

LIBERTÉ 2019

## TOUR DU QUEYRAS EN LIBERTÉ EN GITE D'ETAPE

CIRCUIT G7 - QUEYRAS ET VALLEES ITALIENNES  
6 JOURS - 5 NUITS - 5 JOURS DE MARCHÉ



5 jours de marche en liberté en pleine montagne. Loin des axes routiers, ce séjour en refuge vous mènera sur les sentiers transfrontaliers du Queyras et de l'Italie. Vous randonnerez en pleine nature avec toujours en ligne de mire le mythique Mont Viso (3840 m)

### **Nos points forts...**

- *Un départ à votre convenance*
- *Un itinéraire sauvage et préservé au coeur de la nature*
- *Un dossier de randonnée complet : trace GPS, carnet culturel et carnet de route, carte IGN*

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**

Rendez-vous à **ABRIES (1545 m)**

## **Jour 2**

### **ABRIES – REFUGE JERVIS (1750 m)**

Passage de la frontière pour atteindre l'Italie et le fabuleux plateau du Haut Pellice. Nous sommes sur les traces de la fuite des protestants... Ici l'alpage est vivant avec un habitat rénové et on fabrique encore le fromage.

(+1050 m, -825 m, 6h30 de marche)

## **Jour 3**

### **REFUGE JERVIS - REFUGE DU VISO (2460 m)**

Vous entrez dans la réserve naturelle du Haut Guil-Viso, véritable sanctuaire de la faune et de la flore par un col élevé qui demande une certaine expérience de la randonnée. Très belle vue sur le Mont Viso et bref retour en Queyras avant de retrouver l'Italie dès le lendemain ! (+1110 m, -400 m, 5h30 de marche)

## **Jour 4**

### **REFUGE DU VISO – PASSO DI VALLANTA ET DI SOUSTRA (2872 m) - PUNTA LOSETTA (3052 m) - CHIANALE (1850 m)**

Une splendide traversée au pied du célèbre Mont Viso (3841 m) et l'ascension d'un beau 3000 frontalier. Puis c'est le doux « vallone di Soustra » pour rejoindre Chianale, remarquable hameau piémontais typique. (+590 m, -1200 m, 6h00 de marche)

## **Jour 5**

### **CHIANALE - REFUGE AGNEL (2580 m)**

Ancienne « route économique » entre le piémont et le Queyras, ce col est encore utilisé à l'occasion d'un pèlerinage en juillet. Quant au pic, il est l'un des plus beaux « 3000 » du Queyras ! (+1050 m -350 m, 5h30 de marche ou 6h30 avec l'option)

## **Jour 6**

### **REFUGE AGNEL (2580 m) – ABRIES (1545 m)**

La découverte des grands lacs d'altitude et des richesses de la montagne : alpages fleuris, arbres centenaires, torrent limpide, clairières verdoyantes...

(+250 m, -1100 m, 6h00 de marche)

- . **Circuit possible uniquement après la fonte de la neige sur les cols élevés (à partir de la mi-juillet)**
- . **Pas de transfert de bagages aux refuges (jour 2 et 3)**

**Vous souhaitez aménager votre itinéraire ? Consultez notre site et construisez vos étapes pas à pas grâce à notre outil de création de circuit « à la carte » :**

<http://www.randoqueyras.com/randonnee-circuit-a-la-carte.html>

**Comptez ensuite sur notre équipe pour finaliser votre projet et partir sur les sentiers de votre choix avec carnets de routes, carnet culturel, trace GPS et cartes personnalisées.**

# **FICHE PRATIQUE**

## **ACCUEIL**

**Si vous arrivez en voiture**, nous vous accueillons dans nos bureaux dans le village de GUILLESTRE entre 9h et 18h pour la réception de votre dossier de voyage.

