



Organisé dès 2 participants

## 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 (21650 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**

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

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.

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.

En fonction des disponibilités, dortoir de 2 places (avec supplément de 10 € env / nuit / pers)

Ni draps, ni serviettes fournis. Prévoir drap-sac et petite serviette.

**Douches payantes** dans les refuges (non inclus) = environ 1,5 eur / 5 min.

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 10 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

### 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 20h50 • 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](http://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 56,90 € / sinon 45,60 € l'aller simple (Tarifs indicatifs / informations sur [www.sftrf.fr](http://www.sftrf.fr)).

Visualisez votre itinéraire sur [www.viamichelin.fr](http://www.viamichelin.fr) *ou* [www.mappy.com](http://www.mappy.com)

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

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

## Hébergements à proximité du lieu de Rdv

Nom	Situation	Contact	Prix indicatifs
Hôtel de Paris**	200 m de la Gare	04 92 49 97 50	Chambre à partir de 55 € Petit-déjeuner 15 €
Pension St-Antoine	200 m de la Gare	04 92 21 04 52 <a href="http://www.hotel-saint-antoine-briancon.fr/fr/">http://www.hotel-saint-antoine-briancon.fr/fr/</a>	Chambre à partir de 50 € Petit-déjeuner 8 € ½ pension 65 € (sauf WE)

## Dates et prix

Les séjours se déroulent normalement **du mardi (5 jours) mercredi (4 jours) au samedi.**

De fin janvier à mi-avril. *Mais vous pouvez également choisir vos dates ! Demandez-vous.*

Tarifs par personne en €	4 jours	5 jours
Si 3 personnes ou plus	510	645
Si 2 personnes	670	890

### 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 douches payantes dans certains refuges = environ 1,5 eur / 5 min.
- 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 **2,85% 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 et casquette (impératif au printemps)
- 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.

#### **Printemps = prévoir des manches longues ET des manches courtes**

- 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, voire dans la journée s'il fait chaud ...

#### 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.
- 1 paire de gants légers (polaire)

## 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).
- Pas besoin de chaussures pour le soir / **les refuges prêtent des sabots en plastique.**
- 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.
- Appareil de Recherche de Victimes en Avalanche (ARVA).
- 1 pelle et 1 sonde par participant.

## 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.... ; 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 léger (couvertures fournies) pour la nuit.
- Vos affaires de toilette + serviette de bain.
- 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](http://www.trekalpes.com)

Mél : [contact@trekalpes.com](mailto:contact@trekalpes.com)

Tél : 04 92 50 82 93

**maj. 2-10-19**