

CE, clubs, groupes : tour du Queyras à raquette 6 jours en liberté



PRESENTATION

Randonnée itinérante en liberté

6 Jours, 5 Nuits, 5 Jours de randonnée

Rando en raquette itinérante dans le Queyras : une expérience inoubliable

Envie de vivre une aventure hivernale inoubliable ? Découvrez le Queyras, un massif montagneux des Hautes-Alpes, à travers un circuit itinérant en raquette.

Au programme :

- Des paysages à couper le souffle
- Des villages pittoresques
- Des sommets enneigés
- Une immersion en pleine nature

Ce circuit est accessible aux randonneurs expérimentés ayant déjà une petite expérience de la montagne en hiver.

Vous aurez le choix entre l'hébergement en chambre collective ou individuelle, et vous pourrez même dormir en refuge perché au-dessus de la vallée.

La sécurité est notre priorité : lors de votre réservation, nous nous assurerons de votre niveau d'autonomie et de votre expérience en raquette. Lors de votre arrivée, vous bénéficierez d'une formation à la sécurité avec un accompagnateur en montagne et d'un dossier complet incluant nos derniers outils numériques.

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

Ville-Vieille (1 410 m) - Souliers (1 850 m)

Vous découvrez Château-Queyras et son fort que nous contournons pour admirer la splendide gorge du Guil. Belle montée dans l'adret pour gagner le lac de Roue (1 850 m), site superbe qui rappelle sous certains aspects le cadre typique des montagnes Rocheuses du Canada. Très belle balade en balcon pour rejoindre Souliers l'un des plus beaux hameaux du Queyras. Ici vit une petite communauté qui s'accroche à sa terre ! (1 550 m).

Dénivellations : montée 745 m, descente 355 m Temps de marche : 4 h

Jour 3

Souliers (1 850 m) - Aiguilles (1 505 m)

Cette randonnée se déroule presque intégralement en balcon où beauté rime avec calme et sérénité. Vous cheminez entre les hameaux suspendus de l'adret du Guil témoignages de la vie passée. Le panorama sur les villages de la vallée et les sommets frontaliers est superbe.

Dénivellations : montée 357 m, descente 703 m Temps de marche : 4 h 00

Jour 4

Aiguilles (1 505 m) - Saint-Véran (2 040 m)

Une journée exceptionnelle entre mélézins lumineux, hameaux à l'habitat typique suspendus sur la vallée, sans oublier la découverte de Saint-Véran et de ses richesses : cadrans solaires, habitat typique, fontaines...

Dénivellations : montée 792 m, descente 279 m Temps de marche : 5 h 00

Jour 5

Saint-Véran (2 040 m) - Croix du Curlet (2 301 m) - Molines en Queyras (1 750m)

Descente tranquille vers le torrent de l'Aigue Blanche, avant de s'engager dans une superbe forêt de pins cembro et de mélèzes. De la crête de Curlet (2 301 m) la vue est grandiose sur Saint-Véran et les sommets de la chaîne frontalière.

Dénivellations : 550 m en montée, 760 m en descente Temps de marche : 5 h 30

Jour 6

Molines en Queyras (1 750m) - Le sommet Bûcher (2 250 m) - Ville-Vieille (1 450m)

Court transfert à Molines pour rejoindre le départ de la randonnée.

Les alpages des Prés Fromage offrent une superbe randonnée en altitude. Vous êtes au cœur d'un véritable paradis blanc où l'on se perd pour quelques instants dans l'émerveillement et le panorama sur les sommets des Alpes depuis le sommet Bûcher est exceptionnel ! Longue et belle descente en forêt pour atteindre Ville-Vieille le terme de votre circuit. Taxi possible entre Molines et Ville-Vieille pour raccourcir cette dernière étape.

Dénivellations : 600 m en montée, 760 m à 960 m en descente Temps de marche : 5 h 00 à 6 h 00

Fin du séjour après la randonnée

Pour les participants venus en train, transfert possible en bus local à la gare de Montdauphin-Guillestre (non inclus dans le prix du séjour).

