



Tour du Queyras – 6 jours

Randonnée itinérante
6 jours / 5 nuits / 6 jours de randonnée

Du Dimanche 3 au Vendredi 8 août 2025

Le tour du **plus "haut" parc régional de France**, en passant par les hauts cols à 2900 m et des **sommets à plus de 3000 m**. Ce massif des alpes du sud a conservé une **identité culturelle forte**, dont le travail du bois et les cadrans solaires sont les principaux témoins. Vous ferez étape dans de **petits hameaux et villages typiques** des Alpes du Sud et logerez dans des gîtes et refuges confortables.

Déroulement du séjour et itinéraire

Jour 1 : L'Echalp (1700 m) - Col Lacroix (2300 m) - Praroussin (2675 m) - Refuge Jervis (1732 m)

Depuis l'Echalp, le sentier monte par des lacets bien tracés, à travers une forêt de mélèzes. Au bout d'une heure de marche, nous arrivons dans les alpages. Une douce montée, à flanc de montagne, nous mène ensuite au col Lacroix, à la frontière avec le Piémont Italien. Du col, ascension de la crête jusqu'au sommet panoramique de Paroussin. De retour au col, une bonne heure de descente, à travers bois, pour rejoindre les vastes prêtres verdoyants au milieu desquels se trouve le refuge Jervis. Nuit en refuge.

Temps de marche : 6h / M : 975 m - D : 945 m / 6,3 km

Variante par Col Nalbert (2576 m), hors-sentier, plus sauvage, mais descente en pente raide :

Temps de marche : 6h / M : 870 m - D : 830 m / 8,3 km

Jour 2 : Col d'Urine (2525 m) - Abriés (1550 m)

Après être passé aux petites granges d'alpage de la Pis, le long vallon d'Urina nous conduit au col du même nom, à la frontière, juste sous l'imposante Tête de Pelvas (3000 m). Nous descendons le long du torrent d'Urine jusqu'au-dessus petit hameau, autrefois habité, de Valpréveyre. Le long d'un ancien canal, à travers la forêt de mélèze nous poursuivons jusqu'à Abriés, sympathique bourgade du Haut-Guil. Nuit en gîte.

Temps de marche : 5h30 / M : 900 m - D : 1075 m / 13,6 km

Variante par le collet du Pelvas (2596 m), Clot Lapierre (2350 m) et la Crête Pera Plata (2584 m) :

Temps de marche : 6h30 / M : 1170 m - D : 1360 m / 13,5 km

Jour 3 : Lac du Grand Laus (2580 m) - Aiguilles (1470 m)

Après avoir suivi un chemin de Croix jusqu'à la Chapelle dominant Abriés, le sentier monte progressivement le long du torrent de Malrif et traverse le hameau, en ruine, du même nom. Arrivés à 2000 m, aux alpages des Bertins, nous entamons l'ascension d'un solide verrou glaciaire. La pente est

un peu raide mais le sentier est bien tracé et monte progressivement. Notre effort est récompensé en arrivant au vaste lac du Gd Laus, dont les eaux sont teintées de mille couleurs et reflets. A son extrémité nord, le lac revêt les couleurs d'un atoll polynésien. Une belle descente, à travers les alpages verdoyants, nous mène au petit hameau abandonné des Eygliers. Puis nous rejoignons Aiguilles, situé au cœur du Queyras, sur les bords du Guil. Nuit en gîte.

Temps de marche : 6h00 / M : 1030 m - D : 1110 m / 15,5 km

Jour 4 : Costes du Puy (2450 m) - St Véran (2050 m)

Le matin, court transfert en navette (20 mn) jusqu'à Molines.

Après être passé devant la belle église fortifiée de Molines, nous traversons le torrent de l'Aigue Blanche. Puis le sentier, à travers la fraîcheur du mélézin, nous conduit à la cabane forestière de Clot Henri et juste après, à la Chapelle de St-Simon. Au micro-lac des Clots, nous quittons le sentier pour une belle traversée, à flanc de montagne jusqu'à la crête du Puy. Descente, toujours hors-sentier pour retraverser l'Aigue Blanche et courte remontée jusqu'au village le plus haut d'Europe. Nuit en gîte.

Temps de marche : 4h30 / M : 1000 m - D : 750 m / 10 km

Jour 5 : Rocca Bianca (3059 m) - Pic Caramantran (3025 m) - Refuge Agnel (2580 m)

Le matin, navette de St-Véran à cabane de la Lavaïte (2250 m), puis montée tranquille jusqu'au fond d'un cirque glaciaire, au refuge de la Blanche, sur les rives du lac du même nom. Puis une petite heure de montée et nous voilà au col Blanchet (2897 m), sur la frontière avec l'Italie. Un parcours de crête, avec panorama magnifique sur le val Varaita et le grand lac de Pontechianale, nous mène sous la Rocca Bianca. Les derniers 50 m se font à travers un petit couloir étroit, mais sans difficulté technique. Nous poursuivons sur la crête (frontière) pour passer au col de St Véran (2844 m) et rejoindre le second 3000 du jour, le pic de Caramantran (3025 m). Descente sur le col de Chamoussière (2884 m), le 3^e de la journée, puis vers le refuge Agnel. Nuit en refuge.

