

Névache, Tour de la haute vallée de la Clarée à raquette



PRESENTATION

Randonnée semi-itinérante accompagnée, en petits refuges
6 jours / 5 nuits / 5 jours de marche

À 20 km de Briançon, il est une vallée qui fait encore dans l'authentique. Les hivers lourds de neige s'y déclinent en blanc et en bleu, ensoleillement à la clef. Autrement dit : du sur-mesure pour la pratique de la raquette à neige. Vous aurez chaque jour le plaisir de découvrir un site nouveau, en toute discrétion, dans des paysages où la marche rejoint le mythe du trappeur solitaire.

En haute vallée, vous irez de surprise en surprise le long d'un chapelet de hameaux d'estive baignés de lumière et de soleil. Comme en hibernation, les traces de la vie rurale y sommeillent quatre mois durant, oui 4 mois, sous un épais manteau neigeux. Ambiance Grand Nord... oui, mais sous un ciel bleu !

Nos points forts :

- Un séjour organisé dans des petits refuges confortables, chauffés et équipés de douches chaudes
- Votre première nuit en chambre de deux
- Une initiation par votre guide à la nivologie et à l'orientation en hiver
- La découverte d'une vallée restée sauvage en pleine nature
- Vous portez vos bagages surtout durant la matinée, les après-midi se font dos léger !

PROGRAMME

Jour 1

Rendez-vous le dimanche à 18 h 45 en gare SNCF de Briançon pour les utilisateurs du train ou à 19 h 30 directement à l'hébergement pour ceux qui viennent en voiture.

Pour plus d'informations sur l'accès, voir la rubrique Accueil du chapitre Fiche pratique.

Option comprise dans le tarif, sur réservation

Votre accompagnateur vous accueille en gare à 18 h 45 pour le transfert sur le lieu de rendez-vous.

Attention, pour organiser ce transport et être certain d'avoir votre place, vous avez l'obligation de nous réserver votre transfert maximum une semaine avant la date du séjour.

Le nombre de places étant limité, tous changements devront être signalés au plus tard 72h avant votre arrivée (Soit le jeudi soir dernier délais)

C'est ici que commence votre voyage... Durant le trajet pour rejoindre Névache, laissez-vous éblouir par ces hautes montagnes qui se dessinent de part et d'autre de la route... Prenez-en plein les mirettes, ce n'est que le début du voyage ! Au bout de votre périple, vous arriverez au gîte où vous serez accueillis avec chaleur. Profitez de la présentation du séjour pour effectuer les derniers réglages de votre sac à dos, sur les conseils avisés de votre accompagnateur.

Nuit en gîte à Névache.

Jour 2

LA HAUTE VALLÉE ET SES CHALETS D'ALPAGES

Pour ce premier jour, vous allez tout d'abord prendre en main votre matériel ! Une fois l'étrange ballet d'usage effectué, prenez le temps de trouver votre rythme en cheminant le long d'un magnifique torrent gelé. Prenez le temps de lever les yeux pour vous émerveiller devant les différents chalets d'estive de la Haute Vallée de la Clarée, recouverts sous un épais manteau de neige... Vous traverserez des gorges étroites impressionnantes avant d'arriver finalement au refuge, pour un repos bien mérité !

Nuit au refuge de Laval.

Montée : 600 m Descente : 100 m Distance : 13 km Temps de marche : 4 h 30

Jour 3

LE VALLON ET COL DES MUANDES (2 828 m)

Aujourd'hui, vous allez saisir de vos propres yeux la beauté de la Haute Vallée de la Clarée qui fait sa réputation ! Le vallon d'altitude des Muandes nous offre des paysages exceptionnels. Suivant

l'enneigement, la motivation et la forme du groupe, nous pourrons pousser jusqu'au col du même nom. En haut, vous aurez le souffle coupé par un panorama incroyable sur le massif des Cerces, les Ecrins, le Thabor et les Aiguilles d'Arves ! En redescendant, vous cheminerez entre les lacs Rond et Long pour rejoindre le refuge des étoiles plein les yeux...

Seconde nuit au refuge de Laval.

Montée : 660 m Descente : 660 m Distance : 13 km Temps de marche : 5 h 30 à 6 h

Jour 4

LE COL DU RAISIN (2 691 m)

Quittons le refuge de Laval pour rejoindre Fontcouverte (1 860 m), surplombés par les crêtes du Queyrellin. Montons ensuite peu à peu jusqu'au refuge du Chardonnet, entouré d'un cirque majestueux qui nous laisse béat. Profitons d'une petite pause casse-croûte au refuge (2 223 m) pour nous remettre de nos émotions.

Montée : 350 m Descente : 200 m Distance : 4,5 km Temps de marche : 2 h 30

Après la sieste, le thé/café ou le digestif de rigueur (à vous de choisir !), délestons-nous de quelques affaires inutiles au refuge pour repartir en balade. Arrivé au col du Raisin, vous serez éblouis par la vue à 360°, d'où l'on peut apercevoir le célèbre massif des Ecrins !

Redescente et nuit au refuge du Chardonnet.

Montée : 450 m Descente : 450 m Distance : 4,5 km Temps de marche : 3 h

Jour 5

LE COL DU CHARDONNET (2 638 m) ET LE REFUGE DE BUFFÈRE

Ce matin, nous partirons sac léger pour gambader jusqu'au col du Chardonnet (2 638 m). De là nous attend un point de vue exceptionnel sur les plus hauts sommets des Écrins : Barre des Écrins (4102m), Pelvoux (3946m), Meije (3 983 m), sans oublier le massif du Galibier ! Petit aspect historique, non loin de là, sous le col, se trouve une ancienne mine de graphite qui témoigne du passé de la vallée.

