

HIVER 2019

ESCAPADE BIEN ETRE AU COEUR DU QUEYRAS

**Séjour raquette en étoile sous le signe du bien-être
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.

« Etre bien » est le maître mot du séjour !

A 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'Equipe 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.

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

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 raquettes et de visites*
- *Des accès au spa chaque jour*

PROGRAMME

Jour 1

RDV le jour de votre choix (dimanche, lundi ou mardi) à **19h30 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 pains... 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 16h00 et accès au spa

Dénivellations : + 250m , - 250 m

Temps de marche : 3h00

La vallée du col d'Izoard – le lac de Roue – le hameau perché de Souliers (1850 m)

Transfert dans la vallée de Arvioux. 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 compare aux espaces sauvages des lacs canadiens ! Nous apercevons au loin le petit hameau perché de Souliers ou une certaine tradition agricole perdue. 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'Arvioux 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 16h00 et accès au spa.

Dénivellations : + 250m , - 250 m

Temps de marche : environ 4h30

Découverte du Val d'Azur et visite du village de Arvioux

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 pains, 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 villages. Retour au point de départ en suivant sans difficultés le cours de la rivière puis retour à l'hôtel pour 16h00

Dénivellations : - 200m , + 200 m

Temps de marche : environ 4h

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

La Chalp (1770 m) - Molines (1750 m) - Pierre Grosse (1915 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

Code : DBALEN4

très apprécié pour la préservation de son habitat. Retour à Saint Véran par le Bois des Amoureux. Retour à l'hôtel vers 16h00 et accès au spa

Dénivelés : -300 m, + 300 m Temps de marche : environ 4h00 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 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 1h30, 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 ! Le retour vers la vallée est rapide et nous rejoignons le gîte ou notre amie Perrine sait nous concocter un petite assiette délicieuse ! En début d'après midi, nous visitons le Musée de la Nature du parc du Queyras. Retour à l'hôtel vers 16h00 et accès au spa

Dénivellations : 450 m en montée, 450 m en descente Temps de marche : 4 h 00

Le Vallon du Longet : sous l'ambiance des hautes cîmes

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, entouré des hautes cîmes 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 16h00.

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

Jour 4

Fin du séjour en fin de randonnée

Pour les participants utilisant le train, transfert en gare de Montdauphin-Guillestre (Pour information En 2017 : départ des navettes autour de 8h15, à vérifier pour 2018 auprès du Conseil Général www.05voyageurs.com)

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.

** Les visites du musée de la nature et de la Ferme des Espars ne sont pas inclus 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 30min à 1h. A votre écoute, et à celle de votre corps, ils personnalisent leurs soins selon le ressenti du moment.

A l'hôtel* La Ferme de l'Izoard à Arvieux**

Claudie, Esthéticienne, vous propose :

- Modelage corps détente, 1h00 : 65€
- Modelage Dos et crâne, 30min : 35€

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

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

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

Hôtel * l'Equipe 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 adapté à votre corps :

- Massage 1h00 : 65€
- Massage 25min : 35€

Les soins se déroulent directement à l'hôtel.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

Selon les dates, RDV à partir de **19h30** 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, merci de prévenir Destinations Queyras au 06 74 38 89 59

Si vous arrivez en train

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

En venant du nord : liaison quotidienne par train couchette Paris (gare d'Austerlitz) Montdauphin-Guillevestre ou liaison par TGV Paris-Valence ou Paris-Grenoble puis correspondances pour Montdauphin-Guillevestre.

Attention, certaines propositions d'horaires vous font passer par Aix en provence ou Marseille, ce qui est beaucoup plus long. Il faut bien se renseigner et privilégier la ligne passant par Valence ou Grenoble.

En venant du sud : ligne Marseille-Briançon.

Nota : attention, certaines propositions d'horaires par internet vous font passer par Aix en Provence ou Marseille, ce qui est beaucoup plus long. Il faut bien se renseigner et privilégier les accès par les gares de Valence ou de Grenoble.

De la gare au lieu de RDV

La navette locale (à votre charge) qui assure le transfert pour le Queyras n se trouve au départ de la gare à 8h30 et 18h00 en service régulier (horaire 2014)

Ces horaires 2016 ne sont pas encore validés à la période de conception de cette fiche. Nous vous invitons à les contrôler en consultant 05voyageurs lors de l'organisation de votre voyage au **04.92.502.505** ou sur www.05voyageurs.com.

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 Guillevestre, 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 Guillevestre 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 Guillevestre 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'Echelle mais fermé l'hiver !

Au péage à la sortie du tunnel coté italien, continuer sur l'autoroute direction Turin. Sortir à Oulx et prendre direction Cesana – Sestrière - Col de Montgenèvre/Francia. Du col de Montgenèvre (frontière) vous gagnez Briançon puis Guillevestre (1h30 mn de trajet depuis le tunnel)

Code : DBALEN4

Par le sud, Valence ou Sisteron - Gap - Embrun - Guillestre.
Depuis Guillestre, suivre la direction « Queyras » (D 902), puis la D 947.

Contact répondeur « Etat 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 2 L'Equipe 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* La Ferme de l'Izoard 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.

Quelque 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 ou 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

Mr 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

DISPERSION

Fin du séjour le jour 4 après la randonnée

Pour les participants venus en train, transfert en bus local à la gare de Montdauphin-Guillestre.

Pour les participants venus en train, transfert en gare de Montdauphin – Guillestre par la navette locale, départ 8h15 des villages, arrivée en gare 55 min plus tard.

Ces horaires 2019 ne sont pas encore validés à la période de conception de cette fiche. Nous vous invitons à les contrôler en consultant 05voyageurs lors de l'organisation de votre voyage au 04.92.502.505 ou sur www.05voyageurs.com.

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

HEBERGEMENT A L'HOTEL * « LA FERME DE L'IZOARD »**

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 a 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.

HEBERGEMENT À L'HÔTEL 3* « L'ÉQUIPE DE MOLINES EN QUEYRAS »

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 14 personnes

ENCADREMENT

Accompagnateur en montagne diplômé d'Etat 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.
- Etre 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 équipé 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 de rajouter 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'ennemi du randonneur, surtout en hiver car elle humidifie les vêtements qui sont rapidement glacés lors des pauses.

Eviter les anoraks et **proscrire les combinaisons de ski**, trop chaud et encombrant.

L'équipement vestimentaire conseillé pour randonner

- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 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 sac)
- 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)
- 1 caleçon chaud (il également être utilisé pour la soirée en refuge)
- 2 paires de chaussettes de randonnée, hautes et chaudes et adaptées à la marche
- 1 maillot de bain pour l'accès au sauna de l'hôtel

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 (2 litres conseillé).
- 1 petite boîte plastique hermétique, gobelet, couteau et fourchette pour les pique-niques,
- des vivres de courses 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
- papier toilette avec un petit briquet pour le brûler
- crème solaire et écran labial

Pour le soir à l'hébergement

- vos affaires de rechange
- boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).

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

Chambre individuelle en fonction des disponibilités :

- Hors vacances scolaire : 30€
- Vacances scolaires : 175€

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

- L'assurance multirisque : annulation et rapatriement
- 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-VERAN

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

Perché à 2042 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 Age, 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 pierres, 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

INFORMATIONS SUR LE VILLAGE DE ARVIEUX

(www.queyras-montagne.com)

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

**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