



Montagnes Vaudoises

Raid itinérant à raquettes 7 jours / 6 nuits / 6 jours de randonnée

Pendant plus de 7 siècles **ces montagnes reculées et sauvages ont servi de refuge** aux premiers hérétiques, les Vaudois. Ces vallées Piémontaises d'Italie jouxtent le Parc Naturel du Queyras dont elles sont séparées par de hauts sommets de plus de 3000 mètres. Leurs habitants sont trilingues et parlent italien, occitan et français. Vous apprécierez **l'accueil simple mais chaleureux et la cuisine gastronomique traditionnelle** de nos cousins transalpins.

Déroulement du séjour et itinéraire

Jour 1 : Villar Pellice (670 m)

Accueil à la gare de d'Oulx (Piémont Italien, à 30 km seulement de la France) en fin d'après-midi et transfert (1h30) à Villar Pellice, petit village Vaudois du Val Pellice. Nuit en hôtel.

Jour 2 : Rocca Fautet (1786 m) - Refuge des Invincibles (1356 m)

Court transfert (15 mn) au petit hameau de Pertusel (1178 m). Randonnée de mise en jambe vers la crête de Rocca Fautet. Panorama sur tous les sommets du haut Val Pellice et sur le Mont Viso (3841 m - « Cervin » des Alpes Piémontaises). Nous descendons ensuite dans le vallon sauvage des Invincibles (Surnom des Vaudois). Le petit refuge familial du même nom, construit en pierres et toit de lauzes, est tenu par Sandro et Elisabeta. Ils vous raconteront l'histoire de leurs ancêtres et vous prépareront des plats typiquement vaudois. Nuit en refuge.

Temps de marche : 4h30 / M : 600 m - D : 400 m.

Jour 3 : Punta Vergia (2329 m) - Refuge de montagne

Du refuge, nous montons au Col Chiot del Caval (2234 m) puis nous suivons la crête jusqu'à la Pointe Vergia. Cet adret (versant sud) est parcouru par de nombreux chamois. Nous profitons alors d'un panorama exceptionnel sur l'ensemble des villages et montagnes du Val Pellice. Nous descendons ensuite en Val d'Angrogna où nous passerons la nuit dans un petit refuge familial, magnifique belvédère sur les vastes montagnes silencieuses des alentours. Nuit en refuge.

Temps de marche : 6h30 / M : 975 m - D : 850 m.

Jour 4 : Monte Servin (1756 m) - Pramollo (1000 m)

Petite descente jusqu'au Tournas (1220 m) puis ascension vers le Monte Cialmetta (1831 m). Belle traversée, en crête, jusqu'au col Vaccera (1465 m) avec de magnifiques points de vue sur la plaine du Po. Descente au petit hameau de Faetto (1000 m) et court transfert (15 mn) au village de Pramollo, en Val Chisone. Nuit en hôtel.

Temps de marche : 5h30 / M : 800 m - D : 1090 m.

Jour 5 : Col Laz Ara (1595 m) - Piano Frieria (1912 m) - la Salza (1190 m)

Après être monté au col Laz Ara, nous suivons la crête jusqu'au Plan Frieria superbe belvédère situé juste sous le Gran Truc (2366 m). Nous quittons alors le Val Chisone pour descendre dans une autre vallée Vaudoise, le Val Germanasca. Transfert (10 mn) à la Salza, petit hameau montagnard typique et paisible, au pied de l'imposant Bric Ghinivert (3037 m). Nuit en gîte.

Temps de marche : 5h30 / M : 850 m - D : 900 m.

Jour 6 : Col delle Fontane (1590 m) - le Galmont (1690 m) - Prali (1450m)

Nous quittons le vallon de Salza par le col des Fontaines pour descendre dans le vallon sauvage de Rodoretto, dominé par une ligne de crête de plus de 3000 mètres. Un itinéraire en balcon nous conduit ensuite à Prali, dans le haut Val Germanasca. Visite du musée des Vaudois. Nuit en hôtel.

Temps de marche : 4h00 / M : 750 m - D : 500 m.

