



Raid du Thabor (3178 m) – 3 Jours

Raid à ski itinérant 3 jours / 2 nuits / 3 jours de randonnée

Le massif Cerces-Thabor, situé à la frontière des alpes du nord et du sud, bénéficie d'un enneigement et d'un ensoleillement exceptionnels. C'est un subtil mélange de hautes montagnes aux pics acérés dépassant les 3000 mètres et de vastes alpages au relief plus doux. C'est aussi un des derniers massifs des Alpes restés à l'état brut, sans aucune station de sports d'hiver. Nous effectuerons l'ascension de son point culminant, le **Mont Thabor (3178 m)**, qui offre un panorama grandiose sur les Alpes. Nous dormirons dans des refuges confortables, en pleine montagne. Silence et paysage féeriques garantis.

Déroulement du séjour et itinéraire

Jour 1 : Névache (1600 m) - Col des Thures (2200 m) ou du Vallon (2645 m) - Refuge de la Vallée Etroite (1765 m)

Rdv à la gare de Briançon. Transfert (30 mn) à Névache.

Option 1 (plus courte) : Nous remontons le vallon de Roubion. Puis nous quittons le fond du vallon pour rejoindre le vaste col des Thures. Ascension optionnelle de l'**Aiguille Rouge (2545 m)** d'où l'on jouit d'un superbe panorama à 360°. Descente en Vallée Etroite, qui fût rattachée à la France en 1945 mais où l'on continue à vivre la « Dolce Vita ». Nuit en refuge.

M : 600 m - D : 435 m. (Ajouter 450 m de M et D si ascension Aiguille Rouge).

Option 2 (plus longue) : Nous remontons le vallon du Vallon jusqu'au col du Vallon (2645 m). Belle descente en Vallée Etroite, qui fût rattachée à la France en 1945 mais où l'on continue à vivre la « Dolce Vita ». Nuit en refuge.

M : 1045 m - D : 880 m.

Jour 2 : Mont Thabor (3178 m) - refuge du Mont Thabor (2502 m)

Si les conditions météorologiques le permettent nous monterons au sommet du Thabor aujourd'hui : Juste sous le sommet du Mont Thabor se trouve la chapelle des Sept Douleurs (3170 m) datant du XVIIIe. Le Thabor est un fabuleux belvédère sur tout l'arc alpin : Glaciers de la Vanoise et des Ecrins, Queyras, Viso, Mont-Blanc, Grand Paradis, Mont-Rose et bien d'autres !

M : 1415 m - D : 690 m (ça se monte bien car la pente est régulière pas trop raide)

Si les conditions météo ne sont pas assez bonnes pour monter au sommet, nous rejoignons le refuge du Thabor directement par le col de la Vallée Etroite (2434 m). Nous tenterons le sommet demain !

M : 740 m

Jour 3 : Tour ou Sommet du Mont Thabor - Névache

En fonction des conditions météo et du programme réalisé hier on montera (ou remontera !) ou bien on fera le tour du Thabor. Retour à Névache et transfert (30 mn) et séparation à Briançon.

Environ ... M : 1100 m - D : 2000 m ... selon itinéraire

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

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

Cartographie

Carte IGN Top 25 : Névache Mont Thabor n°3535 OT

Niveau



Etapes quotidiennes de 6 heures et 900 à 1100 m de dénivelé positif.

Vous devez être un **bon skieur de randonnée**, capable de **progresser sur tout type de neige** et être en bonne forme physique.

Les 1400 m de montée au Thabor se montent bien car la pente est régulière pas trop raide !

Hébergement et nourriture

Vous serez hébergés dans des **refuges gardés** ; en **pension complète**.

Vous dormirez en dortoir de 4 à 10 personnes, avec salle de bain commune (douches chaudes, sauf au refuge du Thabor).

Ni draps, ni serviettes de bains fournis. Couettes ou couvertures et **sabots en plastique fournis**.

A midi vous mangerez un pique-nique « tiré du sac », préparé avec des produits du pays par votre guide ou par les gardiens des refuges. Le repas du soir et le petit déjeuner sont servis dans l'hébergement. La cuisine est traditionnelle et copieuse, adaptée aux randonneurs.

