Atalante
L'ESPRIT TREK

ALPES

Le Tour de la Haute Ubaye : du Queyras au Brec de Chambeyron

- Un itinéraire sauvage, original et à l'écart des chemins de randonnée habituels
- La richesse d'un patrimoine étonnant
- Un beau parcours pour les randonneurs entraînés

À PARTIR DE	**875 €**
DURÉE	7 jours
TYPE	Voyage en petit groupe
NIVEAU	
THÉMATIQUE	Trek

À cheval sur le Queyras, la Réserve naturelle du Val d'Escreins, la Haute-Ubaye et les vallées Piémontaises, cette randonnée nous fait découvrir des sites d'une beauté insoupçonnée. Ici, la culture occitane perdure et dans les villages, on parle encore parfois trois langues : l'italien, le « franco-provençal » et le français, que l'histoire leur a accroché au cœur. Les vallées sont verdoyantes, les cols sont dans le monde du minéral, certains hameaux ne sont habités que l'été, la vie pastorale en alpage est encore vivace… un pays plein de contrastes où le tourisme est peu développé.
Que ce soit par son dénivelé ou par son côté sauvage, ce tour original autour du massif du Chambeyron s'inscrit dans la tradition des treks de pleine montagne !

Itinéraire

JOUR 1

ACCUEIL A CEILLAC

HÉBERGEMENT : GÎTE | PETIT-DÉJEUNER : LIBRE | DÉJEUNER : LIBRE

Le rendez-vous est fixé à votre hébergement à 18h45 le jour 1 si vous venez en voiture. Rencontre avec votre accompagnateur et présentation du séjour.

JOUR 2

CEILLAC (1650 m) - VAL D'ESCREINS (1750 m)

MARCHE : 6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 1000 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1050 M | HÉBERGEMENT : REFUGE

Une belle entrée en matière très variée, car le chemin alterne belles forêts, alpages, crêtes et sommets panoramiques. La descente du Pic d'Escreins (2734 m) au hameau de Basse Rua est vraiment splendide et l'accueil au refuge apporte tout le réconfort nécessaire !

JOUR 3

VAL D'ESCREINS (1750 m) - FOUILLOUSE (1910 m)

MARCHE : 7H | DÉNIVELÉ POSITIF : 1070 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1000 M | HÉBERGEMENT : GÎTE

Remonter le val d'Escreins dans les lumières du matin nous laissera de beaux souvenirs ! Le long vallon riant va laisser la place au monde de la pierre et l'ascension du col de Serenne à plus de 2650 m. Nous descendons vers la sauvage Ubaye pour découvrir l'incroyable pont du Chatelet (1700 m). Là il nous faut remonter un peu pour atteindre le gîte au cours du hameau de Fouillouse.

JOUR 4

FOUILLOUSE (1900 m) - LARCHE (1680 m)

MARCHE : 5H30 | DÉNIVELÉ POSITIF : 750 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 700 M | HÉBERGEMENT : GÎTE

Une journée plus tranquille : on remonte le beau vallon de Plate Lombarde en observant ses vestiges militaires pour franchir le col du Vallonet (2524 m). Nous enchaînons la montée de la piste militaire de Mallemort (2558 m) pour un panorama époustouflant ! Jolie descente vers le village de Larche.

JOUR 5

LARCHE (1680 m) - CHIAPPERA (1800 M)

MARCHE : 6H30 | DÉNIVELÉ POSITIF : 1000 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1050 M | HÉBERGEMENT : REFUGE

Par le beau torrent de Rouchouse, nous gagnons le col de Sautron (2685 m) qui permet de basculer sur le versant piémontais. Belle descente en Italie dans le Croce Paesanu vers Saretto dominée par la tête de Rocca Bianca (3104 m). Nuit en refuge confortable au village de Chiappera (1640m) remarquable hameau piémontais typique.

Pas de transfert de bagages possible.

JOUR 6

CHIAPPERA (1600 M) - MALJASSET (1900 M)

MARCHE : 6H30 | DÉNIVELÉ POSITIF : 1150 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 880 M | HÉBERGEMENT : GÎTE

Nous démarrons la journée par une belle remontée douce vers les Granges Collet.puis le Col de Mary (2641 m). Ce col était un point de passage important du commerce et de nombreuses familles se sont croisées de part et d'autre de la frontière ! Nous effectuons un petit détour vers les beaux lacs Marinet (2590 m) dominés par les faces de l'Aiguille de Chambeyron (3412 m) avant de rejoindre le chemin qui plonge vers Maljasset en suivant le torrent de Mary.

