DESTINATIONS QUEYRAS
et ailleurs... sur les chemins du randonneur responsable

Tour de la vallée de Névache en liberté

PRESENTATION

Randonnée itinérante en liberté
7 jours, 6 nuits, 6 jours de marche

Départs du 15 juin au 07 sept 2024

La vallée de Névache, c'est aussi la vallée de la Clarée, rivière de montagne aux magnifiques cascades, grossissant à chaque vallon grâce aux torrents impétueux des Acles, des Thures, de Buffère…La végétation est très variée, mélèzes, pins cembro, pins sylvestre ou à crochets…Pour l'amateur de fleurs, la flore de montagne est complète : et si vous ne faites pas de bruit, vous surprendrez une perdrix blanche, un bouquetin…Du col des Cerces et du Thabor, vous découvrirez les " Grands " : le Viso, les Ecrins, la Meije, le Mont Blanc… Les plus pour vous aider à choisir : Un vrai Tour de la vallée de la Clarée Un hébergement confort à Névache Les paniers repas de midi pris en charge Un guide sur la vallée de la Clarée en plus du topo

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

PROGRAMME

JOUR 1

Accueil à Névache
Rendez-vous en fin d'après-midi à l'hébergement à Névache. Un dossier complet avec cartes et itinéraire détaillé vous sera remis et vous aurez toutes les informations pour votre randonnée.
Nuit à l'hôtel à Névache.

JOUR 2

Côte névachaise - Tour du Guion
Nous vous transférons au Col de l'Échelle (1779m) d'où vous montez la crête de la côte névachaise pour traverser jusqu'au col des Acles (2212m). Par le vallon des Acles, vous descendez sur Plampinet (1476m). C'est un itinéraire chargé d'histoire avec une belle vue sur la vallée et l'Italie. De Plampinet, vous pouvez revenir à pied à l'hébergement ou nous appeler pour un transfert véhiculé.
Nuit à l'hôtel à Névache.
DM : 550 m DD : 850 m TM : 5 à 6h de marche

JOUR 3

Traversée des Thures
Depuis Névache (1600m), vous partez à pied par les combes du Roubion pour grimper au plateau et au col des Thures (2200m), où se niche le lac Chavillon. Vous descendez ensuite de l'autre côté en vallée étroite (1765m). Vous pouvez réaliser l'ascension du sommet de l'Aiguille rouge en option (2545m), ou petit détour par le lac Bellety. Cette traversée dans un immense alpage ouvert sous le ciel est un grand classique de la vallée.
Nuit en refuge aux granges de la vallée étroite.
DM : 600 m (+ 350m pour l'Aguille rouge) DD : 450m (+ 350m) TM : 4 à 6h de marche

JOUR 4

Vallée étroite - Col des Muandes - Laval
Du refuge des granges, vous remontez la vallée étroite, pour rejoindre le lac du Chardonnet par le Prat du Plan, puis le col des Muandes (2828m). Vous rejoignez le hameau de Laval (2020 m) et son refuge

par le vallon des Muandes et ses trois lacs. Ce jour-là, il est possible de réaliser l'ascension du Thabor en option (3178m) pour les plus en forme.
Nuit au refuge de Laval.
DM : 1100m (ou 1450m pour le Thabor) DD : 850m (ou 1200m) TM : 7 à 9h de marche

JOUR 5

Tour des Cerces
Depuis Laval, vous partez pour une journée d'envergure aux paysages superbes : le tour des Cerces par les cols des Béraudes (2770m), de la Ponsonnière (2613m) et des Cerces (2574m). De nombreux lacs et points de vue ponctuent cette randonnée mémorable.
Retour et nuit au refuge de Laval.
DM : 895m + 164m DD : 485m + 574m TM : 6 à 7h de marche

JOUR 6

Lacs Laramon et du Serpent - refuge du Chardonnet
Vous partez de Laval sur le Chemin de Ronde pour rejoindre les magnifiques lacs Laramon (2359m) et du Serpent. Puis vous descendez sur Fontcouverte (1850m) pour reprendre un peu de courage et montez dans le vallon du Chardonnet jusqu'au refuge du Chardonnet (2230m), sublime cirque entre la Grande Manche et le Queyrellin.
Nuit au refuge du Chardonnet.
DM : 396m + 257m + 373m DD : 180m + 105m + 598m TM : 6 à 7h de marche

