

LE BRIANCONNAIS

CERVIÈRES, RANDONNÉE EN VALLÉE SAUVAGE

Randonnée en étoile en hôtel de montagne 7 jours / 6 nuits / 4
journées et 2 demi-journées de randonnée



Entre Briançon, ville dont les fortifications Vauban sont classées au patrimoine mondial de l'UNESCO et le célèbre col de l'Izoard, se niche une vallée secrète et sauvage, la vallée de Cerveyrette. Très tôt, ses habitants ont su se préserver du tourisme de masse et nulle remontée mécanique ne vient gâcher la beauté grandiose de ses paysages.

Au cœur de cette vallée se trouve le petit village de Cervières, havre de paix où la vie paysanne continue d'être bercée par le rythme immuable des saisons.

Plus qu'à de simples vacances à la montagne, c'est à un véritable voyage que nous vous convions. Voyage à pied, à la fois sportif et contemplatif, à travers des ambiances et des paysages uniques et voyage culinaires grâce à une cuisine maison raffinée aux saveurs d'ici et d'ailleurs.

Nos points forts...

- *La découverte d'une vallée des Hautes Alpes à l'habitat typique*
- *Un hébergement en hôtel confortable, accueillant, cuisine de terroir soignée à base de produits locaux issus de l'agriculture biologique et du commerce équitable*

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

Rendez-vous à partir de 17H30 à l'Hôtel à Cervières. Installation dans vos chambres. Puis, à 19h30, pot d'accueil et présentation de la semaine.

Jour 2

Col de Bousson (2160m)

Balade de mise en jambe qui nous mènera dans le Piémont italien, par le Col de Bousson (2154m) ou le Col de Chabaud (2213m). Ils furent autrefois, du fait de leur faible altitude, le trait d'union entre l'Escarton d'Oulx et celui de Briançon, ou encore un lieu de passage prisé par les contrebandiers de tout poil.

Option : Cime de fournier (2424m).

Dénivelé : 500 mètres (+ 260m avec l'option)

Temps de marche : 4h00 (+ 1H15 avec l'option)

Jour 3

Lac des Cordes (2446m)

Nous nous rendrons au Lac des Cordes (2446m), situé au cœur des alpages communaux. Nous franchirons le Col des Marsailles (2601m) situé au pied du Pic de Rochebrune, pour rejoindre le hameau des Fonts de Cervières. Le retour se fait le long de la Vallée des Fonts parsemées de nombreux hameaux d'alpage. Nous pourrions observer des chalets à l'architecture typique et découvrirons une pratique encore bien préservée de l'agriculture traditionnelle.

Option : Pic du Vallon Crouzet (2728m).

Dénivelé : 600 mètres (+ 130m avec l'option)

Temps de marche : 4h30 (+ 1H00 avec l'option)

Jour 4

2 Demi journées

Matin : Au départ des Chalets d'Izoard (2120m), petit hameau d'alpage en ruine, nous traverserons une magnifique prairie d'altitude jusqu'au Col des Ourdeïs (2420m), d'où nous aurons une vue splendide sur les plus hauts sommets du Parc naturel du Queyras.

Dénivelé : 300 m - *Temps de marche : 3h00*

Pique-nique à l'Hôtel

Après-midi : Nous partirons à pied de l'hôtel à la découverte des hameaux de l'Alp. Petits chapelets d'anciens chalets d'alpage qui témoignent encore avec force de l'âpreté de la vie agricole d'antan.

Dénivelé : 400 m - *Temps de marche : 3h00*

Dîner à l'hôtel à 19h30.

Jour 5

Le Chenaillet

C'est à travers massif du Chenaillet, surprenant vestige de très anciennes éruptions volcaniques sous-marines, que nous nous rendrons au Lac Gignoux (2329m) puis au Col Gimont (2394m) à la frontière avec le Piémont. Option : Grand Charvia (2648m).

