

# Queyras, Ecrins, les perles hivernales de l'arc alpin



## PRESENTATION

Randonnée en étoile entre Queyras et Ecrins  
6 jours - 5 nuits - 5 jours de raquette

Idéalement placé au cœur des vallées alpines, entre Queyras, Écrins et Durance, le bourg de Guillestre situé à 1 000 m d'altitude vous accueille pour ce séjour afin de découvrir les plus beaux itinéraires faciles sur le Queyras, le massif des Écrins et Vars-Risoul.

À chaque vallée sa spécificité :

L'authentique patrimoine naturel dans la vallée du Queyras (Parc régional du Queyras), la vue imprenable sur les glaciers dans le Parc national des Écrins, ou les hameaux oubliés du côté de Vars-Risoul.

Vous serez étonnés par la diversité des paysages : des forêts de mélèzes, des vues imprenables sur les plus hauts sommets des Écrins, ce séjour placé sous le thème de la découverte vous immergera en pleine nature !

Le soir, la petite ville de Guillestre vous livrera ses secrets.

### *Nos points forts :*

- Un point central pour nos départs de randonnée
- Un véritable séjour découverte de la raquette à neige

- Découverte du Parc régional du Queyras et des Écrins
- Le choix entre deux types d'hébergement (hôtel ou village vacances) dont un avec un espace bien-être.

# PROGRAMME

## Jour 1

**Accueil par votre accompagnateur à 19 h le dimanche soir à l'hébergement.**

### **Option comprise dans le tarif, sur réservation**

Votre accompagnateur ou un responsable de l'agence 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).

## Jour 2

### **BOUCLE DE RÉOTIER**

Première journée qui nous permet de découvrir en douceur les prés et bois qui dominent le val Durance. Une mise en jambes qui nous permettra d'observer les indices laissés par la faune sauvage. Pour les plus contemplatifs, les points de vue sur la vallée vous permettront d'observer les massifs environnants, mais vous permettront également de découvrir le fort de Montdauphin, vestige de Vauban et de sa forte présence dans les Alpes.

## Jour 3

### **LE VALLON DE BRAMOUSSE**

Aujourd'hui, nous pénétrons dans le Parc naturel régional du Queyras. En longeant les gorges du Guil, on rejoint sans trop de difficulté le hameau de Bramousse. Difficile de se dire depuis la vallée qu'il existe ce si bel alpage, mais quand on arrive aux premiers chalets, et que le relief s'aplanit, c'est un régal pour nos yeux ! Dire que dans le temps, avant que la route des Gorges n'existe, le chemin qui rejoignait le reste du Queyras passait par là...

## Jour 4

### **LE VALLON ET LA CABANE DES COUNIER**

Aujourd'hui nous rejoignons la vallée de Vars. Rassurez-vous, nous ne parlons pas de la station, mais bien du petit village qui existait avant l'industrialisation des sports d'hiver. Là encore nous pourrons observer les traces de la faune hivernale.

En cette journée nous prenons un peu de hauteur, suffisamment pour contempler au loin les plus hauts sommets des Écrins !

## **Jour 5**

### **LA CRÊTE DE CATINAT**

Cette journée va vous mener sur une des plus belles crêtes du Guillestrois-Queyras ! Si le démarrage au cœur du mélézin nous permet de bénéficier d'une neige de qualité, il ne faudra pas perdre de vue votre accompagnateur qui lui seul saura vous guider dans cette forêt vierge de toute trace... Petit à petit, en prenant de l'altitude, les mélèzes se font plus rares, et l'arrivée sur la crête est majestueuse...

## **Jour 6**

### **LE HAMEAU DE MOUSSIÈRE**

Pour terminer ce séjour, direction un versant bien ensoleillé. Depuis les derniers hameaux de St Crépin, surplombant la vallée de la Durance, nous gagnons le petit hameau de Moussière. Tendez les bras, les sommets des Écrins sont en face de vous, de l'autre côté de la vallée !

