

# Queyras, lumières et couleurs d'automne 6j



## PRESENTATION

Randonnée en étoile en hôtel 4\*\*\*\* avec accès à l'espace bien-être  
6 jours, 5 nuits, 5 jours de randonnée

Des mélèzes rougeâtres aux couleurs flamboyantes, voici la base de ce séjour !  
Chaque jour, votre accompagnateur vous emmènera sur des randonnées faciles sur les plus beaux secteurs du massif du Queyras à travers des paysages d'automne de cartes postales. Cinq jours durant, vous découvrirez les couleurs et les senteurs exceptionnelles de cette saison.

Vous serez logés en hôtel 4\*\*\*\*, au cœur du village d'Arvieux et vous aurez accès gratuitement à l'espace bien-être de l'hôtel.

**Le plus de ce séjour :**



PARC NATUREL RÉGIONAL  
DU QUEYRAS

Destinations Queyras s'engage dans une logique écoresponsable, depuis plusieurs années déjà. Nos valeurs sont en adéquation avec celles du Parc naturel régional du Queyras. Cet engagement a donc été reconnu. Aujourd'hui, 8 de nos séjours ont la marque « valeur Parc naturel régional ».

Concrètement, nous avons réalisé ce séjour en coopération avec des partenaires locaux dans un but de développement durable : hébergeurs, commerçants, artisans...

Tous sont des acteurs qui agissent pour le bien-être local.

En choisissant un séjour marqué « valeurs Parc naturel régional », vous devenez à votre tour acteur de votre séjour et partagez nos valeurs !

### ***Nos points forts...***

- Un hôtel de charme 4\*\*\*\* avec accès libre aux : jacuzzi, piscine, spa, hammam, sauna
- Un véritable moment de détente à l'hébergement et des randonnées en pleine nature
- Des dîners simples, mais au naturel !
- Un séjour bénéficiant de la « valeur Parc »
- L'encadrement du séjour par un accompagnateur en montagne du pays

# PROGRAMME

## Jour 1

Accueil par votre accompagnateur à 19 h à l'hébergement (voir la rubrique « accueil »).

## Jour 2 au Jour 6

De nombreuses randonnées sont possibles dans le Parc naturel régional du Queyras. Le programme de randonnées sera défini par votre accompagnateur en fonction des merveilles que la montagne nous réserve à cette époque : beaux mélézins rougeoyants, lacs d'altitude, hauts sommets panoramiques, hameaux à l'habitat particulier, alpages, sans oublier la rencontre avec les gens du pays !

## Jour 6

Fin du séjour en début d'après-midi 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.

# FICHE PRATIQUE

## ACCUEIL

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

**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 arrivez en journée nous précisez si vous organiser votre transfert ou si vous attendez l'heure de rendez-vous en gare.
- Votre lieu d'arrivée : hôtel ou gare.

## ACCÈS

### Si vous arrivez en train

Arrivée en gare de Montdauphin-Guillestre, sur la ligne vers Briançon.

Nom de la gare pour votre recherche : MONT DAUPHIN / GARE SNCF

Informations et horaires : [www.oui.sncf](http://www.oui.sncf)

En venant du nord : liaison quotidienne par train couchette ou par TGV et TER :

- Train de nuit : ligne Paris (gare d'Austerlitz) / Montdauphin - Guillestre
- Train de jour : ligne Paris-Valence ou Paris-Grenoble puis correspondances pour Montdauphin-Guillestre (ligne vers Briançon). Attention, évitez les propositions d'horaires vous faisant passer par Aix-en-Provence ou Marseille, beaucoup plus long.
- Train de jour : TGV ligne Paris – Turin. Arrêt Oulx
- Arrivée à la gare italienne d'Oulx (ligne Paris-Turin)
  - À Oulx, un car Zou (Région -sur réservation) vous amènera à Briançon (tarif 2020 : 12 €)

l'aller pour les adultes, 6 € de 5 à 12 ans). Durée du trajet d'Oulx à Briançon : environ 1 h. À réserver auprès de Zou au **0809.400.013** ou sur [zou.maregionsud.fr](http://zou.maregionsud.fr). Ensuite le train vous permettra d'atteindre Montdauphin Guillestre.

En venant du sud : ligne Marseille-Briançon

### **De la gare au lieu de RDV**

**Votre accompagnateur, un responsable de l'agence ou la navette Zou viendra vous chercher en gare le dimanche soir à 18 h 30** pour le transfert sur le lieu de rendez-vous (transport en minibus compris dans le tarif du séjour).

**Attention, pour organiser ce transport vous avez l'obligation de nous réserver votre transfert au moins une semaine avant la date du séjour.**

En cas d'arrivée en dehors de cet horaire, le transfert dans le Queyras est à votre charge. Vous devrez utiliser un taxi ou un système de covoiturage car à cette période aucune navette locale n'est mise en place.

