

LE TOUR DE LA VALLEE DE NEVACHE

Clarée - Cerces - Thabor

Randonnée itinérante accompagnée 6 jours, 5 nuits, 6 jours de marche



Une magnifique randonnée itinérante pour explorer la haute vallée de la Clarée et sa petite sœur, la vallée étroite. Vous découvrirez (ou retrouverez) des paysages superbes autour de l'emblématique sommet du Thabor, dont l'ascension est au programme. Puis, toujours entre Savoie et Hautes-Alpes, vous serez sous le charme du massif des Cerces, des vallons d'alpage de Névache et de leurs nombreux lacs. Cette itinérance est un enchantement de milieux diversifiés, du monde végétal à l'espace minéral ; et une véritable invitation à la traversée de nos espaces montagnards !

Grâce au réseau dense de refuges de moyenne altitude dans le secteur, ce séjour en itinérance permet une expérience d'évasion inoubliable au cœur d'un site naturel d'exception.

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

Jour 01 – Dimanche : Névache – Col des Thures – Granges de la vallée étroite

Rendez-vous à 9h30 à l'hôtel** à Névache, où vous pouvez garer votre voiture pour la semaine et où vous laissez le bagage qui est transporté au premier refuge. Nous partons directement à pied pour le plateau des Thures qui est un passage vers la vallée étroite pour rejoindre le premier refuge. Un vaste plateau suspendu où paissent les brebis et se nichent deux lacs. Cette première étape est assez courte et l'accompagnateur pourra vous proposer diverses options sur le trajet (Lac Bellety et Pointe Muratière, Aiguille Rouge, Lac Vert...)
600 m à 450 m - 3h30 de marche (sans les options)

Jour 2

Jour 02 – Lundi : Granges et col de la vallée étroite – Refuge du Thabor

Nous remontons la vallée étroite et le vallon de Tavernette pour passer le col de la Vallée étroite (2434 m) et rejoindre le Refuge du Thabor (2502 m) où nous passerons la nuit. Nous pouvons alléger nos sacs et laisser nos affaires pour la nuit, et nous poursuivons pour une exploration du massif. Nous irons par exemple sur les contreforts du sommet du Cheval Blanc (3020 m) dans un univers sauvage et minéral en face Nord du Thabor.
(Cette journée peut aussi être l'occasion de gravir le Thabor si la météo du lendemain s'annonce moins bonne.)

1000m 350m - 6 à 7h de marche

Jour 3

Jour 03 – Mardi : Mont Thabor – Roche du chardonnet – Col des Muandes – Refuge de Laval

Nous sommes à pied d'œuvre pour gravir le Thabor. Depuis le refuge, nous rejoignons le col des Méandes (2727 m) pour attaquer les pentes orange de ce sommet arrondi en face Est. Là-haut, le panorama est vaste, très vaste. Nous descendons en face Ouest pour rejoindre la Roche du Chardonnet (2950 m) et le col des Muandes (2828 m). De là, c'est une descente bucolique par le vallon des Muandes et ses lacs vers le refuge de Laval (2020 m).

900m 1100 m - 6 à 7h de marche

Jour 4

Jour 04 – Mercredi : Lac et Col des Béraudes – Col de la Ponsonnière et des Cerces

Nous faisons le tour des Cerces par les Béraudes : nous montons d'abord à travers le mélèze puis en alpage pour arriver au célèbre lac des Béraudes (2504 m) et son eau turquoise. Par une longue traversée montante en pierrier, nous nous dirigeons vers le passage du col des Béraudes (2770 m), un peu vertigineux mais où les sommets des Ecrins nous accueillent. Nous rejoignons ensuite le Col de la Ponsonnière (2613 m) qui marque l'entrée en Savoie. Nous descendons vers le lac des Cerces, puis une dernière montée nous amène au col du même nom (2574 m). Trois lacs nous réservent encore leurs faveurs à la descente avant de longer le parcours tumultueux de la Clarée jusqu'au refuge de Laval.