JOUR 7

MALJASSET (1900 M) - CEILLAC (1650 M)

MARCHE : 6H | DÉNIVELÉ POSITIF : 820 M | DÉNIVELÉ NÉGATIF : 1050 M | DÎNER : LIBRE

Nous remontons le versant sauvage du col Giradin (2700 m) fréquenté à la descente par les randonneurs qui veulent gagner la méditerranée par le GR5. La descente vers Ceillac nous permet de découvrir deux magnifiques lacs de la vallée : Sainte Anne et Miroir qui viennent couronner en beauté cette belle randonnée.

Retour au village de Ceillac vers 16h00. Fin du séjour.

À NOTER

- En fonction de la météorologie, des conditions d'enneigement ou pour toutes autres raisons indépendantes de notre volonté, le guide peut exceptionnellement modifier ce programme. Sa connaissance de la région lui permet de répondre au mieux à ces contraintes sans nuire à l'intérêt de votre séjour.
- Ce voyage a été construit en collaboration avec Huwans et nos partenaires locaux, afin de vous proposer un plus grand nombre de départs garantis, tout en alliant nos savoir-faire et nos expériences du voyage. Par conséquent, vous pourriez retrouver des voyageurs de ces agences dans votre groupe.

Dates & prix

LES PROCHAINS DÉPARTS

(informations au 20/05/2024)

Nombre de participants : de 6 à 12

DU	AU	PRIX TTC / PERS.	ETAT
DIM. 30/06/2024	SAM. 06/07/2024	875 €	Confirmé dès 6 inscrits
DIM. 07/07/2024	SAM. 13/07/2024	875 €	Confirmé dès 6 inscrits
DIM. 14/07/2024	SAM. 20/07/2024	875 €	Confirmé
DIM. 21/07/2024	SAM. 27/07/2024	875 €	Confirmé dès 6 inscrits
DIM. 28/07/2024	SAM. 03/08/2024	875 €	Confirmé
DIM. 04/08/2024	SAM. 10/08/2024	875 €	Confirmé dès 6 inscrits
DIM. 11/08/2024	SAM. 17/08/2024	875 €	Confirmé dès 6 inscrits
DIM. 18/08/2024	SAM. 24/08/2024	875 €	Confirmé
DIM. 25/08/2024	SAM. 31/08/2024	875 €	Confirmé dès 6 inscrits
DIM. 01/09/2024	SAM. 07/09/2024	875 €	Confirmé dès 6 inscrits
DIM. 08/09/2024	SAM. 14/09/2024	875 €	Confirmé dès 6 inscrits
DIM. 15/09/2024	SAM. 21/09/2024	875 €	Confirmé dès 6 inscrits
DIM. 22/09/2024	SAM. 28/09/2024	875 €	Confirmé dès 6 inscrits

Le nombre de participants peut être inférieur au nombre minimum indiqué ci-dessus.

LE PRIX COMPREND

- La pension complète du dimanche midi au samedi midi
- L'encadrement par un professionnel de la montagne diplômé d'État
- Le transport des bagages entre les hébergements (sauf le jour 5)
- Les transferts en A/R entre la gare et le lieu du séjour

LE PRIX NE COMPREND PAS

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Les frais de transport jusqu'au lieu de RDV / Dispersion

À payer sur place :

- Les boissons
- Les dépenses personnelles
- Les pourboires (à votre convenance)

ASSURANCES AU CHOIX

- **Assurance multirisque :** 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie :** 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.) :** 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.

OPTIONS

- Nuit supplémentaire en gîte en chambre de 2 et demi-pension = 59 euros par personne
- Nuit supplémentaire en gîte en chambre collective et demi-pension = 49 euros par personne

Détail du voyage

NIVEAU

Les randonnées proposées se déroulent sur des itinéraires de montagne avec dénivelés de 700 à 1200 m en montée et/ou descente, sans difficultés techniques particulières. Comptez 6 à 7 heures de marche par jour environ. Ce séjour est fait pour vous si vous êtes déjà un randonneur si vous êtes à l'aise dans le niveau 3.

Le niveau est établi en fonction du dénivelé moyen sur l'ensemble de la semaine, prenant en compte des éléments tels que le portage des bagages, l'engagement, la disponibilité du réseau et la nature du terrain. Le dénivelé est calculé à partir de relevés sur le terrain ou par un modèle informatique prenant en compte toutes les variations de montées et descentes, allant au-delà de la simple différence d'altitude entre deux points. Il est important de noter que si vous effectuez vos propres mesures, elles peuvent différer de notre description, car de nombreux facteurs influent sur les résultats, tels que la fréquence de pointage, les méthodes de calcul et la modélisation des relevés.

