

HIVER 2021

## RAQUETTE ET BALNÉO EN QUEYRAS

**Séjour en étoile sous le signe du bien-être. Confort hôtel 4\* et 3\*  
4 jours, 3 nuits, 3 jours d'activité**



Ce séjour privilégie la découverte à l'exploit sportif, mais aussi la détente et la relaxation à partir d'hébergements réputés du Queyras.

**« Être bien » est le maître mot du séjour !**

**À l'hôtel\*\*\*\* La Ferme de l'Izoard à Arvieux**

Cet hôtel de charme, maison fleurant bon le bois ancien, reconstitution fidèle des fermes de la vallée, est l'une des adresses les plus agréables du Queyras. Un accueil sympa, des chambres confortables et une piscine chauffée toute l'année avec jacuzzi et hammam en font un lieu idéal après avoir randonné dans le parc régional du Queyras. Le restaurant propose une cuisine soignée, équilibrée et savoureuse composée de produits frais.

**Hôtel \*\*\* l'Équipe de Moline**

Au cœur de la vallée des Aigues, Patricia et Philippe vous accueillent dans leur hôtel familial avec une grande terrasse et vue panoramique sur vos futures randonnées. Les chambres sont confortables, chaleureuses et bien équipées. Vous disposez pour le séjour d'un espace bien-être entièrement conçu pour la détente : piscine intérieure chauffée, spa, sauna et hammam.

**Nos points forts...**

- 2 hébergements de bonne qualité au choix selon les dates
- Deux types de séjour au choix : 7 jours ou 4 jours (demandez-nous la fiche 7j si vous êtes intéressés)
- Un véritable moment de détente à l'hébergement et en pleine nature
- L'encadrement du séjour par un accompagnateur en montagne du pays
- Un séjour composé de balades faciles à raquette et de visites
- Des accès au spa chaque jour

**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**

RDV le jour de votre choix (dimanche, lundi ou mardi) à **19 h 30 à votre hôtel** (voir plus loin la rubrique « accueil » de la fiche pratique).

Rencontre avec votre accompagnateur et distribution du matériel

Exemple de randonnées effectuées durant le séjour en fonction des conditions d'enneigement ou de la météo.

## **Jours 2 à 4**

**Initiation DVA et 3 randonnées au choix de l'accompagnateur parmi :**

### **Visite du village de Saint-Véran et balade de découverte « Les balcons de Saint-Véran »**

Votre accompagnateur vous emmène à la découverte des richesses de « la commune la plus haute d'Europe » de ses maisons typiques et uniques dans les Alpes, des cadrans solaires, des fontaines en bois, des fours à pain... Puis, nous partons pour une petite randonnée de « mise en jambes » en versant ensoleillé. Ce magnifique circuit en boucle et en balcon sur la vallée nous permet de contempler le village vu d'en haut et de bénéficier d'un panorama unique sur les sommets environnants. Retour à l'hôtel vers 16 h et accès au spa.

Dénivellations : + 250 m, - 250 m

Temps de marche : 3 h

### **La vallée du col d'Izoard – le lac de Roue – le hameau perché de Souliers (1 850 m)**

Transfert dans la vallée de Arvieux. Nous suivons le tracé du célèbre GR5 en balcon sur la vallée, qui conduit les marcheurs des bords du lac de Genève à Nice, mais nous nous arrêtons simplement au lac de Roue. Le site est splendide et dégage une atmosphère particulière... certains le comparent aux espaces sauvages des lacs canadiens ! Nous apercevons au loin le petit hameau perché de Souliers où une certaine tradition agricole perdure. Ici vivent encore une quinzaine d'habitants accrochés à leur terre et ce lieu superbe a servi de lieu de tournage cinématographique. Après le déjeuner nous rejoignons la Chalp d'Arvieux connue pour sa petite coopérative de fabrication de jouets en bois du Queyras, symbole du petit artisanat montagnard et de la fabrication à domicile. Retour à l'hôtel vers 16 h et accès au spa.