JOUR 7

Col de Roche Noire - Col de Buffère - Névache
Depuis le refuge du Chardonnet, vous gagnez de col de Roche Noire (2693m) pour descendre dans le Vallon de La Moulette. Par le chemin du Roy en balcon au-dessus de la vallée de la Guisane, vous remontez sur le col de Buffère (2427m). Puis c'est une très belle descente bucolique dans les pâturages et le long de la Clarée jusqu'à Névache (1600m).
Fin de votre séjour vers 16/17 heures.
DM : 470m + 224m DD : 490m + 827m TM : 5 à 6h de marche

COMPLEMENT DE PROGRAMME

ATTENTION : ces programmes peuvent-être modifiés en début de saison ou en fin de saison à cause de la neige. Il y a beaucoup d'autres itinéraires à vous proposer.

Ce séjour existe aussi encadré par un accompagnateur, avec un départ chaque semaine en juillet et en août.

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le jour 1 de votre choix en fin d'après-midi vers 16h et avant 19h30 à l'hôtel à Névache.

Arrivée en avion

Les airs : vraiment l'avion n'est plus trop tendance, mais si vous venez de très loin, (notre réputation étant internationale !), vous pourrez atterrir à Lyon ou à Turin, d'où vous trouvez des navettes pour Briançon !

Arrivée en train

Pour nous rejoindre dans notre belle vallée, préservée et donc un peu éloignée, plusieurs solutions s'offrent à vous. Les voici brièvement exposées, l'idéal est que vous nous appeliez pour que nous vous guidions dans cette planification importante pour la réussite de vos vacances :

Depuis Paris, vous avez plusieurs possibilités :
Soit en arrivant côté italien par le Paris / Saint Michel-Valloire + bus St Michel-Valloire / Briançon.
Soit Paris / Grenoble + bus Grenoble / Briançon
Soit en arrivant directement Paris / Briançon, par le train de nuit ou les trains de jours
Depuis Marseille ou Valence, il y a des TER directs pour Briançon.

<u>Pour faire Briançon / Névache :</u>
Soit en navette régulière (en saison)
Soit en taxi ou transport privatif en fonction des horaires et du nombre de personnes.
Au moment de votre réservation pensez à nous communiquer vos horaires d'arrivée.

N'hésitez pas à nous appeler, nous vous aiderons dans votre démarche !

Arrivée en voiture

La route : vous pouvez venir en voiture jusqu'à l'hôtel, où il y a un grand parking pour vous garer. Nous serons rapides dans ce descriptif, en ces temps modernes où les GPS équipent nos voitures et nos téléphones.

- Depuis le sud, vous remontez la vallée de la Durance pour rejoindre Briançon.
- Depuis le nord et l'ouest, vous pouvez comme les cyclistes passer par le col du Lautaret et son

panorama spectaculaire, ou choisir le confort (et son prix) du passage par l'Italie, grâce au Tunnel de Fréjus, réplique routière du projet ferroviaire ambitieux du milieu du XVIIIème siècle.

DISPERSION

Le jour 7 en fin d'après-midi à Névache.

FORMALITES

Carte d'identité ou passeport en cours de validité (frontière italienne)

NIVEAU

Randonneur niveau 3 sur une échelle de 5 :

- 5 à 7h de marche par jour. Les randonnées seront à tiroirs avec plusieurs options.

- Sac à dos : vous portez vos affaires de la journée et un pique-nique sauf de J6 à J7.

Cette randonnée s'adresse aux personnes qui désirent marcher sans encadrement mais qui ont l'habitude de faire des randonnées en moyenne montagne de 500 à 900m de dénivelé avec des étapes de 5 à 7h.

Pour certaines étapes un peu plus longues, nous vous proposons toujours un itinéraire plus facile. Il faut penser également qu'en début de saison (début juillet), certains cols peuvent être enneigés tout en restant accessibles.

Les dénivelés vont de 400 à 1100m (1400m si ascension du Thabor).

Les étapes vont de 4 à 8h de marche selon les options choisies.

HEBERGEMENT

En hôtel** les 2 premiers soirs, en chambres de 2 ou 3 places avec sanitaire privatif , puis en refuges de montagne en chambres collectives de 4 à 8 personnes.

NOURRITURE

Vous avez la possibilité de prendre la pension complète ou la demi-pension. Si vous choisissez la pension complète, chaque gîte vous préparera un repas froid avec souvent une salade composée.

