

Tour de la haute Ubaye en liberté



PRESENTATION

Randonnée itinérante en gîte en liberté,
7 JOURS - 6 NUITS - 6 JOURS DE MARCHÉ

L'Ubaye, montagne de soleil, bien calée entre Queyras et Mercantour est un massif, une vallée, une rivière ! Ses sommets dépassent les 3 000 et flirtent avec la frontière italienne...

Nous vous proposons un tour très complet, peu fréquenté. Partant de Ceillac dans le Queyras, il vous permettra de traverser le massif de la Font Sancte et ses pics à 3 200 m, d'en savourer tous les aspects, de faire une visite du côté italien, d'épouser les contours du Parc du Mercantour et de faire le tour du puissant massif de l'aiguille de Chambeyron qui culmine à 3 412 m. Complété par la traversée de la réserve naturelle du Val d'Escreins, c'est un tour assez extraordinaire auquel nous vous convions.

Les points forts

- *Un véritable circuit en boucle au cœur de l'Ubaye*
- *Un transfert de bagages suivant la formule choisie*
- *Une petite escapade en Italie dans le Val Maïra*
- *Un itinéraire méconnu et peu fréquenté par la traversée du massif du Chambeyron*
- *La découverte du Val d'Escreins*
- *Possibilité de chambre de 2 à certaines étapes*

PROGRAMME

Jour 1

RENDEZ-VOUS À CEILLAC (1 650 m)

Jour 2

CEILLAC (1 650 m) - MALJASSET (1 910 m)

Les lacs Miroirs et Sainte-Anne, le col Girardin (2 699 m) sous le massif de la Font Sancte (point culminant du Parc du Queyras, 3 380 m), le panorama sur le massif du Chambeyron et la haute vallée de l'Ubaye, une belle entrée en matière !

(+ 1 100 m, - 835 m, 6 h 45 de marche)

Jour 3

MALJASSET (1 910 m) - CHIAPERRA (1 640 m)

Les lacs et le col Marinet, pour un petit détour de toute beauté au pied des glaciers fossiles de la Font Sancte avant de rejoindre le col de Mary 2 641m et la frontière. Superbe découverte d'une vallée du Piémont et de Chiapperra son charmant village en pierre (murs et lauzes sur les toits).

(+ 750 m, - 1 000 m, 6 h de marche)

Nota : pour cette étape où le transfert des bagages est impossible, vous portez dans votre sac à dos votre drap de sac pour la nuit et un change pour le soir. Vous retrouvez votre sac le lendemain à Larche.

Jour 4

CHIAPERRA (1 640 m) - LANCHE (1 670 m)

Superbe traversée du massif du Chambeyron par le col de Sautron (2 685 m). Montée sauvage dans le cirque de Rocca Rossa et découverte des alpages et des bergeries de Viraysse.

Vous retrouvez toutes vos affaires.

(+ 1 050 m, - 1 000 m, 6 h 30 de marche)

Jour 5

LANCHE (1 670 m) - FOUILLOUSE (1 905 m)

Le col de Mallemort (2 552 m) dominé par le fort de Viraysse puis le col du Vallonnet (2 524 m), avant de basculer par le GR 5 sur l'exceptionnel vallon verdoyant de Plate Lombarde vers Fouillouse où la famille de l'Abbé Pierre avait ses racines !

(+ 1 050 m, - 750 m, 6 h 30 de marche)

Jour 6

FOUILLOUSE (1 905 m) - VAL D'ESCREINS (1 781 m)

Petite descente pour atteindre le célèbre pont du Chatelet avant de gagner le long vallon du col de Serenne (2650 m) et le lac des neuf couleurs. Descente dans le verdoyant vallon Laugier pour atteindre le Val d'Escreins, réserve naturelle protégée et son très beau petit refuge.

(- 250 m, + 1 050 m, - 850 m, 6 h 30 de marche)

Jour 7

VAL D'ESCREINS (1 781 m) - CEILLAC (1 650 m)

Une randonnée majeure pour terminer ce superbe tour en traversant le mont de Guillestre (2 520 m) et le Pic d'Escreins (2 730 m). Panorama exceptionnel sur le massif des Écrins et la chaîne alpine.

(+ 1 150 m, - 1 150 m, 6 h 30 de marche).

Fin du séjour après la randonnée

COMPLEMENT DE PROGRAMME

Nous pouvons être parfois dans l'obligation de modifier quelque peu l'itinéraire indiqué (problème de surcharge des hébergements, état des sentiers...). Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

En début d'été la présence des névés sur certains cols élevés peut vous imposer une certaine prudence et une bonne expérience de la randonnée (l'utilisation des bâtons de marche est indispensable).

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.

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

Votre dossier vous sera remis directement à votre hébergement. Un numéro de téléphone vous sera mis à disposition si vous avez des questions éventuelles.

DISPERSION

Fin de la randonnée le jour 7 à Ceillac

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

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

Retour à Oulx : Si vous repartez le samedi, un nouveau service d'autocar vous permet de rejoindre directement le Queyras depuis la gare. Renseignements et réservation obligatoire :

www.autocars-imberty.com - 04 92 45 18 11

NIVEAU

4 chaussures

Circuit réservé aux marcheurs confirmés en bonne forme au moment du séjour

Randonnée de 6 à 7 heures de marche en moyenne comportant une dénivellation moyenne de 800 à 1000 m en montée et/ou descente ou itinéraire vallonné de 25 à 25 km.

HEBERGEMENT

En gîtes d'étapes, refuge ou auberge (petits dortoirs et douches chaudes)

Pour la nuit, il est indispensable de prévoir un drap de sac (obligatoire dans tous les hébergements). La restauration des gîtes et refuges est de qualité, équilibrée et variée, et surtout adaptée au programme du séjour.

