DESTINATIONS QUEYRAS
et ailleurs... sur les chemins du randonneur responsable

Ciao d'Italie entre lacs et 3000 en hôtel

PRESENTATION

DLIBH3 - TOUR DU QUEYRAS EN LIBERTÉ
4 JOURS - 3 NUITS - 3 JOURS DE MARCHE

3 Jours d'Exploration au Cœur du Parc du Queyras : Lacs et Sommets à 3 000 m!
Plongez-vous au cœur des plus hauts sommets du Parc naturel régional du Queyras lors de ce séjour de 3 jours. Suivez un itinéraire qui traverse la frontière italienne, vous conduisant à travers les espaces les plus sauvages, où se mêlent lacs paisibles et sommets majestueux culminant à plus de 3 000 mètres d'altitude.

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

PROGRAMME

Jour 1

Rendez-vous à **VILLE-VIEILLE (1 380 m)**

Jour 2

VILLE-VIEILLE (1 380 m) - SAINT-VÉRAN (2 040 m)
Explorez une journée entre la beauté naturelle de la forêt, les charmants hameaux perchés et les vestiges historiques de l'agriculture d'antan. L'apothéose de cette aventure ? Plongez dans l'atmosphère unique de Saint-Véran, la perle des communes européennes perché au sommet des montagnes. Une journée, au cœur de la nature et de la culture alpines, dans l'endroit le plus élevé d'Europe !
Au départ de la variante sportive : + 1 297 m, - 669 m, 7 h de marche

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

+ 840 m, - 270 m, 5 h 00 de marche

Jour 3

SAINT-VÉRAN (2 040 m) - CHIANALE (1 850 m) ITALIE
Préparez-vous à quitter Saint-Véran pour une incroyable aventure italienne en passant par le célèbre circuit de la Tête des Toillies (3 175 m). C'est un véritable spectacle à couper le souffle ! Vous serez entouré par les sommets majestueux de l'arc alpin, une série de lacs scintillants, la face imposante du Mont-Viso... et bien sûr, ne manquez pas Chianale (1 820 m), l'un des plus beaux villages du Piémont. Il y a plusieurs options pour explorer cette journée ! Que ce soit un petit détour vers les lacs ou un col plus élevé, le choix dépendra de votre énergie et des conditions météorologiques.

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

+ 1006 m, - 1 275 m, 7 h 00 de marche

Jour 4

CHIANALE - COL DE SAINT-VÉRAN (2 844 m) - SAINT-VÉRAN (2 040 m)

Ce col autrefois vital pour l'économie entre le Piémont et le Queyras reste aujourd'hui un témoin de l'histoire, et en juillet, il revêt une signification particulière en tant que lieu de pèlerinage. Quant au majestueux pic, il trône parmi les sommets les plus époustouflants de la région, faisant partie de la prestigieuse liste des "3 000" du Queyras. Transfert en fin de journée pour rejoindre Ville-Vieille
Option vers le Pic Caramantran (3 021m) : + 180 m, 45 min pour rejoindre le sommet

Distances - Dénivelée - Temps de marche - Technique

+ 1 096 m, - 912 m, 6 h 30 de marche

Vous souhaitez aménager votre itinéraire ? Consultez notre site et construisez vos étapes pas à pas grâce à notre outil de création de circuit « à la carte » :
https://www.randoqueyras.com/le-queyras/tour-du-queyras-sur-mesure/

Comptez ensuite sur notre équipe pour finaliser votre projet et partir sur les sentiers de votre choix avec carnets de routes, carnet culturel, trace GPS et cartes personnalisées.

COMPLEMENT DE PROGRAMME

Découvrez nos itinéraires à la journée, parfaitement adaptés aux amateurs de randonnée ! Suivez des sentiers balisés bien entretenus pour une expérience sans souci. Si vous préférez un rythme plus détendu, nous proposons également des options plus faciles en utilisant notre système de navette inter-village au début ou à la fin de votre étape.