Si vous choisissez la demi-pension, vous ne pourrez faire des courses qu'à Névache : à l'épicerie ou la boulangerie.

HEBERGEMENT AVANT OU APRES LA RANDONNEE

Si vous arrivez la veille ou repartez le lendemain, demi-pension à partir de 78 €selon la date, base chambre à 2 places avec salle de bain privative ou chambre individuelle en suite avec partage salle de bain/WC.

PORTAGE DES BAGAGES

Nous avons décidé de vous proposer une formule « à l'ancienne », où chacun porte ses affaires pour la semaine. Cela oblige à un peu de réflexion sur ce qu'il est vraiment nécessaire d'emporter avec soi pour passer une belle semaine.
Vous pourrez laisser votre sac de voyage avec ce dont vous n'avez pas besoin à l'hôtel. Vous le retrouverez à la fin du séjour.

GROUPE

A partir de 2 personnes

ENCADREMENT

Randonnée en liberté donc sans accompagnateur.

DOSSIER DE RANDONNEE

Dossier complet avec l'itinéraire détaillé, un guide sur la vallée de la Clarée, 1 carte IGN TOP 25. 1 dossier pour 2 à 4 personnes, 2 dossiers pour 5 à 8 personnes.

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements : pour le haut du corps, le principe des 3 couches permet de gérer quasiment toutes les situations :

- Un sous-pull à manches longues en matière respirante.
- Une veste en fourrure polaire chaude.
- Une veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex.

En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable.

Par grands froids ou lors des pauses, la veste polaire est un complément indispensable. Ces 3 couches doivent toujours être dans votre sac à dos car en montagne le temps change très vite.

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.

Pensez à vous couvrir avant d'avoir froid, mais surtout à vous découvrir avant d'avoir trop chaud. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses. Eviter les anoraks : trop chauds et encombrants.

Dans votre sac à dos et sur vous

- 1 sac à dos de 40/45 litres à armature souple suffisamment grand pour rajouter un drap sac et affaires de rechange du jour 6 au jour 7.
- 2 bâtons télescopiques.
- 1 boussole et si vous l'avez : un altimètre (très utile)
- 1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante.
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- 1 cape de pluie
- 1 chapeau ou casquette contre le soleil
- 1 petit bonnet léger avec des petits gants en polaire pour se protéger du froid ou du vent
- 1 pantalon de trekking ample.
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle de type Vibram. Penser à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps
- 1 paire de guêtre basse (facultative)

- Obligatoire : 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité.
- Obligatoire : 1 crème solaire et stick à lèvre protecteur.
- 1 maillot de bain (facultatif) et une petite serviette de toilette si vous pensez vous baigner dans un lac ou torrent
- 1 thermos ou une gourde de préférence isotherme (1,5 litre minimum).
- 1 couteau de poche de type Opinel.
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d'identité, carte vitale et contrat d'assistance.
- 1 petit rouleau de papier toilette, des mouchoirs.
- 1 boite plastique hermétique (contenance 0,3 litre minimum) + gobelet + couverts.
- 1 lampe frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie.
- 1 appareil-photo et/ou jumelles (facultatif).

Dans votre sac transporté dans les refuges

- 1 pantalon confortable pour le soir.
- 1 paire de basket légère pour le soir (les refuges proposent toujours des « chaussons »).
- 2 t-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
- 2 paires de chaussettes de marche (1 paire pour 2 à 3 jours de marche). Privilégier la laine ou les chaussettes spécifiques randonnée. Attention au coton pour les ampoules.
- Des sous-vêtements.
- 1 nécessaire de toilette (privilégier l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyage).
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
- 1 paire de Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- 1 drap de sac. Les duvets sont inutiles.

Pharmacie personnelle :

- Vos médicaments habituels.
- Des médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- Des pastilles contre le mal de gorge.
- Obligatoire : une bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large,
- Des jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- Des doubles peaux (type Compeed ou SOS ampoules).
- Une pince à épiler.