### **Accès en voiture**

#### **Par le nord**

**1ère possibilité** : Emprunter le col du Lautaret par Bourg d'Oisans et la Grave. Rejoindre Briançon et suivre direction Gap (RN 94) jusqu'à Montdauphin puis Guillestre, porte d'entrée du Parc régional du Queyras.

**2e possibilité** : Depuis Grenoble par la Mure et Gap. Ensuite suivre la direction Embrun par la RN 94 puis Guillestre porte d'entrée du Parc régional du Queyras. Prendre la D902 puis suivre les indications « Stations du Queyras ».

**3e possibilité** : Depuis Grenoble rester sur l'autoroute A51 direction Sisteron. Franchir le col de Lus-la-Croix-Haute, puis rejoindre Veyne, Gap. Ensuite suivre la direction Embrun par la RN94 puis Guillestre porte d'entrée du Parc régional du Queyras. Prendre la D902 puis suivre les indications « Stations du Queyras ».

**4e possibilité :** Par Chambéry – Autoroute de la Maurienne -Tunnel du Fréjus (au péage prendre un aller-retour valable 7 jours).

Au péage à la sortie du tunnel côté italien, continuer sur l'autoroute direction Turin. Sortir à Oulx et prendre direction Cesana – Sestriere - Col de Montgenèvre/Francia. Du col de Montgenèvre (frontière) vous gagnez Briançon puis Guillestre (1 h 30 min de trajet depuis le tunnel).

**Par le sud :**

Valence ou Sisteron - Gap - Embrun - Guillestre.

Depuis Guillestre, suivre la direction « Queyras » (D 902), puis la D 947.

**Taxi :**

Le Guilazur au 06 80 21 77 22

Mr Durosne au 06 60 76 51 29 ou 06 15 37 28 67

Transports Petit Mathieu au 04 92 46 71 56 ou 06 07 83 93 58

## NIVEAU

### 2 chaussures

Randonnée de 4 à 5 heures de marche en moyenne comportant une dénivellation moyenne de 400 à 600 m en montée et/ou descente ou itinéraire vallonné de 15 à 20 km.

Aucune expérience de l'activité n'est nécessaire pour participer à ce séjour.

Vous marchez avec un sac léger contenant vos affaires nécessaires à la journée (pique-nique, vêtement chaud, gourde...).

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 randonnée !

## HEBERGEMENT

### Hôtel 4\*\*\*\* « La Ferme de l'Izoard »

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 Alix et Aurélien un accueil chaleureux.

Pour éliminer les fatigues de la randonnée, un sauna et un jacuzzi sont à votre disposition ainsi qu'une piscine couverte et chauffée en accès libre.

Vous prendrez les repas du soir dans une magnifique salle de restaurant au décor montagnard où une cuisine généreuse et variée, alliant traditions du terroir et plats exotiques vous régèlera.

- Formule « Grand confort » : en chambre de 2 personnes avec salle de bains et WC privatif.

D'une superficie de 32 à 40 m<sup>2</sup>, les chambres "Grand confort" d'un lit d'1m60 ou de 2 lits de 80, douche multi jets ou baignoire, terrasse ou balcon plein sud. Toutes nos chambres sont équipées de : TV, Téléphone, Sèche-cheveux, Sèche-serviettes.

## TRANSFERTS INTERNES

Minibus 8 personnes en plus de l'accompagnateur.

Lorsque le groupe dépasse ce nombre, 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 (0,50/km).

## 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, organisation d'un secours ;
- 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.

## DISPERSION

Fin du séjour le jour 6 après la randonnée en début d'après-midi :

- Pour les participants venus en train : dispersion directement en gare de Montdauphin Guillestre à 14 h (selon les trains programmés).
- Pour les participants venus en voiture : retour à l'hôtel autour de 15 h après avoir déposé les participants venus en trains à la gare.

### 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 1h. À réserver auprès de Zou au **0809.400.013** ou sur [zou.maregionsud.fr](http://zou.maregionsud.fr). Tarif 2019 : 12€)

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](http://www.oui.sncf)).

## EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

### Vêtements :

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

- un tee-shirt à manches courtes en matière respirante (fibre creuse).
- une veste 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, car elle humidifie les vêtements et vous refroidit lors des pauses.