Fin du séjour après la randonnée.

Pour les personnes repartant en train, transfert en gare pour 15 h.

### **COMPLEMENT DE PROGRAMME**

En fonction de la météorologie ou pour toutes autres raisons indépendantes de notre volonté, nous pouvons être amenés à exceptionnellement modifier ce programme.

# FICHE PRATIQUE

## ACCUEIL

**RDV à 19 h le jour 1** par votre accompagnateur qui sera présent tout au long de la semaine.  
L'hébergement sera précisé sur votre convocation, reçue 15 jours avant votre départ.

Si vous arrivez en retard : en cas de retard de train ou sur la route, un numéro d'urgence vous sera communiqué lors de votre réservation.

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.

Si vous souhaitez arriver la veille

Merci de nous indiquer lors de votre inscription si vous souhaitez une nuit supplémentaire. Nous vous logerons chez notre partenaire ou dans un hébergement proche en fonction des disponibilités.

## DISPERSION

**Le vendredi à 15 h en fin de journée après la randonnée**

Pour les participants venus en train, transfert en gare de Montdauphin-Guillestre.

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.
- Depuis le Guillestre, un nouveau service d'autocar vous permet de rejoindre directement la gare de Oulx. Réservation obligatoire : [www.autocars-imberty.com](http://www.autocars-imberty.com) - 04 92 45 18 11

Certains de ces trains circulent périodiquement, il est impératif de vérifier vos horaires de retour auprès de la SNCF au 36 35 ou <https://www.sncf-connect.com/> .

## FORMALITES

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

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport
- Carte vitale
- Contact de votre assurance voyage

## NIVEAU

2 chaussures.

Accessible à tous.

Aucune expérience de l'activité n'est nécessaire pour participer à ce séjour. Itinéraire vallonné de 15 à 20 km ou itinéraire de montagne avec dénivelés de 400 à 600 m en montée et/ou descente. Pas de difficultés techniques particulières. 4 à 5 heures de marche environ avec un sac léger contenant vos affaires nécessaires à la journée (pique-nique, vêtement chaud, thermos...). L'esprit découverte est favorisé par rapport à l'aspect sportif. Les terrains abordés restent à la portée de tous et votre accompagnateur est là pour vous faire découvrir en douceur les plaisirs de la balade à raquette.

## HEBERGEMENT

À deux pas du centre-ville, vous serez logés dans ce charmant hôtel en chambres de deux. Toutes les chambres possèdent salle de bains et wc privatifs. En fin de journée, vous pourrez profiter de l'espace aqua ludique (piscine intérieure balnéo, jets massants, hammam luminothérapie), et du cocooning de l'espace salon / bar / cheminée. Votre hébergement se situe à proximité du centre du village à 5 min de la gare routière.

Les repas du soir seront pris dans l'un des restaurants du village

**Les repas froids du midi** sont complets et composés de salade, viande ou charcuterie, fromage, fruit, biscuit... Ces pique-niques sont réservés auprès des hébergements ou préparés par l'accompagnateur à l'aide des produits et commerces locaux.

## TRANSFERTS INTERNES

Minibus 8 personnes.

Lorsque le groupe dépasse ce nombre et si les conditions de circulation le permettent, nous pouvons vous demander d'utiliser parfois votre propre véhicule. Dans ce cas-là, nous vous proposerons un défraiement sous la forme d'une indemnité kilométrique.

## PORTAGE DES BAGAGES

La journée, vous ne portez que votre sac à dos (30 à 35 L conseillé) contenant vos effets personnels utiles à la randonnée (pique-nique, vêtements chauds, thermos...) + le matériel de sécurité (pelle à neige + sonde). Pour ce séjour en étoile, vos bagages restent dans votre chambre.

