

LIBERTÉ 2019

## TRAIL TRAVERSEE DE CHARTREUSE GRENOBLE - CHAMBERY EN LIBERTE

Trail itinérant sans portage en hôtel ou en gîte d'étape  
6 jours, 5 nuits, 5 jours de trail



*Tentez la traversée de la Chartreuse en courant ! Ce massif secret aux multiples visages vous surprendra par la variété de terrains rencontrés (pistes, sentiers, passages aériens et/ou techniques, etc.). Le parcours vous mènera de Grenoble à Chambéry en passant par plusieurs sommets, avec une étape à Saint Pierre de Chartreuse, au cœur du massif. Ce sera l'occasion de découvrir la Station de Trail, première structure de France 100 % dédiée au Trail.*

Des sommets à la clé, la découverte magique du Monastère de la Grande Chartreuse, la beauté sauvage des Hauts-Plateaux, la Vallée des Entremonts, les rencontres : pas de doute en Chartreuse il y a une ambiance particulière. Cette traversée est idéale avec des étapes d'une grande diversité, dans un environnement préservé. Vos bagages sont acheminés indépendamment et vous les retrouvez chaque soir. Le seul portage d'un sac à dos dans la journée vous permet de goûter pleinement cette itinérance depuis les hauts-lieux du Dauphiné jusqu'à la capitale du Duché de Savoie.

**DESTINATIONS QUEYRAS**  
**8 ROUTE DE LA GARE – 05600 GUILLESTRE – FRANCE**  
**Tel : (+33) 04 92 45 04 29**

e-mail : [contact@randoqueyras.com](mailto:contact@randoqueyras.com) - web : [www.randoqueyras.com](http://www.randoqueyras.com)

# PROGRAMME

## Jour 1

Arrivée à votre premier hébergement à **Grenoble** (210 m) **en fin d'après-midi**, dîner et nuit.

## Jour 2

Après avoir gravi les premières pentes menant à la **Forteresse de la Bastille**, le parcours devient forestier jusqu'au **Mont Jallat** (895 m). La végétation est quasi méditerranéenne et on peut même entendre les cigales. Une douce traversée descendante mène ensuite au **Col de Vence** (764 m), véritable porte d'entrée de la Chartreuse. C'est ensuite une succession de beaux lacets qui permettent d'atteindre le **Fort du St Eynard** (1310 m), terminus de la première importante ascension de la journée. La vue sur le Vercors, la chaîne de Belledonne et l'Oisans est des plus imposantes. Après un passage horizontal sur la crête, l'itinéraire plonge sur le village du **Sappey en Chartreuse** (998 m). Une montée régulière mène ensuite au **Col de Porte** (1326 m).

Dénivelée : + 1730 m, - 610 m      Longueur : 21 km      Horaire randonnée : 8 h 30 mn

## Jour 3

Même si ce n'est pas dans le fil de la Traversée, il est indispensable de s'attaquer à l'ascension de **Chamechaude** (2082 m), point culminant du massif. De ce belvédère, vous apprenez à vous familiariser avec les sommets et les vallées de la Chartreuse. Nous découvrons l'étendue des Hauts-Plateaux de Chartreuse et plus loin, les massifs du Vercors et de Belledonne. De plus, nous pouvons quasiment vous garantir la présence au sommet de chocard à bec jaune très familiers. Une fois redescendus au Col de Porte, une crête boisée vous mène à la quiétude des **alpages du Charmant Som** (1669 m). Nous vous conseillons de gravir le **sommet du Charmant Som** (1867 m), d'où vous découvrez le vallon du Monastère de la Grande Chartreuse. La descente dans le calcaire des **Dalles du Charmant Som**, vous ménage de superbes vues sur **St Pierre de Chartreuse**, terme de votre étape. Cette commune est l'une des plus boisées de France et l'exploitation de la forêt y tient une place prépondérante.

Dénivelée : + 1610 m, - 2050 m      Longueur : 27 km      Horaire randonnée : 9 h 30 mn

## Jour 4

Cette journée est à composer à votre guise, à la découverte de la **Station de Trail** de St Pierre de Chartreuse, de ses équipements et de son réseau de parcours. Le pass d'accès à la totalité des services est compris dans votre séjour.

Vous pouvez par exemple profiter de la visite (comprise dans votre séjour) de la **Correrie du Monastère de la Grande Chartreuse**. Ce musée retrace l'histoire et la vie austère des Chartreux, présents dans ce lieu depuis plus de neuf siècles (Le monastère ne se visite pas).