Dénivellations : + 250 m, - 250 m

Temps de marche : environ 4 h 30

### **Découverte du Val d'Azur et visite du village de Arvieux**

Moins de 30 minutes en très légère montée suffisent pour atteindre le petit hameau paisible de Brunissard. Son habitat typique, sa tour du Procureur, son four à pain, son histoire protestante...seront parmi les nombreuses richesses à apprécier. Selon la météo, nous prenons notre repas au chaud avant de poursuivre par un joli cheminement en balcon vers les premiers lacets du col d'Izoard, célèbre pour ses joutes cyclistes du Tour de France ! Nous prenons la direction du bas de la vallée, et tout en bénéficiant d'un beau panorama sur la vallée et les villages.

Retour au point de départ en suivant sans difficultés le cours de la rivière puis retour à l'hôtel pour 16 h.

Dénivellations : - 200 m, + 200 m

Temps de marche : environ 4 h

### **Balade vers les hameaux et villages typiques de la vallée des Aigues**

La Chalp (1 770 m) - Molines (1 750 m) - Pierre Grosse (1 915 m).

Nous évoluons sur un itinéraire au-dessus de la vallée de Molines – Saint-Véran sur un adret ensoleillé. Nous descendons jusqu'au hameau la Chalp puis le chemin le long de la rivière nous emmène au musée du miel puis au village de Molines où nous prenons notre repas au chaud.

En début d'après-midi nous rejoignons un sentier qui utilise un ancien canal d'irrigation, indispensable aux cultures qui occupaient les lieux autrefois. Ce superbe itinéraire en balcon sur la vallée nous offre un panorama unique jusqu'au hameau caractéristique de Pierre Grosse très apprécié pour la préservation de son habitat. Retour à Saint-Véran par le Bois des Amoureux. Retour à l'hôtel vers 16 h et accès au spa.

Dénivelés : -300 m, + 300 m

Temps de marche : environ 4 h pour 9 km

### **À la rencontre des chamois et des bouquetins du Haut Guil**

Transfert dans la vallée du Haut Guil. Ce lieu est un véritable sanctuaire de la faune sauvage. Tous les ongulés de montagne s'y rencontrent. Le cerf, après vingt ans d'absence, y revient depuis quelques saisons. Les bouquetins y ont été réintroduits en 1996. Plus de 900 chamois peuplent le secteur... Au cours de cette sortie nous allons faire une petite ascension de 1 h 30, peu difficile physiquement mais vraiment magnifique, pour se donner une chance d'apercevoir la faune jusqu'à un superbe plateau d'où la vue sur le mont Viso est à couper le souffle. Nous serons au cœur de la zone d'hivernage des chamois, mais aussi des bouquetins, particulièrement des étagnes (femelles) et des cabris. La faune sera donc à l'honneur durant cette journée ! Retour à l'hôtel vers 16 h et accès au spa.

Dénivellations : 450 m en montée, 450 m en descente      Temps de marche : 4 h

### **Le Vallon du Longet : sous l'ambiance des hautes cimes**

Après un court transfert dans la vallée du col Agnel, notre itinéraire nous emmène très vite au-delà des mélèzes. Nous prenons de l'altitude, entourés des hautes cimes du vallon... Une vraie randonnée aux allures alpines, avec selon votre niveau de forme l'ascension jusqu'au col qui porte le même nom. L'itinéraire en boucle nous permet vous permettra de découvrir tous les secrets du vallon. Retour à l'hôtel pour 16 h.

Dénivellations : - 200 m, + 200 m      Temps de marche : environ 4 h

### **Jour 4**

Fin du séjour en fin de randonnée

Pour les participants utilisant le train, transfert en gare de Montdauphin-Guillestre

*(Pour information En 2020 : départ des navettes autour de 8 h 15, à vérifier pour 2021 auprès du transporteur Zou lors de l'organisation de votre voyage et avant réservation de vos billets de train, au 0809.400.013 ou sur [zou.maregionsud.fr](http://zou.maregionsud.fr)).*

### **AVERTISSEMENT**

En fonction de la météorologie, des conditions d'enneigement ou pour toutes autres raisons indépendantes de notre volonté, nous pouvons exceptionnellement modifier ce programme. Notre implantation locale au cœur du Queyras nous permet de répondre au mieux à ces contraintes sans nuire à l'intérêt de votre séjour.