Jour 7 : Monte Giulian (2547 m) - Bobbio Pellice

Le Monte Giulian est l'unique point de passage entre les hauts Vals Germanasca et Pellice. Nous progressons dans un univers de « haute montagne », sous les falaises de la Punta Cornour (2868 m). La descente vers Bobbio Pellice se fait par le vallon sauvage du Cruel. Transfert (1h30) et séparation à la gare d'Oulx.

Temps de marche : 7h00 / M : 1000 m - D : 1500 m.

Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et n'incluent pas les pauses (1h30 env).

M : Montée (dénivelé positif total) - D : Descente (dénivelé négatif total).

Ce programme peut être modifié par le guide en cas de force majeure.

Cartographie

Cartes italiennes IGC au 1/50.000^e : Monviso n°6 + Valli di Susa Chisone e Germanasca n°1 (Disponibles au Vieux Campeur au prix de 9€)

Niveau

GRANDE FORME 1 2 3 4 5 **6**

Etapes quotidiennes de 6h00 de marche et de 800 m de dénivelé, en moyenne. Vous devez pratiquer la randonnée à raquettes régulièrement et avoir une très bonne forme physique. Pentas parfois abruptes, sur terrain accidenté. Vous porterez **dans votre sac à dos vos affaires pour la semaine**. Le poids du sac (environ 9 kg) augmente donc le niveau « d'un cran ».

Hébergement et nourriture

Vous serez hébergés **2 nuits en hôtels familiaux, 2 nuits en refuges de montagne gardés et 2 nuits en gîtes**. En hôtel : chambre de 2 personnes, avec SdB privative. En refuge et gîte : dortoir ou chambre collective de 4 à 6 personnes, sanitaires communs. A midi vous mangerez un pique-nique « tiré du sac », préparé avec **des produits du pays** par votre guide ou par votre hébergeur.

Le repas du soir et le petit déjeuner sont servis dans les hébergements. La **cuisine piémontaise est traditionnelle et copieuse**, adaptée aux randonneurs.

Portage

Vous porterez dans votre sac à dos vos affaires personnelles pour la semaine et votre matériel de sécurité individuel (pelle, sonde).

Encadrement

Un **guide de haute montagne** diplômé d'état pour **4 à 10 participants**. Selon la législation Piémontaise, les **accompagnateurs en montagne ne sont pas autorisés** à encadrer l'hiver.

Rendez-vous et séparation

Le premier jour, rendez-vous à 15h30 devant la gare ferroviaire d'Oulx (Italie).

[Oulx](#) est une petite bourgade paisible du Piémont où tout le monde parle français. Elle est située à seulement 30 km (40 mn) de Briançon (05), via le col de Montgenèvre et 30 km (30 mn) de Modane (73), via le tunnel du Fréjus.

Le dernier jour, séparation vers 16h30, au même endroit.

Accès au lieu de Rendez-vous

Train

Aller - **TGV direct depuis Paris** :

- départ à 10h41 (Paris-gare de Lyon) - arrivée à 15h23 (Oulx)

Retour - **TGV direct depuis Oulx** :

- départ à 17h15 (Oulx) - arrivée à 22h48 (Paris-gare de Lyon)

Renseignements : <https://www.oui.sncf>

Ou bien : train jusqu'à la gare SNCF de Briançon (05) puis navette régulière pour la gare d'Oulx.
1h05 de trajet – 7,50 € le trajet env.

Aller (Dimanche) : départ de la Gare de Briançon à 12h05.

Retour (Samedi) : départ de la Gare d'Oulx à 19h45.

Horaires non contractuels donnés à titre indicatif. Réservation obligatoire 36h à l'avance.

Renseignements et réservation : 05 Voyageurs ☎ 04 92 502 505 ou www.05voyageurs.com

Voiture

- de Paris : Autoroute A6, puis A46 jusqu'à Lyon ; puis de Lyon A43 jusqu'au tunnel de Fréjus ; Oulx se trouve à 14 km après la sortie du tunnel : 700 km / 6h30

- de Lyon : A43 jusqu'au tunnel de Fréjus : 230 km / 2h30

- de Marseille : A51 jusqu'à Tallard. Puis Briançon et le col du Montgenèvre. Oulx se trouve à 20 km en contrebas du Col : 290 km / 3h20

Pour visualiser votre itinéraire: www.viamichelin.fr

Co-voiturage possible avec minibus TrekAlpes **depuis Briançon** (se renseigner à l'inscription).

