

# Queyras, Tout là haut, Raquette et réveillon à Saint-Véran



## *PRESENTATION*

Randonnée en étoile dans le Queyras  
4 jours, 3 nuits, 3 jours de raquette

Venez-vous ressourcer dans l'univers magique d'une montagne lumineuse et préservée au sein d'un hébergement situé au cœur de la plus haute commune d'Europe !

Organisé à l'occasion des fêtes de fin d'année, ce court séjour de 3 nuits privilégie la découverte à l'exploit sportif, et allie détente et émotion. La raquette est ludique et outre le plaisir d'admirer la montagne, c'est souvent l'occasion de rire et de s'amuser... Surtout à la descente !

Alors il vous reste à ouvrir les portes des jardins secrets de l'hiver et à savourer ce grand moment d'évasion...

### **Nos points forts**

Un réveillon composé de produits simples, festifs mais de qualité, accompagné d'une soirée dansante

- Un sauna mis à votre disposition tous les soirs
- Un hôtel confortable et sympathique avec un choix entre 2 niveaux de confort
- Un vrai village de montagne, typique et original dans son architecture

- Un véritable moment de détente en pleine nature
- L'encadrement du séjour par un accompagnateur en montagne du pays

# PROGRAMME

## Jour 1

### **RDV le jeudi à 19 h 30 à votre hébergement**

**(Voir plus loin la rubrique « accueil » de la fiche pratique).** Accueil par votre accompagnateur, présentation du séjour et distribution du pique-nique et du matériel et départ pour la randonnée en raquettes.

## Jour 2

### **Les balcons de Saint-Véran (2 200 m)**

Un magnifique itinéraire en balcon pour éliminer les fatigues du voyage ! Nous visitons le village de Saint-Véran pour en découvrir les richesses patrimoniales et son habitat typique puis nous nous engageons dans la vallée de l'Aigue Blanche dans un versant bien exposé au soleil. Panorama sur le village et les sommets du Queyras. Émerveillement garanti !

Dénivellations : + 250 m, - 250 m Horaire : 4 h 30

## Jour 3

### **Le sommet Bûcher (2 254 m)**

Nous partons à la découverte des alpages des « Prés de Fromage » par un bel itinéraire alternant forêt de mélèzes et grandes clairières lumineuses. L'accès à la table d'orientation du Sommet Bûcher nous offre un panorama exceptionnel sur l'ensemble du Queyras et sur le massif des Écrins.

Dénivellations : + 550 m, - 550 m Horaire : 5 h

## Jour 4

### **Les Crêtes de Lameron (2 350 m)**

Nous rejoignons le torrent de l'Aigue Blanche et la croix de Lameron par la plus belle cembraie-mélézin du Queyras ! Une balade le long de la crête nous offre un superbe panorama sur Saint-Véran et sur les cimes frontalières avec l'Italie.

Dénivellations : + 500 m, - 500 m Horaire : 5 h

Fin du séjour après la randonnée.

## COMPLEMENT DE PROGRAMME

En fonction de la météorologie, des conditions d'enneigement, d'une surcharge éventuelle d'un hébergement où pour toutes autres raisons indépendantes de notre volonté, nous pouvons être amenés à exceptionnellement modifier ce programme. Notre implantation locale au cœur du Queyras nous permet de répondre au mieux à ces contraintes sans nuire à l'intérêt de votre séjour.

# FICHE PRATIQUE

## ACCUEIL

### **RDV le jeudi à 19 h 30 à votre hébergement**

Le rendez-vous est fixé à l'hébergement : hôtel Le Grand Tétrás

Accueil par votre accompagnateur, installation, présentation du séjour.

**Si vous arrivez en retard** : en cas de retard de train ou sur la route, vous disposerez d'un numéro d'urgence sur votre convocation.

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 souhaitez arriver la veille à Saint-Véran

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

Dispersion le dimanche (jour 4) après la randonnée, vers 15 h 00

### **Retour à la gare**

En haute saison, un service régulier de bus assure plusieurs fois par jour le transfert pour la gare ou au départ de la gare. En basse saison, attention les navettes sont moins régulières.

Information et réservation : au 0809.400.013 ou sur [zou.maregionsud.fr](http://zou.maregionsud.fr)

### **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.
  - Du Queyras, un nouveau service d'autocar vous permet de rejoindre directement le Oulx depuis Saint-Véran. Renseignement et réservation : [www.autocars-imbert.com](http://www.autocars-imbert.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.
- Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nos bureaux) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).

## 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

Deux formules d'hébergement au choix dans le même hôtel.

- en chambre de 2 avec salle de bains et toilettes.
- en chambre de 4 personnes avec douche et wc (Noël uniquement)

Très bien situé dans le village, notre hébergement bénéficie d'un panorama exceptionnel sur la vallée et les sommets environnants. De construction récente, il offre tout le charme et le confort d'un petit hôtel de montagne et vous trouverez auprès de Valérie et Luc l'accueil chaleureux des gens du Sud !

Quelle que soit votre formule d'hébergement, vous bénéficierez de chambres avec balcon ou terrasse,

toutes équipées de salle de bains ou douche avec wc privatif et téléphone direct. Vous pourrez encore vous éblouir des paysages tout en vous désaltérant au salon-bar doté d'une superbe cheminée et de la vue sur les sommets environnants.

