

## Raquettes au pays du Viso



### ***PRESENTATION***

Séjour en hôtel 2\*\* en étoile

6 jours, 5 nuits, 6 jours de marche

Au pied même du Viso, se nichent 3 superbes villages occitans : Ostana, Oncino et Crissolo. Cette vallée authentique vous séduira par l'architecture traditionnelle de ses maisons et la gastronomie occitane. Chaque jour, nous évoluons dans des paysages d'altitude sous le regard du Géant de Pierre, à la découverte des plus beaux itinéraires de la vallée.

# FICHE PRATIQUE

## ACCUEIL

**Rendez-vous à 8h50 devant la gare SNCF de Briançon.**

Sur demande lors de votre réservation, possibilité d'accueil à Oulx TGV. Rendez-vous à 9h40 devant la gare TGV.

- Le matin : **vous devez arriver "en tenue"** (habillement + sac à dos de la journée), prêts à partir directement en randonnée.
- **Merci d'être ponctuel et de ne pas oublier une pièce d'identité ainsi que vos attestations ou contrats d'assistance et d'assurance (personnels ou souscrits lors de votre inscription).**

## DISPERSION

Dispersion devant la gare SNCF de Briançon vers 16h40.

Sur demande lors de votre réservation, possibilité de dispersion à Oulx TGV vers 16h00.

## FORMALITES

Carte nationale d'identité ou passeport valide. En Italie, il est nécessaire de présenter sa carte d'identité à chaque hébergement.

Carte européenne d'assurance maladie

Vous voyagez dans un Etat de l'Union européenne, de l'Espace économique européen (UE/EEE) ou en Suisse.

Avant votre départ, procurez-vous la carte européenne d'assurance maladie (CEAM). Elle vous permettra d'attester de vos droits à l'assurance maladie et de bénéficier d'une prise en charge de vos soins médicaux, selon la législation et les formalités en vigueur dans le pays du séjour.

Nominatif et individuel, le formulaire est à demander auprès de [www.ameli.fr](http://www.ameli.fr).

## NIVEAU

4 chaussures

Etape de 6h00 en moyenne. 700 à 1000 m de dénivelée positive et/ou 15 à 18 km.

## HEBERGEMENT

Vous êtes hébergés en chambre quadruple dans une locanda à l'architecture typique, plongés dans la culture occitane. Situé dans un village de charme aux maisons traditionnelles, le Rifugio vous charmera par son accueil chaleureux, sa cuisine copieuse de qualité et son authenticité. Chaque chambre possède un nom occitan, à vous de deviner sa signification

! Les serviettes et les draps sont fournis.

Vous pouvez choisir, sous réserve des disponibilités, une chambre double ( réserver aux couples ou aux personnes inscrites par deux) avec sanitaires privatifs ou une chambre individuelle avec sanitaires privatifs.

Le dîner et le petit déjeuner sont pris à l'hébergement (cuisine gastronomique et traditionnelle). Les pique-niques de midi sont préparés par votre accompagnateur.

Nous fournissons également un "sac de vivres de course" au début du séjour (fruits secs, biscuits, barres énergétiques...).

### Nuits supplémentaires

Première possibilité, un hôtel familial situé à 300 mètres de la gare SNCF de Briançon, disposant d'un grand parking privé. Vous pourrez ainsi sur demande laisser votre véhicule en sécurité pendant votre semaine de randonnée.

Du lundi au vendredi et samedi en juillet et août, possibilité de dîner avec un menu du terroir fait maison à 18 € environ. Nombreux restaurants dans le centre de Briançon.

Deuxième possibilité, un hôtel\*\* plus confortable situé à 400 mètres de la gare SNCF. Buffet pour le petit déjeuner. L'hébergeur vous indiquera des parkings publics gratuits à proximité. Possibilité de se garer devant l'hôtel pour déposer vos bagages.

### Briançon

- Hôtel 1 étoile : de 52 à 89 € (selon la saison et/ou prestation choisie) Chambre double (lit double), individuelle, twin (lits jumeaux) B&b
- Hôtel 2 étoiles : de 57 à 98 € (selon la saison et/ou prestation choisie) Chambre double (lit double), individuelle, twin (lits jumeaux) B&b

### Oulx

- Appartement : de 65 à 100 € (selon la saison et/ou prestation choisie) Chambre double (lit

- double), individuelle
- Nuit sèche

## **SPA**

Situé aux portes de la vallée, sur la commune de Sanfront, le Spa du Monviso Resort vous ouvre ses portes pour une heure de détente. Vous aurez accès à la grotte de sel, le sauna, le hammam et la piscine à remous. Dans une ambiance chaleureuse, vous profiterez certainement de ce moment de tranquillité pour vous relaxer après tous ces efforts.

A prévoir :

- un maillot de bain.
- une serviette de bain.
- des sandales pour l'espace détente.

## **TRANSFERTS INTERNES**

En minibus.

## **PORTAGE DES BAGAGES**

Vous portez uniquement vos affaires de la journée, ainsi que votre pique-nique, et le matériel de sécurité.

Tout au long du séjour, votre guide disposera d'un minibus.

