

Saint-Véran et le Queyras à raquette 4 jours en liberté



PRESENTATION

Hébergement en hôtel ou en gîte d'étape

Randonnée en étoile en liberté 4 Jours, 3 Nuits, 3 Jours de randonnée

Découvrir à raquette les petits villages et hameaux du Queyras est sans conteste l'une des plus belles randonnées hivernales en liberté.

Habitat typique, alpages baignés de soleil, forêts lumineuses et parfois une rencontre inattendue avec la faune sont les ingrédients de cette découverte. Quel que soit l'hébergement choisi, vous disposerez d'un hébergement de qualité pour passer des soirées conviviales.

Nos points forts :

- Un sauna ou spa dans l'hôtel et un bain norvégien au gîte sont à votre disposition
- Un séjour confort dans la plus haute commune d'Europe adapté à tous les budgets : formule chambre de 2 en hôtel ou chambre de 4 en gîte
- Une cuisine de terroir à base de produits locaux
- La découverte de l'habitat typique et son écomusée.
- Des professionnels du pays vous personnalisent vos circuits et vous forment à la sécurité hivernale

- Notre présence au coeur du Queyras pour répondre à toutes vos demandes et réagir face aux éventuels imprévus

PROGRAMME

Jour 1 :

Si vous arrivez en voiture, en semaine :

RDV le jour 1 entre 14 h 30 et 17 h 30 à nos bureaux.

Accueil pour la remise de votre dossier de voyage. Présentation et initiation au maniement de l'équipement de sécurité : dva (détecteur de victime d'avalanche) + pelle + sonde par un professionnel de la montagne.

Si vous arrivez en train, ou en voiture le week-end :

Votre dossier vous sera remis à votre hébergement et une personne responsable de l'agence viendra vous accueillir et vous présenter le matériel de sécurité.

Jour 2

Les balcons de Saint-Véran

Visite du village « le plus haut d'Europe », son habitat, ses cadrans solaires, ses fontaines, ses fours à pain.. Superbe cheminement en versant sud au dessus du village vers la Cirque de la Blanche (2 400 m).
Dénivellations : + 400 m, - 400m Temps de marche : 3 h 30 à 4 h

Jour 3

Les alpages du Bûcher (2 254 m) : Vue à 360° sur le Queyras

Montée douce en forêt, jolies clairières offrant de belles vues sur la vallée, pour rejoindre le col des Prés Fromage et ses chalets puis le belvédère exceptionnel du sommet Bûcher. Les nombreux chalets d'alpage, un repas auprès du feu dans la bergerie du "Clot l'Henri" bref, une journée riche et inoubliable !
Dénivellations : + 500 m, - 500 m Horaire : 4 h 30 min

Jour 4

La Croix de Curlet (2 301 m)

Découverte de la forêt typique du Queyras, mélange de pins cembro et de mélèzes. Fabuleux panorama depuis la Croix vers Saint-Véran et sur les cimes frontalières avec l'Italie. `
Dénivellations : - 170 m, + 450 m, - 450 m, + 170 m Horaire : 4 h

Fin du séjour après la randonnée

Pour les participants venus en train, transfert en bus local à la gare de Montdauphin-Guillestre

Information et réservation : Zou au 0809.400.013 ou sur zou.maregionsud.fr

COMPLEMENT DE PROGRAMME

En fonction de la météorologie, des conditions d'enneigement ou pour toutes autres raisons indépendantes de notre volonté, nous pouvons exceptionnellement modifier ce programme.

Enneigement :

Vous êtes avant tout des randonneurs et si la neige vient à manquer sur certaines parties de l'itinéraire (notamment en fin de saison), nous assurons tout de même le départ de nos séjours. Selon les périodes ou les altitudes parcourues vous devrez parfois porter vos raquettes sur le sac à dos. Mais les merveilles du Parc naturel du Queyras restent tout de même au rendez-vous !

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

Si vous arrivez en voiture, en semaine :

RDV le jour 1 entre 14 h 30 et 17 h 30 à nos bureaux.

Accueil pour la remise de votre dossier de voyage. Présentation et initiation au maniement de l'équipement de sécurité : dva (détecteur de victime d'avalanche) + pelle + sonde par un professionnel de la montagne.

Si vous arrivez en train, ou en voiture le week-end :

Votre dossier vous sera remis à votre hébergement et une personne responsable de l'agence viendra vous accueillir et vous présenter le matériel de sécurité.

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

DISPERSION

Fin du séjour le jour 4 après la randonnée.

Pour les participants venus en train, transfert en bus local à la gare de Montdauphin-Guillestre, en fin de journée autour de 18h30 pour rejoindre le train de nuit en direction de Paris (Non compris dans le prix du séjour).