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 y compris pendant le déroulement de votre séjour. Si ces modifications entraînent des frais, en particulier les transferts taxi non prévu au programme, ces derniers seront à votre charge.

Enneigement :

Les temps indiqués sont un temps de marche moyen, donné pour un itinéraire enneigé avec une trace existante. Ce temps est variable et dépendra beaucoup de la qualité de la neige : on avance plus vite sur de la neige dure qu'en neige fraîche...

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 !

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

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, durée 30min à 1h00 selon les conditions du moment.

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.

Arrivée en train

Si vous arrivez en train

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

Informations et horaires : <https://www.sncf-connect.com/>

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 nouveau service d'autocar vous permet de rejoindre directement le Queyras depuis la gare. Renseignement et réservation : www.autocars-imbert.com - 04 92 45 18 11

En venant du sud : ligne Marseille-Briançon

De la gare au lieu de RDV

Un système de navette est mis en place pour relier le Queyras depuis la gare. Attention, la fréquence

des navettes varie selon le rythme de la saison.

Basse saison : 1 liaison par jour en semaine (le matin), et 4 liaisons par jour du vendredi au dimanche

Haute saison (vacances scolaires) uniquement : 4 liaisons par jour tous les jours

Nous vous invitons à consulter Zou lors de l'organisation de votre voyage et avant réservation de vos billets de train, au 0809.400.013 ou sur zou.mareregionsud.fr.

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

Quel que soit la saison, afin de faciliter votre arrivée en train, nous pouvons vous organiser le transfert depuis la gare avec un taxi : à partir de 90 € / trajet selon votre horaire d'arrivée (groupe jusqu'à 7 personnes au-delà, nous consulter).

Arrivée 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). Attention au GPS qui veut vous conseiller d'atteindre Briançon par Bardonecchia et le col de l'Échelle mais fermé l'hiver !

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.

Contact « État des routes »

Les équipements neige (pneus neige ou chaînes dans le coffre) sont maintenant obligatoires à partir du 1^{er} novembre jusqu'au 30 mars. Pour accéder au département des Hautes-Alpes vous pouvez consulter le site : <https://inforoute.hautes-alpes.fr>

Accès au Queyras

De Guillestre et la D 902 direction le Queyras. Remonter les gorges du Guil pour rejoindre Château-Queyras (forteresse) et Château-Ville-Vieille (environ 20 km). www.viamichelin.fr

PETITS CONSEILS PRATIQUES

Nous rappelons aux utilisateurs des GPS routiers que certains itinéraires qui leurs sont indiqués ne sont pas praticables en hiver ! En effet les grands cols alpins ne sont pas déneigés l'hiver et restent donc fermés à la circulation. Il est par exemple impossible de rejoindre le Queyras depuis Briançon par le col d'Izoard entre le mois de novembre et le mois de mai.

Quel que soit l'itinéraire que vous empruntez l'hiver pour arriver dans les Hautes-Alpes, les équipements spéciaux (Pneus neige, chaînes à neige ou chaussettes ...) sont obligatoires. Entraînez-vous à les mettre avant de partir.

Si vous roulez avec un véhicule diesel, nous vous conseillons d'effectuer votre plein à l'approche du Queyras où vous trouverez du carburant « grand froid ». Le diesel des stations-services éloignées des montagnes est rarement adapté pour supporter les températures froides des nuits en altitude !

Parking

Vous pouvez laisser votre véhicule sur le parking proche de votre hébergement durant le séjour ou sur le parking de la gare de Montdauphin-Guillestre si vous préférez utiliser la navette Zou pour accéder au Queyras.

Autocar

Possibilité de rejoindre le Queyras en bus depuis Marseille et Paris.

- Les horaires depuis Paris : Départs réguliers les vendredis / samedis / dimanches.
- Les horaires depuis Marseille : Départs réguliers les vendredis / samedis.

Ces lignes seront effectuées avec des cars Grand Tourisme de dernière génération répondant aux normes Euros 5 et 6.