## Jour 5

C'est l'étape la plus sauvage de la semaine, car elle se déroule au coeur de la **Réserve des Hauts de Chartreuse**. Vous gagnez sous le couvert forestier un itinéraire en balcon au-dessus du vallon du Guiers Mort et terminez l'ascension au **Col de Bellefond** (1902 m), d'où l'on découvre l'intégralité des Hauts-Plateaux, de la Dent de Crolles au Granier. Vous vous dirigez ensuite au coeur de l'alpage de **l'Aulp du Seuil** et gagnez le **Habert de la Dame** (habert = bergerie). La descente dans la forêt se termine dans le fameux **Cirque de St Même** (859 m) ou dans le village de St Pierre d'Entremont.

Dénivelée : + 1270 m, - 1030 m      Longueur : 23 km      Horaire randonnée : 8 h 30 mn

## Jour 6

**St Pierre d'Entremont** a la particularité d'être situé sur deux départements. Ceci date de l'époque où le village était partagé entre le royaume de France et le Duché de Savoie. Au pont sur le Guiers Vif, vous quittez la France pour la Savoie et, de village en village, vous parcourez cette vallée, parsemée de nombreux pâturages, pour remonter la **Vallée du Cozon** jusqu'à **Entremont Le Vieux**. Vous avez la possibilité de visiter (à votre charge) le **Musée de l'Ours des Cavernes**. C'est au-dessus du village qu'a été découvert récemment dans la grotte de la "Balme à Collomb", un très important gisement *d'ursus spelaeus*, datant de plus de 25 000 ans. Aux **Granges de Joigny** (1185 m), vous jetez un dernier regard à Chamechaude, qui vous a

servi de repère toute la semaine et quittez la vallée des Entremonts à la **Pointe de la Gorgeat** (1485 m). Un itinéraire bucolique permet d'effectuer la longue descente jusqu'au coeur de la ville de **Chambéry** en n'empruntant que peu de route. Vous retrouvez vos bagages. Arrivée prévue à la gare de Chambéry TGV vers **18 heures**.  
Dénivelée : + 1100 m, - 1700 m      Longueur : 30 km      Horaire randonnée : 9 h

Les horaires ont été calculés pour un rythme de 300 mètres de dénivelée à l'heure en montée, 500 mètres à l'heure en descente et 4 km à l'heure sur le plat, afin de pouvoir comparer les différentes randonnées avec la même base. Ils ne concernent que la marche effective, tous les temps de repas, de pause ou de contemplation sont à ajouter.

**Il est bien évident que ces horaires ont été calculés pour des randonneurs et sont à adapter pour des coureurs à pied.** On peut considérer qu'un coureur moyen parcourra le double des dénivelées et de longueur en une heure et donc que les temps sont à diviser par deux.

Nous pouvons être amenés à modifier vos étapes si les hébergements prévus sont indisponibles à la période de votre voyage. Les hébergements proposés en remplacement seront de catégorie similaire et leur emplacement aura peu d'incidence sur votre itinéraire. Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

## **STATION DE TRAIL DE ST PIERRE DE CHARTREUSE**

La Station de Trail est un lieu 100 % dédié au trail, qui propose des parcours et des outils à la fois aux débutants désireux d'apprendre et d'être encadrés, et aux passionnés qui recherchent en un seul lieu de quoi progresser et se faire conseiller. Elle est rattachée à un territoire désireux de vous faire découvrir ses meilleurs paysages et meilleurs parcours, et de vous accueillir pour une journée, un week-end, ou une semaine.

Le Trail ne se limite pas aux compétitions et aux parcours balisés, il se pratique sous toutes ses formes, dans divers lieux géographiques et conditions ; en compétition ou pour le plaisir de courir seul ou entre amis. Il n'en reste pas moins qu'il est préférable d'avoir un bon entraînement et une excellente connaissance de soi.

**Afin de satisfaire un degré de qualité suffisant pour les usagers, la station vous propose :**

- Une dizaine de parcours de rando-Trail de tous niveaux.
- 4 ateliers au « Stade de Trail », avec un Kilomètre Vertical.
- Un espace d'accueil et de présentation.
- L'usage du site internet « [www.stationdetrail.com](http://www.stationdetrail.com) ».
- Une plateforme de test de produits Raidlight-Vertical.