Votre confort est notre priorité. En cas de fatigue ou de conditions météo difficiles, nos navettes locales ou notre service sherpa sont à votre disposition pour vous ramener en toute sécurité à votre point d'arrivée. Soyez assurés que nous serons toujours là pour vous, tout au long de votre parcours, pour vous guider et vous assister dans toutes les situations. Votre aventure est notre préoccupation numéro un !

Soyez informés que toutes les variantes ne sont pas systématiquement répertoriées, et leur tracé peut varier en fonction des conditions. Les options de variantes sont fournies à titre indicatif, elles ne sont en aucun cas contraignantes et nécessitent que chaque individu assume la responsabilité de son niveau de compétence, des conditions météorologiques et des efforts nécessaires.
Il est essentiel de noter que le temps et le dénivelé indiqués sont calculés à partir du point de départ de la variante jusqu'à son point d'arrivée.

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

Nous mettons un point d'honneur à vous fournir des informations claires et précises pour que vous puissiez planifier votre randonnée en toute confiance.

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Si vous arrivez en voiture, en semaine :
RDV le jour 1 entre 14 h 30 et 17 h 30 à nos bureaux.
Accueil pour la remise de votre dossier de voyage.

Si vous arrivez en train, ou en voiture le week-end :
Votre dossier vous sera déposé à votre hébergement. Une permance téléphonique sera assurée pour répondre à vos besoins.

Arrivée en train

Voyagez en train jusqu'à la Gare de Montdauphin-Guillestre
Arrivez facilement depuis Paris en train de jour ou de nuit. Consultez les horaires sur SNCF Connect.
Possibilité d'arriver en gare d'Oulx, par le TGV, puis transfert en taxi ou autocars (Renseignements et réservation : www.autocars-imbert.com)
Pour les voyageurs en provenance du sud, empruntez la ligne Marseille-Briançon. Profitez de la simplicité du voyage ferroviaire pour découvrir cette superbe destination.

De la gare au lieu de RDV
Des navettes régulières sont disponibles de fin juin à début septembre, bien que leurs horaires ne soient pas encore fixés à ce stade. Notez que pendant la basse saison, elles peuvent être moins fréquentes voire absentes. Veuillez consulter le site de la région : zou.maregionsud.fr ou appeler le 0809.400.013 avant de réserver vos billets de train.

Arrivée en voiture

Depuis le nord, prenez le col du Lautaret via Briançon (RN 94) ou Grenoble (RN 94/D902). Ou encore, depuis Grenoble, empruntez l'autoroute A51 vers Gap, puis la RN94 vers Guillestre (D902).
Depuis le sud, passez par Valence ou Sisteron, continuez vers Gap, puis Embrun, et enfin Guillestre.
Une fois à Guillestre, suivez la direction "Queyras" via la D902 et la D947.
Les paysages montagneux vous attendent lors de ce voyage en voiture vers le Queyras !

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

Parking

Parking gratuit au départ de la randonnée.

Taxi

Le Guilazur au 06 80 21 77 22
Transports Petit Mathieu au 04 92 46 71 56

DISPERSION

Le dernier jour de randonnée
Des navettes régulières sont disponibles de fin juin à début septembre, bien que leurs horaires ne soient pas encore fixés à ce stade. Notez que pendant la basse saison, elles peuvent être moins fréquentes voire absentes. Veuillez consulter le site de la région : zou.maregionsud.fr ou appeler le 0809.400.013 avant de réserver vos billets de train.

NIVEAU

4 chaussures
Ce séjour est fait pour vous si vous êtes déjà un randonneur aguerri faisant preuve d'une bonne condition physique pour endurer un effort de longue durée !
Les randonnées proposées se déroulent sur des itinéraires de montagne avec dénivelés de 700 à 1200 m en montée et/ou descente, sans difficultés techniques particulières. Comptez 6 à 7 heures de marche par jour environ.
Le niveau correspond à un dénivelé moyen cumulé sur l'ensemble de la semaine. Nous utilisons aussi d'autres facteurs comme le portage des bagages, l'engagement, la disponibilité du réseau, la nature du terrain pour affiner le niveau.
En pleine saison, un système de navette inter-village peut vous permettre de gagner un peu de temps et de dénivelé sur les étapes, cela permet de les rendre un peu plus facile.