Redescente et pique-nique au refuge.

Montée et Descente : 400 m Temps de marche : 2 h 30 à 3 h

Après avoir bien reficelé nos paquetages, nous repartons par une petite traversée secrète hors des sentiers battus, si la nivologie le permet. Sinon, nous redescendrons à la Clarée (1 850 m) pour regagner de l'altitude et s'élever jusqu'au refuge de Buffère (2 030 m). Vous serez charmés par ces chalets d'alpage au milieu d'une étendue de neige.

Nuit au refuge de Buffère.

Montée : 100 ou 200 m suivant l'option choisie Temps de marche : 2 h

Jour 6

LE COL DE BUFFÈRE, LES CRÊTES DE L'ÉCHAILLON OU DE BAUDE

Pour cette dernière journée, nous n'avons que l'embarras du choix entre les somptueuses randonnées qui nous sont offertes ! En fonction des conditions nivologiques, nous irons explorer un peu plus loin le vallon qui mène au col de Buffère (2 427 m) et son ouvrage fortifié, ou bien nous irons nous promener sur les crêtes de l'Echaillon un peu plus à l'Est, ou encore la Crête de Baude, surplombant le flanc ouest du refuge.

Rejoignons ensuite le refuge pour récupérer nos affaires avant d'entamer la descente vers la vallée.

Vous aurez peut-être la chance sur le sentier du retour de cheminer à travers un petit vallon secret que seuls les connaisseurs arpentent...

Montée : 450 m Descente : 850 Temps de marche : 4 h 30

Après le pique-nique partagé et les derniers rires, il est temps de se dire aurevoir !

Nous avons prévu une fin de randonnée vers 14h, pour vous permettre de rejoindre la gare de Briançon assez tôt pour prendre le train de 14 h 45.

Ne vous inquiétez pas, une véritable randonnée digne de ce nom est prévue pour clore votre séjour en beauté ! Nous partirons à l'aurore, pour profiter pleinement des dernières roulades dans la neige...

Transfert en gare de Briançon des utilisateurs du train pour 14 h 45.

COMPLEMENT DE PROGRAMME

Ne prenez pas ce programme pour argent comptant ! En fonction de la météorologie, des conditions d'enneigement ou pour toutes autres raisons indépendantes de notre volonté, nous pouvons exceptionnellement modifier ce programme. Votre accompagnateur connaît tous les recoins du massif comme sa poche et saura s'adapter pour vous permettre de profiter au mieux de votre séjour, comme par exemple en cas de fréquentation importante sur certains sentiers. Pour votre plus grand plaisir, vous découvrirez ainsi des itinéraires enchanteurs et préservés...

Information Covid

Le bon déroulement de ce séjour tiendra compte et pourra être modifié en fonction de la réglementation en vigueur au moment de votre départ. Cela peut concerner :

- Le Pass sanitaire
- La taille du groupe
- L'organisation du programme
- Les services mis à disposition par nos hébergeurs

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le dimanche soir à 18 h 45 en gare SNCF de Briançon pour les utilisateurs du train.

Le dimanche soir à 19 h 30 directement à l'hébergement pour les utilisateurs de la voiture.

Accueil par votre accompagnateur. Présentation du séjour, distribution du matériel.

Lors de votre réservation, ou au plus tard une semaine avant votre arrivée, merci de nous communiquer impérativement les informations suivantes :

- Votre mode d'arrivée : train ou voiture...
- Votre horaire d'arrivée si vous arrivez en train. Si vous arrivez en journée nous précisez si vous prenez la navette locale ou si vous attendez l'heure de rendez-vous en gare.
- Votre lieu d'arrivée : hôtel ou gare.

DISPERSION

Fin du séjour à 14 h pour avoir la possibilité de rejoindre la gare assez tôt et prendre le train de 14 h 45. La dernière journée est une vraie randonnée, le départ le matin sera plus matinal afin d'effectuer une belle sortie raquette.

Transfert en gare de Briançon des utilisateurs du train pour 14 h 45.

Pour info, correspondances avec les lignes suivants :

- Ligne Paris / Lyon via Valence-Ville ou Valence TGV
- Ligne Paris / Lyon via Grenoble
- Ligne Marseille / Aix-en-Provence via Gap
- Ligne Grenoble
- Ligne Valence -Ville / Valence TGV
- Ligne TGV Oulx - Paris via Briançon. Transfert en bus régulier entre Briançon et Oulx
 - Durée du trajet d'Oulx à Briançon : environ 1 h. À réserver auprès de Zou au 0809.400.013 ou sur zou.maregionsud.fr.

Certains de ces trains circulent périodiquement, il est impératif de vérifier vos horaires de retour auprès de la SNCF au 36 35 ou www.oui.sncf.

FORMALITES

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

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).
- Carte vitale

NIVEAU

3 chaussures

Les randonnées proposées se déroulent sur des itinéraires vallonnés de 20 à 30 km ou itinéraires de montagne avec dénivelés de 600 à 800 m en montée et/ou descente, sans difficultés techniques particulières. Comptez 5 à 6 heures de marche par jour environ.

L'équilibre de votre forme physique tout au long de ce séjour tient compte de l'impact dû à l'effort de la randonnée mais également du portage de vos affaires lors de certaines journées ou demi-journées (voir paragraphe Portage).