Sur un même terrain sont regroupés plusieurs ateliers qui constituent le « **Stade de Trail** » permettant de s'entraîner de façon spécifique en course à pied et Trail. Ces différents ateliers sont :

- Deux **pistes en herbe** de 400 m et 50 m plates.
- Une **boucle dite « de seuil »** de 2,5 km.
- Le départ du Kilomètre Vertical.

Les coaches de la Station de Trail proposent également des matinées, journées ou week-end d'initiation et de perfectionnement aux techniques et à la pratique du Trail, ainsi que du coaching personnalisé, en vue d'une compétition par exemple.

Durant votre traversée, les coaches Station de Trail peuvent également vous accompagner sur une ou plusieurs journées dans le but de vous conseiller durant cette épreuve.

**Informations pratiques :** [www.stationdetrail.com](http://www.stationdetrail.com) puis Station de Trail de la Chartreuse.

**Code : TRTCH**

# FICHE PRATIQUE

## **ACCUEIL**

**Le Jour 01 au premier hébergement à Grenoble en fin d'après-midi**, la veille de votre premier jour de marche.

### **Si vous arrivez en retard :**

Pour toute arrivée après 18 h 30 mn, merci de prévenir votre hébergeur.

**Accès train :** Gare de Grenoble TGV

**Accès voiture :** Chambéry ou Grenoble

Itinéraire : [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr)

Vous pouvez laisser votre véhicule à Chambéry et rejoindre Grenoble par le train (1 h) pour le rendez-vous. Nombreuses liaisons. Vous récupérez ainsi votre voiture à l'arrivée de la randonnée.

### Parking :

A Chambéry : parking de la Gare (0825 888 826 ou [www.resaplace.com](http://www.resaplace.com)), non gardé, 13,50 € par jour, 86 € environ pour la semaine.

A Chambéry : Parking du Palais de Justice (04 79 60 09 93), gardé, 15 € par jour, 66 € environ pour la semaine. Fermé la nuit, dimanche et jours fériés.

A Grenoble : Parking Berriat (04 76 87 77 25), surveillé, 17,50 € par jour, forfait 10 jours : 83 € environ, carte à récupérer du lundi au vendredi.

**Accès avion :** Aéroport de Lyon Saint-Exupéry ou Grenoble Isère

Lyon Saint Exupéry : [www.lyonaeroports.com](http://www.lyonaeroports.com)

Liaisons régulières pour Grenoble : <http://www.faurevercors.fr/FR/Navette-Aeroport.awp>

Aéroport de Grenoble Isère : [www.grenoble-airport.com](http://www.grenoble-airport.com)

Liaisons régulières pour Grenoble : <http://www.grenoble-airport.com/acces/navettes>

## **DISPERSION**

**Le Jour 06 vers 18 heures à la Gare de Chambéry TGV.**

**Retour train :** Gare de Chambéry TGV

**Retour voiture :** Chambéry ou Grenoble

Si vous avez laissé votre voiture à Grenoble :

Exemple de train : Chambéry : 18h16 – Grenoble : 19h23.

**Retour avion :** Aéroport de Lyon Saint-Exupéry ou Grenoble Isère

Lyon Saint Exupéry : [www.lyonaeroports.com](http://www.lyonaeroports.com)

Liaisons quotidiennes depuis Chambéry : [www.altibus.com](http://www.altibus.com)

Aéroport de Grenoble Isère : [www.grenoble-airport.com](http://www.grenoble-airport.com)

Train pour Grenoble puis liaisons régulières depuis Grenoble :

<http://www.grenoble-airport.com/acces/navettes>

**Hébergement avant ou après la randonnée :**

Si vous arrivez la veille ou repartez le lendemain, nous pouvons vous réserver une nuit supplémentaire (voir ci-dessous et rubrique Tarif).

## **FORMALITES**

**Code : TRTCH**

- Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :
- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
  - Dépliant de votre assurance voyage reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit l'assurance que nous proposons) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).
  - Carte vitale.

## NIVEAU

### 5 chaussures

Dénivelée moyenne : 1430 m	Maximum : 1730 m
Longueur moyenne : 26 km	Maximum : 30 km
Horaire moyen : 8 h 45 mn	Maximum : 9 h 30 mn

**Il est bien évident que ces horaires ont été calculés pour des randonneurs et sont à adapter pour des coureurs à pied.** On peut considérer qu'un coureur moyen parcourra le double des dénivelées et de longueur en une heure et donc que les temps sont à diviser par deux.