## **GROUPE**

4 à 8 participants.

## **ENCADREMENT**

Vous serez encadrés par un accompagnateur italien titulaire du diplôme ambientalì escursionistichè.

## **MATERIEL FOURNI**

- Une paire de raquettes.

- Une paire de bâtons.
- Le matériel individuel de sécurité : DVA (détecteur de victimes d'avalanche).
- Une pelle et une sonde.

NB : si vous avez votre matériel personnel, merci de nous le signaler à votre inscription, en précisant bien ce que vous avez déjà. Cela permettra de mieux évaluer les besoins en matériel du groupe, pour que le guide n'amène pas de matériel inutile.

## EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Pendant la journée, vous portez sur vous

- Un sous-vêtement thermique type Carline (séchage rapide), à manches longues.
- Une micropolaire.
- Un pantalon de montagne coupe-vent et imperméable ou un surpantalon.
- Des chaussettes à l'excellente thermicité.
- Une paire de guêtres si votre pantalon n'en fait pas office.
- Un bonnet ou une cagoule type Windstopper.
- Un tour de cou polaire ou type Buff.
- Un chapeau, un foulard ou une casquette pour le soleil.
- De très bonnes lunettes de soleil avec protections latérales ou des lunettes de glacier.
- Une paire de gants légers type polaire ou Windstopper.

Pendant la journée, vous portez dans un sac à dos à bretelles larges et dos anatomique, de 35 à 40 litres, permettant de fixer les raquettes dessus :

- Une veste chaude en polaire type Polartec ou Windstopper (sur vous, en fonction des conditions).
- Une veste imperméable et respirante type Goretex, avec capuche (sur vous, en fonction des conditions).
- Un collant thermique type Carline (sur vous, sous le pantalon de montagne, en fonction des conditions).
- Un tube de crème solaire et un stick labial haute protection.
- Un masque de ski.
- Une paire de gants chauds et imperméables type Goretex.
- Une gourde ou bouteille d'eau solide (1 litre au minimum), (poche à eau/pipette déconseillée, risques de gel).
- Une Thermos de boisson chaude éventuellement.
- Le pique-nique de midi et les vivres de course.
- Du papier-toilette et un briquet pour le brûler.
- Votre pharmacie individuelle réduite au minimum.

- Un couteau de poche, des couverts et une boîte en plastique hermétique pour les repas du midi.
- Un gobelet en plastique.
- Quelques sachets en plastique pour protéger vos affaires.
- Une pochette étanche avec vos papiers d'identité, argent, attestations d'assurance, d'assistance.
- Un maillot de bain pour l'espace détente.
- Le matériel technique (voir ci-dessous).
- Une couverture de survie.

Le soir, vous retrouvez votre sac de voyage souple (un seul par personne), de 15 kg au maximum.

- Une trousse de toilette.
- Une serviette de toilette.
- Des chaussettes de rechange.
- Des vêtements de rechange.
- Un survêtement ou similaire pour la nuit.
- Des chaussures type sandales ou chaussons.
- Des chaussures de rechange pour marcher dehors (potentiellement dans la neige).
- Le complément de votre pharmacie individuelle.

#### Matériel technique

- Une paire de chaussures chaudes et imperméables adaptées à la pratique de la raquette à neige.  
En cas de location, testez-les et protégez efficacement les zones de frottement dès le jour du départ.
- Une lampe frontale.

#### Une pharmacie personnelle

- Des antalgiques.
- Un anti-inflammatoire (comprimés et gel).
- Un anti-diarrhéique
- Un désinfectant, des pansements (tailles variées) et des « double peau »
- Une couverture de survie

# DATES ET PRIX

## DATES ET PRIX

Date de début	Date de fin	Etat	Tarif par personne
30/01/2022	04/02/2022		725 euros
06/02/2022	11/02/2022		745 euros
13/02/2022	18/02/2022		745 euros
20/02/2022	25/02/2022		745 euros
27/02/2022	04/03/2022		745 euros
06/03/2022	11/03/2022		745 euros
13/03/2022	18/03/2022		725 euros

Vous pouvez opter pour un hébergement individuel :

- Chambre individuelle pour les nuits à l'hôtel uniquement (non disponible en gîte, refuge et chez l'habitant).
- Tente individuelle pour toutes les nuits en campement.

Chambre individuelle : 165 €

Chambre double : 75 €

## LE PRIX COMPREND

- L'hébergement tel que décrit.
- La pension complète.
- Les transferts prévus au programme.
- Un sachet de vivre de courses.
- L'encadrement par un accompagnateur diplômé avec qualification raquettes.
- Le prêt des raquettes et bâtons.
- Le matériel collectif de sécurité spécifique au circuit.
- Le prêt du matériel individuel de sécurité (DVA, pelles et sondes).
- Une entrée à l'espace détente.

## LE PRIX NE COMPREND PAS

- L'assurance annulation/interruption de séjour/perte de bagages et l'assistance.
- L'acheminement jusqu'au lieu de rendez-vous et depuis le lieu de séparation.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Le supplément chambre individuelle ou double.
- Les nuits supplémentaires.
- Tout ce qui n'est pas indiqué dans la rubrique "Le prix comprend".



