

ETE 2019

HAUTE UBAYE ET VALLEES PIEMONTAISES

**Randonnée itinérante sans transfert des bagages
5 jours, 4 nuits, 5 jours de randonnée**



De la Haute-Ubaye aux vallées Piémontaises, cette randonnée vous fera découvrir des sites d'une beauté insoupçonnée. Val Maira, Val Bellino, Val Varaita... ici, la culture occitane perdure et dans les villages on parle encore parfois trois langues : l'Italien, le « franco-provençal » et le français, que l'histoire leur a accroché au cœur.

Les vallées sont verdoyantes et dans certains hameaux et alpages la vie pastorale est encore vivace. Le tourisme y est peu développé, peu d'hébergements, pas de station de ski ; le Queyras d'avant ! Quant à l'architecture « piémontaise » de pierres et toits de lauzes, elle y est remarquable. Une randonnée originale en compagnie du célèbre Mont Viso.

Nos points forts...

- *Un circuit original au coeur des vallées du Piémont italien*
- *La richesse d'un patrimoine étonnant*
- *Un véritable circuit sur 5 jours de marche*
- *Un séjour sans le portage des bagages*

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

e-mail : contact@randoqueyras.com - web : www.randoqueyras.com

PROGRAMME

Jour 1

RDV en tenue de randonnée à 8h30 devant la gare de Montdauphin-Guillestre.

Transfert pour rejoindre MALJASSET par le col de Vars

De l'Ubaye au Val Maïra

Par le beau vallon de Mary nous gagnons le col de Maurin (2642 m) qui permet de basculer sur le versant piémontais. Option possible par les lacs Marinet et col de Marinet (2787 m). Belle descente dominée par la tête de l'Orenaye et ses 3104 m. Nuit à Chiappera (1640m)

Dénivellations: montée 700 m, descente 1000 m

Jour 2

Du Val Maïra au Val Bèllino

Transfert aux Granges Collet (4 km).

Nous revenons un peu sur nos pas de la veille pour emprunter le beau sentier dominés par l'imposant monolithe de Monte Castello, curiosité de la vallée, nous gagnons les grands alpages de Monte Russet. Les nombreux troupeaux et chalets où l'on fabrique encore le fromage maintiennent les traditions. Au col di Bellino (2800 m) nous sommes véritablement encerclés d'une multitude de sommets à plus de 3000 m parmi lesquels nous pouvons admirer l'imposant massif du Chambeyron. Une superbe descente parmi les chalets nous conduit à Santa Anna. Puis c'est la découverte de ces villages exceptionnels du Val Bellino que sont Chiesa ou Celle San Spirito. Nous flânerons dans les ruelles comme dans un véritable musée de l'habitat piémontais où fresques et cadrans solaires restent les témoignages de la mémoire historique et culturelle de cette vallée. Nuit à Bellino.

Dénivellations: montée 780 m, descente 1100 m

Jour 3

Du Val Bèllino au Val d'Elva

Au départ de Chiesa (1480 m) et de la belle église romane de la « Rua la Guieizo », nous montons sur un versant boisé avec de beaux hameaux d'alpage jusqu'au col de la Bicocca (2285 m). Le Mont Viso apparaît de plus en plus près, sous un angle assez inhabituel pour qui le connaît versant français. Le vallon d'Elva, dominé par le Pelvo (3000 m) est un des plus secrets du Piémont. Les beaux alpages mènent un peu plus bas jusqu'à la limite de la forêt et aux petits hameaux. L'église de Serre abrite de splendides fresques du début du XVIème siècle qui valent à elles seules le détour. Nuit à Elva.

Dénivellation : montée 805 m et descente 650 m

Jour 4

Du Val d'Elva au Val Maïra

Une petite route qui serpente de hameau en hameau, ponctué de fermes d'une autre époque, nous mène à Chiosso. Le sentier bien tracé monte puis traverse en balcon au-dessus des gorges restées longtemps inaccessibles jusqu'au colle San Michele (1935 m). Crêtes successives de mélèzes, bancs de brume, ambiance étrange qui donne l'impression d'être vraiment très loin. Transfert à Chialvetta.

Dénivellation : montée 900 m et descente 1200 m

Jour 5

Du Val Maïra à la haute Ubaye

Pour finir en beauté, nous allons rejoindre le col de la Scaletta (2614 m) et lac de Ruberent puis la France par le formidable réseau de pistes et sentiers muletiers créés par les militaires italiens.

Dénivellations : environ 1100 en montée et descente 800 m

Transfert du col de Larche à la gare de Montdauphin-Guillestre (50 km) pour 17h00

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

RDV avec votre accompagnateur à 8h30 le lundi matin devant la gare SNCF de Montdauphin-Guillestre pour un transfert au village de Maljasset en haute Ubaye

Accès en train

Si vous arrivez en train

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

Informations et horaires : <https://www.oui.sncf/>

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

En venant du sud : ligne Marseille-Briançon

Arrivée à la gare italienne d'Oulx (Ligne Paris-Turin)

A Oulx, un car 05 voyageurs (sur réservation) vous amènera à Briançon (tarif (2018) : 12 € l'aller pour les adultes, 6 € de 5 à 12 ans), Durée du trajet d'Oulx à Briançon : environ 1h. A réserver auprès de 05 Voyageurs **04.92.502.505** ou sur www.05voyageurs.com. Ensuite le train vous permettra d'atteindre Montdauphin Guillestre

Vous venez en voiture

Pour les personnes arrivant avec leur véhicule, possibilité de déposer votre voiture sur les parkings à proximité de la gare

DISPERSION

Le vendredi après-midi vers **17h00 à la gare de Montdauphin-Guillestre**

NIVEAU

4 chaussures

Grande forme. Circuit réservé aux marcheurs confirmés en bonne forme au moment du séjour. Les étapes sont en général de 5 à 7 heures de marche sans les pauses. Randonnée sur chemin bien tracé la majeure partie du circuit avec des passages ponctuellement « hors sentier » ou sur un terrain plus accidenté.