Concernant le calcul du dénivelé, ce dernier provient soit d'un relevé terrain, soit d'un calcul selon un modèle informatique. Le calcul prend en compte toutes les variantions de terrain monté et descente, et pas seulement la différence d'altitude entre deux points ! Ainsi, sur une étape où le profil semble uniquement être en montée, le cumul des petites pentes pourra vous donner un dénivelé négatif d'une centaine de mètre....
Si vous faites vos propres mesures, il n'est pas rare de constater des écarts avec notre descriptif. L'écart

moyen peut aller jusqu'à 10%, en particulier sur les zones plates avec peu de relief marqué, les zones escarpées avec trop de relief (, ravin, falaise). Il faut également savoir que des écarts peuvent être constatés entre les outils terrain : montre, application téléphone et GPS ne donne quasiment jamais le même résultat car de nombreux facteurs entrent en jeux : fréquence de pointage, calcul et modélisation du relevé...

HEBERGEMENT

En chambres de 2 personnes formule hotel
En formule chambre d'hôtes en « Agriturismo » italien (accueil chez l'habitant) au cœur du village classé de Chianale (1 850 m)

Nos hôtes s'occupent des repas et du petit-déjeuner. La cuisine dans les hébergements est équilibrée, variée et adaptée aux randonneurs. Les repas du midi sont à votre charge, mais vous trouverez des magasins dans les villages pour vos achats. Si vous préférez, vous pouvez choisir l'option pique-nique dès maintenant ou la réserver auprès des hébergeurs

TRANSFERTS INTERNES

En juillet et août, possibilité de raccourcir de 1 h 30 l'étape du jour 2 en empruntant la navette locale qui assure le transfert entre Saint-Véran et le Cirque de la Blanche (altitude 2 260 m). Le coût de ce transfert est à votre charge.

GROUPE

Départ assuré à partir de 1 participant

Explorez ensemble :
Si vous êtes un groupe déjà formé, que ce soit en famille, entre amis, au sein de votre association ou comité d'entreprise, ce séjour est une excellente occasion de partager des moments de découverte ensemble. Vous pourrez créer des souvenirs mémorables avec vos proches. !
Contactez-nous et nous serons ravis d'étudier votre demande, même pour des dates différentes de celles prévues. Nous vous proposerons un devis adapté au nombre de participants. Nous sommes là pour vous aider à organiser votre aventure.

ENCADREMENT

Vous êtes en autonomie totale pendant ce séjour, sans guide professionnel en montagne. Vous assumez la responsabilité de votre propre sécurité.

Sécurité :
Il est important de noter que l'utilisation du téléphone portable en montagne peut être limitée. Bien que nos villages aient une bonne couverture réseau, de nombreuses zones d'altitude restent sans signal pendant de longues périodes. Si vous avez besoin d'aide en cas d'urgence et que vous avez une connexion, composez le 112, le numéro d'appel prioritaire.

L'application mobile que nous fournissons fonctionne en mode avion, ce qui vous permet de suivre votre parcours et d'alerter en cas de besoin (en désactivant le mode avion). Elle vous fournit également les coordonnées GPS de votre position.

PORTAGE DES BAGAGES

Optez pour le "transfert des bagages" si vous le souhaitez. Vos affaires inutiles pendant la randonnée sont transportées en taxi entre les hébergements accessibles en voiture. Vous n'emportez qu'un bagage souple par personne, comme un sac de voyage ou de sport (les valises ne sont pas autorisées), pesant jusqu'à 8 kg.
Gardez à l'esprit que l'accès aux hébergements peut être difficile, donc évitez les bagages trop gros ou lourds, car le transporteur pourrait les refuser. Pendant la journée de randonnée, portez uniquement un sac à dos conseillé de 35 à 40 litres, contenant vos effets personnels essentiels pour la randonnée, comme un pique-nique et des vêtements chauds.