Hébergements à proximité du lieu de Rdv

Nuit et Petit-déjeuner à partir de 35 eur / personne

Appartement seul à partir de 55 eur / la nuit

Dîner dans Restaurants à proximité : à partir de 16 eur le menu (entrée plat dessert)

Petit-déjeuner dans bar proche.

Se renseigner à l'inscription.

Stationnement à proximité du lieu de Rdv

Vous pouvez vous garer sur le parking gratuit de la gare. Cette petite bourgade du nord de l'Italie est très tranquille et il n'y a jamais eu de soucis jusqu'à ce jour. Vous pourrez également suivre le minibus avec votre véhicule jusqu'à Villar Pellice et y laisser votre voiture sur le parking de l'hôtel. Le dernier jour vous pourrez ainsi repartir directement de Villar Pellice.

Dates et Prix

Les séjours se déroulent normalement **du dimanche au samedi**. De début janvier à début mai.

Mais pouvez **choisir d'autres dates ! Demandez-nous.**

Tarif par personne : 1085 €

Le prix comprend :

- L'hébergement.
- Les petit-déjeuners, les pique-niques et les dîners de l'accueil à la séparation.
- Les transports de personnes prévus durant le séjour.
- L'encadrement par un **guide de haute montagne**.
- Le prêt de raquettes + bâtons et du matériel individuel de sécurité (dva, pelle, sonde).

Le prix ne comprend pas :

- L'acheminement de votre domicile au point de rendez-vous, ni le retour.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les vivres de course (en-cas) : fruits secs et barres énergétiques ; à choisir selon vos goûts.
- L'assurance annulation/assistance/rapatriement/interruption.

Assurance

Elle est facultative mais nous avons l'obligation légale de vous la proposer.

Le simple fait d'être titulaire d'une carte bancaire peut, dans certains cas, vous couvrir en partie.

Renseignez-vous auprès de votre banquier.

Nous vous proposons une assurance offrant de nombreuses garanties :

- **Annulation** • **Assistance/Rapatriement** • **Interruption** • **Domage bagages**

Son montant est de **4,85% du prix total du séjour**. Elle doit être souscrite et réglée en totalité dès l'inscription. Les détails du contrat et la procédure à suivre en cas de besoin, vous seront adressés avec votre confirmation d'inscription ou sur simple demande.

Modalités de paiement

Si vous vous inscrivez plus de 3 semaines avant le départ, nous vous demandons un acompte de 30% du prix du séjour.

Le solde restant devra ensuite être réglé au plus tard 3 semaines avant le départ.

Si vous vous inscrivez moins de 3 semaines avant le départ, vous réglez la totalité du prix du séjour.

Conditions de vente

Les conditions générales (voyages et séjours) et particulières légales de vente sont disponibles sur simple demande ou sur notre site Internet.

Habillement

L'habillement n'est pas fourni par TrekAlpes.

En montagne le temps change vite et en quelques heures la température peut chuter de plus de 10°C. En altitude, la température est souvent inférieure 0°C, surtout si le vent souffle. Equipez-vous donc « chaudement ».

Comment vous habiller « de la tête aux pieds »

La Tête

- Bonnet ou casquette en « laine polaire ».
- Lunettes de soleil (indice de protection 3 ou 4) recouvrant bien les yeux pour limiter la réverbération.
- Masque en néoprène ou foulard tube (type Buff) ou cagoule, pour les grands froids.

Le Buste

La « règle des 3 couches » :

- Première couche : Tee-shirt « respirant », moulant, à manches longues ou courtes, favorisant l'évacuation de la transpiration. En matière synthétique (polyester) mais pas 100% coton.
- Seconde couche : Veste ou sweat en laine polaire, pour garder la chaleur tout en évacuant la transpiration.
- Troisième couche : Veste imperméable, type Gore-Tex, pour protéger du vent, de la pluie et de la neige.