*\* La visites du musée de la nature n'est pas incluse dans le tarif.*

### **L'OPTION MASSAGE et SOINS**

En option, vous pouvez réserver dans chaque établissement un ou plusieurs soins. Nos prestataires fonctionnent vraiment à la carte et s'adaptent à votre demande. Les massages/modelages durent 30 min à 1 h. À votre écoute, et à celle de votre corps, ils personnalisent leurs soins selon le ressenti du moment.

#### **À l'hôtel\*\*\*\* La Ferme de l'Izoard à Arvieux**

Claudie, Esthéticienne, vous propose :

- Modelage corps détente, 1 h : 69€
- Modelage Dos et crâne, 30 min : 39€

Sur demande, vous pouvez également bénéficier de soins du visage, des mains, des pieds...

N'hésitez pas à nous contacter pour prendre des renseignements.

Bénéficiez également d'un moment de détente à la « grotte de sel », une expérience sensorielle unique. Accès possible par petit groupe de 3 pers max.

- Durée 45 min : 45€ pour 1 à 2 personne

Le salon de soin se situe à proximité de l'hôtel (5 min à pied)

#### **Hôtel \*\*\* l'Équipe de Molines**

Fort de ses expériences dans le bien-être, la relaxation, le développement à la personne...

Isabelle vous propose des massages sensoriels et énergétiques adaptés à votre corps :

- Massage 1 h : 65€
- Massage 25 min : 35€

Les soins se déroulent directement à l'hôtel. Les réservations et le règlement se font sur place lors de votre arrivée. Cependant, une pré-réservation est préférable, nous contacter directement.

# FICHE PRATIQUE

## ACCUEIL

Selon les dates, RDV à partir de **19 h 30** à votre hôtel.  
Accueil par votre accompagnateur et présentation du séjour

**Si vous arrivez en retard** : en cas de retard de train ou sur la route, vous disposerez d'un numéro d'urgence sur votre convocation.

## 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.
- 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. Prix : 27€ pour les adultes et 22€ pour les enfants de 3 à 10 ans. Réservation obligatoire : [www.autocars-imberty.com](http://www.autocars-imberty.com) – 04 92 45 18 11

En venant du sud : ligne Marseille-Briançon

## De la gare au lieu de RDV

Depuis la gare vous pourrez utiliser les navettes régulières entre la gare et le Queyras. Les horaires 2021 ne sont pas encore disponibles à la période de conception de cette fiche. Attention, en période de basse saison, les navettes sont moins régulières voire inexistantes. Nous vous invitons à consulter le site Zou lors de l'organisation de votre voyage et avant réservation de vos billets de train, au 0809.400.013 ou sur [zou.maregionsud.fr](http://zou.maregionsud.fr)  
Nom de la gare pour votre recherche : MONT DAUPHIN / GARE SNCF

Lors de votre réservation, ou au plus tard une semaine avant votre arrivée, merci de nous communiquer impérativement les informations suivantes :

- Votre mode d'arrivée : train ou voiture...
- Votre horaire d'arrivée si vous arrivez en train.

## Si vous arrivez le dimanche, en option :

Votre accompagnateur ou un responsable de l'agence **vous accueille en gare à 18h30** pour le transfert sur le lieu de rendez-vous (transport en minibus compris dans le tarif du séjour).

**Attention, pour organiser ce transport vous avez l'obligation de nous réserver votre transfert au moins une semaine avant la date du séjour.**

## Accès 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 répondeur « État des routes »**

Pour accéder au département des Hautes Alpes vous pouvez consulter le 04 92 24 44 44 (équipements spéciaux obligatoires pour franchir certains cols : pneus neige ou chaînes)

### **Pour atteindre l'hôtel \*\*\* à Molines en Queyras:**

Gagner le village de Château Queyras (forteresse) puis poursuivez vers Ville-Vieille 2 km plus loin. Au carrefour giratoire (maison de l'Artisanat) tourner à droite en direction de Saint-Véran. Lorsque vous arrivez à Molines, prenez la direction du Col Agnel sur votre gauche, puis dans le village prenez la première route à droite, l'hôtel se situe à quelques mètres du carrefour.