Temps de marche : 5h00 / M : 950 m - D : 600 m / 11,5 km

Jour 6 : Pain de Sucre (3208 m) - L'Echalp (1700 m)

Nous commençons par une courte montée jusqu'au col Vieux (2806 m) pour nous mettre en condition et arriver au pied du 3000 du jour. Depuis le refuge, ce sommet pyramidal ressemble au Cervin (en miniature) et il paraît insurmontable. Mais une fois que nous sommes sur ses flancs, il paraît beaucoup moins raide. L'ascension, en suivant une sente en lacets serrés, est rapide (1h15). Depuis le sommet, sur la frontière, nous jouissons d'une vue fabuleuse, notamment sur le Viso (3841m) tout proche. Retour au col Vieux : variante par le Pic Foreant (3081 m). Descente par le vallon de Bouchouse et les grands lacs Foréant et Egorgéou. Nous cheminons ensuite à travers le mélézin pour arriver à l'Echalp (1700 m), dernier hameau habité de la Haute Vallée du Guil. Fin du séjour.

Temps de marche : 5h15 / M : 700 m - D : 1580 m / 12,5 km

Variante avec le Pic Foréant : ajouter 1h45 de marche, 300 m de M et D et 2,5 km.

Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et n'incluent pas les pauses.

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

Ce programme peut être modifié par l'accompagnateur en cas de force majeure.

Cartographie

2 Cartes IGN Top 25 : Mont Viso n°3637OT / Guillestre n°3537ET

Niveau

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

Étapes de 5h30 de marche en moyenne et d'environ 1000 m de dénivelé chaque jour.

Vous devez donc faire preuve d'endurance.

Quelques passages hors sentier, demandant une attention accrue et un bon équilibre.

L'accompagnateur pourra réduire la difficulté des étapes en fonction des conditions météo et du niveau des participants.

Pour ados motivés, dès 13 ans.

Hébergement et nourriture

En **gîtes et refuges** confortables, en **pension complète**.

Vous dormirez dans des chambres collectives ou dortoirs (sanitaires sur le palier) de 4 à 10 personnes. A midi vous mangerez un pique-nique « tiré du sac », préparé par votre accompagnateur ou par les hébergements. Le repas du soir et le petit déjeuner sont servis dans l'hébergement. La cuisine est traditionnelle et copieuse, adaptée aux randonneurs.

Portage (Option)

Vous porterez dans votre sac à dos uniquement vos affaires de la journée.

Le reste de **vos affaires (1 bagage de 12 kg maxi)** sera **acheminé par véhicule** entre les hébergements, **sauf le Jour 1 en Italie. Il est possible de faire transporter 1 bagage pour 2.**

Encadrement

Un accompagnateur en montagne diplômé d'état pour **4 à 10 participants**.

Rendez-vous et séparation

Le premier jour, rendez-vous le matin à 8h30 au **gîte 7 Degrés Est** à la l'Echalp (Commune d'Abriès - 05). Le dernier jour, séparation au même endroit vers 17h00.

Accès au point de départ

Horaires et tarifs non contractuels, donnés à titre indicatif. A vérifier.

En train jusqu'à Mont-Dauphin Gare :

Train de nuit direct depuis la gare de Paris-Austerlitz

• Départ à 21h22

• Arrivée le lendemain à Mt-Dauphin à 07h53

En journée, trains depuis Marseille, Grenoble ou Valence

Horaires non contractuels, donnés à titre indicatif.

Renseignements SNCF : <https://www.sncf-connect.com>

De la Gare SNCF de Mont-Dauphin à l'Echalp :

- **Navettes**

[Navette Zoumaregionsud](#) de la Gare à Abriès / Tarif indicatif : 6 € environ le trajet.

Puis [Navette de l'Escarton](#) (gratuite) d'Abriès à l'Echalp.

- **Taxi Durosne**

04 92 43 83 05 ou 06 15 37 28 67

De 120 € (Jour) à 180 € (Nuit, Dimanche et Férié) le trajet.

Tarifs non contractuels, donnés à titre indicatif.

En voiture

Grenoble / col du Lautaret / Briançon par la D 1091. Puis direction Embrun par la RN 94. Juste après Mont-Dauphin, au rond-point, prendre à gauche la D 902 pour passer par Guillestre et remonter la vallée du Guil (Direction Parc du Queyras) ...

ou bien Grenoble / La Mure / col Bayard / Gap par la RN 85. Puis la RN 94 en direction de Briançon. 3 km 500 après St Clément-sur-Durance, au rond-point, en bout de ligne droite, prendre à droite la D902 pour passer par Guillestre et remonter la vallée du Guil (Direction Parc du Queyras) ...