## GROUPE

Départ assuré à partir de 4 participants

Groupe limité à 12 personnes

### **Si vous êtes un groupe constitué :**

Pour une association, un comité d'entreprise, une famille ou un groupe d'amis désirant randonner ensemble à des dates autres que celles programmées, nous restons à votre disposition pour vous organiser cette randonnée en accord avec vos attentes (devis étudié en fonction du nombre de personnes). N'hésitez pas à nous contacter.

## ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne diplômé d'État, spécialiste du Queyras.

Professionnel de la montagne, il s'engage à :

- Gérer au mieux le déroulement de votre randonnée en toute sécurité : choix de l'itinéraire, rythme de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques et à la nivologie.
- Assurer la dynamique et la cohésion du groupe.
- Vous faciliter l'approche du milieu montagnard et vous faire partager avec passion ses connaissances pour la nature.
- Être disponible et à votre écoute.

## SECURITÉ

Les territoires de montagne éloignés des zones d'habitation restent souvent à l'écart de la couverture de la téléphonie mobile ou sont affectés par de nombreuses zones d'ombre imprévisibles. Pour se préserver de ces déconvenues et vous assurer une sécurité maximale, nos accompagnateurs sont équipés de radio VHF autorisant un accès direct aux services de secours en montagne.

## MATERIEL FOURNI

Nous vous fournissons des raquettes à plaque TSL ainsi que les bâtons télescopiques 2 brins. Selon

vosre taille et vosre poids, vous serez équipés d'un matériel adapté : raquettes petit tamis pour les moins de 55 kg et raquettes grand tamis si vous pesez plus de 80 à 85 kg (il ne faut pas oublier les quelques kilos du poids du sac !).

Le Queyras est un massif alpin qui nécessite de s'équiper du matériel de sécurité lorsque l'on pratique le ski de randonnée ou la raquette. Pour votre sécurité, nous vous fournissons un DVA (détecteur de victimes d'avalanches) que vous porterez sur vous, accompagné d'une petite pelle à neige et d'une sonde que vous devrez loger dans votre sac à dos.

## 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 surpantalonn 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 raquetiste (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 surpantalón 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 de 35/38 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale,
- 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 confiés 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 nécessaire de beauté indispensable pour vous bichonner,
- Vos affaires de rechange pour vous parer de vos plus beaux atouts,
- 1 lampe frontale ou de poche pour dévorer votre livre favori jusque tard dans la nuit,
- Un masque et des boules Quies pour dormir sur vos deux oreilles,
- Un maillot de bain pour vous délasser les jambes dans le sauna après la randonnée.

**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

**Formule 6 jours, 5 nuits, 5 jours de marche**  
**Du dimanche soir au vendredi 15 h.**

<b>Date de début</b>	<b>Date de fin</b>	<b>Etat Prix par Personne</b>
01/01/2023	06/01/2023	795 euros
08/01/2023	13/01/2023	795 euros
15/01/2023	20/01/2023	795 euros
22/01/2023	27/01/2023	795 euros
29/01/2023	03/02/2023	795 euros
05/02/2023	10/02/2023	795 euros
12/02/2023	17/02/2023	795 euros
19/02/2023	24/02/2023	795 euros
26/02/2023	03/03/2023	795 euros
05/03/2023	10/03/2023	795 euros
12/03/2023	17/03/2023	795 euros
19/03/2023	24/03/2023	795 euros
26/03/2023	31/03/2023	795 euros
02/04/2023	07/04/2023	795 euros

Supplément chambre individuelle (en fonction des disponibilités) : 150 €

Merci de nous préciser lors de l'inscription si vous souhaitez une nuit supplémentaire.

