



Confirmé dès 1 participant

Entre Queyras et Ecrins

Séjour à ski en « étoile » 3 à 6 jours de randonnée

A partir de votre camp de base, un **hôtel** confortable** situé dans le Guillestrois, vous skierez dans le **Parc Régional du Queyras et le Parc National des Ecrins**. Vous réaliserez l'ascension de superbes belvédères, en flirtant avec les 3000 mètres. Votre guide adaptera le programme en fonction des conditions météorologiques et nivologiques du moment, mais aussi en fonction du niveau et des attentes des participants.

Déroulement du séjour et itinéraire

Jour 1 : Arrivée au Camp de Base - Première journée de rando

Rdv à la gare de Mt-Dauphin-Guillestre, si vous arrivez en train, ou bien directement à votre hôtel, si vous arrivez en voiture. Transfert (5 mn) à votre Camp de Base. Première randonnée de « mise en jambe ». Nuit à l'hôtel.

Jours 2 à 5 : Les plus belles randonnées à ski du Queyras et des Ecrins

Le guide élaborera le programme de la semaine en fonction des attentes et du niveau des participants et des conditions météorologiques.

Dénivelés positifs et négatifs = de 800 à 1500 m par jour.

Jour 6 : Dernière randonnée

Dernière journée de randonnée puis transfert et séparation à la gare SNCF de Mont-Dauphin ou à l'hôtel.

Pour le programme sur 5, 4 ou 3 jours : enlever respectivement 1, 2 ou 3 jour(s) de ski.

Cartographie

Cartes IGN Top 25 : Guillestre 3537ET / Mont Viso 3637OT / Meije Pelvoux 3436 ET / Orcières Merlette 3437ET

Niveau

Tous niveaux : de « débutant » à « expert » !

Le guide choisira les **randonnées en fonction de votre niveau et de vos attentes.**

DE **EN FORME** 1 2 3 4 5 6

Séjour d'initiation au ski de randonnée, pour les débutants.

Mais vous **devez déjà être un bon skieur sur piste** (rouge) et avoir bonne forme physique.

Etapes quotidiennes de 4 heures et 500 m de dénivelé positif environ.

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

Vous devez déjà **être un bon skieur de randonnée** et avoir bonne forme physique.

Etapes quotidiennes de 5 à 6 heures et 900 à 1200 m de dénivelé positif.

Pentes parfois raides, mais sur de courts passages.

Hébergement et nourriture

Vous serez hébergés dans un **hôtel**** confortable, en **pension complète.**

Portage

Vous porterez **dans votre sac à dos uniquement vos affaires et votre pique-nique de la journée** ainsi que votre matériel de sécurité individuel (pelle, sonde).

Encadrement

Un guide de haute montagne diplômé d'état pour **1 à 8 participants.**

Rendez-vous et séparation

Le premier jour, rendez-vous à 8h30 devant la gare SNCF de Mont-Dauphin-Guillemestre (Eyglies-Gare selon nomenclature DDE) (05) ou bien à votre hôtel si vous arrivez en voiture.

Vous devez arriver "en tenue" (habillement + sac à dos de la journée), prêts à partir directement en randonnée. **Le dernier jour, séparation vers 16h00**, au même endroit.

~~Au retour vous pourrez prendre une douche (tarif indicatif = entre 7 et 10 €) et dîner (buffet ou menu) à l'hôtel-restaurant Lacour situé juste à côté de la gare. Pas besoin de réserver, paiement sur place.~~

Accès au lieu de Rendez-vous

En train

Aller :

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

- Départ à 20h50
- Arrivée le lendemain à Mt-Dauphin à 07h50

En journée, trains depuis Marseille, Grenoble ou Valence

Retour :

- Départ à 15h16 (ou 20h36) de Mont-Dauphin
- Arrivée à Paris-G-de-Lyon à 21h53 (ou 6h58 le lendemain)

Renseignements SNCF :

① 36 35 (0,34€/mn) tous les jours de 7h à 22h ou <https://www.oui.sncf>

Ou bien arrivée la veille au soir en TGV direct depuis Paris + nuit à Briançon ou Mont-Dauphin
(+ Rapide et parfois moins cher que le train de nuit / à partir de 29 € trajet simple !)

