



Les balcons du Queyras en liberté

Invitation à la raquette dans le "grand blanc", au sein de la plus haute vallée habitée d'Europe et sous le soleil des Alpes du Sud. Bastion isolé, inséré en territoire italien, le Queyras se métamorphose dès la fin de l'été. Tout devient plus calme, les animaux revêtent leur pelage d'hiver et les cheminées fument dans les villages. Nous vous proposons une découverte hivernale du Parc Naturel Régional du Queyras, mêlant confort des hébergements au cœur des hameaux et villages typiques du massif à la douceur et sécurité des étapes sur des itinéraires adaptés. De quoi profiter au mieux du plaisir de la randonnée en liberté et en raquette.

PROGRAMME

J1 - Prat Haut - La Chalp

Rendez-vous à la gare de Montdauphin-Guillestre et transfert à Prat Haut (nous communiquer à l'avance votre heure précise d'arrivée). Information sur les consignes de sécurité en milieu enneigé (cette information pourra vous être délivrée le lendemain matin en fonction de votre heure d'arrivée le premier jour). Préparation du matériel, explications du circuit puis départ pour une petite étape de mise en jambes. Descente dans la vallée des Aigues vers le village abandonné de Serre Chabrand. Vous traversez le hameau typique de "la Rua" jusqu'à l'église Saint-Romain.

Marche le long de l'Aigue Blanche jusqu'à la Chalp.

Nuit en gîte ou en hôtel/auberge.

Nb heure de marche: 3.0 h de marche.

Dénivelé plus: 200 m.

Dénivelé moins: 200 m.

J2 - La Chalp - refuge de la Blanche (si vous ne souhaitez pas prendre l'option du refuge de la Blanche, possibilité de passer une nuit supplémentaire à Saint Véran, une randonnée de substitution vous sera proposée).

De la Chalp vous rejoignez un refuge de montagne pour y passer une nuit inoubliable.

Le long de l'Aigue Blanche, vous vous enfoncez dans cette large vallée de la Blanche dominée par la fabuleuse Tête des Toilies. Le refuge se trouve juste au pied, l'été il est bordé par un magnifique petit lac. Vous n'avez pas de transport de bagages pour cette étape, prenez juste vos affaires de la nuit, les refuges sont équipés de bonnes couettes.

Nb heure de marche: 5.5 h de marche.

Nuit au refuge.

Dénivelé plus: 700 m.

J3 - Refuge de la Blanche - Saint Véran

Au départ du refuge vous redescendez jusqu'à la chapelle Notre-Dame de Clausis puis par la large piste de la mine vous retrouvez le plus haut village d'Europe : St Véran. Vous avez tout le temps de visiter ce magnifique village chargé d'histoire.

Nuit en gîte ou en hôtel/auberge.

Nb heure de marche: 4.0 h de marche.

Dénivelé moins: 500 m.

J4 - Saint-Véran - Prat-Haut

Journée de la découverte du patrimoine architectural du Queyras. De St Véran, vous partez par le bois des Amoureux jusqu'à Pierre Grosse, un des villages les plus typiques du Queyras avec ces fustes en bois de mélèze. Possibilité de monter

jusqu'au dernier village avant la frontière italienne : Fontgillarde, situé sur la route du Col Agnel.

Vous rejoindrez ensuite Prats Hauts par un chemin en balcon : le Canal de Pierre Dimanche très belle vue sur la vallée des Aigues et le Sommet Bucher. Nuit à Prats Haut ou transfert sur la vallée de l'Izoard.

Nuit en gîte ou en hôtel/auberge.

Nb heure de marche: 4 h de marche.

Dénivelé plus: 100 m.

Dénivelé moins: 300 m.

J5 - Souliers - Arvieux

Du hameau pastoral de Souliers, belle traversée jusqu'au lac de Roue (gelé en hiver, mais avec de fabuleux belvédères sur la vallée du Guil). Par une large piste ou bien par le GR, vous rejoignez la vallée d'Arvieux, pour la fin de votre périple. (Circuit inversé si vous passez la nuit à Arvieux) Transfert jusqu'à la gare de Montdauphin-Guillore. Fin du séjour.

Nb heure de marche: 4.5 h de marche.

Dénivelé plus: 150 m.

Dénivelé moins: 500 m.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous

à la gare routière de Ville Vieille dans le Queyras. Nous prévenir de votre heure d'arrivée, plusieurs navettes entre la gare SNCF de Montdauphin Guillestre et Ville Vieille, info sur www.05voyageurs.com. Possibilité de transfert privatif depuis la gare : 30€/personne, 35Km.

Possibilité de parking gratuit sur place.

Transfert sur Prats hauts pour votre équipement et le départ.