- Nuit supplémentaire, en chambre de 2, nuit + petit déjeuner : 49€/ pers
- Nuit supplémentaire, en chambre individuelle, nuit + petit déjeuner : 79 € / pers

## LE PRIX COMPREND

- La pension complète du dimanche soir au vendredi midi
- L'encadrement des randonnées par un professionnel de la montagne diplômé d'État
- La fourniture de l'équipement de sécurité, des raquettes et des bâtons
- Le transfert de la gare à l'hôtel le jour 1 et de l'hôtel à la gare le jour 6
- Les transferts nécessaires au programme des randonnées
- La taxe de séjour

## LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et le vin pendant les repas
- Les assurances

# POUR EN SAVOIR PLUS

## DESCRIPTION

### L'ESPRIT DU SÉJOUR

Au départ d'un hébergement accueillant, vous découvrirez chaque jour une randonnée différente. Ce sera pour vous l'occasion de profiter d'un terrain de jeu unique, préservé du tourisme de masse.

La place centrale de Guillestre au cœur de la vallée nous permet de découvrir chaque jour un secteur différent. Ce qui nous permet d'adapter le programme selon les conditions de météo du moment.

### LE VILLAGE DE GUILLESTRE (Extrait : [www.ville-guillestre.fr](http://www.ville-guillestre.fr))

Le Guillestrois possède de nombreux atouts : villages de caractère au patrimoine important, un environnement naturel riche et préservé, un site Vauban classé UNESCO, une base d'eaux vives, une base de loisirs, la proximité de stations de ski du Queyras de Risoul et de Vars.

Arpentez les sentiers mythiques du GR 58 et GR5, plongez dans les eaux du Guil et de la Durance 5 mois dans l'année, explorez les itinéraires cyclo pour tous les niveaux, les sensations aériennes, les joies de la glisse, de la pêche... et tant d'autres activités de montagne pour des vacances résolument inoubliables !

Guillestre dominant les Gorges du Guil a connu, au même titre que toute la région une histoire mouvementée, subissant diverses influences au rythme des guerres franco-italiennes et des guerres de religion. Ancienne place forte, le patrimoine reste important et les anciennes portes de la ville permettent encore aujourd'hui d'accéder au centre ancien. Il faut y visiter l'église Notre Dame d'Aquilon dont les colonnes du porche reposent sur 2 statues de lions couchés. La vieille ville a conservé une partie de ses fortifications et la Tour d'Eygliers domine Guillestre qui compte 2.400 habitants et regroupe une grande partie des activités économiques et administratives du canton dont elle est le chef-lieu. Sa situation permet un accès aux stations de ski de la Forêt Blanche Risoul et Vars et aux villages du Queyras. Une grande partie du territoire de la commune est incluse dans le Parc naturel régional du Queyras. Le plateau du Simoust domine les gorges du Guil et offre un panorama, sur Eygliers et Mont-Dauphin (Classée au patrimoine mondial de l'humanité par l'UNESCO).

Guillestre offre toutes les commodités : commerces et hébergements. L'Office de Tourisme vous y accueillera toute l'année.

## LA PLACE FORTE DE MONT-DAUPHIN

Vauban a fait construire à partir de 1693, cette extraordinaire place forte en haute montagne sur un plateau dominant le confluent du Guil et de la Durance au débouché de la vallée du Queyras et du col de Vars.

Ensemble remarquable et entièrement préservé, Mont-Dauphin constitue l'archétype de place forte de montagne, avec son arsenal, ses deux magasins à poudre, ses casernes au rempart et son église, restée inachevée.

Le Comité du patrimoine mondial a décidé d'inscrire en juillet 2008 les fortifications de Vauban présentées par l'État français au titre du patrimoine mondial de l'Unesco.

Ce site fortifié présente une facette de l'œuvre de Vauban, complémentaire aux autres sites classés. Le choix des sites repose sur les critères suivants : représentativité de l'évolution du système de défense de Vauban, d'un type de fortification et d'un type de site géographique (bord de mer, plaine, montagne), état de conservation des fortifications et authenticité, environnement paysager, politiques de mise en valeur et de protection existantes.

## CARTOGRAPHIE

Cartes TOP 25 IGN 3537ET

## 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, les romans de Raymonde Meyer-Moyne ou, pour la période actuelle, « *Le Dernier Refuge* » de Nicolas Crunchant.

# 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.

