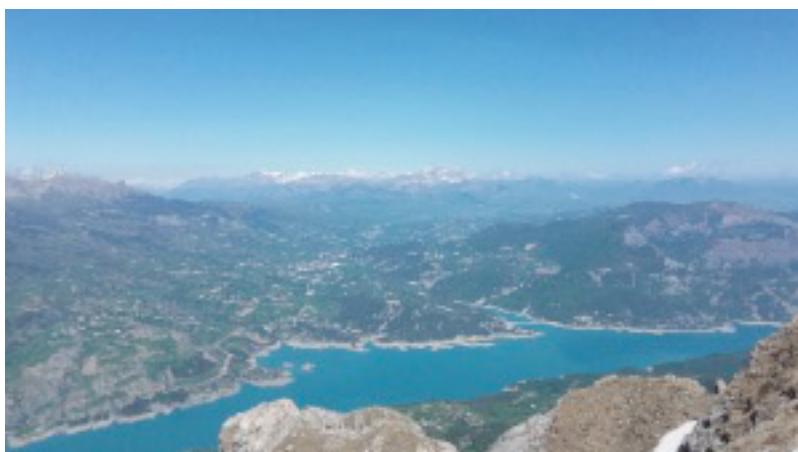


ETE 2019

## LES BALCONS DE SERRE-PONÇON, RANDONNEES AUTOUR D'EMBRUN

**Randonnée en étoile accompagnée au cœur de la Durance  
6 jours, 5 nuits, 5 jours de marche**



Quand la neige est encore présente en altitude et que le printemps gagne en premier lieu les vallées, ou avant que la neige ne tombe et que l'été indien perdure à l'automne, nous vous proposons de découvrir un lieu emblématique des Hautes-Alpes : le bassin de l'embrunais et le lac de Serre-Ponçon.

Logé confortablement à proximité du lac, vous découvrirez chaque jour un itinéraire dominant la vallée. Surnommée la « Nice » des Alpes, grâce à son climat agréable, vous pourrez découvrir cette bourgade perchée sur son promontoire, et flâner dans les ruelles anciennes et visiter les monuments comme la cathédrale ou l'ancien couvent des cordeliers.

**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**

Accueil par votre accompagnateur à 18h15 le dimanche soir à la gare. Si vous arrivez en voiture pour pouvez vous rendre directement à l'hébergement.

## **Jour 2**

### **CANAL ET DEMOISELLE COIFFEE**

Pour cette première journée, nous prenons de la hauteur au cœur de la forêt. Nous empruntons d'anciens chemins historiques dont le canal de Gramorel, qui coule toujours, tantôt sous terre, tantôt à l'air libre ! Ce sera également l'occasion de découvrir une particularité géologique : les cheminées de fées, également appelées demoiselles coiffées.

Dénivelés : + 500 m, - 500 m      Horaire : 5 h 30

## **Jour 3**

### **DE L'ABBAYE DE BOSCODON AUX PORTES DU MORGON**

La journée démarre aux portes de cette célèbre abbaye classée aux monuments historiques, et fondée en 1142. Cet itinéraire vous fera découvrir un cirque immense dominé par le sommet emblématique qui offre une vue panoramique sur le lac de Serre-Ponçon. : Le Grand Morgon. Ascension possible pour ceux qui le souhaitent sinon le cirque sera l'occasion de flâner et d'admirer le paysage. Le retour vous offrira une vue unique sur un autre cirque dont l'érosion lui a donné des formes particulières.

Dénivelés : + 550 m, - 550 m      Horaire : 5h30 (option + 400m)

## **Jour 4**

### **LAC DE L'HIVERNET**

Niché au cœur d'un ancien cirque glacière, vous apprécierez ce lac dominant la vallée de la Durance. La montée se déroule au cœur de la forêt, puis progressivement l'étage alpin apparaît. Il vous faudra attendre la dernière minute pour découvrir le lac !

Dénivelés : + 750 m, - 750 m      Horaire : 6h00

## **Jour 5**

### **LE MEALE**

Pour cette randonnée, nous changeons de versant, et partons en rive gauche de la Durance. Le départ en sous-bois est très agréable, nous gagnons de l'altitude à cheval sur une belle croupe puis arrivons au sommet avec vue panoramique sur le val Durance et les Ecrins.

Dénivelés : + 750 m, - 750 m      Horaire : 6h00

## **Jour 6**

### **LES AIGUILLES DE CHABRIERE**

Une journée à couper le souffle, qui commence par une ascension en sous bois. Très vite, On prend de la hauteur le long d'une crête sans difficulté, qui permet d'avoir une vue continue sur la vallée. Pour ceux qui le souhaitent, possibilité de rejoindre les Aiguilles de Chabrières, véritables citadelles offrant une vue jusque sur la Provence.

