

L'Ubaye en étoile... Aux sources de l'Ubaye en chambre double

*L'Ubaye est une vallée secrète entre le **Queyras** et le **Mercantour**, au cœur des Alpes du Sud. Ici, la montagne raconte des histoires anciennes, marquées par les cicatrices des guerres passées. Ce territoire frontalier avec l'Italie porte encore les traces de ces conflits, avec des fortifications impressionnantes qui justifient une halte.*

Ce raid aux sources de l'Ubaye vous emmène bien plus loin que les sentiers battus. Vous explorez les chemins chargés d'histoire, marchant sur les traces du passé, tout en vous élevant vers les sources réelles de la vallée, nichées à plus de 2500 mètres d'altitude. Ces vallées reculées, écrins de tranquillité, vous plongent dans une nature à la fois brute et grandiose.

*Après vos journées d'aventure, vous retrouvez le confort et la chaleur des auberges en vallée. Les hébergements sont simples mais accueillants, parfaits pour récupérer après une bonne journée de **randonnée**. Les itinéraires que vous empruntez sont d'une durée et d'une difficulté moyennes, adaptés pour profiter pleinement des paysages tout en vous laissant la liberté de découvrir le patrimoine de la région.*

Vous clôturez ainsi vos journées par des visites fascinantes, plongées dans les récits du passé.

Pour en savoir plus, veuillez consulter notre article : [Comment faire son sac à dos pour partir en trek ?](#)

PROGRAMME

Jour 1 : Le vallon du Lauzanier

Du col de Larche, l'incontournable vallon du Lauzanier aux portes du parc national du Mercantour. Très belle journée paisible sur de beaux sentiers aménagés... Cette journée en aller-retour vous permet de profiter et d'adapter votre rythme... Marmottes, lacs et bergeries d'alpage au programme.

HEURES DE MARCHÉ : 5h30

DÉNIVELÉ + : 500 à 800 m

DÉNIVELÉ - : 500 à 800 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en auberge

Jour 2 : Le Vallon d'Oronaye

Belle balade alpestre où la verdure des alpages et le bleu des lacs contrastent au beau milieu de ces vallées sauvages.

Pour cette journée également vous pouvez adapter la longueur de votre randonnée à votre niveau...

HEURES DE MARCHÉ : 5h

DÉNIVELÉ + : 500 à 850 m

DÉNIVELÉ - : 500 à 850 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en auberge

Jour 3 : Le col de Vallonet

Magnifique lieu de passage entre Larche et Fouillouse ce petit col "enchanteur" vous permet de découvrir au détour de votre randonnée l'impressionnant dispositif militaire mis en place au début du siècle dernier pour se défendre des invasions de nos voisins italiens. Journée en boucle.

HEURES DE MARCHÉ : 5h30

DÉNIVELÉ + : 650 m

DÉNIVELÉ - : 550 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en auberge

Jour 4 : Lac des Neufs Couleurs.

Au départ du hameau typique de Fouillouse, après avoir franchis l'impressionnant pont du Chatelet, c'est une des journées phare de votre semaine : les contreforts de l'impressionnant Chambeyron à plus de 3400 m d'altitudes et les lacs des 9 couleurs.

Si vous êtes amateur de lacs, cette boucle parfaite est faite pour vous... Lac Premier, lac Long, lac Rond, lac de l'Etoile, lac des 9 couleurs, ... autant de noms évocateurs qui sont pour chacun l'occasion d'une pose rafraichissante. Les plus téméraires pourront grimper sur le sommet frontalier de la Fréma, petite pointe facile culminant à plus de 3000 m d'altitude.

HEURES DE MARCHÉ : 6h

DÉNIVELÉ + : 985 m

DÉNIVELÉ - : 985 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en auberge

Jour 5 : Vallon de Mary lacs Marinet

Voici un autre bout du monde : Maljasset !

Ce petit hameau caractéristique est le départ de plusieurs belles échappées vers les sommets de la Haute Ubaye. Le Vallon de Mary, les lacs Marinnet, les cols du Marinnet et Mary (2650 m), des itinéraires lumineux et pittoresques sur les traces des contrebandiers.