### L'équipement vestimentaire conseillé pour randonner :

- 1 chapeau de soleil ou casquette
- 1 bonnet ou tour de cou multifonction type BUFF© et 1 paire de gants légers pour se protéger du froid en altitude
- 1 tee-shirts manches courtes adaptés à l'effort (type microfibre synthétique ou naturel)
- 1 vêtement isolant type : polaire ou doudoune
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche si possible (type gore-tex ou équivalent)
- 1 cape de pluie ou une housse de protection du sac à dos pour le mauvais temps (souvent intégrée dans les sacs)
- 1 pantalon de trekking ample
- 1 short ou bermuda adapté à la marche
- 1 paires de chaussettes de randonnée, hautes adaptées à la marche

### Le matériel indispensable :

- **1 sac à dos de 30/35 litres à armature souple**, muni d'une ceinture ventrale
- 2 bâtons télescopiques
- **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 (chaussures basses déconseillées à partir des séjours de niveau 3 chaussures)
- 1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos
- 1 paire de lunettes de soleil catégorie 3
- 1 thermos pour une boisson chaude ou froide
- 1 gourde (prévoir minimum 1,5l/pers) ou poche à eau type « Camel back » avec pipette
- 1 gobelet, couteau et fourchette pour les pique-niques

- Des vivres de course
- 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

#### **Pour le soir à l'hébergement :**

- nécessaire de toilette
- vos affaires de rechange
- 1 maillot de bain (selon les hébergements)

#### **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
- des jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)

## **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 (numéro de contrat + numéro de téléphone)

# DATES ET PRIX

## DATES ET PRIX

Du dimanche soir au vendredi à 14 h

6 jours, 5 nuits, 5 jours de randonnée

DATE DÉPART	DATE DE FIN	TARIF
Du 17/10/2021	au 22/10/2021	865,00 €
Du 24/10/2021	au 29/10/2021	865,00 €

Options :

- Supplément single en fonction des disponibilités : 345 €
- Nuit supplémentaire en ½ pension :
  - Base 2 pers chambre double : 114€/ pers
  - Base single : 184€/pers

2 autres formules au choix

- 5 jours / 4 nuits / 4 jours de marche : 650€ (code séjour : DRALCA5)
- 4 jours / 3 nuits / 3 jours de marche : 495€ (code séjour : DRALCA4)

## LE PRIX COMPREND

- La pension complète (repas froid le midi lors des randonnées) du soir du jour 1 au midi jour 6
- L'encadrement par un professionnel de la montagne diplômé d'État
- Les transferts en minibus nécessaires au programme de randonnées
- L'accès libre à la piscine couverte, au sauna et au jacuzzi de l'hôtel
- Le transfert en aller-retour de la gare à l'hébergement

## LE PRIX NE COMPREND PAS

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

# POUR EN SAVOIR PLUS

## DESCRIPTION

### LA MARQUE "VALEURS PARC NATUREL RÉGIONAL"

Qu'est-ce que c'est ?

La marque « valeurs parc naturel régional, est une marque au service du développement durable des territoires ». Cette marque vise à valoriser les ressources naturelles et culturelles spécifiques à un territoire. Elle a pour but de « démontrer un engagement d'un producteur ou d'un prestataire aux côtés d'un PNR ».

À l'initiative des Parcs naturels régionaux, elle a pour objectif de valoriser les engagements des acteurs du territoire aux valeurs du développement durable :

Préservation de l'environnement, bien-être social des femmes et des hommes et de l'économie locale.

« La marque met en avant des produits et services du territoire obéissant à des référentiels spécifiques, auprès de consommateurs de plus en plus sensibles aux enjeux du développement durable. Les bénéficiaires (entrepreneur individuel, société, coopérative, SICA ...) en accord avec les valeurs de la Marque, s'affichent comme des acteurs économiques responsables, engagés pour le développement de leur territoire. Ils intègrent un réseau régional et national dans une démarche de progrès.

Ils partagent des expériences et bénéficient du conseil et de l'accompagnement technique des équipes des Parcs et de leurs partenaires. Les bénéficiaires peuvent apposer la marque sur les outils de communication : documentation, site Internet, emballages, point de vente, stands... et profitent d'un dispositif promotionnel régional et national pour leurs produits et services, au travers de la marque. »

De nombreux services et produits du territoire peuvent être marqués : produits agricoles, agroalimentaires et artisanaux (issus et transformés sur le territoire), et des services touristiques comme les hébergements, la restauration, les prestations d'accompagnement, les activités de loisirs, les sites de visite et de découverte et les séjours.

La marque véhicule les valeurs du développement durable :

Préservation et valorisation de l'environnement :

- Développer des pratiques écoresponsables (conception produit ou service)
- Préserver et valoriser les ressources naturelles et favoriser leur connaissance (maintien et développement de la qualité des paysages, des milieux et de la diversité)

Dimension humaine, le développement maîtrisé par l'homme et pour l'homme :

- Rendre l'économie plus sociale et plus solidaire afin que chaque individu puisse s'épanouir au sein d'un collectif et vivre en harmonie avec son territoire
- Des valeurs humaines au coeur de l'activité

- Accueillir et sensibiliser tous les publics aux valeurs « Parc naturel régional »
- S'impliquer dans la démarche

Découvrir le Parc naturel régional du Queyras : [www.pnr-queyras.fr](http://www.pnr-queyras.fr)

## CARTOGRAPHIE

Cartes TOP 25 IGN 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, ou, pour la période actuelle, *Le Dernier Refuge* de Nicolas Crunchant.