### **Pour atteindre l'hôtel\*\*\*\* à la Chalp d'Arvieux en voiture**

**Depuis Guillestre,** suivre la direction « Queyras » (D 902 puis D 947). Peu avant d'arriver au village de Château Queyras (forteresse) vous trouvez un carrefour avec la direction sur votre gauche « Arvieux / Col d'Izoard ». Vous gagnez le village de Arvieux (à 5 km environ), que vous traversez pour atteindre, 1 km plus loin, le hameau « La Chalp » (remontées mécaniques). L'hôtel est situé peu au-dessus du magasin de sport « InterSport ».

### **Si vous souhaitez arriver la veille**

Merci de nous indiquer lors de votre inscription si vous souhaitez une nuit supplémentaire. Nous vous logerons chez notre partenaire ou dans un hébergement proche en fonction des disponibilités.

## **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, vous devrez prévoir des équipements spéciaux (pneus neige ou chaînes à disposition). 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 !

### **Taxi**

Le Guilazur au 06 80 21 77 22

M. Durosne au 06 60 76 51 29 ou 06 15 37 28 67

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

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.

**Code : DBALEN4**

## DISPERSION

Fin du séjour le jour 4 après la randonnée

**Pour les participants venus en train, transfert en gare de Montdauphin – Guillestre par la navette locale, départ 8 h 15 des villages, arrivée en gare 55 min plus tard.**

**Pour info, correspondances avec les lignes suivants :**

- 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.
  - Depuis le Queyras, un nouveau service d'autocar vous permet de rejoindre directement la gare de Oulx. Prix : 27€ pour les adultes et 22€ pour les enfants de 3 à 10 ans. Réservation obligatoire : [www.autocars-imberty.com](http://www.autocars-imberty.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 [www.oui.sncf](http://www.oui.sncf) ).

## NIVEAU

### 1 chaussure

Accessible à tous. Randonnée de 3 heures de marche en moyenne avec peu de dénivellation positive. Rythme tranquille. Sac à dos léger, pas de difficultés techniques.

Dénivelés de 200 à 400 mètres.

Les enfants à partir de 12 ans peuvent se joindre aux balades s'ils ont l'habitude de faire un peu de sport et s'ils sont motivés par la raquette. Sinon, ils peuvent choisir de pratiquer le ski alpin au départ de l'hôtel.

## HEBERGEMENT

### HÉBERGEMENT À L'HÔTEL \*\*\*\*

Très bien situé dans le village, notre hébergement bénéficie d'un panorama exceptionnel sur la vallée et les sommets environnants. De construction récente, il offre tout le charme et le confort d'un petit hôtel de montagne. Vous serez logés en chambre grand confort, et vous trouverez auprès de Alix et Yannick un accueil chaleureux !

### Le SPA

Pour éliminer les fatigues de la randonnée, une piscine couverte et chauffée ainsi qu'un hammam sont en accès libre. Un sauna et un jacuzzi privatif sont à disposition sur réservation par tranche d'1/2h.

Vous prendrez les repas du soir dans une magnifique salle de restaurant au décor montagnard où une cuisine généreuse et variée, alliant traditions du terroir et plats exotiques vous réglera.

### HÉBERGEMENT À L'HÔTEL \*\*\*

Au cœur de la vallée des Aigues, Patricia et Philippe vous accueillent dans leur hôtel familial avec une grande terrasse et vue panoramique sur vos futures randonnées. Les chambres sont confortables, chaleureuses et bien équipées. Vous disposez pour le séjour d'un espace bien-être entièrement conçu pour la détente : piscine intérieure chauffée, spa, sauna et hammam.

### L'ESPACE BIEN-ÊTRE

En accès libre, vous avez un accès tous les jours à un espace conçu pour la détente et le bien-être : piscine chauffée, spa sauna et hammam.