1000m 1000 m - 7 à 7h30 de marche

Jour 5

Jour 05 – Jeudi : Lac de la Cula – Lac de Laramon – Refuge du Chardonnet

Par le chemin de ronde, nous montons vers le Lac de la Cula (2450 m) puis au Lac Laramon. Selon la forme dans le groupe, il est possible de monter vers le Lac du serpent et ceux des Gardioles plus haut. Ce côté de la vallée présente des reliefs plus doux et une belle vue sur le versant opposé où il nous faut remonter. En effet, nous descendons jusqu'au hameau de Fontcouverte à 1860 mètres avant de regagner le promontoire du refuge du Chardonnet à 2230 mètres.

1000 m - 650 m - 5 à 6 h de marche

Jour 6

Jour 06 – Vendredi : Col de Roche Noire – Col de Buffère - Névache

Par le vallon du Raisin, nous accédons au col de Roche Noire (2693 m) qui nous fait basculer dans le vallon de la Moulette. Nous suivons ensuite un bon sentier en balcon -la sente des grimpeurs, au-dessus de la vallée de la Guisane (Serre-Chevalier et Briançon), avec une belle vue sur les Ecrins, pour repasser en Clarée au col de Buffère (2427 m). Puis c'est la descente par le vallon de Buffère et la Clarée vers Névache et la fin du séjour. Dispersion prévue vers 17h00

650 m 1250 m 6 à 7 h de marche

Déroulement de votre séjour

Les dénivelées et les horaires donnés n'incluent pas les options. Cet itinéraire est la "trame" de votre randonnée. Chacun de nos accompagnateurs essaye de proposer un "plus" à cette randonnée : un sommet, un détour pour surprendre des chamois, une perdrix, des marmottes... un magnifique fossile, des lys martagon.

Nous pouvons être parfois amenés à modifier quelque peu l'itinéraire indiqué : soit au niveau de l'organisation (problème de surcharge des hébergements, dédoublement des groupes, modification de l'état du terrain, etc.), soit directement du fait de l'accompagnateur (météo, niveau du groupe, etc.). Faites-nous confiance, ces modifications sont toujours faites dans votre intérêt, pour votre sécurité et un meilleur confort !

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Dimanche matin, à 9h30 à l'hôtel** à Névache.

DISPERSION

Vers 16h à Névache le vendredi au même endroit.

NIVEAU

3 chaussures

Randonneur niveau 3 (3,5 pour le jour de l'ascension du Thabor) sur une échelle de 5 :

- 5 à 8 h de marche par jour

- Itinéraire de montagne avec des dénivelées de 600 à 1000 mètres cumulés en montée et/ou en descente (jusqu'à 1400 m pour le jour du Thabor).

- Sac à dos : vous portez vos affaires de la journée et un pique-nique les jour 1 et 4. Du jour 2 au jour 3, et du jour 5 au jour 6, vous porterez en plus vos affaires pour la nuit.

HEBERGEMENT

L'hébergement du soir se fait en hôtel ou gîte, en chambre de 4 places (exceptionnellement en dortoirs) le 1er soir et en refuges de montagne en dortoirs de 4 à 8 places selon le refuge, les 4 nuits suivantes. Certains sont presque des auberges et d'autres un peu plus rustiques. C'est ce qui fait le charme d'une randonnée en montagne : le dépaysement même dans l'hébergement.

Si vous craignez de ne pas trop dormir, n'oubliez pas les boules « Quies » ou les tampons « Ear ». La douche ? Les sanitaires ? C'est vrai, ce n'est pas comme chez soi et cela fait partie du dépaysement. Cela permet de « remettre les choses à leur place » et de se rappeler que l'eau est précieuse. Cela dit, vous trouverez des douches dans chaque refuge mais il faudra partager le « temps » sous la douche.