Les Jambes

- Sur-pantalon, à la fois respirant et étanche, en Gore-Tex double-couche, pour une bonne protection contre les déchirures, le vent, la pluie et la neige. Si possible avec guêtres intégrées.
- Collants moulants, en matière synthétique pour garder la chaleur tout en permettant d'évacuer la transpiration.
- Pantalon léger (type jogging) pour le soir dans l'hébergement.

Les Mains

- 1 paire de gants chauds et étanches (Type Gore-Tex). Pour davantage de chaleur, vous pouvez également utiliser des sous-gants ultrafins en soie.

Les Pieds

- **Chaussures adaptées à l'activité** : montantes, pour un bon maintien de la cheville, avec une membrane type Gore-Tex pour une bonne étanchéité et évacuation de la transpiration. Semelle avec de bon crampons (bonne accroche), pas trop usés, de type Vibram. Nous vous recommandons **d'utiliser vos chaussures chez vous avant de participer à une rando** d'une semaine afin que vos pieds s'y adaptent.
- Chaussettes (2 paires) de randonnée chaudes, en matière synthétique (pas 100% coton) pour une bonne évacuation de la transpiration et une limitation des frottements (prévention des ampoules).
- Chaussures légères (sandales ou chaussons en plastique) pour le soir dans l'hébergement.
- Guêtres (si vous n'en avez pas déjà des intégrées à votre pantalon).

Matériel technique et de sécurité

Le matériel suivant est **fourni par TrekAlpes** :

- Paire de raquettes solides et légères, avec des fixations qui s'adaptent à toutes les chaussures de randonnées.
- Paire de bâtons télescopiques.
- 1 Détecteur de Victimes en Avalanche (ARVA).
- 1 pelle et 1 sonde.

Matériel divers

Ce matériel n'est pas fourni par TrekAlpes.

Les indispensables

- Thermos ou gourde isotherme, de contenance 1 litre minimum. Pas de gourde en métal ou en plastique car les liquides y gèlent.
- Bâche de protection pour le sac à dos (étanche).
- 1 lampe de poche ou frontale pour se déplacer la nuit dans les dortoirs.
- 1 Couteau de poche.
- Petite pharmacie personnelle : Elastoplast ou deuxième peau (Compeed) contre d'éventuelles ampoules ; anti-inflammatoire : Aspégic, Doliprane... ; pastilles contre le mal de gorge : Strepsil.... ; boules Quiès contre les ronflements ... et tous vos médicaments personnels habituels.
- Crème solaire protectrice pour la peau (Indice de Protection 25 minimum) et "stick" pour les lèvres.
- Couverture de survie légère en aluminium.
- Drap-sac (couvertures fournies) pour les nuits en gîtes et en refuges.
- Vos affaires de toilette + serviette de bain pour les nuits en gîtes et en refuges.
- Papier hygiénique pour la journée.

Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

Le sac à dos

Pour transporter vos affaires personnelles de la semaine et le pique-nique de la journée.

De **contenance 40 litres env.**

Privilégiez un sac léger, avec armature dorsale rigide, bretelles et ceinture larges et confortables. Prévoir une bâche de pluie pour protéger le sac en cas de pluie.

Le poids total de votre sac une fois plein ne devra pas dépasser 15% de votre poids corporel.

Pour une personne de 60 kg, le poids maximum sera donc de 9 kg.

Sachant que la pelle + la sonde pèsent environ 700 g, 1 litre d'eau + pique-nique pèsent 1,5 kg, le sac à dos vide pèse environ 2,3 kg ; il faudra limiter le poids du reste des affaires à 4,5 kg maximum.

Informations légales

TrekAlpes EURL au capital de 7500 €

Inscription au RCS de Gap sous le SIREN n°530 670 546 le 7 mars 2011

Garantie financière 100.000 € par Groupama

Responsabilité civile professionnelle par MMA

Licence d'agence de voyages n°005110006 par Atout France – 75008 Paris

Pour nous contacter

www.trekalpes.com

Mél : contact@trekalpes.com

Tél : 04 92 50 82 93

Maj 4-10-19