Plus de renseignements et réservation directement auprès du transporteur.

www.autocars-imbert.com

Taxi

Le Guilazur au 06 80 21 77 22

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

DISPERSION

Fin du séjour le jour 6 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 sauf si vous avez opté pour ce transfert).

Retour à la gare

À la période où nous établissons cette fiche technique, les horaires de navettes pour l'hiver 2023 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 suivantes :

- 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-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/>).

Quel que soit la saison, afin de faciliter votre arrivée en train, nous pouvons vous organiser le transfert depuis la gare avec un taxi : à partir de 90 € / trajet selon votre horaire d'arrivée (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

3 chaussures

Les randonnées proposées se déroulent sur des itinéraires de montagne avec dénivelés d'une moyenne de 600 à 800 m en montée et/ou descente, sans difficultés techniques particulières. Comptez 5 à 6 heures de marche par jour environs pour les plus grandes étapes.

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

Si les terrains abordés restent à la portée de tous les randonneurs motivés par la marche à raquette, il est impératif d'avoir eu une expérience de ce type de pratique : séjour avec un accompagnateur, randonnée en club, pratique personnelle... Pour des raisons de sécurité, nous nous réservons le droit de refuser votre inscription.

HEBERGEMENT

2 formules d'hébergements sont possibles en fonction des périodes et des disponibilités.

En petites chambres collectives (Formule en gîte d'étape)

Dans cette formule, les nuits s'organisent en chambres de 4 à 8 mixtes, avec douches et WC sur le palier, draps et serviettes non fournis. Les repas et le petit-déjeuner sont préparés par nos hôtes.

En chambre de 2 personnes (sauf le jour 2 à Soulier)

Cette formule avec chambre de 2 s'organise autour des hôtels et des gîtes présents dans les villages étapes, sauf le jour 2 où la nuit est en refuge (formule dortoir). Elle comprend la plupart du temps douche et wc dans la chambre. Le linge de lit et de toilette est fourni sauf au refuge.

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

Les pique-niques de midi

Vous pourrez trouver dans les villages les commerces nécessaires à vos achats. En période hivernale, nous vous conseillons toutefois de réserver les paniers repas avant votre départ. Option à confirmer lors de votre réservation.

PORTAGE DES BAGAGES

En option vous pouvez opter pour le transfert de vos bagages : Vos affaires personnelles inutiles pendant la journée sont transportées par taxi d'une étape à l'autre. Ce bagage (un seul par personne) devra être souple de type sac de voyage ou de sport (valise interdite) et rester d'un poids de 10 kg maximum.

Attention l'accès aux différents hébergements n'est pas toujours aisé en hiver et selon l'enneigement le véhicule ne peut se garer devant les établissements ce qui nécessite du transport. Un bagage trop volumineux et trop lourd peut être refusé par le transporteur.

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).

Attention l'accès aux différents hébergements n'est pas toujours aisé en hiver et selon l'enneigement le véhicule ne peut se garer devant les établissements ce qui nécessite du transport. Un bagage trop volumineux et trop lourd peut être refusé par le transporteur. Si les conditions sont trop difficiles, il se peut que le transfert de bagage soit annulé et que vous deviez prévoir de porter le nécessaire du soir avec vous.

TRANSFERTS INTERNES

Aucun transfert à effectuer sur ce circuit.

Il faut tout de même savoir qu'un système de navette existe entre les villages du Queyras les mardis et les jeudis.

A la demande, il est possible de prévoir un taxi pour raccourcir la dernière étape entre Molines et Ville-Vieille (coût d'environ 30€ la course, à confirmer selon le jour et l'heure de prise en charge.)

GROUPE

Départ assuré à partir de 2 participants

ENCADREMENT

Séjour en liberté sans accompagnateur

SÉCURITÉ

A la réservation

Les conditions hivernales étant nettement plus aléatoire qu'en période estivale, pour votre sécurité, nous

avons besoin d'évaluer votre niveau de pratique avant de vous engager dans l'organisation de votre séjour. Nous vous accordons un temps d'échange pour évaluer la mise en place de votre projet de randonnée, et selon votre expérience, la période, la taille du groupe... l'agence se réserve le droit de refuser votre réservation.