## POUR EN SAVOIR PLUS

### DESCRIPTION

# PROGRAMME

## JOUR 1

### BRIANÇON - BRIC SALICHART

Dénivelée positive : 300 m. Dénivelée négative : 300 m. 3 h de raquette. Hébergement : auberge. Repas inclus : midi, soir. Repas libre : matin.

Accueil à 8 h 50 devant la gare de Briançon ou à 9 h 40 à la gare TGV de Oulx (à demander à l'inscription). Transfert à Oстана dans la vallée du Viso. Une belle boucle à la découverte des hameaux d'Oстана : San Antonio, Bernardi pour rejoindre le Bric Salichart (1479 m). Ce parcours vous fera découvrir l'architecture des maisons du Piémont ainsi que de belles fresques sur les façades des chapelles. Nuit à Oстана

## JOUR 2

### RUETTO - BIGORIE - TESTA DI CERVETTO (2356 M)

Dénivelée positive : 860 m. Dénivelée négative : 860 m. 5 h 30 de raquette. Hébergement : auberge. Repas inclus : matin, midi, soir.

Court transfert au village de Ruetto. En chemin, nous découvrons des fresques dans le village d'Oncino. A travers la forêt, nous rejoignons le petit hameau d'alpage de Bigorie, coupé du monde en hiver. Nous remontons le large vallon de Cervetto pour gagner la testa di Cervetto ou di Nonna (2356 m). Retour par le même itinéraire. Nuit à Oстана.

## JOUR 3

### COLLE BERNARDO (2252 M) - ESPACE DÉTENTE DE SANFRONT

Dénivelée positive : 700 m. Dénivelée négative : 700 m. 5 h 30 de raquette. Hébergement : auberge. Repas inclus : matin, midi, soir.

Transfert de quelques minutes à Meire Durandini (1622 m). Nous remontons la Costa Serviglione pour atteindre le colle Bernardo. Ce col nous offre un point de vue panoramique sur toute la vallée. L'après-midi, vous profitez d'un moment de détente et de bien-être au Spa de Sanfront. Au programme : bain à remous, jet d'eau, aromatorium, hammam. Nuit à Oстана.

## JOUR 4

### GHINCIA PASTOUR (2430 M) - OSTANA

Dénivelée positive : 800 m. Dénivelée négative : 800 m. 5 h 30 de raquette. Hébergement : auberge. Repas inclus : matin, midi, soir.

Court transfert au pied du Viso à Pian Melzè (1694 m). Nous remontons le rio dei Quarti jusqu'au lac Chiarretto (2271 m). Si les conditions le permettent, nous rejoignons éventuellement la Ghincia Pastour (2430m). Descente par le lac Fiorenza (2164 m). Nuit à Ostana.

NB : Si les conditions nivologiques sont délicates, votre accompagnateur pourra également vous proposer une boucle sur les hauteurs de Borgo en direction de Meire Coumpercie.

## JOUR 5

PIAN MELZÉ - COLLE DELLA GIANNA (2531 M)

Dénivelée positive : 800 m. Dénivelée négative : 800 m. 4 h 30 de raquette. Hébergement : auberge.

Repas inclus : matin, midi, soir.

Court transfert au pied du Viso à Pian Melzè (1694 m). Nous montons le long de la cumbal del Rio sur le versant sud de la punta Sea Bianca (2722 m). Au colle dell Gianna, nous profitons d'une vue imprenable sur le Viso et ses nombreux satellites : punta Udine (3022 m), punta Roma (3075 m), punta Gastaldi (3215 m). Suivant les conditions, descente par le même itinéraire ou Pian del Ré. Nuit à Ostana. Si l'horaire de retour le permet, votre accompagnateur vous proposera d'aller vous balader à la ferme troglodyte de Balma Boves. Cette ferme blottie dans une grande balme retrace la vie des agriculteurs de la vallée (enclot en pierre, four à pain et le lavoir).

NB : L'accompagnateur pourra également choisir en fonction des conditions d'aller au Col Armoine (2690 m).

## JOUR 6

CROCE BULÈ (1813 M) - BRIANÇON

Dénivelée positive : 600 m. Dénivelée négative : 600 m. 4 h 30 de raquette. Repas inclus : matin, midi.

Repas libre : soir.

Transfert au village de Ruetto. Nous débutons par une montée dans le vallon du rio Daina, puis une ligne de crête nous emmène au croce Bulè (1813 m). Vous croiserez en route des chalets d'alpage en pierres pleins de charme. Transfert retour à Briançon. Séparation et fin du séjour vers 16 h 40 à la gare de Briançon ou à 16 h à la gare de Oulx ( à demander à l'inscription).

## COMPLEMENT DE PROGRAMME

NB : Les temps de marche sont donnés à titre indicatif.

M : dénivelée ascendante. D : dénivelée descendante.

Ce programme peut être modifié par votre accompagnateur pour assurer la sécurité du groupe en fonction du niveau de chacun et des conditions météorologiques.