Selon l'option choisie, les nuits s'organisent :

- en chambres collectives (de 4 à 12 personnes selon les gîtes)
- en chambres de 2 (uniquement possible le jour 1, 2, 4, et 5)

Dans les deux cas les sanitaires se trouvent dans les chambres ou à l'étage selon l'hébergement.

La formule chambre de 2 en gîte n'inclus pas les serviettes et les draps. Ce type de chambre est équipée soit d'un lit double, de deux lits simples ou d'un lit superposé.

Pour les repas de midi, vous ne trouverez pas de commerces durant votre circuit sauf à Ceillac (J1) et à Larche (J4). Vous pouvez également commander vos pique-niques auprès des hébergeurs (entre 8 et 12€).

PORTAGE DES BAGAGES

Si vous le souhaitez, vous pouvez opter pour la formule « transfert des bagages » (en supplément). Vos affaires personnelles inutiles pendant la journée de randonnée sont alors transportées par taxi entre les différents hébergements lorsqu'ils sont bien sur accessibles par véhicules. Attention, pas de transfert possible le jour 3 en Italie, vous devrez porter un change pour le soir et votre drap de sac pour la nuit en Italie.

Ce bagage (**un seul par personne**) devra être souple de type sac de voyage ou de sport (valise interdite) et rester d'un poids raisonnable (10 à 12 kg maximum en fonction des circuits).

Attention l'accès aux différents hébergements n'est pas toujours aisé, un bagage trop volumineux et trop lourd peut être refusé par le transporteur.

La journée vous ne portez que votre sac à dos (35 à 40 L conseillé) contenant vos effets personnels utiles à la randonnée (pique-nique, vêtements chauds...).

GROUPE

Départ assuré à partir de 2 participants

ENCADREMENT

Randonnée en formule « liberté » sans la présence d'un professionnel de la montagne (accompagnateur en montagne breveté d'État). Vous marchez sous votre propre responsabilité.

NOTA : en début d'été la présence des névés sur certains cols élevés nécessite une bonne expérience de la marche en montagne. Si votre sécurité est engagée, il est parfois plus prudent de faire demi-tour ou de renoncer à la journée. Si ces contraintes peuvent vous poser des problèmes nous vous conseillons de faire appel à l'un de nos professionnels.

Nous tenons à vous mettre en garde sur l'efficacité du téléphone portable en milieu montagnard.

Sur cet itinéraire vous trouverez peu de réseau.

Toutefois si un réseau est présent, en cas d'urgence nous vous conseillons de composer le 112 qui est le numéro d'appel d'urgence prioritaire ou le 118 sur la vallée italienne du Val Maïra.

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. Conscients 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.

Nous vous proposons :

- Un carnet culturel vous décrivant le patrimoine local.
- Un carnet de route contenant le profil détaillé, la carte, le descriptif détaillé jour par jour du circuit et les informations pratiques telles que les commerces ou services à disposition dans les villages
- La mise à disposition d'une application de guidage assisté « Roadbook » pour tous les participants
- La carte personnalisée au 1/30 000e compatible GPS qui couvre votre itinéraire
- L'envoi de la trace gps au format *gpx (Format compatible avec tout type de GPS ou smartphone)
- Les « vouchers » ou bons d'échange que vous devrez remettre aux différents prestataires (hébergeurs, taxi...)

L'application mobile : Application à télécharger sur votre smartphone quelques jours avant votre départ. 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.

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 réservé lors de votre demande initiale, nous vous mettons également à disposition à ce moment-là vos codes d'accès pour l'application, et sur demande nous vous faisons parvenir les traces GPX du parcours.

Sur place : En semaine, 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. Le weekend ou si vous arrivez en train, votre dossier sera déposé à l'hébergement et une permanence téléphonique vous sera proposée.

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.

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 petite boîte plastique hermétique, 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
- crème solaire indice 4

Pour le soir à l'hébergement

- nécessaire de toilette
- vos affaires de rechange
- 1 maillot de bain (selon les hébergements)
- **1 draps de sac (obligatoire dans tous les hébergements sauf hôtel où les draps sont fournis)**

Pharmacie personnelle (liberté)

- 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
- Ciseaux
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

TOUR DE LA HAUTE UBAYE

Randonnée itinérante en gîte, en chambre collective

7 JOURS, 6 NUITS, 6 JOURS DE MARCHE

TRANFERTS DES BAGAGES (sauf jour 3) : 425 € de 1 à 6 personnes

FORMULE CHAMBRE DE 2 EN GÎTE ET AUBERGE : Jour 1,2,4 et 5 : + 95€/pers

NUIT SUPPLÉMENTAIRE CEILLAC JOUR 7 :

- En chambre de 2 : 84€ en hôtel 2*
- En Chambre de 2 en gîte : 59€
- En dortoir : 49€ en gîte

LE PRIX COMPREND

- L'organisation du séjour
- L'hébergement en demi-pension en gîtes et refuges
- Le transfert des bagages suivant la formule choisie
- Un dossier de randonnée complet (1 carte IGN TOP 25, 1 carnet de route, les réservations hébergement et transfert des bagages si choisie)

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les repas de midi (sur commande auprès des hébergeurs ou possibilité de commerces dans le village de Ceillac)
- Les boissons et dépenses personnelles
- L'équipement individuel
- Les assurances
- Tout ce qui n'est pas dans "Le prix comprend"

AVERTISSEMENT

DESCRIPTION

Nous pouvons être parfois dans l'obligation de modifier quelque peu l'itinéraire indiqué (problème de surcharge des hébergements, état des sentiers...). Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

En début d'été la présence des névés sur certains cols élevés peut vous imposer une certaine prudence et une bonne expérience de la randonnée (l'utilisation des bâtons de marche est indispensable).