Le circuit

Su ce séjour vous faites le choix de ne pas être accompagnés d'un professionnel. Vous devez déjà être sensibilisé au matériel de sécurité que nous vous fournissons lors de l'accueil (détecteur de victimes d'avalanches accompagné d'une pelle et d'une sonde). Lors de votre accueil, nous accordons un temps pour vérifier les points clés concernant l'utilisation de ce matériel.

Le balisage

Les itinéraires détaillés dans le carnet de route sont indicatifs. Ils empruntent la plupart du temps 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. Nous vous mettons à votre disposition votre circuit sur notre application numérique qui vous guide en temps réel comme un GPS routier.

Enfin, il est important de savoir apprécier l'état du manteau neigeux et de renoncer si les conditions se détériorent !

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'agence ne peut en aucun cas être tenue 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...).

Les sentiers mentionnés dans ce programme permettent d'aller d'un établissement à l'autre sans devoir utiliser les transports en bus ou taxi. 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.

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, tracée selon les conditions du moment 2 jours avant votre arrivée.
- 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.

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 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 (prévoir un sac de 30 à 35l minimum).

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

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

Vous pouvez utiliser votre propre matériel (raquette et bâtons) si celui-ci est adapté au milieu montagnard. Il faudra nous faire parvenir la liste précise + photo de ce que vous utilisez. Une remise de 30 € / pers vous sera accordée.

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 le sac)
- 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 à 3 paires de chaussettes de randonnée, hautes et chaudes et adaptées à la marche
- 1 maillot de bain pour le bain norvégien à Saint-Véran

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 d'excellente qualité.
- 1 thermos pour une boisson chaude obligatoire en hiver
- 1 petite boîte plastique hermétique, gobelet, couteau et fourchette pour les pique-niques,
- des vivres de course de votre préférence
- 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 sac hermétique pour le ramener dans une poubelle une fois utilisé
- crème solaire et écran labial

Pour le soir à l'hébergement

- nécessaire de toilette (privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyage)
- vos affaires de rechange (sous vêtements, pantalon, chaussures légères...)

Pour la formule en gîte uniquement :

- **1 drap de sac + 1 serviette de toilette qui sèche rapidement (y compris pour la formule hôtel, vous en aurez besoin pour la nuit en refuge)**
- 1 frontale ou lampe 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

Départ possible tous les jours du 02/01/2023 au 02/04/2024 (dernier départ).

Options :

- Transfert des bagages (2 à 5 personnes) : 200€ pour le groupe (à partir de 6 personnes : 40€/pers)
- Transfert gare - hôtel : 90 € / trajet (groupe jusqu'à 7 personnes au-delà, nous consulter).
- Paniers repas : 65 €00
- Remise si vous utilisez vos raquettes et bâtons : - 30€/ pers

Nuit supplémentaire, formule ½ pension :

- Nuit en gîte dortoir : 49 € /pers
- Nuit gîte chambre de 2 : 59 €/pers
- Nuit en hôtel chambre de 2 : 89 €/pers

Attention, la formule en chambre peut être soumise à aménagement en particulier pendant les périodes de fortes affluences type vacances scolaires.

LE PRIX COMPREND

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

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les pique-niques de midi (sur commande auprès des hébergeurs ou possibilité de commerces dans les villages)

- Le transport des bagages
- Les boissons et le vin pendant les repas
- Les assurances
- Les transferts en aller-retour de la gare au lieu de rendez-vous

POUR EN SAVOIR PLUS

DESCRIPTION

L'ESPRIT DU SÉJOUR

Randonner, c'est se mettre à l'écoute de son corps et de ce qui l'entoure mais c'est aussi s'arrêter pour s'émerveiller, s'ouvrir à la nature. Randonner, c'est aller à la rencontre de l'autre au détour d'un sentier ou d'un village, rencontre apportant la dimension humaine à la découverte d'un pays.

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 souci 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

connaissiez 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.