Portage

Vous porterez dans votre sac à dos vos affaires personnelles pour la durée du raid et votre matériel de sécurité individuel (Pelle, sonde), ainsi que le pique-nique du jour (pris chaque jour au refuge).

Encadrement

Un guide de haute montagne diplômé d'état pour **2 à 8 participants**.

Rendez-vous et séparation

Le premier jour, rendez-vous à 09h00 devant la gare SNCF de Briançon (05).

Le dernier jour, séparation vers 15h00, au même endroit.

Accès au lieu de Rendez-vous

En train

Horaires non contractuels, donnés à titre indicatif. Renseignements SNCF : <https://www.oui.sncf/>

Train de nuit direct depuis la gare de Paris-Austerlitz (horaires indicatifs)

Aller • Départ de Paris à 21h22 • Arrivée le lendemain à Briançon à 08h31

Retour • Départ de Briançon à 20h29 • Arrivée le lendemain à Paris à 07h38

Ou bien arrivée la veille au soir à Oulx en TGV direct depuis Paris + Navette + nuit à Briançon

(+ Rapide et parfois moins cher que le train de nuit)

Aller : départ à 10h41 *ou* 14h41 (Paris-gare de Lyon) - arrivée à 15h23 *ou* 19h23 (Oulx)

Retour : départ à 17h16 *ou* 8h36 le lendemain (Oulx) - arrivée à 22h31 *ou* 13h19 le lendemain (Paris-gare de Lyon)

Puis **NAVETTE régulière** (7,5 € le trajet) entre la gare d'Oulx et la gare SNCF de Briançon :

Aller : départ de la Gare d'Oulx à 15h45 *ou* 19h45 (1h de trajet : arrivée Briançon 16h45 *ou* 20h45)

Retour : départ de la Gare de Briançon à 15h15 *ou* 7h00 le lendemain (arrivée à Oulx à 16h20 *ou* 8h05 le lendemain)

Informations non contractuelles données à titre indicatif : **à vérifier**.

Réservation obligatoire 36h à l'avance : **05 Voyageurs** ☎ 04 92 502 505 *ou* www.05voyageurs.com

En voiture

Grenoble / col du Lautaret / Briançon par la RD1091 *ou* Gap / Briançon par la RN94.

Vous pouvez également passer **par le Tunnel du Fréjus et le col du Montgenèvre (Via l'Italie)** :

Chambéry - Tunnel du Fréjus - Italie - Col du Montgenèvre - Briançon

Tarifs Tunnel du Fréjus : si vous revenez par le même itinéraire, prendre un aller-retour (valable 7 jours) à 54,30 € / sinon 43,50 € l'aller simple (Tarifs indicatifs / informations sur www.sftrf.fr).

Visualisez votre itinéraire sur www.viamichelin.fr *ou* www.mappy.com

Conditions de circulations : <https://www.inforoute05.fr/wir3/circulation.html>

Covoiturage : <https://www.blablacar.fr/>

De nombreuses opportunités pour voyager de façon **économique et écologique** ...

Hébergements à proximité du lieu de Rdv

Nom	Situation	Contact	Prix indicatifs
Hôtel de Paris**	200 m de la Gare	04 92 20 15 30 www.hotelparis-serrechevalier.com	Chambre à partir de 55 € Petit-déjeuner 15 €
Pension St-Antoine	200 m de la Gare	04 92 21 04 52 http://www.hotel-saint-antoine-briancon.fr/fr/	Chambre à partir de 50 € Petit-déjeuner 8 € ½ pension 65 € (sauf WE)

Stationnement à proximité du lieu de Rdv

Vous pouvez vous garer sur le parking de la gare pour toute la durée du séjour.

Dates et Prix

Les séjours se déroulent généralement **du vendredi au dimanche**. *De mi-février à mi-avril.*

Mais vous pouvez choisir d'autres dates !