Votre bagage ne devrait pas dépasser 8kg, sachant qu'une grande partie de vos affaires sont déjà dans le sac à dos pour la journée :

- Les journées sont bien remplies, il est inutile d'amener plusieurs livres. Il est plutôt exceptionnel d'arriver à lire un livre complet durant la semaine.
- Les vêtements mouillés peuvent quasiment sécher tous les soirs à l'hébergement. Il est inutile de prévoir un change complet pour chaque jour.
- Prévoyez une paire de chaussures très légères pour le soir.
- Votre trousse de pharmacie doit être réduite au maximum. Dans votre sac à dos, vos médicaments personnels, quelques pansements, élastoplaste, etc.
- Pour la trousse de toilette, privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages.

Si vous partez pour plusieurs semaines, pensez à mettre dans un deuxième sac les affaires dont vous n'aurez pas besoin durant votre randonnée.

DATES ET PRIX

DATES ET PRIX

Départ selon vos disponibilités et celles des hébergements entre le 15 juin et le 7 septembre 2023 (dernière date de départ). Nous vous conseillons de réserver de très bonne heure car il y a beaucoup de monde et peu de places en refuge. Merci de nous donner une date de départ avec + ou - 2 jours

Prix par personne AVEC les paniers repas compris, selon le nombre de personnes :

2 pers	3 pers	4 pers	5 pers	6 pers	7 pers	8 pers
655€	**640 €**	**635€**	**630 €**	**625 €**	**620 €**	**615 €**

- Déduction de 80 € en demi-pension si vous ne désirez pas les pique-niques.

LE PRIX COMPREND

- La pension complète du 1er jour avant le repas du soir au 7ème jour en fin d'après-midi,
- Les transferts prévus au programme,
- Un dossier complet avec l'itinéraire détaillé, un guide sur la vallée de la Clarée, 1 carte IGN TOP 25, pour 1 à 4 personnes, 2 dossiers pour 5 à 8 personnes.

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les transports aller et retour jusqu'à Névache,
- Les piqueniques si vous avez déduit les 80 € pour les midis,
- Les assurances annulations, assistance, rapatriement et interruption de séjour
- Les transports locaux non prévus au programme,
- Les jetons de douche dans certains refuges,
- Les boissons et les dépenses personnelles.

INFORMATIONS ANNEXES

A Névache, nous sommes un peu au bout du monde, nous ne disposons malheureusement pas de

distributeurs de billet, ni de pharmacie, ni de station-service… Pour un déroulement plus serein de votre séjour, pensez à bien vous organiser en conséquence.

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com

POUR EN SAVOIR PLUS

Informations

CARTOGRAPHIE

Carte IGN TOP 25 NEVACHE THABOR 3535OT et BRIANCON 3536OT

Carte IGN TOP 100 GAP BRIANCON N°158

Carte FRATERNALI au 1:25000 n°21 BRIANCON-VALLEE DE LA GUISANE + CLAREE

BIBLIOGRAPHIE

- Une soupe aux herbes sauvages d'Emilie Carles
- Voyageurs de la Clarée de René Siestrunck
- Névache et la vallée de la Clarée d'Henri Rostolland
- Plusieurs carnets des Editions Transhumances : www.transhumances.com
- Rando en Briançonnais de Jean-Luc Charton
- Pas à Pas en Clarée de J-M Neveu

TERRITOIRE ET CULTURE

CLIMAT

« 300 jours de soleil par an » Les Alpes du sud portent bien leur nom. L'influence méditerranéenne se fait sentir par un ensoleillement généreux.
L'air est pur et sec donc parfait pour les sportifs comme vous ayant besoin d'oxygénation !
Par rapport à une grande partie de la France, une des autres caractéristiques du climat des Hautes Alpes, ce sont les écarts de température (continentalité). Les écarts saisonniers sont élevés mais surtout les écarts entre le jour et la nuit sont importants.

ENVIRONNEMENT et TOURISME RESPONSABLE

Névache est un écrin naturel préservé.
C'est un site classée et une zone Natura 2000. Ce classement européen a pour objectif de favoriser le maintien de la biodiversité tout en tenant compte des exigences économiques, sociales et régionales.
A ce titre l'hôtel a pris des engagements pour agir pour un tourisme responsable : recyclage des déchets, économie d'eau et gestion de la consommation d'électricité. Pour les repas, c'est le circuit court

et bio qui est privilégié.
Nous vous demandons d'adopter un comportement éco responsable durant votre séjour.

Destinations Queyras - 8 Route de la Gare - 05600 GUILLESTRE - Tél : +33 4 92 45 04 29 - contact@randoqueyras.com