Dénivelés : + 550 m, - 550 m      Horaire : 5h30

Fin du séjour après la randonnée, retour en gare pour 15h00

#### **NOTE :**

Le programme pourra varier afin de prendre en compte les meilleures périodes pour aborder les thèmes du séjour (flore, faune, alpage..). Il sera défini avec vous par votre accompagnateur. En fonction de la météorologie ou pour toutes autres raisons indépendantes de notre volonté, nous pouvons être contraint d'apporter quelques modifications à 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.

# FICHE PRATIQUE

## **ACCUEIL**

Accueil par votre accompagnateur à 18h15 le dimanche soir à la gare.

**Si vous arrivez en retard** : merci de prévenir Destinations Queyras au 04 92 45 04 29 ou 06 74 38 89 59

## **Si vous arrivez en train**

Arrivée en gare de Embrun, sur la ligne vers Briançon.

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

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.

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

Votre accompagnateur **vous accueille en gare le dimanche soir à 18h15** 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.**

**Si vous arrivez dans la journée en gare d'Embrun et que vous souhaitez rejoindre l'hôtel** : Transfert à votre charge, en taxi ou à pied (2km, 30min)

## **Accès en voiture**

**Par le nord** : Depuis Grenoble par la Mure et Gap. Ensuite suivre la direction Embrun.

### **Autre possibilité pour rejoindre Embrun**

Par **Chambéry – Autoroute de la Maurienne -Tunnel du Fréjus** (au péage prendre un aller-retour valable 7 jours, ou sur le site <http://www.serre-chevalier.com/> )

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 Embrun (1h45 mn de trajet depuis le tunnel)

**Par le sud**, Valence ou Sisteron - Gap - Embrun - Guillestre.

## **Taxi**

TAXI ALPIN : 04 92 22 32 17

MESROBIAN Jean-François : 04 92 43 29 26

## **DISPERSION**

Le jour 6 après la randonnée. Retour en gare pour 15h30

## **FORMALITES**

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

- Carte d'identité en cours de validité ou Passeport.
- Carte vitale.
- Contact de votre assurance voyage

## **NIVEAU**

### **2 à 3 chaussures**

Aucune expérience de l'activité n'est nécessaire pour participer à ce séjour. La dénivelée positive journalière est en moyenne de 500 à 800 m de montée pour 5 à 6 heures de marche. Vous marchez avec un sac léger contenant vos affaires nécessaires à la journée (pique nique, vêtement chaud, gourde...).

Randonnée sur sentiers bien tracés la majeure partie du circuit avec des passages ponctuellement plus accidentés ou sur un terrain plus caillouteux.

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 randonnée !

## **HEBERGEMENT**

Hôtel 3\*, En chambre de 2 personnes

L'hôtel est situé à 20min à pied du centre-ville historique, à 150m du plan d'eau d'Embrun. Il possède 3 étoiles et 3 cheminés Logis de France. Spacieux et confortable, vous apprécierez son jardin paysagé, sa piscine couverte et chauffée, son espace détente (sauna, hammam, jacuzzi), son bar avec coin billard.

Au niveau de la restauration, une cuisine régionale et raffinée qui suit le rythme des saisons vous sera proposé.

**Les repas froids pris au cours de la randonnée** sont complets et composés de salade, viande ou charcuterie, fromage, fruit, biscuit... Ces pique-niques sont réservés auprès des hébergements ou préparés par l'accompagnateur à l'aide des produits et commerces locaux.

## **TRANSFERTS INTERNES**

Minibus 8 personnes en plus de l'accompagnateur.

Si le groupe dépasse ce nombre, nous pouvons vous demander d'utiliser parfois votre propre véhicule. Dans ce cas-là, nous vous proposerons un défraiement sous la forme d'une indemnité kilométrique.

## **PORTAGE DES BAGAGES**

Vos bagages resteront à l'hôtel durant la semaine.

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

## **GROUPE**

Départ assuré à partir de 4 participants

Groupe limité à 14 personnes

## **ENCADREMENT**

Accompagnateur en montagne diplômé d'état, spécialiste de l'embrunais.

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, 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.

## **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).
- une veste chaude ou pull 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.

Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable

En altitude, par temps frais ou lors des pauses, 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 qui sont rapidement froids lors des pauses.

