,
- À honorer leurs engagements contractuels dès acceptation d'une inscription, tant sur le plan des prix que sur celui de la qualité des prestations, à prendre en compte vos remarques et suggestions, notamment par la remise systématique d'un questionnaire de satisfaction, dans un souci constant de perfectionnement de la qualité des séjours.