Retour à la gare

À la période où nous établissons cette fiche technique, les horaires de navettes pour l'hiver 2022 ne sont pas encore défini. Nous vous invitons à vous renseigner auprès de Zou au 0809.400.013 ou sur zou.maregionsud.fr lors de l'organisation de votre voyage.

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.
 - un nouveau service d'autocar vous permet de rejoindre directement le Oulx depuis le Queyras. Renseignements et réservation: 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 www.oui.sncf).

En basse saison, afin de faciliter votre arrivée en train, nous pouvons vous organiser le transfert vers la gare avec un taxi : 80 € / trajet (groupe jusqu'à 7 personnes au-delà, nous consulter).

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

Aucune expérience de l'activité n'est nécessaire pour participer à ce séjour. Itinéraire vallonné de 10 à 15 km ou itinéraire de montagne avec dénivelés de 300 à 500 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...).

Le temps de marche permet d'effectuer l'étape en favorisant la découverte des différentes richesses naturelles et patrimoniales des villages et hameaux traversés.

HEBERGEMENT

2 formules d'hébergements sont possibles

En hôtel** (chambre de 2 personnes)

Le choix de l'hôtel s'organise en fonction des disponibilités du moment. Vous êtes en chambre de deux personnes avec douche et WC dans la chambre.

En gîte d'étape confortablement aménagé (petite chambre collective)

La formule gîte d'étape offre un hébergement réservé presque essentiellement aux randonneurs. Les nuits s'organisent chambres mixtes de 4 à 8 pers, avec douches et WC sur le palier, draps et serviettes non fournis. Les nuits s'organisent chambres mixtes de 4 à 8 pers, avec douches et WC sur le palier, draps et serviettes non fournis.

La restauration servie dans hébergement est équilibrée et variée. La cuisine est copieuse, traditionnelle et adaptée au programme des randonneurs.

Les pique-niques de midi

Vous trouverez dans les villages les commerces nécessaires à vos achats. Si vous le souhaitez, vous pouvez également réserver auprès des hébergeurs vos repas froids du lendemain. Il suffit de les commander à votre arrivée.

TRANSFERTS INTERNES

Les randonnées des jours 2 et 4 s'effectuent en aller-retour au départ de l'hôtel. Pour la randonnée du jour 3, vous devrez effectuer un court transfert en navette locale ou avec votre véhicule (10 min) de l'hôtel au départ de la balade.

PORTAGE DES BAGAGES

Sur ce séjour en étoile vos bagages restent à l'hébergement et 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 et sonde à neige).

GROUPE

Départ assuré à partir de 2 participants

ENCADREMENT

Séjour sans accompagnateur

SÉCURITÉ

Su ce séjour vous faites le choix de ne pas être accompagnés d'un professionnel. Vous randonnez sous votre propre responsabilité. Nous vous conseillons d'être déjà sensibilisé au milieu hivernal et de bien respecter les consignes qui vous seront données par le professionnel lors de l'initiation au matériel de sécurité.

Le balisage

Les itinéraires détaillés dans le carnet de route ne sont qu'indicatifs. Ils sont réservés à de bons marcheurs et empruntent des itinéraires non balisés ou indiqués par des panneaux à certains endroits ! La base de la sécurité pour randonner à raquette est de savoir lire une carte IGN au 1/25 000 car le balisage n'est pas toujours facilement repérable à cause de la neige et nous vous conseillons d'être

particulièrement vigilant sur votre itinéraire à l'aide de la carte et de l'altimètre, voire du GPS. Il est important de savoir apprécier l'état du manteau neigeux !

Les temps de marche

Ils dépendent évidemment pour beaucoup de l'état de la neige lors de vos étapes. Si les itinéraires ont été fréquentés récemment la neige sera damée ou tassée et vous serez forcément plus rapide que si vous devez faire votre trace après une petite chute de neige. Il vous appartiendra de tenir compte de ces éléments lors de l'organisation de vos journées.

L'organisateur ne peut en aucun cas être tenu pour responsable d'un problème quel qu'il soit, survenu pendant le parcours de votre randonnée (état de l'itinéraire, niveau physique pas adapté au circuit, mauvaise appréciation d'un horaire, erreur de lecture de la carte...).

Si vous deviez utiliser les services d'un transporteur pendant ce séjour (mauvais temps, retard, fatigue excessive, égarement ou autres imprévus...) ceux-ci restent évidemment à votre charge et sous votre responsabilité.

Nous vous fournissons pour la durée du séjour les documents indispensables à la randonnée (carnet de route, cartes...).

Téléphonie mobile

De nombreuses zones montagnardes ne sont pas couvertes par les réseaux de téléphonie mobile. Toutefois, pour votre sécurité nous avons organisé les étapes de ce circuit dans des secteurs où des opérateurs sont présents.

Demande de secours

En cas de besoin vous devrez composer le 112 qui est le numéro d'appel d'urgence prioritaire.

