Refuges de Haute Clarée

Raid à raquettes itinérant
5 jours / 4 nuits / 5 jours de randonnée
Ou
4 jours / 3 nuits / 4 jours de randonnée

A cheval sur **les Alpes du Nord et du Sud**, le massif des **Cerces** et la vallée de la Clarée, bénéficient d'un enneigement et d'un ensoleillement généreux. Cette immense **contrée sauvage**, à la frontière avec le Piémont Italien, a su préserver un caractère authentique. Vous apprécierez l'accueil chaleureux et le confort des 3 différents refuges. Un **raid en altitude, toujours à plus de 2000 m**, pour se ressourcer au cœur de l'hiver.

Déroulement du séjour et itinéraire

Programme sur 5 Jours de randonnée

Jour 1 : Névache (1650 m) - Refuge de Buffère (2076 m) - Lac de Privé (2300 m)
Rdv à la gare de Briançon à 9h00. Transfert (30 mn) à Névache. Montée le long de la rivière, puis à travers la forêt au refuge de Buffère. Dépose des affaires et pique-nique au refuge. L'après-midi randonnée au-dessus du refuge, vers le lac de Privé.
Nuit au refuge de Buffère.
Temps de marche : 5h / M : 750 - D : 350 m.

Jour 2 : Refuge du Chardonnet (2223 m) - Vallon du Chardonnet ou du Raisin
Traversée de Casse Pinière, en direction du refuge du Chardonnet. Selon les conditions : montée depuis le refuge, avec sac allégé, vers le Col du Raisin (2691 m) ou le Col du Chardonnet (2638 m).
Nuit au refuge du Chardonnet.
Temps de marche : 5 à 6h / M : 800 - D : 600 m.

Jour 3 : Col du Chardonnet (2638 m) ou du Raisin (2691 m) - refuge de Laval (2000 m)
Montée, sac allégé depuis le refuge du Chardonnet, vers un col avec vue panoramique sur les Ecrins (4102 m). Après être repassé au refuge du Chardonnet, on rejoint la Clarée que l'on remonte jusqu'au refuge de Laval. Nuit au refuge de Laval.
Temps de marche : 5 à 6h / M : 700 - D : 900 m.

Jour 4 : Col des Muandes (2828 m) - refuge de Laval (2000 m)
Montée (sac léger) au Col des Muandes, par les lacs Long et Rond. Magnifique panorama sur les hautes vallées de la Clarée et vallée Etroite, ainsi que sur le Mont Thabor (3109 m). Retour et nuit au refuge de Laval.
Temps de marche : 5 à 6h / M et D : 800 m.

Jour 5 : Col du Grand Cros (2848 m) - Névache (1650 m)
Montée dans le vallon des Gardioles, jusqu'au Col du Grand Cros (2848 m) si les conditions le permettent. Retour à Névache. Transfert et séparation à Briançon.
Temps de marche : 6h / M : 800 - D : 1200 m.

Programme sur 4 Jours de randonnée

Identique au programme en 5 jours, en enlevant 1 nuit au refuge de Laval et la journée de randonnée en aller-retour depuis ce refuge.

M = dénivelé positif (montée) ; D = dénivelé négatif (descente)
Les temps de marche et les dénivelés sont donnés à titre indicatif et n'incluent pas les pauses.
Ce programme peut être modifié par l'accompagnateur selon les conditions.

Cartographie

Cartes IGN Top 25 : Névache Mont Thabor n°3535OT et Briançon n°3536 OT

Niveau

Etapes quotidiennes de 5h00 de marche et de 800 m de dénivelé positif, en moyenne.
Ce raid correspond à un **« niveau Bonne Forme 3 »** mais étant donné que **vous portez vos affaires personnelles entre les refuges** (sac un peu plus lourd, 8-9 kg environ), le niveau « augmente d'un cran ». 1 jour sur 2, Rando avec sac allégé en aller-retour depuis le refuge.
Possibilité de raccourcir ou rallonger les étapes en fonction des conditions du moment (météo, forme physique …).
Vous devez pratiquer la randonnée pédestre régulièrement et avoir une bonne forme physique. Vous devez déjà avoir randonné à raquettes.

Hébergement et nourriture

Vous serez hébergés dans des **refuges** de montagne (accessibles uniquement à raquettes ou à ski) gardés et confortables, en **pension complète**.
Dortoirs de 4 à 10 personnes.
Ni draps, ni serviettes fournis. Prévoir drap-sac et petite serviette.
A midi vous mangerez un pique-nique « tiré du sac », préparé avec des produits du pays par votre accompagnateur ou par votre hébergeur.
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 semaine et votre matériel de sécurité individuel (pelle, sonde).
Cependant, la plupart du temps, vous **randonnerez une partie de la journée avec un sac allégé**, après avoir laissé des affaires au refuge.

Encadrement

Un accompagnateur en montagne diplômé d'état pour **2 à 12 participants**.

Rendez-vous et séparation

Le premier jour, **rendez-vous à 9h00** devant la gare SNCF de Briançon (05).
Vous devez arriver "en tenue" (habillement + sac à dos), prêts à partir directement en randonnée.
Le dernier jour, **séparation vers 16h00**, au même endroit.