Afin que ce séjour soit un moment de plaisir, nous le recommandons à des personnes qui ont une bonne forme physique et ont l'habitude d'effectuer des randonnées durant 4 à 5h en période estivale. Nul besoin d'être un expert de la randonnée à raquette pour effectuer ce séjour. Si vous êtes novice dans cette activité mais que vous disposez d'une bonne dose de motivation et que le portage occasionnel ne vous impressionne pas, foncez ! L'essentiel est de ne pas avoir peur de se rouler dans la neige !...

HEBERGEMENT

Durant ce circuit itinérant, vous serez logés en gîte le soir de votre arrivée et en refuges de montagne tous les autres soirs. Vous serez en totale immersion en montagne durant 5 jours, hors de la civilisation ! Certes, en refuge, le confort est moindre que dans un hôtel ou un gîte, mais vous allez découvrir que le fait de se détacher du matériel permet de se concentrer sur l'essentiel. Dans la nature, pas de place pour les chichis ! Profitez de cette expérience pour être à l'écoute de votre corps, de vos ressentis et vos sensations.

- Nuit 1 : Gîte en chambre de 2

Une belle découverte vous attend pour votre première nuit dans la vallée de la Clarée ! Tendez l'oreille, vous entendez un accent californien... Oui vous êtes au bon endroit, chez Kristina et Benoît, qui vous accueillent avec un franc sourire. Ici, les règles sont simples et sans chichis. Convivialité oblige, vous partagerez votre repas sur une grande table, pour mieux échanger avec vos voisins sur ces succulents mets qui vous sont proposés. Vous ne pourrez qu'admirer l'éthique et l'authenticité qui règne ici, jusque dans votre assiette ! Les petits détails font la différence et tout est fait pour que vous soyez satisfait. On ne vous en dit pas plus pour vous laisser découvrir par vous-même cet endroit charmant...

- Nuit 2 à 3 : Refuge de Laval

En arrivant au bout de la vallée de la Clarée, vous serez charmés par ce chalet de montagne niché contre le rocher. Ici tout est optimisé et bien pensé ! Complètement autonome en énergie grâce à sa petite centrale, le refuge dispose d'un séchoir alimenté par le trop plein de chaleur de celle-ci. Réchauffez-vous dans cette ambiance douillette auprès du poêle ou sous une douche chaude.

- Nuit 4 : Refuge du Chardonnet

Arrivée majestueuse au pied des Cerces et vue plongeante sur la vallée de Névache, le refuge du Chardonnet fait son entrée en scène ! Vous serez choyés ici par une cuisine fine et inventive, aux antipodes de la nourriture simple des refuges d'antan. Vous pourrez vous délasser les muscles (mais pas trop longtemps, ici on fait des économies d'eau !) sous une douche chaude.

- Nuit 5 : Refuge de Buffère

En débouchant sur ce petit alpage, vous serez émerveillés par ces petits chalets typiques. Le refuge ne fait pas déshonneur à la magie du lieu et l'accueil y est très chaleureux et attentionné. Mettez le bout de votre nez dehors pour contempler les innombrables étoiles à la nuit tombée. Puis, blottissez-vous au chaud pour votre dernière nuit en montagne...

LA NOURRITURE

La nourriture en randonnée est un sujet primordial, pour avoir suffisamment d'énergie pour marcher plusieurs heures durant, mais également car c'est important pour le moral ! Comme dit le dicton : "Quand l'appétit va, tout va !"...

Nous avons à cœur de choisir des partenaires qui sont en accord avec nos valeurs éthiques et écoresponsables. Nous œuvrons auprès d'eux afin qu'ils tendent vers cet idéal, et leurs efforts sont remarqués peu à peu. Le changement met parfois du temps à s'installer durablement, alors soyez indulgents envers eux. Faisons preuve de patience et donnons le temps aux habitudes d'évoluer vers des pratiques plus vertueuses !

Dans la mesure du possible, les produits employés sont frais, locaux (circuits courts privilégiés) et de saison, voire bio. Le tout, agrémenté dans une cuisine généreuse, traditionnelle et aux accents du Sud (oui, ici on cuisine à l'huile d'olive !).

Les dîners et petits-déjeuners sont servis dans les gîtes et refuges. Les pique-niques seront également fournis par les hébergements.

Vous serez agréablement surpris par la qualité de la cuisine proposée par Kristina à Névache. En cohérence avec sa démarche environnementale, elle bannit le congelé et le tout-prêt de sa cuisine pour mieux régaler votre palais. N'hésitez pas à la questionner sur la provenance des produits, elle se fera un

plaisir d'échanger avec vous sur la notion de circuits courts et d'agriculture raisonnée.

En refuge de montagne, les conditions d'accès et de ravitaillement sont bien souvent difficiles. Vos hôtes ont donc le souci d'optimiser les produits employés et de tendre vers le « zéro-déchet » (voir paragraphe Ecoresponsabilité).

Pour le midi, vous retrouverez souvent des salades composées dans de petites boîtes hermétiques réutilisables. Vous aurez également l'agréable surprise de découvrir des produits régionaux typiques : charcuterie artisanale, fromages locaux et délices sucrés.

ECORESPONSABILITE

En tant que professionnels du tourisme, nous avons notre rôle à jouer dans la transition actuellement en cours vers un avenir plus durable. Nous constatons un fort attrait pour la nature, une envie de retour aux sources, un besoin de déconnexion vis-à-vis de la technologie et de reconnexion avec soi-même. Nous souhaitons être en lien, en communion avec notre environnement, mais nos modes de vie actuels nous ont éloignés de l'essentiel ! C'est là qu'interviennent les professionnels de la montagne, afin d'encadrer et de sécuriser les pratiques, tout en préservant le milieu naturel. Mais gardez à l'esprit que ce que nous pouvons vous proposer seront uniquement des expériences.