DOSSIER DE RANDONNEE

Afin de vous garantir une expérience des plus agréables lors de votre séjour en liberté, nous attachons une grande importance à la qualité de vos documents. Nous avons également à cœur de ne pas vous surcharger avec des documents superflus, vous laissant le choix d'avoir un carnet de voyage imprimé ou non.
Voici ce que nous vous proposons :

Dossier numérique

- La mise à disposition de notre application de guidage assisté « Roadbook » pour tous les participants, incluant itinéraire, fond de carte, localisation en temps réel, point d'intérêts, variantes.

- Edition de votre carnet de route au format PDF, incluant des extraits de carte de votre parcours

Nous vous mettons à disposition au format papier :

- Les « vouchers » ou bons d'échange que vous devrez remettre aux différents prestataires (hébergeurs, taxi...)
- Un carnet culturel élaboré par nos soins, vous décrivant le patrimoine local.

En complément, vous pouvez nous demander :

- L'envoi de la trace gps au format *gpx (Format compatible avec tout type de GPS ou smartphone)
- L'impression de votre carnet de route

En option payante : mise à disposition de la carte IGN adaptée à la randonnée, et incluant le tracé du parcours. Cela pourra être une carte IGN échelle 1 : 30 000 ou deux cartes IGN Top 25 Queyras.

L'Application Mobile : Votre Compagnons de Voyage
Découvrez notre application mobile, à télécharger quelques jours avant le départ. Elle vous offre un accès aux cartes détaillées du parcours (avec fond de carte Openmap), à la trace de l'itinéraire, ainsi qu'aux points d'intérêt à explorer tout au long de votre randonnée.
Facile à utiliser, elle vous géolocalise et vous guide en temps réel pendant votre aventure. Une fois le parcours téléchargé, l'application fonctionne en mode avion, préservant ainsi la batterie de votre téléphone. Vous pouvez l'activer dès le début de votre circuit ou en cours de route pour vérifier votre position. Par souci de sécurité, nous vous recommandons d'avoir une petite batterie externe à portée de main, car la recharge des téléphones en refuge peut s'avérer impossible.
Profitez au maximum de votre voyage avec cette application pratique !

REMISE DES DOCUMENTS

Préparez-vous à l'aventure :
À J-15 avant votre départ, vous recevrez votre convocation tant attendue, dévoilant le lieu de rendez-vous et les détails douillets de vos hébergements pour tout le séjour. En prime, nous vous donnons vos codes d'accès pour l'application, et sur simple demande, les traces GPX de votre parcours seront à vous.

Votre accueil simplifié :
En semaine, nous vous accueillons pour vous fournire l'ensemble de vos documents le premier jour à nos bureaux.
Le week-end ou en cas d'arrivée en train, vos documents seront déposés à votre hébergement, avec un service téléphonique de permanence.

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

Ce moment sera l'occasion de vous donner les dernières informations sur votre itinéraire (conditions des sentiers, enneigement possible sur certains cols en début de saison, prévisions météo...) et de vous donner les derniers conseils sur l'équipement nécessaire.

À la fin de votre séjour, vos documents vous seront laissés à disposition.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

L'équipement vestimentaire conseillé pour randonner :

En randonnée, adhérer au principe des trois couches est essentiel pour garantir votre confort et votre sécurité tout au long de votre parcours :

- **Tee-shirt respirant à manches courtes :** Choisissez un tee-shirt respirant en fibre creuse pour évacuer la transpiration lorsque vous êtes actif.
- **Veste en fourrure polaire :** Cette veste en polaire vous garde au chaud par temps frais en offrant une isolation thermique supplémentaire.
- **Veste coupe-vent imperméable et respirante** (comme le gore-tex ou équivalent) : Cette couche extérieure vous protège efficacement contre les intempéries telles que la pluie, la neige ou le vent, en maintenant votre corps au sec et à l'abri des éléments.