... sur 31 km jusqu'à **Abriès**. Puis poursuivre encore sur 7 km (Direction **Ristolas**) pour rejoindre l'**Echalp**, au bout de la route goudronnée ...

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

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

Dates et prix

Le séjour se déroule **du Dimanche 3 au Vendredi 8 août 2025**

Tarifs / personne sans transfert des bagages		
Si 10 participants	875 €	
Si 8 ou 9 particip.	900 €	
Si 7 participants	930 €	
En option		
Transfert d'un bagage	70 €	
½ pension Echalp	52 € / dortoir de 8	55 € / chambre de 6

Le prix comprend :

- L'hébergement en refuges gardés et gîtes.
- Les petits-déjeuners, les pique-niques et les dîners (Du Pic-Nic du J1 au PN du J6).
- Les transports de personnes prévus durant le séjour.
- L'encadrement par un accompagnateur diplômé d'Etat (6 jours).

Le prix ne comprend pas :

- L'acheminement de votre domicile au point de rendez-vous, ni le retour.
- Les transferts de bagage (En option) : 12 kg maxi / sac, sauf au refuge de Jervis.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les vivres de course (en-cas).
- L'assurance annulation/assistance/rapatriement/interruption.

Assurance

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

Le paiement du séjour par 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.

Votre habillement

En montagne le temps change vite et en quelques heures la température peut chuter de plus de 10°C. Le soir, en altitude, la température est souvent inférieure à 10°C. Même si vous randonnez en été, équipez-vous « chaudement ». **Comment vous habiller « de la tête aux pieds »**

La Tête

- Chapeau ou casquette
- Lunettes de soleil protection 3 ou 4

Le Buste

La « règle des 3 couches » :

- Première couche : Tee-shirt ou chemise (manche courte ou manche longue) respirants favorisant l'évacuation de la transpiration. En matière synthétique (polyester) mais pas 100% coton.
- Seconde couche : Veste ou sweat polaire, pour garder la chaleur, tout en évacuant la transpiration.
- Troisième couche : Veste imperméable, type Gore-Tex, pour protéger du vent et de la pluie.

Les Jambes

- Pantalon de randonnée, solide, respirant et "déperlant", en matière synthétique (éviter le 100% coton) pour une protection contre les déchirures, le vent et la pluie.
- Short de randonnée : pour ceux qui ne craignent pas le froid, la pluie ou les égratignures.
- Pantalon léger (type jogging) pour le soir.

Les Mains

- 1 paire de gants légers

Les Pieds

- Chaussures montantes, pour un bon maintien de la cheville, avec une membrane type Goretex 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 de randonnée en matière synthétique (pas 100% coton) pour une bonne évacuation de la transpiration et limitation des frottements (prévention des ampoules).
- Des chaussures légères (sandales ou baskets) pour le soir.

Matériel divers

Les indispensables

- Gourde de 1 litre minimum.
- **1 Bol en plastique étanche** (Type « Tupperware » pour salade à midi).
- **Couteau de poche et des couverts.**
- Bâche de protection du sac à dos (étanche).
- Papier hygiénique pour la journée.
- 1 lampe de poche ou frontale pour se déplacer la nuit dans les dortoirs
- Petite pharmacie personnelle : élastoplast ou deuxième peau 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 et "stick" pour les lèvres.
- Couverture de survie légère en aluminium.
- **Drap-sac / sac à viande** (couvertures ou couettes fournies), **pas de sac de couchage.**
- Vos affaires et une **serviette de toilette.**

Les facultatifs

- 1 ou 2 bâtons télescopiques
- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

Les sacs

Vous porterez uniquement vos affaires de la journée, ainsi que votre pique-nique, dans votre sac à dos. Le reste de vos affaires sera acheminé par véhicule dans les hébergements (Sauf aux refuges de Jervis et de la Blanche).

• Le sac à dos de randonnée

Pour vos affaires de la journée. De contenance **35 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 bagage transporté entre les hébergements

Un seul bagage par personne (ou 1 bagage pour 2 personnes) et **12 kg par bagage maximum.**

Il contient toutes les affaires non utilisées pendant la journée.

Préférer un sac de voyage ou sac à dos et éviter les valises rigides.

Informations légales

TrekAlpes EURL au capital de 7500 € / Inscription au RCS de Gap sous le SIREN n°530 670 546

Garantie financière 100.000 € par Groupama / Responsabilité civile professionnelle par MMA

Licence d'agence de voyages n°IM005110006 par Atout France – 75008 Paris

Pour nous contacter contact@trekalpes.com Tél : 04 92 50 82 93 Dernière mise à jour 15-4-25