Pique-nique le midi.

Dénivelé : 550 m (+ 250m avec l'option)

Temps de marche : 4h30 (+ 1h15 avec l'option)

Dîner à l'hôtel à 19h30.

Jour 6

Pic du Malrif (2906m)

Depuis le hameau des Fonts, nous suivrons le GR 58 jusqu'au Pic de Malrif (2906m) pour profiter d'une vue panoramique sur le versant sud du massif de l'Oisans d'une part, et sur le Queyras et le Mont Viso d'autre part.

Pique-nique le midi.

Dénivelé : 870 m - *Temps de marche : 6h00*

Dîner à l'hôtel à 19h30.

Jour 7

Fin du séjour

Séparation du groupe après le petit déjeuner, à partir de 9h.

IMPORTANT: nous nous réservons le droit de modifier le programme quelles qu'en soient les raisons (conditions météorologiques, niveau technique des participants, coups de cœur de l'accompagnateur...). Ceci dans le souci d'un meilleur déroulement de votre séjour.

Nous gravirons de 250 à 800 mètres de dénivelées et marcherons de 3 à 6 heures par jour. Certains jours, si les conditions le permettent, en guise d'extension, nous proposerons aux plus sportifs l'ascension d'un col ou d'un sommet (ce qui rajoutera de 200 à 400 mètres de dénivelée et de 1 à 2 heures de marche). En milieu de semaine nous vous proposerons 1 journée composée de 2 balades à la demi journée ce qui vous permettra, si vous en ressentez le besoin, de gérer votre rythme et de vous reposer.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Le dimanche à partir de 17h00 à l'Hôtel à Cervières. Le pot d'accueil et la réunion de présentation du séjour auront lieu à 19 heures 30. Pour ceux qui arrivent en train et désirent bénéficier de notre service gratuit de navette, nous vous donnons rendez vous dimanche à 18h50 en gare de Briançon (sur le parking se trouvant à droite en sortant du hall), horaires à préciser.

Il vous sera possible d'arriver dès le samedi soir (avec un supplément de 65 euros pour la demi-pension) ou le dimanche matin par le train de nuit (avec un supplément de 21 à 33 euros pour le petit-déjeuner et le repas de midi). Dans les 2 cas, si vous ne disposez pas de véhicule, entre la gare de Briançon et l'hôtel, vous devrez faire appel à 1 taxi (nous vous conseillons de faire appel à Taxi Babut : 06.81.69.88.39, compter environ 32 euros la course).

Les chambres ne seront disponibles qu'à partir de 17h00 le samedi et le dimanche, mais vous disposerez d'une pièce pour stocker vos bagages en sûreté ainsi que du salon pour vous détendre.

ACCÈS

Malgré les apparences, l'accès à Cervières n'est pas compliqué.

EN TRAIN: www.voyages-sncf.com

Gare italienne de Montgenèvre (ligne Paris-Turin-Milan) : prendre un TGV Paris-Montgenèvre sur la ligne Paris-Turin-Milan est le moyen le plus rapide de se rendre de Paris à Briançon (moins de 6 heures), renseignez vous. A la gare italienne de Montgenèvre, un car régulier de la compagnie française Résalp vous transportera jusqu'à la gare de Briançon, de là vous pourrez prendre notre navette gratuite pour Cervières (rendez-vous à 18H00 sur le parking à droite en sortant de la gare).

Gare SNCF de 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.
- Par le sud, sur la ligne Marseille-Briançon (TER)

PAR LA ROUTE: www.viamichelin.fr ou www.covoiturage.fr

Par le nord : Grenoble - Col du Lautaret - Briançon par la N91, compter 2h30 à 3h. Une fois à Briançon, au 1er rond point suivre à droite la direction Gap – Sisteron – Col d'Izoard jusqu'à 1 feu tricolore. Prendre à gauche en direction du Col d'Izoard. Vous franchissez 2 ronds points en suivant toujours la direction Col d'Izoard, arrivés à 1 troisième rond point prendre à droite en direction de Cervières – Col d'Izoard – Parc naturel régional du Queyras. Cervières se trouve alors à 9 kilomètres. L'hôtel se situe à l'entrée du village, vous ne pouvez pas le rater, il est bien signalé.