Pour éliminer les fatigues de la randonnée, un sauna est également à votre disposition et les plus actifs pourront utiliser la salle de gymnastique et de ping-pong. Vous prendrez les repas du soir dans une magnifique salle de restaurant panoramique où une cuisine généreuse et variée, alliant traditions du terroir et plats exotiques vous régaleront.

## **REPAS DE NOËL**

Repas amélioré sans supplément.

## **RÉVEILLON JOUR DE L'AN**

Cette soirée est organisée autour d'un apéritif enrichi de nombreux « amuse-bouche », d'un buffet (charcuterie, gambas, huîtres, noix de Saint-Jacques, foie gras, viandes, fromages, desserts...) puis d'une soirée dansante. Les vins sont non compris.

## **TRANSFERTS INTERNES**

### **Minibus**

Nous pouvons être amenés à utiliser, si l'état des routes est correct, votre véhicule personnel. Si tel était le cas, un défraiement serait proposé en fonction des kilomètres effectués.

## **GROUPE**

Départ assuré à partir de 4 participants

Groupe limité à 14 personnes

## **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.

## SÉCURITÉ

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, les professionnels de Destinations Queyras 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 votre taille et votre poids, vous serez équipé 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

### Vêtement:

En randonnée le principe des 3 couches reste l'équipement conseillé pour votre confort et votre sécurité.

- un sous-pull à manches longues en matière respirante (fibre creuse).
- une veste chaude en fourrure polaire
- une veste coupe-vent imperméable et respirante (type gore-tex)

En fonction de la météo et de l'effort, vous pourrez toujours choisir le concept le plus efficace. En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit d'ajouter la veste imperméable. Par grands froids, ou lors des pauses en altitude, la veste polaire est un complément indispensable sous la veste coupe-vent.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible. La sueur est l'ennemie du randonneur, surtout en hiver car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses.

Éviter les anoraks et proscrire les combinaisons de ski, trop chaud et encombrant.



## L'équipement vestimentaire conseillé pour randonner

- 1 bonnet.
- 1 paire de gants chauds (prévoir 1 paire de rechange)
- 2 tee-shirts manches courtes adaptés à l'effort (en matière respirante)
- 1 sous-pull à manches longues également adapté à l'effort
- 1 veste en fourrure polaire
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche si possible (type gore-tex ou équivalent)
- 1 housse de protection du sac à dos pour le mauvais temps (souvent intégrée dans les sacs)
- 1 pantalon adapté à la marche (pantalon type « jean » interdit car il gèle lorsqu'il est humide!)
- 1 surpantalon imperméable et respirant (type gore-tex ou équivalent)
- 1 caleçon chaud (il également être utilisé pour la soirée en refuge)
- 2 paires de chaussettes de randonnée, hautes et chaudes et adaptées à la marche
- 1 maillot de bain pour l'accès au sauna de l'hôtel

## **Le matériel indispensable**

- 1 sac à dos de 30/35 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 (Proscrire absolument les bottes et après-skis qui ne sont pas adaptées aux 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, couteau et fourchette 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 et écran labial

## **Pour le soir à l'hébergement**

- nécessaire de toilette
- vos affaires de rechange
- 1 lampe frontale ou de poche

## **Pharmacie personnelle (votre guide à 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

Séjour en étoile, 4 jours, 3 nuits, 3 jours de raquette

Du jeudi soir au dimanche après-midi

Date de début	Date de fin	Etat	Chambre double avec douche et wc dans la chambre	chambre twin avec douche et wc dans la chambre	Hotel chambre 4 personnes
22/12/2022	25/12/2022		540 euros	540 euros	435 euros
29/12/2022	01/01/2023		635 euros	635 euros	0 euros

#### Options :

- Chambre single (en fonction des disponibilités au moment de votre réservation) : + 75 €
- Nuit supplémentaire en demi-pension base chambre de deux : 95 € par personne
- Nuit supplémentaire en demi-pension base chambre de single : 120 € par personne

### LE PRIX COMPREND

- La pension complète
- Le supplément réveillon du jour de l'An
- L'encadrement par un professionnel de la montagne diplômé d'État
- Les transferts en minibus nécessaires au programme de randonnées
- La fourniture de l'équipement de sécurité, des raquettes et bâtons

### LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et le vin pendant les repas
- Les éventuels transferts aller/retour de la gare à l'hébergement
- Les assurances

# POUR EN SAVOIR PLUS

## DESCRIPTION

### L'ESPRIT DU SÉJOUR

Spécialement organisé pour les fêtes de fin d'année, ce séjour à l'écart des grandes stations de ski vous réserve une évasion en pleine nature afin de profiter d'un réveillon à la fois tonique et décontracté ! En outre, pour comprendre et mieux découvrir le Queyras, lors de balades à raquette adaptées au plus grand nombre, votre accompagnateur partagera avec vous ses connaissances : histoire et légendes du Queyras, visite de villages, découverte de la faune sauvage et rencontre avec les gens du pays feront de cette escapade de fin d'année un véritable moment de détente et de ressourcement.

### CARTOGRAPHIE

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

### 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.

# 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 vouliez 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 destination 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 marques parc » par le Parc naturel régional du Queyras.