## TRANSFERTS INTERNES

Minibus ou navette locale inter villages

## GROUPE

Départ assuré à partir de 5 participants

Groupe limité à 12 personnes

## ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne diplômé d'État habitant le pays

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, gestion de la nivologie, organisation d'un secours...
- 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.
- Être disponible et à votre écoute.

## SÉCURITÉ

Les territoires de montagne éloignés des zones d'habitation restent souvent à l'écart de la couverture de la téléphonie mobile ou sont affectés par de nombreuses zones d'ombre imprévisibles. Pour se préserver de ces déconvenues et vous assurer une sécurité maximale, les professionnels de Destinations Queyras sont équipés de radio VHF autorisant un accès direct aux services de secours en montagne.

## 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.

## 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 les sacs)
- 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)
- 2 à 3 paires de chaussettes de randonnée, hautes et chaudes et adaptées à la marche
- 1 maillot de bain pour l'accès à l'espace bien-être

### **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 (nous vous en donnons également en complément)
- 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 (facultatif)
- papier toilette avec un petit briquet pour le brûler
- crème solaire et écran labial

### **Pour le soir à l'hébergement**

- vos affaires de rechange

### **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

Arrivée à votre convenance le dimanche, lundi ou mardi  
4 jours, 3 nuits et 3 jours de raquette

Votre séjour se termine 4 jours (3 nuits) après votre date d'arrivée.

	DATE DÉPART		DATE DE FIN	TARIF	LIEU
Du	03/01/2021	au	06/01/2021	595,00 €	MOLINES
Du	04/01/2021	au	07/01/2021	595,00 €	MOLINES
Du	05/01/2021	au	08/01/2021	595,00 €	MOLINES
Du	10/01/2021	au	13/01/2021	595,00 €	MOLINES
Du	11/01/2021	au	14/01/2021	595,00 €	MOLINES
Du	12/01/2021	au	15/01/2021	595,00 €	MOLINES
Du	17/01/2021	au	20/01/2021	595,00 €	MOLINES
Du	18/01/2021	au	21/01/2021	595,00 €	MOLINES
Du	19/01/2021	au	22/01/2021	595,00 €	MOLINES
Du	24/01/2021	au	27/01/2021	595,00 €	MOLINES
Du	25/01/2021	au	28/01/2021	595,00 €	MOLINES
Du	26/01/2021	au	29/01/2021	595,00 €	MOLINES
Du	31/01/2021	au	03/02/2021	595,00 €	MOLINES
Du	01/02/2021	au	04/02/2021	595,00 €	MOLINES
Du	02/02/2021	au	05/02/2021	595,00 €	MOLINES
Du	07/02/2021	au	10/02/2021	625,00 €	ARVIEUX
Du	08/02/2021	au	11/02/2021	625,00 €	ARVIEUX
Du	09/02/2021	au	12/02/2021	625,00 €	ARVIEUX
Du	14/02/2021	au	17/02/2021	625,00 €	ARVIEUX
Du	15/02/2021	au	18/02/2021	625,00 €	ARVIEUX
Du	16/02/2021	au	19/02/2021	625,00 €	ARVIEUX
Du	21/02/2021	au	24/02/2021	625,00 €	ARVIEUX
Du	22/02/2021	au	25/02/2021	625,00 €	ARVIEUX
Du	23/02/2021	au	26/02/2021	625,00 €	ARVIEUX
Du	28/02/2021	au	03/03/2021	625,00 €	ARVIEUX
Du	01/03/2021	au	04/03/2021	625,00 €	ARVIEUX
Du	02/03/2021	au	05/03/2021	625,00 €	ARVIEUX
Du	07/03/2021	au	10/03/2021	595,00 €	MOLINES
Du	08/03/2021	au	11/03/2021	595,00 €	MOLINES
Du	09/03/2021	au	12/03/2021	595,00 €	MOLINES
Du	14/03/2021	au	17/03/2021	595,00 €	MOLINES
Du	15/03/2021	au	18/03/2021	595,00 €	MOLINES
Du	16/03/2021	au	19/03/2021	595,00 €	MOLINES
Du	21/03/2021	au	24/03/2021	595,00 €	MOLINES
Du	22/03/2021	au	25/03/2021	595,00 €	MOLINES
Du	23/03/2021	au	26/03/2021	595,00 €	MOLINES
Du	28/03/2021	au	31/03/2021	595,00 €	MOLINES
Du	29/03/2021	au	01/04/2021	595,00 €	MOLINES
Du	30/03/2021	au	02/04/2021	595,00 €	MOLINES