Nous devons prendre conscience qu'en tant qu'êtres vivants, nous faisons partie intégrante de notre environnement. Nous avons besoin de lui et participons à son bon fonctionnement. Nous devons le préserver, mais surtout le respecter. En prenant conscience de notre impact sur l'environnement et en étant soucieux de le limiter, nous commençons à agir. Nous avons à cœur de vous transmettre ces valeurs et de vous inciter à devenir acteur et responsable, pour pouvoir continuer à cheminer ensemble au cœur de cette belle nature qui nous entoure. En ouvrant les yeux sur la magie du monde qui nous entoure, vous aussi, vous prenez part à cette transition.

L'écoresponsabilité se distille au travers de tous nos petits actes du quotidien. En vacances, il devient plus naturel et aisé de changer son mode de vie, de consommer moins, d'essayer le « Do It Yourself » (fait maison). Nous vous incitons à essayer de garder ces habitudes vertueuses lorsque vous rentrerez chez vous, en pensant à toutes ces fleurs que vous avez contemplées, tous ces animaux que vous avez eu la chance d'apercevoir durant votre séjour parmi nous...

Quelques recommandations afin de limiter notre impact sur la nature :

Les produits de beauté

Emportez du savon de Marseille ou d'Alep, et pas de savons ou gel douches industriels (et si cela est meilleur pour l'environnement, ça l'est aussi pour votre peau !). Profitez de l'occasion pour changer vos habitudes et tester un shampoing solide, pratique et écologique !... Vous pouvez également fabriquer votre dentifrice solide bio maison à l'aide d'argile blanche et d'huile de coco (+ huile essentielle de menthe poivrée si souhaité). Choisissez une crème solaire sans nanomatériaux (disponible en magasin

bio).

Faire sa toilette

Un simple gant de toilette et un bout de savon suffisent pour assurer une hygiène essentielle.

Les lingettes

Celles-ci ne sont pas dégradables et très polluantes, donc à proscrire ! Le gant de toilette cité plus haut fera très bien l'affaire.

Cosmétiques parfumés

Dans le même esprit, nous vous recommandons de ne pas emporter de parfum et autres aérosols (type déodorant), au risque qu'une nuée d'insectes vous poursuive dans votre sillage !

Zéro Déchet

Dans le but de tendre vers le zéro déchet et d'affirmer nos valeurs écoresponsables, nous nous engageons pour votre santé et pour la planète en ce qui concerne la qualité de vos repas et en limitant le plastique au maximum. Nous vous incitons également à utiliser des emballages en papier ou bien réutilisables type bee-wrap (emballage écologique fait à partir de cire d'abeille et d'un bout de tissu, pouvant être réalisé soi-même ou bien acheté dans les boutiques bio). Pour vous encourager dans cette démarche, nous vous offrons en cadeau de bienvenue un sac en coton (ou tote bag) dans lequel vous pourrez glisser votre pique-nique, et que vous pourrez réutiliser à l'infini dans vos futures randonnées ! De même, nous vous encourageons à investir dans une gourde réutilisable en plastique ou métal, dans le but de réduire les déchets de bouteilles d'eau. Chaque geste anodin compte !

De manière générale, veillez à ne rien laisser derrière vous et à bien faire le tour de la zone de pique-nique avant de repartir pour vérifier que rien ne traîne par terre. Il n'y a rien de plus désolant que de tomber nez à nez avec un paysage sublime jonché de détritiques laissés par les précédents randonneurs...

PORTAGE DES BAGAGES

AUTOPORTAGE (Vous portez vous-même vos affaires) - Pas de transfert de bagage

Pour vivre pleinement l'expérience d'une itinérance entre petits refuges de montagne isolés, vous allez devoir solliciter vos muscles !... Dévoilez votre âme de sherpa au grand jour, devenez acteur, responsable et autonome dans votre séjour.

Nous avons imaginé ce circuit afin de vous soulager au maximum du poids du sac en vous délestant dès que cela est possible. Suivant les itinéraires à parcourir, vous devrez porter toutes vos affaires uniquement sur certaines journées ou demi-journées. Les repas seront pris dans les hébergements.

Vous n'aurez donc pas de nourriture ou de réchaud à porter.

Nous allons également vous prodiguer quelques conseils afin de vous aider à limiter le poids de votre sac. Car oui, l'organisation fait aussi partie des plaisirs de la randonnée en itinérance !

PROGRAMME

Jour 2 :

Vous partez avec votre sac contenant toutes vos affaires pour rejoindre le premier refuge. Ne vous inquiétez pas, la durée et le dénivelé de cette randonnée ont été prévus pour un rythme de marche plus lent qu'à l'accoutumée, dû au poids du sac.

Vous vous installez au refuge de Laval pour 2 nuits consécutives. Vous pouvez donc prendre vos aises !

Jour 3 :

Ce jour-ci, vous pouvez partir léger, avec seulement vos affaires de la journée ainsi que votre casse-croûte de midi ! Vous partez en aller-retour depuis le refuge de Laval pour une randonnée à la journée. Votre sac sera donc allégé pour ne conserver que l'essentiel (pique-nique, thermos, housse de protection du sac, éventuellement vêtements chauds, etc.).

Jour 4 :

Vous repartez du refuge de Laval, votre paquetage bien ficelé avec toutes vos affaires, pour rejoindre le refuge du Chardonnet où le pique-nique est prévu. Après délestage du gros du sac au refuge, vous repartez sac léger pour une petite randonnée en aller-retour l'après-midi.