ENCADREMENT

Notre randonnée est encadrée par un guide accompagnateur, spécialiste du Queyras.
Il a été choisi pour son expérience de terrain, sa connaissance spécifique d'une aire géographique et de la culture s'y rattachant, ainsi que pour sa passion à faire découvrir sa région.
Ce circuit est réalisé en collaboration avec des partenaires. Vous pouvez être amenés à voyager avec des clients venant d'autres agences.

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, nos accompagnateurs sont équipés de radio VHF autorisant un accès direct aux services de secours en montagne.

ALIMENTATION

Coté repas, vos hôtes sont aux petits soins : les repas sont simples, conviviaux et généreux. Autour d'une grande table, vous pourrez vous émoustiller d'une cuisine privilégiant au maximum des produits du terroir local, et de saison.
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.

Les vivres de courses sont à prévoir individuellement, à votre charge. L'apport nutritif des différents encas au cours de la randonnée est à ne pas négliger. Ces encas peuvent être constitués selon vos goûts de fruits secs (figues, dattes, abricots secs ou bien pruneaux), de barres de céréales (n'hésitez pas à piocher sur internet pour innover avec les nombreuses recettes maison, cela peut être un atelier ludique dans votre préparation !), de pâte d'amande, de pâte de coing, etc.

HÉBERGEMENT

3 nuits en gîtes d'étape et 3 nuits en refuge
Ces structures d'accueil offrent un hébergement réservé essentiellement aux randonneurs.Les nuits s'organisent en petit dortoir ou chambres collectives (de 6 à 12 personnes selon les gîtes) avec sanitaires dans les chambres ou à l'étage.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

RDV le J01 à votre hébergement à 18h45 si vous venez en voiture (à 18h30 en gare de Montdauphin Guillestre si vous venez en train).
Rencontre avec votre accompagnateur et présentation du séjour.

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

Arrivée en train

Voyagez en train jusqu'à la Gare de Montdauphin-Guillestre Arrivez facilement depuis Paris en train de jour ou de nuit. Consultez les horaires sur SNCF Connect. Pour les voyageurs en provenance du sud, empruntez la ligne Marseille-Briançon.

De la gare au lieu de RDV : Une navette locale vous récupère directement à la gare en fin de journée vers 18h30 pour le transfert sur le lieu de rendez-vous (transport compris dans le prix 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.
En cas d'arrivée en dehors de cet horaire, le transfert dans le Queyras est à votre charge. Vous pourrez utiliser les navettes régulières en saison ou un taxi.Navettes à réserver auprès de Zou au 0809.400.013 ou sur zou.maregionsud.fr.

Arrivée en voiture

Depuis le nord, prenez le col du Lautaret via Briançon (RN 94) ou Grenoble (RN 94/D902). Ou encore, depuis Grenoble, empruntez l'autoroute A51 vers Gap, puis la RN94 vers Guillestre (D902).
Depuis le sud, passez par Valence ou Sisteron, continuez vers Gap, puis Embrun, et enfin Guillestre. Une fois à Guillestre, suivez la direction "Queyras" via la D902 et la D947.Les paysages montagneux vous attendent lors de ce voyage en voiture vers le Queyras !

Parking gratuit au départ de la randonnée.

taxi : Transports Favier : 04 92 45 07 71 ou 06 65 15 04 09

DISPERSION

Fin du séjour le J07 vers 16h au village de Ceillac.

Pour les participants venus en train, transfert en bus local à la gare de Montdauphin-Guillestre (inclus dans le prix du séjour).

SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

Possibilité de nuits supplémentaires au gîte à Ceillac (cf rubrique Options)

PARKING PENDANT LE CIRCUIT

Parking gratuit au départ de la randonnée.

DÉPLACEMENT

pédestre

POURBOIRES

Il s'agit d'une pratique usuelle et non obligatoire. Selon votre satisfaction à la fin de votre voyage, il est d'usage de donner un pourboire à votre guide et à l'équipe locale. Il doit être adapté en fonction du niveau de vie du pays et de la durée de votre voyage. C'est votre geste d'appréciation par rapport à la prestation reçue.

Equipement

MATÉRIEL FOURNI SUR PLACE

L'équipement collectif (cartes, boussole...) est prévu par l'encadrement sur place.