Vous aurez chaque jour un pique-nique pris dans les refuges, généralement assez consistant, comprenant 1 ou 2 vivres de courses. Néanmoins, si vous avez régulièrement besoin d'en-cas tout au long de la marche, prévoyez les vôtres (à glisser dans votre sac à dos du jour, au fur et à mesure du séjour).

HEBERGEMENT AVANT OU APRES LA RANDONNEE

Si vous arrivez la veille ou repartez le lendemain, vous pouvez loger à l'hôtel : demi-pension de 64 € selon la date, base chambres à 2 places. Merci de réserver à l'inscription avec acompte.

PORTAGE DES BAGAGES

Pendant la randonnée des jours 1 et 4, vous ne porterez qu'un sac à dos comportant les affaires pour la journée et le repas de midi fourni.

Les jours 2-3 et 5-6, vous porterez donc un sac à dos un peu plus lourd (avec 1 change, quelques affaires de toilette, et le drap de sac en plus)

Les bagages sont transportés par nos soins d'un refuge à l'autre quand ils sont accessibles en véhicule et au début de la randonnée, nous vous donnerons un petit sac pour mettre 6 kg d'affaires personnelles que vous retrouverez les soirs des jours 1, 3 et 4.

Vous pourrez laisser votre sac de voyage avec ce dont vous n'avez pas besoin à l'hôtel. Vous le retrouverez à la fin de la randonnée.

GROUPE

De 5 à 12 personnes.

ENCADREMENT

Par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat, connaissant parfaitement le massif.

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 séchent 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 et sur vous

- 1 sac à dos de 40/45 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 guêtre basse (facultative)
- **Obligatoire** : 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité.
- **Obligatoire** : 1 crème solaire et stick à lèvres 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 boîte 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.
- 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 voyages).
- 1 serviette de toilette qui sèche rapidement.
- 1 paire de Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- 1 drap-sac pour le refuge. Les duvets sont inutiles.
- et pourquoi pas une petite spécialité de votre région à partager ?

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 8cm 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 6kg, 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.

Votre accompagnateur est équipé d'une trousse de pharmacie complète avec ce qui est véritablement utile. Dans votre bagage, quelques médicaments de base (voir liste équipement).

- 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

Du dimanche 07 au vendredi 12 juillet 2019

Du dimanche 14 au vendredi 19 juillet 2019

Du dimanche 21 au vendredi 26 juillet 2019

Du dimanche 28 juillet au vendredi 2 août 2019

Du dimanche 04 au vendredi 09 août 2019

Du dimanche 11 au vendredi 16 août 2019

Du dimanche 18 au vendredi 23 août 2019

Du dimanche 25 au vendredi 30 août 2019

Du dimanche 01 au vendredi 06 septembre 2019

Du dimanche 08 au vendredi 13 septembre 2019

Un seul tarif : 590 € par personne

LE PRIX COMPREND

- les frais d'organisation et d'encadrement
- la nourriture et l'hébergement en pension complète
- les transports des bagages les jours 1,3 et 6
- les transferts prévus au programme

LE PRIX NE COMPREND PAS

- les boissons et les dépenses personnelles
- les jetons de douche dans certains refuges
- l'assurance multirisques

POUR EN SAVOIR PLUS

ACCÈS A NÉVACHE L'ÉTÉ

En Train :

Gare Italienne de Bardonecchia:

Pour l'aller, TGV Paris-Milan. Arrêt à la gare de Bardonecchia 20mn après celui de Modane. Différents trains venants d'Italie. Une navette pourra être organisée par l'hôtel pour venir vous chercher à la gare de Bardonecchia, uniquement pour le train qui arrive à 15h13(horaires 2019 valable à compter du 23/06/2019) Pour les départs de séjours avant cette date privilégier le train qui arrive à 11h13.

Pour votre retour, il faudra prendre le train de 17h23 (horaires 2019) pour que l'on vous regroupe sur une navette ou un taxi.

Possibilité de taxi pour une autre heure d'arrivée.