Jour 5 :

Le matin, sac léger, vous partez pour une randonnée en aller-retour depuis le refuge. Le pique-nique n'est pas à porter, puisque vous reviendrez au refuge à midi pour casser la croûte. Vous rechargez toutes vos affaires et repartez ensuite l'après-midi pour rejoindre le refuge de Buffère.

Jour 6 :

De nouveau, vous partez le matin sac léger et revenez au refuge de Buffère pour pique-niquer. De là, vous récupérez votre barda pour la dernière marche avant de rejoindre Névache.

Afin d'optimiser le poids de votre sac à dos, voici une liste du minimum vital à prévoir dans votre sac à dos pour un départ le J2 avec vos affaires pour 5 jours :

- Vos indispensables (gore-tex, gants, bonnet, tour de cou),
- Une tenue confortable pour le soir (1 t-shirt ou sous-pull manches longues, 1 polaire ou doudoune, 1 pantalon/leggings/caleçon chaud) + sous-vêtements, chaussettes en laine,
- Vos affaires de couchage (drap de sac indispensable !),
- Un petit nécessaire de toilette (brosse à dents, un tube de dentifrice déjà entamé, un petit bout de savon, quelques médicaments indispensables, une petite serviette en microfibre + un gant).
- Le détail qui fait la différence : des crocs ou chaussures légères pour le soir dans les refuges.

Préparation du sac à dos :

Temps fort du début de votre séjour, sur les conseils avisés de votre accompagnateur le jour 1, vous prendrez le temps nécessaire afin de bien organiser votre sac à dos.

Ce moment d'échange sera l'occasion de bien vous préparer et d'optimiser la répartition du poids dans votre sac, dans le but d'obtenir un meilleur confort au portage et de soulager un peu vos épaules charpentées.

La préparation de vos affaires est une étape clé dans votre préparation, en amont du séjour. Gardez en tête que nous avons toujours tendance à prendre trop plutôt que pas assez, et que chaque gramme en moins vous permettra de vous élancer tel un chamois. Un petit dicton dit que le poids en trop dans nos sacs à dos correspond à nos peurs et nos doutes...

Pas de panique, si vous n'êtes pas encore un(e) adepte du mode MUL (Marche Ultralégère) ! Commencez par étaler ce que vous souhaitez amener quelques jours en avance et demandez-vous si vous allez vraiment porter ce 4ème t-shirt, ou si vous avez réellement besoin de votre livre de chevet ?... L'idée est de vous plonger dans l'état d'esprit du séjour et de prendre du plaisir tout en vous projetant. Cette expérience loin du confort "moderne" sera ainsi l'opportunité de vous détacher du matériel, de vous sentir libéré, afin de vous concentrer sur vos besoins pour être en harmonie avec la nature...

Afin de porter en toute sérénité, votre sac à dos doit bien entendu être léger et adapté à votre morphologie, et surtout son poids une fois rempli ne doit pas excéder 15 à 20% de votre poids (=poids de portage).

Pour optimiser son poids, nous vous recommandons de limiter le poids de vos affaires personnelles à emporter à 2kg maximum (ou bien 20% de votre poids de portage calculé ci-dessus).

Exemple :

Je pèse 60kg. Je peux porter de 9 à 12kg maximum.

Dans ces 9 à 12kg, je peux compter 1,8 à 2,4kg maximum d'affaires personnelles.

Le reste sera composé de vos affaires de couchage (drap de sac), de quoi vous remplir le ventre (pique-nique et vivres de course), de quoi vous hydrater (thermos), et bien sûr le matériel de sécurité indispensable (DVA, pelle, sonde).

Ceci implique des choix rigoureux à effectuer en ce qui concerne les éléments non essentiels. Gardez en tête que tout chargement en "extra" va venir s'ajouter au matériel et à la nourriture que vous devrez porter.

GROUPE

Petits groupes

Départ assuré à partir de 5 participants, avec un maximum de 10 personnes.

Nous avons choisi sur cet itinéraire de proposer un séjour convivial et intime et donc de limiter

volontairement la taille du groupe.

Si vous êtes un groupe constitué :

Vous souhaitez profiter de ce séjour pour partager des moments de découverte en famille, entre amis, avec votre association ou votre comité d'entreprise ? N'hésitez pas ! Comme dit l'adage, plus on est de fous, plus on rit ! Vous pourrez ainsi créer des souvenirs impérissables avec des personnes de votre entourage.

Contactez-nous et nous étudierons votre demande, y compris à des dates autres que celles programmées (devis proposé en fonction du nombre de personnes).

ENCADREMENT

Notre équipe est constituée de femmes et d'hommes passionnés par leur métier et enthousiastes à l'idée de vous guider !

Nous vous confierons entre les mains sûres d'un accompagnateur ou d'une accompagnatrice, diplômé et spécialiste de la Clarée, qui saura vous faire partager son amour pour la nature et la montagne. Chacun d'entre-eux possède sa propre personnalité et saura attirer votre attention sur les détails merveilleux que cache la nature, comme autant de trésors à contempler : l'observation des rapaces et des mammifères au détour d'un sentier, les innombrables espèces de fleurs et arbres dont le massif regorge, l'art de conter les histoires et anecdotes insolites de chaque village, etc.