Informations non contractuelles données à titre indicatif.

TGV :

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 (9 € 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 à vérifier sur [Autocars Resalp](#)

Et enfin TER de Briançon à la Gare de Mont-Dauphin (6,60 eur) :

Aller : départ de Briançon (toutes le 30 mn) à 16h55 ou 7h50 (lendemain) / arrivée à Mont-Dauphin à 17h30 ou 8h17 (lendemain)

En voiture

Grenoble / col du Lautaret / Briançon, par la RD 1091 puis Mt Dauphin-Eygliers-Gare par la RN 94.
ou Grenoble / La Mure / col Bayard / Gap par la RN 85. Puis direction Briançon par la RN 94 jusqu'à Mt Dauphin-Eygliers-Gare.

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

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 57,80 € / sinon 46,30 € l'aller simple (Tarifs indicatifs / informations sur www.sftrf.fr).

De Briançon, direction Embrun par la RN94. Jusqu'à Eygliers-Gare.

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

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

Si vous désirez arriver la veille ou prolonger votre séjour

Nous pouvons vous réserver des ½ pensions supplémentaires.

Tarifs indicatifs/personne = 65 eur en chambre double / 90 eur en chambre individuelle.

Stationnement à proximité du lieu de Rdv

Vous pouvez vous garer sur le parking de l'hôtel.

Dates et Prix

Les séjours se déroulent **aux dates de votre choix**. De la **mi-décembre** à la **mi-avril**.

Nous pouvons confirmer un séjour dès 1 participant aux tarifs ci-dessous.

Si une seconde, puis une troisième personne (ou plus) **s'inscri(vent)t** ensuite les **tarifs diminuent (dégressifs)**.

Tarifs par personne En chambre double / en €	1 participant*	2 participants	3 part.	4 part. ou plus
3 jours	1535	940	715	595
4 jours	2145	1280	980	830
5 jours	2615	1625	1245	1045
6 jours	3155	1970	1515	1280

*supplément chambre individuelle déjà inclus

Supplément chambre individuelle (à ajouter aux tarifs en chambre double ci-dessus) :
25 € par nuit (sous réserve de disponibilité)

Le prix comprend :

- L'hébergement hôtel**.
- Les petit-déjeuners (sauf jour 1), les pique-niques et les dîners.
- 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 (chaussures, ski, peaux, bâtons) / location en option.
- 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 • Dommages 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 polaire ou doudoune légères, 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

- Pantalon de ski de randonnée, à la fois respirant et étanche, pour une bonne protection contre le vent, la pluie et la neige. Si possible avec guêtres intégrées et s'ouvrant sur toute la longueur (meilleure aération).
- Pour les grands froids : 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

- Paire de gants chauds et étanches (Type Gore-Tex). 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).
- Chaussures légères (sandales ou baskets) pour le soir dans l'hébergement.
- Guêtres (si vous n'en avez pas déjà des intégrées à votre pantalon).

Matériel technique

Non fourni par TrekAlpes.

- Skis de randonnée légers, équipés de fixations adaptées, avec une semelle entretenue (nourries et fartée régulièrement).
- 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 de randonnée.
- 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

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.

Tarifs indicatifs hiver 2020-2021 / en Euros	3 jours	4 jours	5 jours	6 jours
Skis (+batons+peaux+couteaux)	68	100	124	143
Chaussures	38	50	59	67

Matériel de sécurité

Le matériel suivant est fourni.

- Appareil de Recherche de Victimes d'Avalanche (ARVA) ou Détecteur de Vic. d'A. (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).
- 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.
- Vos affaires de toilette.
- Papier hygiénique pour la journée.
- Sacs plastiques ou sacs poubelles pour protéger vos affaires.

Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

Le sac à dos

Vous porterez dans votre sac à dos **uniquement vos affaires de la journée**, ainsi que votre pique-nique et le matériel de sécurité individuel (pelle+sonde).

La contenance de votre sac doit-être de 30 litres env.

Privilégiez un sac léger, avec armature dorsale rigide, bretelles et ceinture larges et confortables.

Prévoir une bâche de pluie adaptée pour protéger le sac en cas de neige ou de pluie.

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 : 12-10-20