Accès au lieu de Rendez-vous

Infos non contractuelles à vérifier sur : https://www.sncf-connect.com/

En train de nuit

Train de nuit direct depuis la gare de Paris-Austerlitz (horaires indicatifs)
• Départ à 20h49
• Arrivée le lendemain à Briançon à 08h23
Autres trains possibles depuis Marseille, Grenoble ou Valence.

Ou bien arrivée la veille au soir : TGV direct depuis Paris + navette + nuit à Briançon

TGV :
Aller : départ à*14h47* (Paris-gare de Lyon) - arrivée à *19h23* (Oulx) / à partir de 54 €
Retour : départ *8h36* (Oulx) - arrivée à *13h31* (Paris-gare de Lyon)

Puis NAVETTE régulière (8 € le trajet) entre la gare de **Oulx** et la gare SNCF de **Briançon :**
Aller : départ de la Gare d'Oulx à 19h45 (arrivée Briançon 20h40)
Retour : départ de la Gare de Briançon à 7h05 (arrivée à Oulx 8h05).
Informations **à vérifier** et Réservation Obligatoire sur Autocars Resalp

En voiture

Grenoble / col du Lautaret / Briançon par la **RD1091**
Ou bien 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 68 € / sinon 55 € l'aller simple (Tarifs indicatifs, plus d'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

Hébergements à proximité du lieu de Rdv (Briançon)

Nom	Situation	Contact	Prix indicatifs
Hôtel de Paris**	200 m de la Gare	04 92 49 97 50	Chambre à partir de 65 € Petit-déjeuner 12 €
Pension St-Antoine	200 m de la Gare	04 92 21 04 52 https://hotel-saint-antoine-briancon.fr/	Chambre à partir de 65 € Petit-déjeuner 10 €
Hôtel Edelweis***	800 m de la Gare	04 92 21 02 94 http://www.hotel-edelweiss-briancon.fr/	Chambre à partir de 89 € Petit-déjeuner 10 €

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 de la fin janvier à la mi-avril*, aux dates de votre choix.*

Tarifs par personne en €	4 jours	5 jours
Si 5 personnes ou plus	735	890
Si 4 personnes	795	995
Si 3 personnes	940	1185
Si 2 personnes	1195	1495

Le prix comprend :

• L'hébergement en refuges gardés.
• Les petit-déjeuners (sauf jour 1), les pique-niques et les dîners de l'accueil à la séparation.
• Les transports de personnes prévus durant le séjour.
• L'encadrement par un accompagnateur en montagne diplômé d'Etat.
• Le prêt de raquettes + bâtons et du matériel individuel de sécurité (arva, 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 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 • Interruption • Dommage 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 chaud.
• Chapeau ou casquette (contre le soleil, surtout en mars/avril).
• Lunettes de soleil (indice de protection 3 ou 4) recouvrant bien les yeux pour limiter la réverbération.
• Masque de ski (en cas brouillard ou tempête de neige).
• Masque en néoprène ou foulard tube (type Buff) ou cagoule, pour les grands froids.

Le Buste
La « règle des 4 couches » :
• Première couche : Tee-shirt (manches longues de préférence), respirant, favorisant l'évacuation de la transpiration. En matière synthétique (polyester/Type Odlo) mais pas 100% coton.
• Seconde couche : Veste polaire fine et légère, respirante, pour la chaleur.
• Troisième couche : Micro-doudoune ou veste soft-shell, chaude, pour encore plus de chaleur.
• Quatrième couche : Veste imperméable et respirante (type Gore-Tex), pour protéger du vent, de la pluie et de la neige.

Les Jambes
• Pantalon de randonnée hivernale, à la fois respirant et étanche, pour une bonne protection contre le vent, la pluie et la neige. Si possible avec aérations sur l'extérieur des cuisses et guêtres intégrées. Pas de pantalon ou salopette de ski avec doublure (trop chaud).
• Collants thermiques (en cas de grand froid), en matière synthétique, pour garder la chaleur tout en permettant d'évacuer la transpiration.
• Pantalon léger (type jogging) pour le soir dans l'hébergement (pourra servir de pyjama).

Les Mains
• Gants légers (soft-shell, cuir ou polaire).
• Gants chauds et étanches (type ski).
En option :
• Sur-gants (Mouffles) très légers (Type Gore-Tex). Pour plus d'étanchéité et de chaleur.
• Sous-gants ultrafins en soie (+ de chaleur).

Les Pieds
• **Chaussures adaptées à l'activité** raquettes : 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 et éviter ainsi les ampoules.
• Chaussettes de randonnée (2 paires) : montantes, chaudes, en matière synthétique (pas 100% coton) pour une bonne évacuation de la transpiration et une limitation des frottements (prévention des ampoules).
• Les refuges vous prêteront des sabots en plastique (type crocs) pour l'intérieur.
• 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.
• Détecteur de Victimes en Avalanche (DVA).
• 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).
• 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.... ; boules Quiès contre les ronflements ... et tous vos médicaments personnels habituels.
• Crème solaire protectrice pour la peau (Indice de Protection 30 minimum) et "stick" solaire pour les lèvres.
• Couverture de survie légère en aluminium.
• Drap-sac (couvertures fournies dans les gîtes et le refuge).
• Vos affaires de toilette + serviette de bain.
• Papier hygiénique pour la journée.
• Une petite pochette étanche (ex : sac de congélation avec zip) pour vos papiers d'identité, attestation d'assurances, argent ...

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 45 litres minimum.
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. 4-12-25