Tarifs par personne en €	
Si 3 à 8 participants	550
Si 2 participants	700

Le prix comprend :

- Les nuits en refuges gardés.
- Les petit-déjeuners (sauf Jour 1), les pique-niques et les dîners du rendez-vous à la séparation.
- Les transports de personnes prévus durant le séjour.
- L'encadrement par un guide de haute montagne diplômé d'Etat.
- Le prêt 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.
- Le matériel de ski.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les vivres de course (en-cas) : fruits secs et barres énergétiques ; à prévoir 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 • Dommage et perte 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 de ski anti-brouillard.
- 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

- Collants moulants, en matière synthétique pour garder la chaleur tout en permettant d'évacuer la transpiration.
- Pantalon ou sur-pantalon de ski, 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 et s'ouvrant sur toute la longueur (meilleure aération).
- Pantalon léger (type jogging) pour le soir dans l'hébergement.

Les Mains

- Paire de gants chauds et étanches (Type Goretex). Pour davantage de chaleur, vous pouvez également utiliser des sous-gants ultrafins en soie.
- Paire de gants de rechange.

Les Pieds

- Chaussettes (2 paires) de ski, hautes ou mi-hautes, chaudes, en matière synthétique (pas 100% coton) pour une bonne évacuation de la transpiration et une limitation des frottements (prévention des ampoules).
- Guêtres (si vous n'en avez pas déjà des intégrées à votre pantalon).
- Pour le soir : les refuges vous prêteront des sabots en plastique.

Matériel technique

Non fourni par TrekAlpes.

- Skis de randonnée légers, équipés de fixations adaptées, avec une semelle entretenue (nourries et fartée régulièrement).
- Fart pour faciliter la glisse et colle pour ré-encollage éventuel des peaux.
- « Peaux de phoques » adaptées à la forme du ski et pas trop usées avec un encollage propre.
- Couteaux adaptés aux fixations pour la neige très dure et la glace.
- Bâtons de ski (éviter les bâtons télescopiques, fragiles) avec des rondelles larges.

• Chaussures de ski de randonnée avec chaussons intérieurs amovibles et semelles type Vibram. En cas de location, testez-les et protégez efficacement les zones de frottement (avec Compeed et Elasto) dès le jour du départ.

Location tarifs 2019 (Tarifs 2020 à venir)

Nous pouvons vous réserver tout ou partie du matériel technique. Il vous suffit d'en faire la demande lors de l'inscription en précisant bien votre taille et votre pointure. Vous récupérerez ce matériel au magasin de sport avec le guide, après le rendez-vous. Paiement sur place.

GAMME DYNAMIQUE

Skis avec fixations Diamir / voir au bas de cette page : [fixations Diamir \(type piste\)](#) ou [Dynafit \(à picots\)](#) ? **Conseillé pour les débutants en randonnée qui sont skieurs moyens en hors-piste.**

Tarifs indicatifs hiver 2018-2019 en €	3 jours
Skis (+ peaux + couteaux + bâtons)	97
Chaussures	29
Skis + Chaussures	112

GAMME PREMIUM

Skis avec fixations Dynafit (à picots) / voir au bas de cette page : [fixations Diamir \(type piste\)](#) ou [Dynafit \(à picots\)](#) ? **Conseillé pour les débutants en randonnée qui sont bons skieurs en hors-piste.**

Tarifs indicatifs hiver 2018-2019 en €	3 jours
Skis (+ peaux + couteaux + bâtons)	109
Chaussures	29
Skis + Chaussures	120

Matériel de sécurité

Le matériel suivant est fourni.

- Détecteur de Victimes en Avalanche (DVA).
- 1 pelle et 1 sonde.

Ce matériel est fourni et transporté gracieusement par votre guide jusqu'au lieu de départ.

Afin de lui éviter de transporter du matériel inutile, **merci de nous signaler à l'avance si vous avez votre propre matériel (tout ou partie) de sécurité.**

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.
- 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, Lysopaïne ; 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) et serviette de bain.
- Vos affaires de toilette.
- Papier hygiénique pour la journée.
- Sacs plastiques ou sacs poubelles pour protéger vos affaires dans le sac à dos (étanchéité) .

Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

Le sac à dos

Pour transporter vos affaires personnelles durant tout le raid 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% environ de votre poids corporel.

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

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 1,5 kg ; il faudra limiter le poids du reste des affaires à 6 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 – 75017 Paris

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 9-10-19