**Degré d'attention : Niveau 1** : Un peu d'attention et quelques notions de lecture de carte sont nécessaires.

**Vous devez être capable de suivre un itinéraire en vous servant d'un topoguide FFRP et des indices sur le terrain.** Vous n'empruntez que des itinéraires balisés.

Cet itinéraire s'effectue sans accompagnateur et sous votre propre responsabilité. Nous vous fournissons toutes les indications et la logistique nécessaires au bon déroulement de votre randonnée. Vous devez être capable d'autonomie en jugeant de vos forces et en appréciant des situations inattendues (fatigue, météo, présence d'animaux, modification du terrain, etc...).

Il vous appartient de vous renseigner auprès des Offices du tourisme de l'évolution météorologique (bulletins affichés) ou d'appeler le répondeur météo au 08 99 71 02 + **numéro du département** : Exemple 08 99 71 02 **38** pour l'Isère.

Nous tenons à vous mettre en garde sur l'efficacité du téléphone portable en milieu montagnard. En effet, si les villages sont généralement couverts par les réseaux de téléphonie mobile (selon l'opérateur), sachez que de très nombreuses zones d'ombre subsistent et que votre appareil s'avérera souvent inutile de longues heures dans la journée. Si toutefois un réseau est présent, en cas de besoin de secours, vous pouvez composer le 112 qui est le numéro d'appel d'urgence prioritaire.

Nous déclinons toute responsabilité en cas d'erreur de votre part concernant l'orientation (erreur ou changement d'itinéraire) ou la gestion du temps (départ trop tardif le matin, pause pique-nique trop longue...).

## HEBERGEMENT

Les coordonnées des hébergements vous seront fournies avec votre dossier de randonnée.

Les chiens ne sont pas admis.

Les chambres et dortoirs ne sont pas disponibles avant 16 heures.

### Formule hôtel

La formule de base de cette randonnée en liberté est en **chambre double** (occupée par 2 personnes), avec douche et WC dans la chambre en **demi-pension** (repas du soir + nuit + petit déjeuner).

Hébergement en hôtels\*\* et gîtes confortables.

Supplément pour chambre individuelle.

Si vous désirez une chambre à 3 lits, il faut savoir que peu d'hébergements en sont équipés. Le troisième lit peut être un lit d'appoint, un lit d'enfant ou un canapé convertible. Pour les étapes

**Code : TRTCH**

où ce ne sera pas possible, un supplément par nuit pour chambre individuelle vous sera facturé.

### Formule gîte d'étape

La formule de base de cette randonnée en liberté est en **dortoir** de 4 à 10 personnes en **demi-pension** (repas du soir + nuit + petit déjeuner).

Hébergement en gîtes d'étape ou hôtels simples.

Les lits sont équipés de couettes ou de couvertures.

### **Repas :**

Les dîners sont l'occasion de goûter aux spécialités locales. Ils sont en général servis à partir de 19 h 30 et sont composés la plupart du temps du menu du jour (pas de choix de menu).

Les petits déjeuners sont traditionnels (parfois sous forme de buffet) et sont servis à partir de 8 h – 8 h 30. Si vous désirez prendre votre petit déjeuner plus tôt, voir avec votre hébergeur la veille si cela est possible.

Vos hébergeurs sont prévenus que vous pratiquez la course à pied en montagne. Ils adapteront au mieux leurs menus.

### **Pique nique :**

La formule de base de ce séjour est en demi-pension.

Nous pouvons vous réserver les pique-nique (voir rubrique Tarif).

Ne pas oublier de prendre le pique-nique à l'hébergement si vous avez choisi la **formule en pension complète**. Dans ce cas, emporter une petite cuillère et une boîte plastique hermétique.

Vos hébergeurs sont prévenus que vous pratiquez la course à pied en montagne. Ils adapteront au mieux leurs pique-nique.

Si vous avez choisi la **formule en demi-pension**, vous vous chargez vous-même de vos pique-nique. Il est toujours possible d'acheter un pique-nique (à votre charge) dans les hébergements.

Il suffit de le réserver de préférence l'avant-veille. Vous pouvez également vous ravitailler à Grenoble, St Pierre de Chartreuse et St Pierre d'Entremont

## **TRANSFERTS INTERNES**

Aucun transfert. Tous les trajets sont effectués à pied.