**Si vous arrivez en train**, nous vous rencontrons sur le lieu de votre hébergement pour la remise de votre dossier.

## **ACCÈS**

Si vous arrivez en train

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

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

En venant du nord : liaison quotidienne par train couchette ou par TGV et TER :

- Train de nuit : Ligne Paris (gare d'Austerlitz) / Montdauphin - Guillestre
- Train de jour : Ligne Paris-Valence ou Paris-Grenoble puis correspondances pour Montdauphin-Guillestre (ligne vers Briançon). Attention, évitez les propositions d'horaires vous faisant passer par Aix en Provence ou Marseille, beaucoup plus long.
- Train de jour : TGV Ligne Paris – Turin. Arrêt Oulx

En venant du sud : ligne Marseille-Briançon

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

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

## **De la gare au lieu de RDV**

En haute saison, un service régulier de bus assure plusieurs fois par jour le transfert pour le Queyras au départ de la gare. En basse saison, attention les navettes sont moins régulières. Information et réservation : [www.05voyageurs.com](http://www.05voyageurs.com) ou tel 04 92 502 505.

## **Accès en voiture**

Par le nord :

1ère 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 ».

2e 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

3e 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 Guillestre (1h30 mn 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.

## **Taxi**

Le Guilazur au 06 80 21 77 22

Taxi 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**

Le dernier jour de randonnée

Un service régulier de bus assure plusieurs fois par jour le transfert pour la gare. Information et réservation : [www.05voyageurs.com](http://www.05voyageurs.com) ou tel 04 92 502 505.

## **NIVEAU**

### **3 à 4 chaussures**

Randonnée de 5 à 7 heures de marche comportant une dénivellation positive moyenne de 400 à 1000 m. Sac léger sauf éventuellement une nuit pour se rendre dans un refuge de haute montagne par exemple. Randonnée sur sentier bien tracé la majeure partie du circuit avec des passages ponctuellement plus accidentés ou sur un terrain plus caillouteux

## **HEBERGEMENT**

### **En gîtes d'étape et refuge équipés de douches chaudes.**

La formule gîte et refuge offre un hébergement réservé presque essentiellement aux randonneurs. Les nuits s'organisent en chambres collectives (de 4 à 12 personnes selon les gîtes) avec sanitaires dans les chambres ou à l'étage. Le repas et le petit-déjeuner sont préparés par nos hôtes.

**La restauration** servie dans les hébergements est équilibrée et variée. La cuisine est copieuse, traditionnelle et adaptée au programme des randonneurs. Les repas froids de midi sont à votre charge. Vous trouverez dans les villages les commerces nécessaires à vos achats. Si vous le souhaitez, vous pouvez également réserver auprès des hébergeurs vos repas froids du lendemain. Il suffit de les commander à votre arrivée.

## **PORTAGE DES BAGAGES**

Si vous le souhaitez, vous pouvez opter pour la formule « transfert des bagages » (sauf les jours 2 et 3). Vos affaires personnelles inutiles pendant la journée de randonnée sont alors transportées par taxi entre les différents hébergements lorsqu'ils sont bien sûr accessibles par véhicules.

Ce bagage (**un seul par personne**) devra être souple de type sac de voyage ou de sport (valise interdite) et rester d'un poids raisonnable (8 à 10 kg maximum en fonction des circuits). Attention l'accès aux différents hébergements n'est pas toujours aisé, un bagage trop volumineux et trop lourd peut être refusé par le transporteur.

La journée vous ne portez donc que votre sac à dos (35 à 40 L conseillé) contenant vos effets personnels utiles à la randonnée (pique-nique, vêtements chauds...).

## **GROUPE**

Départ assuré à partir de 1 personne

## **ENCADREMENT**

Séjour en liberté sans accompagnateur.

## **SÉCURITÉ**

Nous tenons à vous mettre en garde sur l'efficacité du portable en milieu montagnard. En effet, si nos villages sont bien couverts par les réseaux de téléphonie mobile, sachez que de très nombreuses zones d'ombre subsistent en altitude et que votre appareil s'avérera souvent inutile de longues heures dans la journée. Toutefois si un réseau est présent, en cas de besoin nous vous conseillons de composer le 112 qui est le numéro d'appel d'urgence prioritaire.