Chambre individuelle en fonction des disponibilités :

- Molines : 30€
- Arvieux : 175€

Nuits supplémentaires en demi-pension, taxes de séjours comprises :

- Chambre Twin ou double Molines : 95 €/pers
- Chambre single Molines : 105€/pers
- Chambre Twin ou double Arvieux : 105 €/pers
- Chambre single Arvieux : 165€/pers

### **LE PRIX COMPREND**

- La pension complète du jour 1 au soir au petit-déjeuner du jour 4
- Les accès piscine et Spa selon la description des hébergements
- L'encadrement par un professionnel de la montagne diplômé d'État
- Les transferts décrits au programme de randonnée
- La fourniture de l'équipement de sécurité, des raquettes et bâtons

### **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Les assurances
- Les entrées des visites prévues au programme
- Les boissons et le vin pendant les repas
- Les transferts aller/retour de la gare à l'hébergement
- Les options bien-être et les autres prestations payantes non mentionné dans le prix comprend

# POUR EN SAVOIR PLUS

## L'ESPRIT DU SÉJOUR

Au départ d'un hébergement de très grande qualité, vous pourrez découvrir chaque jour les trésors naturels et humains du Queyras. Paysages somptueux, observation éventuelle de chamois ou d'oiseaux de montagne, visites de villages et de hameaux, vous apporteront un grand moment de détente et de convivialité. Un séjour, donc, d'une grande diversité, pour se ressourcer dans une région préservée du tourisme de masse. Une semaine garantie sans stress !

## INFORMATIONS SUR LE VILLAGE DE SAINT-VÉРАН

Saint-Véran, là où le coq picore les étoiles !

Perché à 2 042 mètres d'altitude, le village de Saint-Véran, « commune la plus haute d'Europe », profite comme le reste de la région du climat sec et ensoleillé des Alpes du Sud. Aujourd'hui, une trentaine d'enfants occupent les bancs des deux classes de l'école maternelle et primaire et le devenir des 290 âmes qui vivent toute l'année au village dépend évidemment du tourisme. Bien sûr, les activités agricoles et pastorales ont perdu de l'importance, mais elles permettent de conserver tous les aspects d'une localité rurale de montagne où l'artisanat est également très vivant.

- Un habitat unique en Europe :

Les constructions de Saint-Véran résultent de l'adaptation, dès le Moyen Âge, à la vie en haute altitude et sont un modèle unique de l'habitat alpin. Le rez-de-chaussée est construit en murs de pierres très épais et la partie supérieure appelée "fuste" est faite de troncs d'arbres empilés et croisés aux angles. Elle servait autrefois à faire sécher puis à abriter la récolte de fourrage pour nourrir les bêtes durant les longs mois d'hiver. Ce bâtiment est relié à un autre plus petit, en pierre, appelé le "Caset".

- Le pays des cadrans solaires :

On peut découvrir plus d'une vingtaine de cadrans solaires à Saint-Véran, certains datent de la période de la Renaissance et d'autres sont plus contemporains mais tous sont d'une richesse architecturale exceptionnelle. Les plus célèbres ont été réalisés de 1840 à 1845 par un artiste piémontais : Giovanni Francesco Zarbula.