Avant tout, il saura vous mettre en confiance, par sa connaissance du milieu, sa lecture du terrain, son attention pour chaque détail. N'hésitez pas à solliciter ce professionnel de la montagne pour son expertise sur votre matériel ou vos petits bobos. Le traditionnel « débrief » de fin de randonnée autour d'un verre désaltérant ou d'une boisson chaude est toujours le bienvenu, de même que les échanges et blagues, qui lui permettent de créer une atmosphère bienveillante et de faire de vos vacances un pur moment de plaisir et de lâcher-prise !...

SECOURS

Vous n'êtes pas sans savoir que de nombreuses zones de montagne éloignées des habitations sont sans couverture réseau. Pas de panique, nous sommes là pour veiller sur vous !

Afin d'assurer votre sécurité en toutes circonstances, nos accompagnateurs sont équipés d'une radio VHF permettant un accès direct aux services de secours en montagne. Ceux-ci sont également formés aux premiers secours et en cas de mauvaise glissade sur la neige, vous pourrez peut-être assister à un cours de brancard de fortune !... Votre sécurité sera assurée également par le matériel de sécurité spécifique aux activités en milieu enneigé qui vous sera confié individuellement (voir paragraphe Matériel Fourni).

MATERIEL FOURNI

Afin de ne pas vous enfoncer dans la neige (non, personne n'a dit que vous êtes trop lourd), nous vous dotons d'une paire de raquettes TSL ainsi que de bâtons de marche. Ainsi équipé, vous serez prêt à gambader dans la neige, qu'elle soit fraîche ou bien durcie. Les petits crampons dont les raquettes sont munies vous permettront de vous agripper à la neige gelée tel un bouquetin ! Pour profiter au mieux de l'expérience, vous aurez une paire adaptée selon votre corpulence : raquettes petit tamis pour les petits gabarits de moins de 55kg et grand tamis pour les grands gaillards de plus de 80/85kg (sans oublier les quelques kilos du poids du sac bien évidemment !).

En termes de matériel de sécurité, il est indispensable lors d'activités en milieu enneigé d'être équipé d'un DVA (détecteur de victimes d'avalanches). Ce boîtier électronique sera à porter directement sur vous, sous votre veste. Dès le premier jour, votre accompagnateur vous expliquera son fonctionnement et vous assisterez à un étrange ballet de raquettistes sur fond sonore de bips plus ou moins intenses. Pour que le spectacle se déroule sans anicroche, nous vous confierons également une petite pelle à neige démontable et une sonde repliable, auxquelles vous devrez faire une place impérativement dans votre sac à dos. Ne vous inquiétez pas, en cas de fortes chutes de neige, nous ne vous demanderons pas de déneiger devant l'hébergement à l'aide de ces « mini-pelles » ! Les services de déneigement avec leurs impressionnants chasse-neiges sont là pour ça.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Attention, voici la partie la plus épineuse. Attaquons-nous à la préparation de votre garde-robe ! Que ce soit pour vous fondre dans le paysage, tel un lièvre variable en pleine chasse, ou bien pour vous rouler dans la neige (volontairement, cela va sans dire !), vous devrez impérativement suivre **le principe des 3 couches**, aussi appelé technique de l'oignon (mais sans l'odeur) :

- un sous-pull ou tee-shirt à manches longues en matière respirante type laine de mérinos ou sous-vêtement thermique,
- une veste chaude en fourrure polaire ou polartec ou polyester extensible,
- une veste coupe-vent imperméable et respirante (type gore-tex).

Pour le bas du corps, si vous êtes très frileux-se, vous pouvez de la même manière enfiler un **sous-vêtement thermique ou caleçon en mérinos**. Par-dessus, vous pourrez mettre un **surpantalon respirant et déperlant** comme votre veste coupe-vent de type gore-tex. Attention à bien privilégier des matières souples et respirantes pour la pratique de la raquette. **Les k-ways et autres imperméables sont à proscrire**, sauf si vous souhaitez créer un effet sauna sous vos vêtements !...

Ce principe peut être adapté suivant vos préférences et au vu de la météo, bien entendu ! Par un temps radieux, en fournissant un effort continu, le sous-pull peut suffire. Si le temps se dégrade, vous pourrez

ajouter votre veste imperméable. Si vous êtes pris dans une tempête (et que votre guide ne vous laisse pas profiter d'une journée à barboter dans le sauna), alors enfiler vos 3 couches et allez braver le froid, tel Mike Horn durant sa traversée du grand Nord.

En tant que randonneur aguerri, vous n'êtes pas sans savoir que le coton est à proscrire. Il vaut mieux préférer des matières qui sèchent rapidement, type laine (mérinos), soie ou fibre synthétique.

Attention, les combinaisons de skis ne sont pas du tout adaptées à l'effort intense de la pratique de la raquette (eh oui, vous allez transpirer !). Trop chaudes et encombrantes, mieux vaut donc les éviter.

L'équipement parfait du raquettiste (on vous le redit, on ne parle pas de tennis !) :

- 1 bonnet et/ou un tour de cou multifonction type BUFF©,
- 1 paire de gants chauds ou moufles (prévoir 1 paire de rechange) + une paire de gants fins en soie ou mérinos pour les plus frileux,
- 2 tee-shirts manches courtes/longues adaptés à l'effort (en matière respirante),
- 1 veste en fourrure polaire,
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche (type gore-tex ou équivalent),
- 1 housse de protection du sac à dos pour le mauvais temps (souvent intégrée dans les sacs),
- 1 caleçon chaud type mérinos ou sous-vêtement thermique,
- 1 surpantalou imperméable et respirant (type gore-tex ou équivalent),
- 2 à 3 paires de chaussettes de randonnée ou type chaussettes de ski, hautes et chaudes.