Sur ce circuit vous randonnez en portant votre sac à dos contenant vos effets personnels pour les 4 nuits

HEBERGEMENT

En gîtes d'étape

PORTAGE DES BAGAGES

Les vallées occitanes sont très enclavées et difficiles d'accès. Les distances pour aller d'une vallée à l'autre sont parfois très importantes et génèrent des coûts très élevés de transferts de bagages. Nous vous proposons donc de parcourir cet itinéraire en petite autonomie en portant quelques affaires personnelles pour les 5 nuits dans votre sac à dos. L'évolution de l'équipement de randonnée (poids, facilité d'entretien...) permet aujourd'hui de limiter énormément le poids du sac. Cette formule que nous proposons déjà sur quelques circuits avec un certain succès vous permet de revenir en douceur aux origines de la randonnée.

GROUPE

6 à 12 personnes

ENCADREMENT

Il sera assuré par un accompagnateur en montagne diplômé d'état connaissant parfaitement la région. C'est une garantie en cas de problème pouvant contrarier le bon déroulement du séjour, tel qu'il est décrit ci-dessus. Sa bonne connaissance de la région lui permettra de résoudre toutes les difficultés et de vous proposer une solution ou une alternative intéressante.

Professionnel de la montagne, il s'engage à :

- Gérer au mieux le déroulement de votre randonnée en toute sécurité : choix de l'itinéraire, rythme de progression, logistique, santé, adaptation aux aléas météorologiques et à la nivologie.
- Assurer la dynamique et la cohésion du groupe.
- Vous faciliter l'approche du milieu montagnard et vous faire partager avec passion ses connaissances pour la nature.
- Etre disponible et à votre écoute.

Sécurité

Votre accompagnateur reste le seul juge du programme qu'il peut modifier à tout instant en fonction des conditions météorologiques, du niveau des participants ou toute autre raison pouvant nuire à la sécurité du groupe et au bon déroulement du séjour

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. Ainsi, il est très rare d'effectuer une ascension vêtu d'une veste polaire. Eviter les anoraks : trop chauds et encombrants.

Dans votre sac à dos

- 1 sac à dos de 35/45 litres à armature souple.
- 2 bâtons télescopiques.
- 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 lunettes de soleil d'excellente qualité.
- crème solaire et stick à lèvres protecteur.
- 1 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 boîte plastique hermétique (contenance 0,3 litre minimum) + gobelet + couverts.
- 1 lampe frontale ou lampe de poche.
- 1 couverture de survie.

- 1 pantalon confortable pour le soir.
- 1 paire de chaussures très légères pour le soir (sandales par ex)
- 1 t-shirts manches courtes en matière respirante de préférence
- 2 paires de chaussettes de marche (1 paire pour 2 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 voyages).
- 1 petite serviette de toilette qui sèche rapidement.
- 1 paire de Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- 1 drap-sac. Les duvets sont inutiles.
- vos médicaments habituels, une bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 8cm de
- des doubles peaux (type Compeed ou SOS ampoules).

**ATTENTION ! LE DRAP SAC EST OBLIGATOIRE POUR DORMIR DANS LES GITES
(COUETTES ET COUVERTURES A DISPOSITION)**

DATES ET PRIX

Du lundi au vendredi

| | DATE DEPART | | DATE DE FIN | PRIX |
|----|-------------|----|-------------|----------|
| Du | 17/06/2019 | au | 21/06/2019 | 575,00 € |
| Du | 24/06/2019 | au | 28/06/2019 | 575,00 € |
| Du | 01/07/2019 | au | 05/07/2019 | 575,00 € |
| Du | 08/07/2019 | au | 12/07/2019 | 575,00 € |
| Du | 15/07/2019 | au | 19/07/2019 | 575,00 € |
| Du | 22/07/2019 | au | 26/07/2019 | 575,00 € |
| Du | 29/07/2019 | au | 02/08/2019 | 575,00 € |
| Du | 05/08/2019 | au | 09/08/2019 | 575,00 € |
| Du | 12/08/2019 | au | 16/08/2019 | 575,00 € |
| Du | 19/08/2019 | au | 23/08/2019 | 575,00 € |
| Du | 26/08/2019 | au | 30/08/2019 | 575,00 € |
| Du | 02/09/2019 | au | 06/09/2019 | 575,00 € |
| Du | 09/09/2019 | au | 13/09/2019 | 575,00 € |

LE PRIX COMPREND

- L'hébergement en pension complète
- L'accompagnement par un professionnel de la montagne diplômé d'Etat
- Les transferts nécessaires au programme de randonnée
- Les transferts en A/R depuis la gare

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons personnelles
- L'assurance multirisque
- Le transfert de vos bagages

TITREPOURENSAVOIRPLUS

contenupourensavoirplus

**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
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