## **PORTAGE DES BAGAGES**

Bagages transportés par nos soins par véhicule

Nous vous demandons d'avoir **un bagage par personne** pas trop volumineux (60 cm maximum), dont le **poids ne dépasse pas 10 kg**.

Nous nous déchargeons absolument de toute responsabilité en cas de détérioration de tout objet fragile (ordinateur portable, par exemple).

**Par respect pour les personnes qui transportent vos bagages**, pensez que les abords des hébergements peuvent être malaisés (escaliers, etc...), que la place dans les véhicules est limitée et qu'il faut quelquefois parcourir quelques centaines de mètres entre le véhicule et l'hébergement.

Avec un peu d'habitude, votre bagage ne devrait pas dépasser 8 – 10 kg, en effet :

- Les journées sont bien remplies, il est inutile d'amener une bibliothèque.
- 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.
- Pour la trousse de toilette, privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages. Proscrire les pèse personnes !!!!

Une fois de retour, faites trois tas : ce que vous avez vraiment utilisé, ce que vous avez peu utilisé et ce que vous n'avez pas utilisé. Pour la prochaine randonnée, proscrire le troisième tas et posez-vous la question de la véritable utilité du deuxième.

Nul doute que ces bonnes habitudes vous seront utiles pour vos prochaines randonnées. Ces quelques conseils ont été élaborés grâce à la collaboration d'un groupe de randonneurs et d'hébergeurs.

**Si vous faites partie d'un groupe**, nous vous demandons d'indiquer sur vos étiquettes bagages le **Nom de la personne responsable** de ce groupe (personne qui a réservé la randonnée).

## **GROUPE**

A partir de 2 personnes.

Vous constituez au préalable votre groupe qui randonne en toute autonomie. Il n'est pas possible de regrouper des inscriptions individuelles pour des randonnées en liberté.

Vous êtes membres d'une association, d'un comité d'entreprise, d'une collectivité, vous êtes une famille ou un groupe d'amis désirant randonner ensemble : nous organisons cette randonnée aux dates que vous choisissez, avec un tarif étudié.

Vous avez un rêve, un projet..., consultez-nous.

## **ENCADREMENT**

Séjour liberté sans encadrement.

## **DOSSIER DE RANDONNEE**

Trois semaines environ avant votre départ, vous recevrez le **dossier complet** comprenant tous les éléments nécessaires à la réalisation de votre randonnée

Un **dossier est fourni par groupe de 2 à 5 personnes**. Si vous désirez des dossiers supplémentaires, ceux-ci sont à réserver à l'inscription (avec supplément).

Ce dossier comprend :

Le topo guide FFRP « Traversée de Chartreuse » avec l'itinéraire surligné, la feuille de route avec la liste des hébergements, un bon d'échange pour la visite du musée de La Correrie ainsi que toutes les informations complémentaires.

## **EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR**

**Cette liste a été établie pour des randonneurs. Elle est bien entendu à adapter pour des coureurs à pied.**

### **Vêtements :**

#### Les principes :

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 (fibre creuse).
- 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.

Prévoir des **vêtements qui sèchent rapidement** et donc proscrire le coton. Préférez la laine (les sous-vêtements en laine mérinos sont confortables et génèrent peu de mauvaises odeurs), 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. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire.

La liste idéale : (à adapter suivant la randonnée et la saison)

- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 foulard.
- T-shirts manches courtes en matière respirante de préférence (1 pour 2 à 3 jours de marche).
- 1 sous-pull à manches longues en matière respirante ou une chemise.

- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante type gore-tex avec capuche.
- 1 cape de pluie ou un sursac si vous possédez la veste ci-dessus.
- 1 pantalon de trekking ample.
- 1 short ou bermuda.
- 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.
- 1 paire de chaussures de randonnée montantes tenant bien la cheville et imperméables à semelle type Vibram. Pensez à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps.
- Des sous-vêtements.
- 1 maillot de bain (facultatif).
- 1 pantalon confortable pour le soir.
- 1 paire de chaussures de détente légères pour le soir.
- En début et en fin de saison (mai – juin et septembre - octobre), il peut être utile d’avoir en plus guêtres, gants et bonnet.