Votre matériel de survie pour la journée :

- 1 sac à dos à partir de 38 litres (38/40 litres pour les petits gabarits et jusqu'à 45/50 litres pour les grands gaillards) avec une armature renforcée, muni d'une ceinture ventrale Attention, le choix de votre sac à dos est primordial ! Pour ne pas avoir mal au dos et profiter pleinement de votre séjour, il doit être adapté à votre morphologie et au poids que vous allez porter (environ 8 à 10kg, suivant les gabarits),
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type Vibram. Penser à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps. (Des chaussures étanches ou à minima en cuir vous permettront de garder vos petits petons au sec. Fausse bonne idée : les bottes ou après-skis qui ne sont pas adaptées pour se fixer sur les raquettes !),
- 1 paire de guêtres hautes qui couvrent bien vos chaussures et le bas de la jambe,
- 1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos,
- 1 paire de lunettes de soleil catégorie 3 à 4,
- 1 thermos pour une boisson chaude obligatoire en hiver,
- 1 gobelet, 1 couteau/fourchette repliable pour les pique-niques,
- des vivres de course de votre préférence (nous vous en donnons également en complément),

- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte bancaire, carte vitale, contrat d'assistance (le reste de vos papiers et clé de voiture peuvent être confié à l'hôtel durant le séjour),
- 1 couverture de survie,
- papier toilette avec un petit briquet pour le brûler,
- crème solaire sans nanomatériaux indice 4 et écran labial,
- un canif,
- un sifflet.

Vivres de courses / Encas

Les vivres de courses sont à prévoir individuellement, à votre charge. L'apport nutritif des différents encas au cours de la randonnée est à ne pas négliger. Ces encas peuvent être constitués selon vos goûts de fruits secs (figues, dattes, abricots secs ou bien pruneaux), de barres de céréales (n'hésitez pas à piocher sur internet pour innover avec les nombreuses recettes maison, cela peut être un atelier ludique dans votre préparation !), de pâte d'amande, de pâte de coing, etc.

Pour vous sentir comme à la maison le soir, n'oubliez pas :

- Votre drap de sac pour vous coucouner sous les couvertures,
- Une paire de chaussures légères ou crocs pour déambuler à votre aise dans les refuges,
- Une tenue confortable pour être au sec le soir (1 t-shirt ou sous-pull manches longues, 1 polaire ou doudoune, 1 pantalon/leggings/caleçon chaud) + sous-vêtements, chaussettes en laine,
- 1 lampe frontale ou de poche en cas d'envie pressante au cours de la nuit,
- Un masque et des boules Quies pour dormir sur vos deux oreilles.

En termes de beauté :

- Le petit nécessaire que vous allez porter : à réduire au strict minimum ! Une brosse à dent, un tube de dentifrice entamé (ou mieux, votre dentifrice solide maison biodégradable composé d'argile blanche et d'huile de coco), une savonnette + un shampoing solide, une serviette microfibre de petite taille et un gant de toilette).

Astuce : Pour garder votre savon au sec, glissez-le dans une pochette ou un bout de tissu en lin ou en coton.

En cas de petits bobos (votre guide aura également une pharmacie collective) : vos médicaments habituels

- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

6 jours - 5 nuits - 5 jours de raquette

Du dimanche soir au vendredi

Nuit supplémentaire en demi-pension, avant ou après le séjour, dans le gîte du jour 1 :

- En chambre de deux : 69 €
- En Chambre collective : 55 €

Autres possibilités :

- Hôtel** L'ÉCHAILLON Tel : 04 92 21 37 30
- Hôtel*** LES CHALETS D'EN HÔ (à 150 m du lieu de RDV) Tel : 04 92 20 12 29
- Gîte-Auberge LES MELEZETS Tel : 04 92 20 08 34

LE PRIX COMPREND

- La pension complète du dimanche soir au vendredi
- L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'État
- La fourniture des raquettes et bâtons télescopiques
- La location du matériel de sécurité (DVA + pelle + sonde)
- Les transferts de la gare à Névache aller et retour

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et les dépenses personnelles
- Les assurances

VAGABONDAGES

La Charte

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 soucis constant de perfectionnement de la qualité des séjours.

Accompagnée ou en Liberté

Accompagnée :

Votre guide vous fera partager la passion de son pays.

En liberté :

Nous vous mettons en place toute la logistique (réservation des hébergements et restaurants, transport de bagages, road book ou briefing) puis vous partez en amis ou en famille à votre rythme.

Pour en savoir plus sur les randonnées

Qu'est ce qu'un séjour itinérant ?

Une randonnée itinérante est une randonnée où vous changez chaque jour d'hébergement, soit de gîte en gîte, soit d'hôtel en hôtel, soit de refuge en refuge.

Et je porte tout sur mon dos ?

Cela dépend des randonnées.

En principe 99% de nos randonnées se font avec un sac à dos pour la journée (pique-nique, vêtement chaud, gourde, appareil photo...).

Le reste de vos affaires est transporté à l'étape suivante soit par véhicule, soit par un animal de bât, soit

par un petit engin mécanisé scooter, quad...).

Attention, vous n'emporterez pas toute votre penderie!!! Vous serez limité à un sac de 8 à 10kg.

Ne vous inquiétez pas, une liste de matériel vous aidera à faire votre sac.

Quelles sont les activités proposées en itinérant ? et quand ?

En HIVER, nous organisons des séjours NEIGE en raquettes, ski de fond, ski de randonnée nordique (ski de fond hors traces), ski de randonnée alpine.