Adaptez vos vêtements en fonction du temps et de l'effort. Par exemple, par temps agréable, un sous-pull peut suffire. En cas de mauvais temps, ajoutez une veste imperméable. Par temps froid ou en altitude, portez une veste polaire sous votre veste coupe-vent.
Choisissez des vêtements qui sèchent rapidement, évitez le coton qui retient l'humidité, et privilégiez des matériaux comme la laine, la soie et les fibres synthétiques pour rester au sec et au chaud.
N'oubliez pas que vous évoluez en montagne, où le soleil est intense et l'indice UV élevé. Les températures peuvent varier rapidement en fonction de l'altitude et de la saison. Il est donc essentiel de vous munir de protections appropriées telles que des lunettes de soleil, un tour de cou et de la crème solaire pour votre confort et votre sécurité.

Votre fond de sac

- Sac à dos de 30/35 litres avec ceinture ventrale.
- 2 bâtons télescopiques (conseillés) pour une meilleure stabilité.
- Chaussures de randonnée imperméables avec une bonne tenue de cheville et une semelle de type Vibram. Assurez-vous de les tester avant le départ, surtout si elles sont neuves ou inutilisées depuis longtemps. Les chaussures basses ne sont pas recommandées à partir des séjours de niveau 3.
- Thermos, gourde ou poche à eau avec pipette d'une capacité d'au moins 1,5 litre par

personne.Petite boîte plastique hermétique, gobelet, couteau et fourchette pour les pique-
- niques.
- Des vivres de course pour recharger en énergie en cours de route.
- Petite pochette étanche pour vos objets de valeur tels que : argent, carte d'identité, carte bancaire, carte vitale, contrat d'assistance. Vous pouvez laisser le reste de vos papiers et clé de voiture à l'hôtel pendant votre séjour.
- Couverture de survie en cas d'urgence.
- Papier toilette avec sac hermétique pour l'emballer et le jeter dans la première poubelle disponible.

Pour le soir à l'hébergement

Simplifiez-vous la vie en emportant l'essentiel. Pour une semaine de randonnée, quelques vêtements de rechange suffisent amplement. En ce qui concerne vos articles de toilette, optez pour l'essentiel, privilégiez les formats compacts, les échantillons et les kits de voyage, surtout si vous devez porter votre sac.

N'oubliez pas que le drap de sac est obligatoire car les lits sont déjà équipés de couettes ou de couvertures. Assurez-vous que votre bagage ne dépasse pas 8 kg pour faciliter les transferts et garantir votre confort tout au long de votre aventure.

Pharmacie personnelle

Votre trousse de pharmacie doit être réduite au maximum. Dans votre sac à dos, ne gardez que vos médicaments personnels essentiels, compresses, bande élastoplaste, un désinfectant, etc.

Attention ! Le drap de sac pour dormir est obligatoire en gîte et en refuge (les lits sont équipés de couettes et couvertures.

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

Selon votre choix départ possible de début juin (en fonction de la fonte de la neige en altitude) à fin septembre (selon la fermeture des refuges). Aménagement possible hors période selon la disponibilité des hébergements. Nous contacter.

Date de début	Date de fin	H - Hôtel avec transfert de bagages	H - Hôtel avec transfert de bagages - option refuge	H - Hôtel sans transfert de bagages	H - Hôtel sans transfert de bagages - option refuge
09/06/2024	22/09/2024	445,00 €	- €	415,00 €	- €

Options

Option pique-nique tous les jours : 39 € / pers

Carte IGN personnalisée : + 25 €

Tarif nuit supplémentaire en ½ pension (taxe de séjour inclus) :
En chambre de 2 : 79 €

Supplément 1 seul participant : + 50 € (chambre single obligatoire - nous consulter)

Sous réserve de disponibilité dans l'hébergement prévu initialement au départ et/ou à l'arrivée.