Météo

Vous marchez sous votre propre sécurité, il vous convient de vous renseigner chaque jour sur les conditions météo auprès de Météo-France Briançon au 3250 (2€99/ appel).

DOSSIER DE RANDONNEE

Pour que votre séjour en liberté se déroule le mieux possible, nous avons toujours pris soin d'apporter une attention particulière à vos documents fournis. Conscient de l'évolution des nouvelles technologies, et parce que nous souhaitons d'avantage vous faire partager notre passion pour le territoire, nous faisons régulièrement évoluer le contenu de notre dossier et vous proposons :

- Un carnet culturel vous décrivant le patrimoine local et précisant les informations pratiques telles que les commerces ou services à disposition dans les villages
- Un carnet de route contenant la carte et le descriptif détaillé jour par jour du circuit
- La carte personnalisée au 1/30 000e compatible GPS qui couvre votre itinéraire

- Sur demande :
 - L'envoi de la trace gps au format *gpx (Format compatible avec tout type de GPS ou smartphone)
 - La mise à disposition de l'application « Roadbook »
- Les « vouchers » ou bons d'échange que vous devrez remettre aux différents prestataires (hébergeurs, taxi...)

L'application mobile (à demander dès votre réservation) : Cette application vous donne accès aux cartes détaillées du parcours (fond de carte Openmap), la trace de l'itinéraire, les points d'intérêts à découvrir tout au long de votre randonnée. Simple d'utilisation, elle vous géo localise et vous guide en temps réel sur le terrain. Une fois le parcours téléchargé, cette application fonctionne sous le mode avion de votre téléphone. Vous pouvez l'utiliser dès le départ du circuit, ou en court de route pour vérifier votre positionnement. Par sécurité, selon l'autonomie de votre téléphone et parce que la recharge des téléphones en refuge est impossible, nous vous conseillons de prendre une petite batterie externe pouvant vous dépanner.

Pour en savoir plus : www.randoqueyras.com/carnet-route-numerique.html

NOTA : REMISE DES DOCUMENTS

Avant votre départ : Au plus tard, 15 jours avant votre départ vous recevrez votre convocation vous indiquant le lieu de rendez-vous et le détail des hébergements qui vous accueilleront tout au long du séjour. **Si vous l'avez demandé** : Nous vous mettons également à disposition vos codes d'accès pour l'application, et nous vous faisons parvenir les traces GPX du parcours.

Sur place : Vous serez accueillis par un professionnel de la montagne du pays. Il vous remettra l'intégralité de votre dossier lors de l'accueil du jour 1 à nos bureaux ou à votre hébergement à partir de 17 h 30 si vous venez en train.

Ce temps de rencontre sera l'occasion de vous transmettre les dernières informations concernant votre itinéraire (état des sentiers, présence éventuelle de neige sur certains cols en début de saison, prévision météo...) et d'échanger avec vous quelques conseils sur votre équipement et matériel nécessaires au bon déroulement de votre séjour.

À la fin de votre séjour, les éléments de votre dossier vous sont laissés à disposition.

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.

Vous pouvez utiliser votre propre matériel si celui-ci est adapté au milieu montagnard.

Si c'est le cas, le tarif sera inchangé.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements :

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 peut également être utilisé pour la soirée en refuge)
- 2 paires de chaussettes de randonnée, hautes et chaudes et adaptées à la marche

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
- **1 drap de sac et 1 seviette de toilette pour la formule gîte**

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

Départ possible tous les jours du 19/12/2021 au 03/04/2022 (dernier départ).

Compte tenu de la forte fréquentation et de l'indisponibilité de la plupart des hébergeurs, aucun départ ne sera possible du 26/12/21 au 02/01/22.

Tout séjour ayant au moins un jour pendant les vacances scolaires est considéré comme faisant partie de la haute saison.

Options :

- Transfert gare - hôtel : 80 € / trajet (groupe jusqu'à 7 personnes au-delà, nous consulter).

Nuit supplémentaire, formule ½ pension :

- Nuit en gîte dortoir : 49 € /pers
- Nuit gîte chambre de 2 : 59 € /pers
- Nuit en hôtel chambre de 2 : 85 € /pers

LE PRIX COMPREND

- L'organisation du séjour
- L'hébergement en ½ pension
- La location de l'équipement de sécurité
- L'initiation à sa manipulation par un professionnel
- La fourniture des raquettes et bâtons
- La fourniture de votre dossier de randonnée en raquette

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les pique-niques de midi (sur commande auprès des hébergeurs ou possibilité de commerces dans les villages)
- Les boissons et le vin pendant les repas
- Les éventuels transferts pour se rendre au départ des randonnées
- Les assurances
- Le transfert en aller-retour de la gare au lieu de rendez-vous (en option)

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

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 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 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.