## DOSSIER DE RANDONNEE

### DOCUMENTS FOURNIS

Pour que votre séjour en liberté se déroule le mieux possible, nous avons toujours pris soin d'apporter une attention particulière à vos documents fournis. Conscient de l'évolution des nouvelles technologies, et parce que nous souhaitons d'avantage vous faire partager notre passion pour le territoire, nous faisons régulièrement évoluer le contenu de notre dossier et vous proposons

- Un carnet culturel vous décrivant le patrimoine local et précisant les informations pratiques telles que les commerces ou services à disposition dans les villages.
- Un carnet de route contenant le profil détaillé, la carte et le descriptif détaillé jour par jour du circuit.
- La cartes personnalisée au 1/30 000e compatible GPS qui couvrent votre itinéraire
- L'envoi de la trace gps au format \*gpx ( Format compatible avec tout type de GPS ou smartphone )
- Les « vouchers » ou bons d'échange que vous devrez remettre aux différents prestataires (hébergeurs, taxi...)

### NOTA : REMISE DES DOCUMENTS

**Avant votre départ :** Au plus tard, 15 jours avant votre départ vous recevrez votre convocation vous indiquant le lieu de rendez-vous et le détail des hébergements qui vous accueilleront tout au long de la semaine. Sur demande nous vous faisons parvenir les traces GPX du parcours.

**Sur place :** Vous serez accueilli par un professionnel de la montagne du pays. Il vous remettra l'intégralité de votre dossier lors de l'accueil du jour 1 à nos bureaux ou à votre hébergement en fin de journée.

Ce temps de rencontre sera l'occasion de vous transmettre les dernières informations concernant votre itinéraire (état des sentiers, présence éventuelle de neige sur certains cols en début de saison, prévision météo...) et d'échanger avec vous quelques conseils sur votre équipement et matériel nécessaires au bon déroulement de votre séjour.

A la fin de votre séjour, les éléments de votre dossier vous sont laissés à disposition.

### EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

#### Vêtements :

En randonnée le **principe des 3 couches** reste l'équipement conseillé pour votre confort et votre sécurité.

- un tee-shirt à manches courtes en matière respirante (fibre creuse).
- un tee-shirt à manches longues en matière respirante
- une veste 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, car elle humidifie les vêtements et vous refroidit lors des pauses.

- L'équipement vestimentaire conseillé pour randonner
- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 bonnet ou tour de cou multifonction type BUFF© et 1 paire de gants léger pour se protéger du froid en altitude
- 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 cape de pluie ou une housse de protection du sac à dos pour le mauvais temps (souvent intégrée dans le sac)
- 1 pantalon de trekking ample
- 1 short ou bermuda adapté à la marche
- 1 paires de chaussettes de randonnée, hautes adaptées à la marche

#### **Le matériel indispensable**

- **1 sac à dos de 30/35 litres** à armature souple, muni d'une ceinture ventrale
- **2 bâtons télescopiques**
- **1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville** et imperméables, à semelle type Vibram Penser à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps (chaussures basses déconseillées à partir des séjours de niveau 3 chaussures)
- 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 ou froide
- 1 gourde (prévoir minimum 1,5l/pers) ou poche à eau type « Camel back » avec pipette.
- 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 indice 4
- appareil-photo et/ou jumelles (facultatif).

#### **Pour le soir à l'hébergement**

- nécessaire de toilette
- vos affaires de rechange
- boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- 1 maillot de bain (selon les hébergements)
- 1 draps sac (Obligatoire dans tous les hébergements sauf hôtel où les draps sont fournis)

#### **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.
- des jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes.
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules).