LE PRIX COMPREND

- Les frais d'organisation
- L'hébergement en demi-pension en refuge et en chambre d'hôtes en « Agriturismo » italien
- Le transport de vos bagages en option selon la formule choisie
- La fourniture du dossier de randonnée numérique
- L'application Roadbook

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les repas de midi (sur commande auprès des hébergeurs ou possibilité de commerces dans les villages)
- La carte IGN personnalisée
- Les boissons et dépenses personnelles
- L'équipement individuel
- Les assurances
- Tout ce qui n'est pas dans "Le prix comprend"

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

L'ESPRIT DU SÉJOUR

ATTENTION…

Les itinéraires détaillés ci-dessous ne sont qu'indicatifs. Ils sont réservés à de bons marcheurs et empruntent uniquement les sentiers balisés (GR rouge et blanc) du tour du Queyras ou les « sentiers de Pays » balisés en jaune ou en rouge. Ceux-ci sont facilement repérables tout au long du chemin à l'aide des marques peintes régulières et de panneaux indicateurs aux intersections.

Les temps de marche sont basés sur les usages de la randonnée soit un dénivelé positif de 350 m/heure dans les ascensions, pour un dénivelé négatif d'environ 500 m/heure dans les descentes, et d'une vitesse moyenne de marche de 3,5 km/h sur les parties plates. Ces évaluations respectent les informations que vous pouvez trouver sur le terrain (départ des balades par exemple) ou mentionnées dans les divers guides de randonnée.

Sur cet itinéraire, vous marchez bien sûr sous votre propre responsabilité. La base de la sécurité pour randonner en montagne est de savoir lire une carte IGN au 1/25 000 en association avec l'emploi d'un altimètre, voire d'une boussole.

Il vous appartient de vous renseigner auprès des hébergements ou des Offices du tourisme de l'évolution météorologique (bulletins affichés) ou d'appeler le répondeur météo au 08 92 68 02 05.

Destinations Queyras ne peut en aucun cas être tenu pour responsable d'un problème quel qu'il soit, survenu pendant le parcours de votre randonnée (état du sentier, niveau physique pas adapté au circuit, mauvaise appréciation d'un horaire, erreur de lecture de la carte…).

Les sentiers mentionnés dans ce programme permettent d'aller d'un gîte à l'autre sans devoir utiliser les transports en bus ou taxi. Si vous deviez utiliser les services d'un transporteur pendant ce séjour (mauvais temps, retard, fatigue excessive, égarement ou autres imprévus…) ceux-ci restent évidemment à votre charge et sous votre responsabilité.

Nous vous fournissons pour la durée du séjour les documents indispensables à la randonnée (carnet de route, cartes…).

BIBLIOGRAPHIE

Pour préparer votre séjour, de nombreux guides sont disponibles en librairie. Vous pouvez par exemple consulter *Parc Naturel Régional du Queyras* aux éditions Gallimard, bien illustré et facile à lire.

Pour goûter aux ambiances queyrassines, dernièrement sorti, *L'Autre Versant*, aux éditions Hesse, présente de superbes photographies de Christophe Sidamon-Pesson accompagnées des textes de Michel Blanchet.

Dans la remarquable collection « Les Cahiers du Patrimoine », aux Éditions du Queyras, plusieurs titres permettent de se familiariser avec les spécificités du patrimoine local (*Dentelles du Queyras et des vallées voisines, Ceillac au fil du temps, Fort Queyras, Cadrans Solaires du Queyras…*).

Quelques ouvrages rédigés par des anciens du pays évoquent également la vie de la région, hier et aujourd'hui, à l'image des livres de Céleste Fournier aux Éditions du Queyras, des mémoires de Philippe Lamour, personnage emblématique du Queyras, intitulées *Le Cadran Solaire*, ou du recueil de souvenirs *Les Pieds en Queyras* d'Albert Borel.
Enfin pour les amateurs de littérature, les vallées queyrassines ont servi de cadre à de nombreux romans. Citons par exemple *Les Hauts Pays* de Philippe Lamour, ou, pour la période actuelle, *Le Dernier Refuge* de Nicolas Crunchant.

CARTOGRAPHIE
Cartes TOP 25 IGN 3637OT et 3537ET et carte LIBRIS « Queyras Ubaye » au 1/60 000