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

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 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 d'ajouter 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'ennemie 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 légers pour se protéger du froid en altitude

• 1 tee-shirts manches courtes adaptés à l'effort (type microfibre synthétique ou naturel)

• 1 vêtement isolant type : polaire ou doudoune

• 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 les sacs)

• 1 pantalon de trekking ample

• 1 short ou bermuda adapté à la marche

• 2-3 paires de chaussettes de randonnée

Pour le soir à l'hébergement

Simplifiez-vous la vie en emportant l'essentiel. Pour une semaine de randonnée, quelques vêtements de rechange suffisent amplement. En ce qui concerne vos articles de toilette, optez pour l'essentiel, privilégiez les formats compacts, les échantillons et les kits de voyage, surtout si vous devez porter votre sac.N'oubliez pas que le drap de sac est obligatoire car les lits sont déjà équipés de couettes ou de couvertures. Assurez-vous que votre bagage ne dépasse pas 8 kg pour faciliter les transferts et garantir votre confort tout au long de votre aventure.

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

Votre fond de sac:

- Sac à dos de 30/35 litres avec ceinture ventrale.
- 2 bâtons télescopiques (conseillés) pour une meilleure stabilité.
- Chaussures de randonnée imperméables avec une bonne tenue de cheville et une semelle de type Vibram. Assurez-vous de les tester avant le départ, surtout si elles sont neuves ou inutilisées depuis longtemps. Les chaussures basses ne sont pas recommandées à partir des séjours de niveau 3.
- Thermos, gourde ou poche à eau avec pipette d'une capacité d'au moins 1,5 litre par personne.
- Gobelet, couteau et fourchette pour les pique-niques.
- Des vivres de course pour recharger en énergie en cours de route.
- Petite pochette étanche pour vos objets de valeur tels que : argent, carte d'identité, carte bancaire, carte vitale, contrat d'assistance. Vous pouvez laisser le reste de vos papiers et clé de voiture à l'hôtel pendant votre séjour.Couverture de survie en cas d'urgence.
- Papier toilette avec sac hermétique pour l'emballer et le jeter dans la première poubelle disponible.

BAGAGES

- 1 sac de voyage par personne. Ne prenez pas un bagage trop volumineux afin d'éviter des soucis d'encombrement du bus ou d'organisation logistique. Sur les séjours itinérants ou semi-itinérants, limitez également le poids à 10-12 kgs, car l'accès malaisé à certains hébergements pourrait compromettre la livraison des bagages. Évitez absolument d'y laisser des objets fragiles et/ou de valeur.

- 1 sac à dos de 35 litres environ, avec ceinture ventrale et un dos bien aéré pour votre confort

Pour la soirée à Chiappera du jour 5

Le poids du sac est bien sur l'ennemi n° 1 du randonneur !

Pour cette nuit en refuge votre accompagnateur sera là pour vous aider à confectionner votre sac à dos.

C'est une belle expérience pour apprendre à sélectionner l'utile du superflu et vous permettre de découvrir la randonnée en petite autonomie.

Cette formule de randonnée « sans transfert des bagages » est une nouvelle demande des randonneurs pour partir à la découverte d'une montagne plus sauvage ou les véhicules ne peuvent accéder.

Aujourd'hui, l'aménagement des refuges vers plus de confort (douches, petits dortoirs..), l'évolution du matériel (sacs à dos plus légers et mieux adaptés) et de l'équipement vestimentaire (en légèreté et compressibilité) permet cette pratique dans de très bonnes conditions.

Pour cette soirée, le refuge met à votre disposition des sabots caoutchouc ou des chaussons. Il vous reste à prévoir votre drap de sac pour dormir (obligatoire avec la nouvelle réglementation des refuges), un change pour le soir, une serviette de toilette légère et un petit nécessaire de toilette.

PHARMACIE

Prévenez le guide de toute maladie, traitement ou autre allergie qui pourraient compliquer une prise en charge médicale en cas d'incident, ou tout malaise éventuel qui pourrait vous arriver en cours de randonnée

- vos médicaments habituels
- médicaments contre la douleur : paracétamol de préférence
- médicaments contre les troubles digestifs
- pastilles contre le mal de gorge
- bande adhésive élastique, type Elastoplaste en 5 ou 8 cm de large x 2,5 m.
- pansements type Steri-Strip
- jeux de pansements adhésifs + compresses désinfectantes
- double peau (type Compeed ou SOS ampoules)
- pince à épiler
- petits ciseaux
- vitamine C
- pince à échardes
- gel désinfectant utile pour se laver/désinfecter les mains (type "Stérilium gel")

Formalités & santé

PASSEPORT

Non

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Oui

VACCINS

Non

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

.