Ligne Paris-Briançon : Par le nord, sur la ligne Paris-Lyon-Valence-Briançon ou Grenoble-Gap-Briançon Les trains de jour : TGV puis TER Le train de nuit direct à partir de Paris-Austerlitz est le plus pratique pour les personnes venant du nord de la France. Depuis la gare de Briançon, il existe 3 navettes Résalp pour vous conduire à Névache : A titre indicatif, voici les horaires 2018 en attendant ceux de 2019 : **Pour l'aller, les navettes partent de la gare à 09h00 - 11h30 - 18h35, vous arrivez directement à l'hôtel 35mn après. Pour le retour, les navettes partent de Névache à 9h40 - 12h10 - 19h20 et arrivent à la gare 35mn après.** La réservation de votre trajet en navette se fait par l'hôtel ; il est donc impératif de nous contacter dès que vous connaissez vos horaires. Dans le cas où les horaires de navettes ne vous conviendraient pas, vous pouvez contacter la compagnie Resalp au 04 92 20 47 50 afin de réserver un taxi.

En Voiture :

Attention au GPS qui vous emmène sur des petites routes et vous fait sortir de votre route !

- Par le nord, Grenoble – Briançon via le Col du Lautaret.

- Par le sud, Valence ou Sisteron - Gap - Embrun - Briançon.

Dans tous les cas, à Briançon, prendre la direction Col du Montgenèvre/Italie. A 3 km de Briançon, tournez à gauche vers la vallée de la Clarée, Névache est à 16 km après avoir traversé plusieurs villages (La Vachette, Le Rosier, Val des Prés, Plampinet).

4 km après Plampinet, vous arriverez au panneau Névache .

Le Hameau du Roubion est immédiatement à droite après le panneau Névache, en face du camping. L'hôtel est en haut du hameau, accessible par la 2ème rue à droite.

- Chambéry – Tunnel du Fréjus :

Le tarif 2019 de l'aller-retour valable 7 jours est au prix de 57.9 € pour un véhicule classique.

A la sortie du tunnel (vous êtes à 20 minutes de Névache), prendre immédiatement la direction de Bardonecchia.

A Bardonecchia prendre la direction du Col de l'Echelle, vous passerez devant les Melezets avant de commencer l'ascension du col.

Si vous décidez de passer par le col du Montgenèvre, vous rallongez votre route de 40minutes.

ADRESSES UTILES

En voiture :

itinéraire : www.viamichelin.fr

SNCF : 36 35 ou 0 892 35 35 35 ou www.voyages-sncf.com

Co-voiturage : www.covoiturage.fr www.123envoiture.com www.allostop.net

ANIMAUX

Votre animal domestique (un seul) est accepté s'il est propre et silencieux. Il ne pourra pas être accepté en salle à manger et devra être tenu en laisse. Nous comptons sur votre attention à faire ce qu'il faut pour qu'il ne gêne pas les autres personnes, car certaines n'aiment pas les animaux et d'autres en ont peur. Une caution de 50 € vous sera demandée à votre arrivée et rendue à la fin de votre séjour si votre compagnon n'a causé aucun dégât.

LINGE DE MAISON

Nous vous prêtons 1 serviette de toilette et 1 drap de bain par personne, pour la semaine. Si vous désirez les changer, cela vous sera facturé 1,50 € par linge.

ENTRETIEN DES CHAMBRES

Une personne passe tous les jours pour nettoyer la salle de bain, faire les lits, vider les poubelles et passer l'aspirateur si besoin.

TÉLÉPHONE

Dans chaque chambre. Pour les portables, tous les opérateurs passent. Nous vous demandons de mettre vos portables sur messagerie silencieuse dans toutes les pièces communes de la maison.

LA CIGARETTE

Merci de ne pas fumer dans les chambres et dans l'ensemble de l'hébergement.

CARTOGRAPHIE

Carte IGN TOP 25 NEVACHE THABOR 3535OT

Carte IGN TOP 100 GAP BRIANCON N°158

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

**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