Par le sud : Valence ou Sisteron - Gap - Embrun – Briançon. À l'entrée de Briançon vous arrivez à un feu tricolore. Prendre à droite en direction du Col d'Izoard. Vous franchissez 2 ronds points en suivant toujours la direction Col d'Izoard, arrivés à 1 troisième rond point prendre à droite en direction de Cervières – Col d'Izoard – Parc naturel régional du Queyras. Cervières se trouve alors à 9 kilomètres. L'hôtel se situe à l'entrée du village, vous ne pouvez pas le rater, il est bien signalé.

Par l'Italie : Chambéry - Tunnel du Fréjus (si vous pensez revenir par le même itinéraire, au péage prendre un aller-retour valable 7 jours : 54,30 €, sinon : 43,50 € l'aller simple au 1er janvier 2017, informations sur www.sfrfr.fr). Attention au GPS qui veut vous emmener vers Bardonecchia et le col de l'Échelle. A la sortie du tunnel (vous êtes à 45 minutes de Briançon), continuer sur l'autoroute direction Turin. Sortir à Oulx et prendre direction Cesana – Sestrière - Col de Montgenèvre - Francia. A Cesana di Torinese, prendre la direction Col de Montgenèvre – Briançon. Franchir le Col de Montgenèvre pour vous rendre à Briançon.

Une fois à Briançon, au 1er rond point suivre «toutes directions» jusqu'à 1 second rond point, suivre alors la direction Gap – Sisteron – Col d'Izoard jusqu'à 1 feu tricolore. Prendre à gauche en direction du Col d'Izoard. Vous franchissez 2 ronds points en suivant toujours la direction Col d'Izoard, arrivés à 1 troisième rond point prendre à droite en direction de Cervières – Col

d'Izoard – Parc naturel régional du Queyras. Cervières se trouve alors à 9 kilomètres. L'hôtel se situe à l'entrée du village, vous ne pouvez pas le rater, il est bien signalé.

DISPERSION

Le samedi à partir de 9 heures à l'Hôtel, à 9H30 au plus tard en gare de Briançon. A tous ceux qui nous quitteront le jour même, nous demanderons de libérer les chambres dès le matin, avant le départ en randonnée. Vous pourrez laisser vos bagages en sûreté à l'intérieur de l'hôtel et, à votre retour de balade, vous pourrez vous doucher avant de prendre la route.

FORMALITES

Durant la randonnée, vous devez être en possession des documents suivants :

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Carte vitale.
- Dépliant de votre assurance voyage "MMA Assistance" reçu lors de votre inscription (si vous avez souscrit cette assurance auprès de nos bureaux) ou de votre assurance personnelle (numéro de contrat + numéro de téléphone).

NIVEAU

2 chaussures

Aucune expérience de l'activité n'est nécessaire pour participer à ce séjour. Le dénivelé positif journalier est de 400 à 600 m de montée pour 4 à 5 heures de marche environ.

Vous marchez avec un sac léger contenant vos affaires nécessaires à la journée (pique nique, vêtement chaud, thermos...) L'esprit découverte est favorisé par rapport à l'aspect sportif. Les terrains abordés restent à la portée de tous et votre accompagnateur est là pour vous faire découvrir en douceur les plaisirs de la balade à raquettes

HEBERGEMENT

6 nuits en hôtel de montagne situé au coeur d'un petit hameau en formule **chambre de 2 personnes avec wc et salle de bain** (double ou twin) ou en formule **chambre de 3 avec wc et salle de bain**

Nourriture

La restauration sera l'un des points forts de votre séjour!