DISPERSION

Fin du séjour

en fin d'après-midi à la gare routière de Ville Vieille.

Navette régulière pour la gare. Possibilité de transfert privatif jusqu'à la gare (35 km 30€/personne)

NIVEAU

Moyen.

Itinéraire sans difficulté particulière, ils se pratique sur piste sécurisé ou sur des chemins muletiers entre village.

Faible dénivelé, entre 8 et 12km par jour.

HEBERGEMENT

Hébergement

Deux formules sont proposées :

- gîte d'étape confortable en chambre et dortoir à partager avec sanitaires à partager (J1,J3,J4 en gîte et J2 en refuge).

- hôtel et auberge confortables en chambre double avec sanitaires privatifs (J1,J3,J4 en hôtel ou auberge selon disponibilité et J2 en refuge).

Possibilité de remplacer la nuit en refuge par une nuit supplémentaire à Saint Véran.

Une randonnée de substitution vous sera proposée.

Attention, le refuge de la Blanche est fermé la première semaine de janvier, vous serez hébergé à St Véran pour cette semaine.

Extension : soit à la gare SNCF de Montdauphin, hôtel Lacour (chambre à partir de 40€ par personne), soit dans le Queyras : demi-pension de 38€ à 65€ par personne selon la formule choisie (hôtel ou gîte)

TRANSFERTS INTERNES

En taxi

PORTAGE DES BAGAGES

Particularités Bagages

Vos bagages sont transportés tous les jours par taxi, sauf pour l'étape du refuge de la Blanche

Les valises type avion ou valises à roulette sont déconseillées. L'hiver, l'accès et les abords des gîtes peuvent être délicats, alors pensez à limiter les affaires à transporter.

1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale et permettant d'accrocher les raquettes.

GROUPE

Groupe de plus de 3 personnes, nous consulter pour un devis personnalisé.

ENCADREMENT

Circuit en liberté sans encadrement. Une séance d'information sur les risques vous sera délivré en début de séjour.

MATERIEL FOURNI

- Raquettes modernes, légères et très maniables
- Bâtons télescopiques
- Matériel de sécurité individuel (ARVA, pelles, sondes).

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements

- Chaussettes de laine chaudes. Eviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax ou de laine.
- Guêtres.
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type Vibram.
- Chaussures détente pour le soir (tennis).
- Pantalon ou salopette de montagne ou de ski ou pantalon ou salopette spécifique au ski de fond avec un surpantalon imperméable respirant type Goretex.
- Un collant thermique type Carline.
- Tee shirt ou sous vêtements chauds et respirants. Evitez le coton, très long à sécher, préférez les matières synthétiques type nylon (polypropène).
- Pull-over chaud ou fourrure polaire.
- Veste style Goretex.
- Vêtement coupe vent.
- Cape de pluie.
- Bonnet chaud et cagoule en coton ou polaire.
- Une paire de gants chauds et imperméables type Goretex.

- Une paire de gants de rechange.
- Tenue d'intérieur pour les étapes.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur à raquettes, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire.

Eviter les anoraks et proscrire les combinaisons de ski, trop chauds et encombrants.

Equipement

- Une protection solaire efficace (lunettes filtrantes et crème protectrice) à mettre impérativement dans le sac à dos.
- Nécessaire de toilette léger.
- Du papier hygiénique et des mouchoirs.
- Un grand sac plastique pour protéger l'intérieur de votre sac en cas de pluie.
- Gourde isotherme (1 litre minimum).
- Lampe de poche.
- Couteau pliant type Opinel.
- Matériel pour transporter vos pique-niques
- Serviette de bain et drap de sac

Pharmacie personnelle

Une pharmacie personnelle contre la fatigue musculaire, les troubles digestifs du froid et de l'altitude, les ampoules, vos médicaments habituels, bande adhésive élastique (élastoplast : 5 cm x 2,5 m), jeux de pansements adhésifs, compresses désinfectantes, double peau (protection contre les ampoules disponibles en pharmacie).

LE PRIX COMPREND

Le prix comprend

les documents de voyage, l'hébergement en demi-pension, le transport des bagages (sauf le J2 en refuge où vous portez vos affaires de la nuit), les transferts en véhicule prévus pendant la randonnée, le prêt du matériel (possibilité de mise à disposition de trace GPS).

LE PRIX NE COMPREND PAS

Le prix ne comprend pas

les assurances, les frais d'inscription, le transport A/R jusqu'à la gare de Montdauphin-Guillestre, les déjeuners, les boissons.

Complément d'information tarifaire

Supplément à prévoir pour le réveillon de la Saint-Sylvestre (environ 50€ par

personne).