Votre accompagnateur vous fera découvrir toutes les richesses de ce village lors d'une visite guidée. Pour en savoir plus :  [HYPERLINK "http://www.saintveran.com/"](http://www.saintveran.com/)

[www.saintveran.com](http://www.saintveran.com/)

## INFORMATIONS SUR LE VILLAGE DE ARVIEUX

([www.queyras-montagne.com](http://www.queyras-montagne.com))

Site du village :  [HYPERLINK "http://www.arvieux-izoard.com"](http://www.arvieux-izoard.com) \t "\_blank"  [www.arvieux-izoard.com](http://www.arvieux-izoard.com)

Au pied du col Izoard, s'étend la vallée d'Arvieux et ses 13 hameaux. Nommée aussi Val D'Azur, l'appellation de la vallée est en rapport avec le ciel toujours très bleu, Arvieux bénéficie d'un climat privilégié. Une activité agricole importante s'y est donc toujours développée. Il est à remarquer l'architecture des vastes fermes du vallon, exposées sud avec des séries d'arcades sur 2 ou 3 niveaux, style d'origine italienne.

Les Arvidans n'ont pas été épargnés au cours des siècles : les guerres de religion, la peste, les incendies ont marqué les esprits. La population s'est toujours serrée les coudes et plus qu'ailleurs dans le Queyras la communauté d'Arvieux est solidaire. Les pratiques communautaires sont légion, pour preuve le four collectif de Brunisard surmonté de son campanile en bois ou tour du procureur, haut de 11 m. Il était utilisé pour convoquer les Arvidans aux corvées, réunir les villageois pour la prise de décisions importantes, pour avertir d'un incendie ou d'un fléau.

Arvieux a su garder tout son caractère en conservant ses activités pastorales et artisanales. La vallée jouit de la présence de la fabrique des jouets du Queyras, d'un potier, d'une ferme de découverte. Les amateurs de patrimoine culturel et traditionnel ainsi que les amoureux de la montagne trouveront à Arvieux le lieu d'un séjour riche d'apprentissage.

La maison du Parc naturel régional du Queyras se situe à Arvieux. Les bureaux du Parc sont abrités dans cette vieille ferme arvidanne. Les loggias et le cadran solaire ont été restaurés en

2004. Cette bâtisse se nomme la Maison Fantin. Elle possède trois étages qui hébergent également la bibliothèque multimédia. Les galeries enrichies d'arcades sont ornées d'un magnifique décor à fresques datant du 18ème siècle. Le Parc naturel régional du Queyras, soucieux de promouvoir son patrimoine, ne pouvait trouver plus belle maison pour s'y établir...

#### 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.

# INSCRIPTIONS, ANNULATIONS ET ASSURANCES

## INSCRIPTIONS (Extrait de nos CGV)

**Pour réserver votre séjour :** Vous pouvez vous inscrire sur notre site internet en remplissant le formulaire en ligne ou en demandant notre bulletin d'inscription envoyé par mail ou par courrier.

**Règlement :** L'inscription devient effective après avoir rempli et signé la fiche d'inscription, et versé un acompte de **30% minimum du montant du séjour. Le solde sans rappel de notre part**, devra être réglé impérativement au plus tard **30 jours avant le départ**. Si l'inscription intervient moins de 30 jours avant le départ, elle devra être accompagnée de l'intégralité du montant du séjour. Une inscription non soldée dans les délais pourra être annulée sans rappel, l'acompte restant acquis à Destinations Queyras. La facture envoyée par mail lors du paiement de l'acompte tient lieu de confirmation d'inscription. Il ne sera pas envoyé de récépissé ou autres justificatifs lors du paiement du solde. Attention : n'envoyez jamais de chèque seul, sans bulletin d'inscription ou sans explication.

## ANNULATION (Extrait de nos CGV)

**DE NOTRE PART :** DESTINATIONS QUEYRAS se réserve le droit d'annuler un séjour en cas d'insuffisance de participants ou par suite de conditions particulières qui risqueraient de compromettre le bon déroulement du séjour. Il vous sera proposé plusieurs solutions de remplacement. Si aucune solution ne vous convient, vous serez remboursé intégralement.

**DE VOTRE PART :** Les retenues ci-dessous vous seront remboursées si vous remplissez l'une des nombreuses conditions de l'assurance-annulation, déduction faite du montant de la prime d'assurance et de la somme retenue pour frais de dossier. L'annulation devra nous être notifiée par téléphone ou mail et confirmée par mail. L'annulation sera effective à la date de réception du mail. Attention, pour que ces conditions d'annulation s'appliquent, vous devez avoir payé l'intégralité de votre séjour. À plus de 31 jours du départ, pour tout séjour hors aérien, si vous souhaitez changer de séjour ou de date, une somme forfaitaire de 30 € sera retenue par personne.