Tout au long du séjour nous vous concocterons une cuisine de terroir soignée et adaptée aux efforts sportifs, principalement à base de produits locaux, issus de l'agriculture biologique et du commerce équitable.

- Le petit déjeuner : copieux bien évidemment ! Il sera pour vous l'occasion de déguster de nombreux produits de montagne : miel, confitures, yaourts, fromage blanc...

- Le pic-nic (tous les jours y compris mercredi) : salades composées, cakes salés et sucrés « maison », fromages et charcuterie de pays et une fois par semaine grillades dans la neige...vous devriez tenir jusqu'au goûter! En cas de mauvais temps, nous essaierons de prendre notre pic-nic à l'abri dans l'une des cabanes de berger de la vallée. Une boisson chaude (thé ou café) viendra ponctuer ce délicieux moment.

- Le dîner : tous les soirs, après le potage aux légumes de saison, en accompagnement du plat principal nous vous proposerons un féculent pour bien vous caler après une longue journée de plein air. Les différents desserts maison vous offriront une dernière fête des papilles !

GROUPE

Départ assuré à partir de 4 personnes

Groupe limité à 12 participants

ENCADREMENT

Un Accompagnateur diplômé d'état, connaissant bien la vallée vous accompagnera

SÉCURITÉ ET SECOURS

Les grands massifs alpins sont très mal desservis par la téléphonie mobile et les réseaux comportent de nombreuses zones d'ombre imprévisibles. Afin de se préserver de ces déconvenues et vous assurer une sécurité maximum, les professionnels de Destinations Queyras sont équipés de **radio VHF** autorisant un accès direct aux services de secours en montagne.

Vous serez équipés du matériel de sécurité indispensable à la pratique des activités de montagne en hiver (appareils de recherches des victimes d'avalanches + pelle + sonde).

ATTENTION : votre accompagnateur reste le seul juge du programme qu'il peut modifier à tout instant en raison d'impératifs de sécurité (météo, nivologie, niveau du groupe...)

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).
 - 1 drap-sac pour la nuit en refuge. Les duvets sont inutiles.
- et pourquoi pas une petite spécialité de votre région à partager ?

Dans votre sac à l'hôtel

- 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 paire de Boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).

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 accompagnateur sera systématiquement équipé d'une radio (pour appeler les secours en cas de besoin), d'une trousse de premiers soins, d'une paire de jumelles et de la carte de la vallée.

Pour les pique – niques, nous vous fournirons 1 boîte pour les salades et des couverts ainsi que des thermos et 1 gobelet pour les boissons chaudes.

La pause pique-nique sera l'un des moments forts de ce séjour en terme de partage et de convivialité. Pourquoi n'en profiterions nous pas pour déguster quelques spécialités culinaires de votre région que vous aurez pris soin d'apporter dans vos bagages?

DATES ET PRIX

Du 09/06 au 13/07, du 18/08 au 07/09 et le 20/10 : **595 euros par personne**

Du 14/07 au 17/08 : **645 euros par personne**

Supplément en chambre single (selon disponibilités) : 200 euros/personne la semaine.

LE PRIX COMPREND

la pension complète du dîner du jour 1 au déjeuner du jour 7,

5 jours d'encadrement,

les transferts entre la gare de Briançon et l'hôtel le jour 1 et le jour 7, ainsi que ceux pour se rendre au départ des randonnées.

LE PRIX NE COMPREND PAS

l'assurance annulation, interruption & bagages

l'assurance carte Passeport Montagne (facultative),

si nécessaire, les transferts entre la gare de Briançon et l'hôtel hors jour 1 et jour 7,

les boissons et dépenses personnelles

POUR EN SAVOIR PLUS

Cartographie

. au 1/25000 : cartes TOP 25 IGN 3536 OT Briançon

. au 1/50 000 : carte DIDIER-RICHARD « Queyras - Haute Ubaye »

**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