### **Equipement :**

- 1 sac à dos de 35/40 litres à armature souple, muni d’une ceinture ventrale.
- Un grand sac plastique permettant de protéger l’intérieur du sac à dos.
- 1 paire de lunettes de soleil d’excellente qualité.
- une gourde (1,5 litre minimum).
- 1 couteau de poche type Opinel.
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre son argent, carte d’identité, carte vitale et contrat d’assistance.
- Nécessaire de toilette (privilégiez l’indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages).
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
- Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- Papier toilette + 1 briquet.
- Crème solaire + écran labial.
- Boîte plastique hermétique (contenance 0,5 l minimum) + gobelet + couverts.
- 1 frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie.
- Une paire de bâtons est conseillée.
- Un drap-sac pour la formule gîte, **les duvets sont inutiles.**
- Appareil-photo, jumelles (facultatif).

### **Pharmacie personnelle**

- Vos médicaments habituels.
- Médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence.
- Pastilles contre le mal de gorge.
- Bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8 cm de large.
- Jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- Double peau (type Compeed ou SOS ampoules).
- 1 pince à épiler.



## **DATES ET PRIX**

Trail itinérant sans portage en hôtel ou en gîte d'étape  
6 jours, 5 nuits, 5 jours de trail

Période : du 15 mai au 31 octobre 2019

Départ possible tous les jours, sauf le mardi, le jeudi et le samedi.

### **Formule hôtel**

Tarif 2019 : **548 €** en demi-pension pour un départ entre le dimanche 7 juillet et le mercredi 14 août

**518 €** en demi-pension, aux autres dates.

Chambre individuelle : + 108 €

Pique-nique de midi : + 66 € .

Nuit supplémentaire en demi-pension en chambre double le dernier jour : + 69 €.

Nuit supplémentaire en demi-pension en chambre individuelle le dernier jour : + 108 €

### **Formule gîte**

Tarif 2019 : **518 €** en demi-pension pour un départ entre le dimanche 7 juillet et le mercredi 14 août

**488 €** en demi-pension, aux autres dates.

Pique-nique de midi : + 66 € .

## **LE PRIX COMPREND**

- Les frais d'organisation.
- La nourriture et l'hébergement en demi-pension.
- La fourniture d'un dossier de randonnée complet.
- La fourniture du topo guide FFRP « Traversée de Chartreuse ».
- Le pass d'accès à la totalité des services de la station de trail.
- L'entrée du musée du Monastère de la Grande Chartreuse.
- Le transport des bagages à chaque étape.

## **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Les repas de midi (sauf pension complète).
- Le vin pendant les repas.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- L'équipement individuel.
- Les trajets jusqu'au lieu d'accueil et à partir du lieu de dispersion.
- L'assurance multirisques.
- Tout ce qui n'est pas dans "Le prix comprend".

# POUR EN SAVOIR PLUS

## **NOS POINTS FORTS**

- La traversée intégrale du Parc naturel de Chartreuse du Sud au Nord, avec ses plus beaux sites.
- Un massif préservé des foules de randonneurs.
- L'ascension de Chamechaude, point culminant de la Chartreuse.
- L'ambiance sauvage de la Réserve naturelle des Hauts de Chartreuse.
- Une journée à la découverte de la première station de trail française.
- La visite de La Correrie, musée du Monastère de la Grande Chartreuse.
- Pour la formule hôtel : une chambre double chaque soir, avec douche et WC dans la chambre.
- Pour la formule gîte : la chaleur de l'accueil dans les gîtes d'étape chartroussins authentiques.
- En correspondance avec les horaires de TGV (pas de nuit supplémentaire sur place).
- Pour les personnes en voiture, la possibilité de regagner son véhicule après le dernier jour de randonnée (pas de nuit supplémentaire sur place).
- Installés en Chartreuse, nous connaissons ce massif jusque dans ses moindres recoins et pouvons parfaitement vous conseiller sur votre programme et vous indiquer les variantes les plus intéressantes.

## **L'ESPRIT DU SÉJOUR**

Randonner ou courir, c'est se mettre à l'écoute de son corps et de tout ce qui l'entoure mais c'est aussi s'arrêter pour s'émerveiller, s'ouvrir à la nature.

Randonner ou courir, 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.

## **BIBLIOGRAPHIE**

Guide GALLIMARD Chartreuse

Le Guide de la Chartreuse, Jean Billet, éditions de la Manufacture.