### **Dans votre sac à dos et sur vous en marchant**

- 1 sac à dos de 30/35 litres
- 2 bâtons télescopiques (fortement conseillés !)
- 1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- 1 tee-shirt de randonnée en matière respirante.
- 1 veste en fourrure polaire ou un pull chaud
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante (type Gore-tex ou équivalent).
- 1 cape de pluie (facultative) Peut être remplacée par le couvre sac et la veste étanche
- 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 en altitude
- 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 (chaussures basses déconseillées)
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité.
- 1 crème solaire et stick à lèvres protecteur.
- 1 gourde ou poche à eau de 1,5l 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 boîte plastique hermétique (contenance 0,3 litre minimum) + gobelet + couverts.
- 1 couverture de survie.
- 1 appareil-photo et/ou jumelles (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

### Du dimanche soir au vendredi en fin de journée

	DATE DEPART		DATE DE FIN	PRIX
Du	12/05/19	au	17/05/19	795,00 €
Du	19/05/19	au	24/05/19	795,00 €
Du	26/05/19	au	31/05/19	795,00 €
Du	02/06/19	au	07/06/19	795,00 €
Du	09/06/19	au	14/06/19	795,00 €
Du	16/06/19	au	21/06/19	795,00 €
Du	23/06/19	au	28/06/19	795,00 €
Du	01/09/19	au	06/09/19	795,00 €
Du	08/09/19	au	13/09/19	795,00 €
Du	15/09/19	au	20/09/19	795,00 €
Du	22/09/19	au	27/09/19	795,00 €
Du	29/09/19	au	04/10/19	795,00 €
Du	06/10/19	au	11/10/19	795,00 €
Du	13/10/19	au	18/10/19	795,00 €

Chambre single : 135 € (possible uniquement sur demande et selon les disponibilités de l'établissement)

### LE PRIX COMPREND

- La pension complète du dimanche soir au vendredi après-midi
- L'encadrement des randonnées par un professionnel de la montagne diplômé d'état
- Les transferts en minibus et navettes décrits au programme
- Les transferts de la gare à l'hôtel en A/R avec notre accompagnateur le dimanche soir à 18h30 et le vendredi après-midi 15h30 en gare.

### LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les boissons et le vin pendant les repas
- Les assurances annulation et rapatriement
- Le transfert de la gare à l'hôtel A/R en dehors du trajet proposé dans le prix comprend.
- Le supplément single

# POUR EN SAVOIR PLUS

## **EMRBUN**

(Extraits du site <http://www.histoire-embrun.com> ).

La commune d'Embrun (en occitan Ambrun) compte 6 700 habitants pour une superficie de 36.39 km<sup>2</sup>, son altitude allant de 870 m à 2 300 m maximum.

Elle est située dans le département des Hautes-Alpes (05) de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur.

La ville est entourée de nombreuses montagnes (Mt Guillaume, Le Réal, Le Méal ,...).

Le climat méditerranéen de montagne lui donne en moyenne près de 300 jrs de soleil par an. C'est pour cela qu'elle est surnommée la petite «Nice des Alpes».

Cette cité millénaire est perchée sur son roc (pouding fluvio-glaciaire) qui domine la vallée de la Durance. Son nom vient du celte Eburodunum Ebr = eau et Unum = Elévation.

A découvrir : Son roc, le couvent des Cordeliers, la Tour Brune.

## **ABBAYE DE BOSCODON**

Située à 1150m d'altitude, au cœur d'une sapinière exceptionnelle enserrée dans un écrin de montagnes, l'abbaye est un remarquable monument du XII<sup>e</sup> siècle.

Fondée en 1130 par Guillaume de Montmirail, elle fut 12 ans plus tard affiliée à l'Ordre de Chalais en Chartreuse et devient l'abbaye la plus importante de l'ordre, vivant de l'exploitation forestière et de l'élevage.

Au cours du XIV<sup>e</sup> siècle, d'incessantes guerres et de fréquents raids de pillards mirent à sac les bâtiments monastiques et le cloître, épargnant heureusement l'abbatiale. A la fin du XIV<sup>e</sup> siècle, l'abbaye de Boscodon fut unie à l'abbaye bénédictine de Saint-Michel de la Cluse en Piémont. Cette union ne dura que quelques années, Boscodon resta Bénédictine.

Reconstruite à la fin du XVII<sup>e</sup> siècle, sa conventualité fut dissoute en 1769 et ses biens unis à l'archevêché d'Embrun. Vendue comme Bien National en 1791, l'abbaye est devenue durant près de 200 ans le cœur d'un petit hameau rural. En 1972, l'association des amis de l'abbaye se constitua afin de rendre le bâtiment à sa vocation première.

Classée monument historique en 1974, l'abbaye a retrouvé par la suite une communauté de religieuses dominicaines avant de se reconstituer sur le plan architectural grâce à de nombreux chantiers de réhabilitation qui en font aujourd'hui un chef d'œuvre de l'art religieux monastique, avec un style roman très pur, proche de l'art cistercien primitif. L'abbaye séduit par sa pureté, sa luminosité et son harmonie des volumes.

## **CARTOGRAPHIE**

3438 ET, 3437 ET

**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