Pour tout séjour avec aérien ou bateau, le billet étant émis dès l'inscription et aux dates imposées par la compagnie pour certains types de tarifs, il sera facturé des frais d'annulation égaux à 100% du prix du billet avec les taxes, quelle que soit la date d'annulation de votre séjour. En cas de modification du billet du voyage, les conditions appliquées seront celles imposées par la compagnie aérienne, le participant devra s'acquitter d'une somme supplémentaire de 30€.

En cas désistement :

- A 31 jours et plus du départ : 10 % du montant du séjour, avec un minimum de 30 € par personne.
- Entre 30 et 21 jours du départ : 35 % du montant du séjour.
- Entre 20 et 14 jours du départ : 50 % du montant du séjour.
- Entre 13 et 2 jours du départ : 75 % du montant du séjour.
- La veille ou le jour du départ : 90 % du montant du séjour.

Dans le cas de séjour incluant l'émission d'un billet d'avion non remboursable ou l'affrètement d'un bateau.

- De 90 à 45 jours avant le départ : 1 000 €
- De 44 à 31 jours avant le départ : 60 % du montant du séjour
- A 30 jours et moins du départ : 100 % du montant du séjour

Pour les groupes constitués auxquels il est proposé un tarif par personne le désistement d'une partie seulement des participants entrainera une modification du tarif pour les autres participants, ou sera soumise à des frais d'annulation de 100% quelque-soit la date de l'annulation.

Ne pourront prétendre à aucun remboursement :

- Les participants absents ou ne respectant pas les dates, heures ou lieux de rendez-vous.
- Tout participant interrompant un séjour de son fait.
- Tout participant contraint par l'encadrement d'interrompre son séjour pour cause de niveau technique ou physique insuffisant et compromettant la sécurité du groupe.

Si la météo, les conditions d'enneigement, le niveau des participants ou des événements imprévus l'imposent, particulièrement pour la sécurité du groupe, l'encadrement se réserve le droit de modifier le programme sans que les participants puissent prétendre à indemnité.

## ASSURANCES (Extrait de nos CGV)

Vous avez l'obligation de souscrire une assurance rapatriement dès l'inscription de votre séjour. Si vous ne souscrivez pas celle que nous proposons, merci de nous faire parvenir l'attestation de votre assurance rapatriement.

Nous vous proposons trois formules d'assurances au choix :

1. Assurance Annulation (2,5 % du montant du séjour).
2. Assurance Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour (2 % du montant du séjour)
3. Assurance Multirisques Annulation, Frais de Recherche et Secours, Assistance Rapatriement, Interruption de Séjour + extension COVID et autre épidémie / pandémie (4,3 % du montant du séjour).

**Que comprend l'extension COVID dans l'assurance multirisque à 4,3% ? :** **Annulation :** L'annulation pour cause de COVID doit être déclarée dans le mois précédant le départ. **Assistance, rapatriement, frais de secours :** Frais hôteliers suite à mise en quarantaine (80 €/nuit – maxi 14 nuits) ; Soutien psychologique suite à mise en quarantaine ; Frais médicaux sur place ; Retour impossible suite à vol annulé par autorités ou compagnie aérienne (1000 €) ; Frais hôteliers suite retour impossible (80 €/nuit – maxi 14 nuits)

Les garanties détaillées et les exclusions sont portées sur le fascicule : Annulation – Assistance Frais médicaux et Interruption de séjour et d'activités ASSURINCO MUTUAIDE Vagabondages contrat n°4637 joint à votre dossier. Attention, ce contrat s'adresse uniquement aux personnes dont le domicile principal est situé en France ou en Europe.

Nos Conditions Générales de Vente peuvent être téléchargées directement sur notre site :

<https://www.randoqueyras.com/conditionsvente.html> ou vous sera envoyé lors de l'établissement de votre facture.

**Code : DBALEN4**

**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**

**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