La Grande Chartreuse par un Chartreux, 14ème édition, impression SADAG à Bellegarde (01).

"La Savoie Vagabonde", Tome 2, Jean-Marie JEUDY, Editions Glénat

"La Chartreuse à petits pas", Bruno Carcassonne, Edition Le Génie des Glaciers

ALPES MAGAZINE n°5, " Chartreuse nature forte" p 26

ALPES MAGAZINE n°12, "1903 : on expulse les Chartreux".

ALPES MAGAZINE n°40, " Les Parcs des Alpes " p 62

ALPES MAGAZINE n°64, " La Chartreuse, un Vatican montagnard " p 42.

ALPES MAGAZINE n°67, " Le Granier comme un film catastrophe " p 22.

ALPES MAGAZINE n°70, " Le Monastère de La Grande Chartreuse " p 68.

ALPES MAGAZINE n°75, " De Chambéry à Die, duo de plateaux " p 84.

ALPES MAGAZINE n°79, " Jour d'hiver en Chartreuse " p 76.

ALPES MAGAZINE n°82, " Parc naturel de Chartreuse, un avant-goût des Alpes " p 84.

ALPES MAGAZINE n°83 " Chambéry, la discrète cité ducale », p 72.

ALPES MAGAZINE n°96, " L'odyssée des premiers alpins : l'Aulp du Seuil " p 22.

ALPES MAGAZINE n°107, Numéro spécial Chartreuse.

ALPES MAGAZINE n°114 " Chambéry, profil d'un carré idéal ", p 44.

ALPES MAGAZINE n°131, « Grenoble, camp de base de la montagne », p 70.

ALPES MAGAZINE n°134, « Monastères alpins, des hommes et des lieux », p 28.

ALPES MAGAZINE n°152, « Chartreuse, l'élixir vertical », p 58.

ALPES MAGAZINE n°157, « Chartreuse, la montagne au naturel », p 16.

## **FILMOGRAPHIE**

« Le Grand Silence » de Philippe GRONING.

## **VIDEO**

"La Chartreuse, pays de charme et de mystère", Jean-Claude GARNIER

## **CARTOGRAPHIE**

1 / 50 000 Didier Richard "Chartreuse-Belledonne-Maurienne"

**Code : TRTCH**

1 / 25 000 IGN 3334 OT Massif de Chartreuse Sud  
1 / 25 000 IGN 3333 OT Massif de Chartreuse Nord

**ADRESSES UTILES**

[www.stationdetrail.com](http://www.stationdetrail.com) puis Station de Trail de la Chartreuse.  
[www.parc-chartreuse.net](http://www.parc-chartreuse.net)

**DÉPOSEZ VOS AVIS SUR VOTRE SÉJOUR,  
PARTAGEZ VOS PHOTOS ET VIDÉOS DE VOYAGE  
SUR NOTRE SITE INTERNET,  
SUR FACEBOOK, TWITTER OU SUR INSTAGRAM !!**



***#destinationsqueyras***

**CONTACT@RANDOQUEYRAS.COM  
WWW.RANDOQUEYRAS.COM**

## **INSCRIPTIONS, ANNULATIONS ET ASSURANCES**

### **ASSURANCES**

Notre assurance comprend : l'annulation, elle permet le remboursement du prix du voyage moins les frais de dossier en cas d'annulation pour raisons graves à moins de 30 jours du départ (voir la page "Conditions générales"). Elle comprend également l'assistance rapatriement. Le prix de l'assurance correspond à 3,90% du prix du séjour.

### **REGLEMENT**

Chèques vacances acceptés et paiement par carte bancaire possible

**À l'inscription** : Acompte de 30 % du prix du séjour

**Un mois avant le départ** : Le solde sans appel de notre part

### **CONTACT**

**Destinations Queyras**  
8 route de la gare  
05600 GUILLESTRE  
Tel. (33) 04.92.45.04.29  
Fax. (33) 04.92.45.00.49  
[contact@randoqueyras.com](mailto:contact@randoqueyras.com)  
[www.randoqueyras.com](http://www.randoqueyras.com)

Agence de voyage N° IM005100004  
SARL Randoqueyras au capital de 10 000 €  
RCS Gap 484 591 235  
RCP MMA 113.326.666  
Garant : APS 15 avenue Carnot 75017 PARIS  
Agrément Jeunesse et Sports 00598ET0048 -  
SIREN 484 591 235 APE 633Z