TOUTE L'ANNEE, de la randonnée à pied, sur tout terrain et dans toutes les régions de France ayant un peu de relief.

Je n'ai jamais pratiqué le ski ou la marche à pied ? Mais j'aimerais essayer!

Nous vous conseillons de faire un séjour en étoile c'est à dire que vous êtes hébergés dans un centre de vacances ou un hôtel et vous rentrez chaque soir au même endroit.

Suis-je capable de le faire ?

Si vous faites du sport régulièrement, oui pour les niveaux débutants ou moyens.

Il est encore temps de vous entraîner en montant et descendant vos escaliers, en descendant quelques stations de métro avant pour continuer le reste à pied et en faisant un peu de footing le week-end ou le soir .

Pour les niveaux dits "sportifs", il faut avoir fait déjà plusieurs séjours et vous vous rendrez compte vous-mêmes si vous êtes capables.

Où couche t'on ?

Cela dépend des randonnées : en gîtes d'étape, petits hôtels ou refuges de montagne en chambres de 2 places ou petits dortoirs.

"plus on est de fous et plus on rit"

Quelle est la différence entre ACCOMPAGNE et EN LIBERTE

Randonnée EN LIBERTE :

Que vous soyez seul ou avec des amis, si vous avez l'habitude de marcher sans guide et que vous voulez profiter de la logistique d'une organisation : on vous prépare l'itinéraire, on vous prête ou donne des topos guide, des cartes, on vous réserve les hébergements, et on vous transporte vos bagages.

Après, à vous de vous débrouiller tout seul !!

Randonnée ACCOMPAGNEE :

Vous vous inscrivez seul, à 2 ou 3, ou en groupes sur une de nos randonnées mais vous désirez être accompagné par un professionnel de la montagne.

Ce professionnel possède un diplôme d'Etat obtenu après plusieurs mois voire années de formation. Il connaît bien la région où il vous accompagne, il vous parlera de la faune, la flore, la géologie, l'histoire de ce pays, l'architecture, des hommes. Il vous aidera à rencontrer ces hommes. Il vous permettra aussi de

vous dépasser. Avec lui, vous irez dans des endroits où vous n'osez pas aller seul parce que vous ne connaissez pas le terrain. Et comme, il a appris "la sécurité" en montagne, vous vous sentirez à l'aise et complètement déstressé(e) avec lui.

N'hésitez pas à nous contacter pour vous aider à faire le bon choix.

TOURISME RESPONSABLE

Randonner responsable avec Destinations Queyras

Randonner avec nous c'est d'abord accorder votre confiance à une petite agence locale composée d'une équipe de passionnés de terrain, de leur entreprise et impliqués socialement dans leur territoire. La convivialité, la valeur humaine et les qualités que cœurs comptent autant que la compétence technique que nous pouvons vous apporter.

C'est associer le partage notre expérience et notre vécu dans les conseils personnalisés et sur mesure qui vous sauront donnés.

C'est aussi l'assurance d'une organisation de séjours basée sur des critères de développement durable (prévention de l'environnement, du patrimoine et des cultures et optimisation des retombées économiques locales, et implication sociale) intégrant une collaboration avec les institutions du tourisme et de l'environnement.

Ces engagements de longue date ont d'ailleurs permis à plusieurs de nos séjours d'obtenir la labellisation « Valeurs Parc » par le Parc naturel régional du Queyras.

EN SAVOIR PLUS

TERRITOIRE ET CULTURE

NEVACHE

Petite commune de moins de 400 habitants, située à 20km au nord de Briançon, Névache jouit d'une proximité avec l'Italie et la ville de Bardonecchia toute proche. Ce territoire est composé de la vallée de la Clarée et de la vallée Etroite.

Ce village, encore préservé du tourisme de masse hivernal, ne manquera pas de vous séduire au premier regard. Il constitue un point de départ stratégique pour les plus beaux itinéraires de randonnée, notamment le Mont Thabor (3 178 m) et le massif des Cerces.

Mais les férus d'histoire et de patrimoine ne seront pas en reste ! Le village recèle de contes d'antan, entre bâti traditionnel et chapelles perchées... Vous retrouverez ici les typiques cadrans solaires, signe de l'ensoleillement exceptionnel du briançonnais. On n'en dénombre pas moins d'une vingtaine dans la vallée de la Clarée !

LA VALLEE DE LA CLAREE

C'est dans cette vallée hors du temps, véritable Eldorado de la randonnée, que nous irons nous promener ensemble. De nombreux chalets d'alpages et refuges fleurissent sur les flancs des montagnes abruptes. La vallée est riche de son patrimoine agricole, entre hameaux et champs en terrasses. Mais on y retrouve également les traces de son rôle défensif dû à sa position transfrontalière, au travers de ses nombreux ouvrages fortifiés. Ici tout semble préservé de la société de consommation. On rencontre des gens simples, et qui témoignent d'un accueil d'antan. La rudesse de la vie montagnarde pousse à la solidarité et à la recherche d'autonomie.

Durant votre séjour, vous pourrez vous imprégner de cet état d'esprit pour prendre le temps de vivre pleinement l'instant présent...

LA VALLEE ETROITE

Cette étonnante vallée mérite le détour ! Franco-italienne par essence, elle n'est accessible en hiver qu'en traversant la frontière, par le côté italien, via Bardonecchia. Peuplée par des italiens, en territoire pourtant français, la vallée étroite est une curiosité ! Dépaysement garanti, avec ses airs de Dolomites, entre accents de dolce vita et polenta fumante sortie du four...