*Votre trousse de pharmacie doit être réduite au maximum. Dans votre sac à dos, vos médicaments personnels, quelques pansements, élastoplaste, etc.*

*Pour la trousse de toilette, privilégiez l'indispensable, les petites contenances, les échantillons et les kits de voyages.*

**Attention ! Le drap sac pour dormir est obligatoire (les lits sont équipés de couettes ou couvertures)**

## **DATES ET PRIX**

Selon votre choix, départ possible de début juin (en fonction de la fonte de la neige en altitude) à fin septembre

- 450 €/pers avec transfert des bagages sauf le jour 2 et le jour 3
- 405 €/pers sans transfert des bagages

Supplément 1 seul participant : +50 €

Tarif nuit supplémentaire en 1/2 pension (taxe de séjour inclus) :

En dortoir : 45€

En chambre de 2 : 55€

Sous réserve de disponibilité dans l'hébergement prévu initialement au départ et/ou à l'arrivée

## **LE PRIX COMPREND**

- Les frais d'organisation
- L'hébergement en demi-pension en gîte d'étape et refuge
- Le transport de vos bagages en option (sauf les jours 2 et 3) selon la formule choisie
- La fourniture du dossier de randonnée (carnet de route, cartes...)

## **LE PRIX NE COMPREND PAS**

- Les repas de midi (sur commande auprès des hébergeurs ou possibilité de commerces dans les villages)
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les jetons de douches sur en refuges de montagne (Italie)
- L'équipement individuel.
- L'assurance multirisques : rapatriement et annulation
- Tout ce qui n'est pas dans "Le prix comprend".

# **POUR EN SAVOIR PLUS**

## **L'ESPRIT DU SÉJOUR**

ATTENTION... Les itinéraires détaillés ci-dessous ne sont qu'indicatifs. Ils sont réservés à de bons marcheurs et empruntent uniquement les sentiers balisés (GR rouge et blanc) du tour du Queyras ou les « sentiers de Pays » balisés en jaune ou en rouge. Ceux-ci sont facilement repérables tout au long du chemin à l'aide des marques peintes régulières et de panneaux indicateurs aux intersections.

Les temps de marche sont basés sur les usages de la randonnée soit un dénivelé positif de 350 m/heure dans les ascensions, pour un dénivelé négatif d'environ 500 m/heure dans les descentes, et d'une vitesse moyenne de marche de 3,5 km/h sur les parties plates. Ces évaluations respectent les informations que vous pouvez trouver sur le terrain (départ des balades par exemple) ou mentionnées dans les divers guides de randonnée.

Sur cet itinéraire, vous marchez bien sûr sous votre propre responsabilité. La base de la sécurité pour randonner en montagne est de savoir lire une carte IGN au 1/25 000 en association avec l'emploi d'un altimètre, voire d'une boussole.

Il vous appartient de vous renseigner auprès des hébergements ou des Offices du tourisme de l'évolution météorologique (bulletins affichés) ou d'appeler le répondeur météo au 08 92 68 02 05.

Destinations Queyras ne peut en aucun cas être tenu pour responsable d'un problème quel qu'il soit, survenu pendant le parcours de votre randonnée (état du sentier, niveau physique pas adapté au circuit, mauvaise appréciation d'un horaire, erreur de lecture de la carte...).

Les sentiers mentionnés dans ce programme permettent d'aller d'un gîte à l'autre sans devoir utiliser les transports en bus ou taxi. Si vous deviez utiliser les services d'un transporteur pendant ce séjour (mauvais temps, retard, fatigue excessive, égarement ou autres imprévus...) ceux-ci restent évidemment à votre charge et sous votre responsabilité.

Nous vous fournissons pour la durée du séjour les documents indispensables à la randonnée (carnet de route, cartes...).

## **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, ou, pour la période actuelle, « Le vol du faucon » et « L'automne des bouquetins » de Nicolas Crunchant.

## **CARTOGRAPHIE**

Cartes TOP 25 IGN 3637OT et 3537ET et carte LIBRIS « Queyras Ubaye » au 1/60 000



**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](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