Très belle dernière journée dans cette vallée pastorale large... Plusieurs options pour vous permettre de profiter au mieux d'une myriade de lacs d'altitude blottis au pied de l'imposant massif du Chambeyron.

HEURES DE MARCHÉ : 6h

DÉNIVELÉ + : 500 à 850 m

DÉNIVELÉ - : 500 à 850 m

TYPE D'HÉBERGEMENT : en auberge

Jour 6 : Vallon, lacs et col du Longet

Le col du Longet culminant à plus de 2650 m d'altitude est un autre col frontalier entre l'Italie (Val Varaita) et l'Ubaye... il en constitue même la source !

En remontant ce très long vallon, une flore unique tapisse les alpages verdoyants... Les lacs du Longet et la vue imprenable sur le Viso sont le point d'orgue de cette journée au dénivelé modéré, mais très longue si vous arrivez au col (20 km A/R).

HEURES DE MARCHÉ : 4h30 à 6h30

DÉNIVELÉ + : 500 à 700 m

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Rendez-vous à Larche à l'auberge du Lauzanier.

Vous pouvez laisser vos affaires et partir pour votre première journée de randonnée.

Ce circuit nécessite un véhicule pour passer d'une vallée à l'autre...

DISPERSION

Dernier jour à Maljasset.

NIVEAU

Dénivelé positif moyen : 500 à 800 m par jour.

Durée moyenne des étapes : 5h par jour.

Difficultés particulières : randonnées sur bons sentiers de montagne balisés.

Plusieurs options de randonnées, du niveau 2 à 3 chaussures.

Réseau téléphonique : fonctionne de manière très irrégulière sur le circuit.

HEBERGEMENT

Hébergement classique en gîte ou auberge : Chambre double ou à 2 lits selon votre choix et disponibilité, les sanitaires sont sur le palier.

Il n'y a pas d'hôtels dans ces hautes vallées, mais les gîtes ont su s'adapter et proposer des chambres doubles confortables, mais on reste tout de même dans un esprit "gîte", draps fournis, serviettes de toilettes à prévoir.

Les repas servis dans les hébergements sont équilibrés et variés. La cuisine est copieuse, adaptée aux besoins des randonneurs et souvent issus de produits locaux. Les régimes spéciaux doivent être précisés à la réservation afin que nous puissions prévenir les hébergements.

Les pique-niques peuvent être réservés par La Vie Sauvage auprès des hébergements en prenant l'option sinon vous trouverez dans les villages les commerces nécessaires à vos achats. Vous pourrez également les réserver auprès des hébergeurs dès votre arrivée pour le lendemain. Il n'y a pas de pique-niques le premier jour.

TRANSFERTS INTERNES

Pas de transferts organisés, vous utilisez votre véhicule pour passer d'une vallée à l'autre.

PORTAGE DES BAGAGES

Sans transport des bagages : vous transportez vous-même vos bagages avec votre véhicule.

GROUPE

Groupe entre 2 et 15 participants.

Tarifs dégressifs à partir de 4 participants, merci de demander un devis.

Possible dès un participant (avec supplément départ personne seule).

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
 - 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)
 - 1 maillot de bain
 - 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)
 - 1 paire de sandales ou paires de chaussures détente pour le soir.
- 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 (à mettre dans le bagage allant en soute)
- 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 existent qui sèchent rapidement : marque Packtowl (existent en 4 tailles).
- Boule Quiès (facultatif)

- Papier toilette - Crème solaire + stick à lèvres.
- Des barres énergétiques

MATÉRIEL PIQUE-NIQUE (facultatif)

- Une boîte plastique hermétique pour transporter votre pique-nique.
- 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...)

LE PRIX COMPREND

- Les documents de randonnée,
- L'hébergement en demi-pension dans les auberges,
- Les frais d'organisation et d'inscription,
- Les taxes de séjour.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les assurances,
- Le transport aller-retour jusqu'au point de rendez-vous,
- Les boissons et les dépenses personnelles,
- Les pique-niques.