

Demi-Tour du Queyras en Gîte - 4 jours

Niveau 4

Randonnée « liberté » itinérante 4 jours / 3 nuits / 4 jours de randonnée

Vous réaliserez les **4 plus belles étapes du Tour** qui se fait généralement en 8 jours. Le sentier GR du Queyras, plus "haut" parc régional de France, **passer par des cols élevés, à 2800 m d'altitude**. Malgré un **caractère montagnard marqué**, ce massif des Alpes Méridionales est une montagne paisible et accueillante où le pastoralisme est encore bien présent. Le Queyras a préservé son identité culturelle forte, dont le travail du bois et les cadrans solaires sont les principaux témoins visibles. Vous ferez étape dans de petits hameaux et villages typiques des Alpes du Sud et logerez dans des hébergements confortables.

Déroulement du séjour et itinéraire

Jour 1 : Ceillac (1650 m) - Col des Estronques (2651 m) - Saint-Véran (2050 m)

Remontée tranquille à travers les champs de fauche parsemés de chalets d'alpage de Ceillac. Au Rabinoux, vous entamez l'ascension, en lacets bien tracés, vers le col des Estronques. De là, il est possible de monter à la Tête de Jacquette (2757 m) : + 100 m de M et D et 30 min aller/retour de marche. Le panorama sur les alpes du sud et le village St-Véran est exceptionnel. Après une belle descente par le vallon de Lameron 2 options : courte remontée pour rejoindre St-Véran, le plus haut village d'Europe. **Nuit en Auberge de Pays ou gîte d'étape.**

Temps de marche : 6h00 / M : 1200 m - D : 800 m.

(Cette étape peut être raccourcie de 1 heure et 200 m de montée / voir rubrique niveau).

Jour 2 : Pic de Caramantran (3025 m) - Refuge Agnel (2580 m)

Le matin, après avoir visité St-Véran (Eglise, chalets en fustes de mélèze, cadrans solaires ...), nous prenons la navette régulière* qui nous monte à la chapelle de Clausis (2340 m). Nous traversons alors l'immense cirque glaciaire de la Blanche pour rejoindre le col de Chamoussière (2884 m). Nous remontons la ligne de crête qui conduit au Pic de Caramantran (3025 m), point culminant de la semaine. Nous sommes sur la frontière avec l'Italie où l'on aperçoit le grand lac de Pontechianale. Superbe belvédère sur toutes les alpes du sud, notamment sur le Mont Viso (3841 m), tout proche. Plus qu'une bonne heure de descente et nous voici au refuge Agnel, au cœur d'un cirque glaciaire, dans un univers de haute montagne et une ambiance de bout du monde. Nuit en refuge.

Temps de marche : 4h00 / M : 700 m - D : 460 m.

(Si départ à pied de St-Véran +1h15 de marche et +300 m de montée)

* La navette ne fonctionne que juillet-août. En dehors de cette période il faut marcher 1h15 et monter 300 m en plus.

Jour 3 : Col Vieux (2806 m) - Abriès (1550 m)

Le sentier monte en direction du Pain de Sucre (3208 m), superbe sommet pyramidal, semblable au Cervin, situé sur la frontière avec le Piémont Italien. Après seulement 40 minutes de marche depuis le refuge, nous arrivons au col Vieux. La suite de l'étape est intégralement en descente douce, le long du torrent de Bouchouse. Nous passerons sur les rives de beaux lacs (Foréant et Egorgéou) avant de pénétrer dans la douce fraîcheur du mélézin. Descente en fond de vallée, à l'Echalp (1690 m). Puis randonnée le long du torrent du Guil jusqu'au charmant petit village d'Abriès. Nuit en gîte.

Temps de marche : 5h30 / M : 270 m - D : 1300 m.

Jour 4 : Lac du Grand Laus (2580 m) - Aiguilles (1470 m)

Après avoir suivi un chemin de Croix jusqu'à la Chapelle dominant Abriès, 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, vous entamez l'ascension d'un solide verrou glaciaire. La pente est un peu raide mais le sentier est bien tracé et monte progressivement. Votre effort est récompensé en arrivant au vaste lac du Gd Laus, dont les eaux sont teintés de milles couleurs et reflets. A son extrémité nord, le lac revêt les couleurs d'un atoll polynésien. Une belle descente, à travers les alpages verdoyants, vous mène au petit hameau abandonné des Eygliers. Puis vous rejoignez Aiguilles, situé au cœur du Queyras, sur les bords du Guil. Transfert (35 min) à Ceillac.

Temps de marche : 6h00 / M : 1030 m - D : 1110 m.

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).

Qu'est-ce-que la Randonnée « Liberté » ?

Ce séjour s'effectue sans accompagnateur. Nous effectuons les réservations des hébergements et les transferts de personnes et de bagages prévus au programme. Vous devez savoir lire une carte topographique et être capables de vous orienter avec une boussole. Nous vous fournissons un « Carnet de Route » contenant toutes les indications nécessaires au bon déroulement de votre randonnée. Vous devez également gérer votre temps et le rythme de parcours pour ne pas arriver en retard et ne pas vous épuiser outre mesure.

Documents fournis

- Un « topo-guide » ou « road-book » : description écrite et détaillée de l'itinéraire, jour par jour.
- Des cartes, ou extraits de cartes, IGN Top 25 (échelle 1/25.000e) avec le tracé de l'itinéraire.
- Des bons d'échange (vouchers) que vous remettrez à chacun des hébergements.
- Des étiquettes à accrocher à vos bagages.

Cartographie

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

Nombre minimum de participant(s) : 2

Niveau



Étapes de 5h30 de marche en moyenne et d'environ 900 m de dénivelé chaque jour. Avec 2 étapes de 1200 m de montée. Vous devez donc être en bonne forme physique et randonner assez régulièrement. Itinéraire sur bon sentiers.

La première étape (6h / 1200 m de montée) **peut-être raccourcie** d'une heure (200 m de montée en moins) si vous prenez un taxi jusqu'au hameau des Chalmettes (Non compris dans le prix du séjour / 30 € environ (tarif indicatif) pour 1 à 4 personnes maxi / réservation la veille : taxi Favier (Ceillac) au 04 92 45 07 71 ou 06 65 15 04 09.

Hébergement et nourriture

En **gîtes et 1 refuge**, tous confortables, **en demi-pension**.

En **gîte**, vous dormirez dans des **chambres collectives partagées entre 4 à 6 personnes** (possibilité de chambre double dans certains gîtes, sous réserve de disponibilité et en payant un supplément de 20 eur / nuit / personne).

Au **refuge, dortoirs de 6 à 10 personnes** et sanitaires sur le palier.

Le repas du soir et le petit déjeuner sont servis dans l'hébergement. La cuisine est traditionnelle et copieuse, adaptée aux randonneurs.

Pique-niques : si vous ne les réservez pas au moment de votre inscription, vous pourrez les commander sur place à votre hébergeur (au plus tard la veille pour le lendemain / **prévoir une boîte plastique avec couvercle étanche et cuillère**). Leur prix varie entre 11 € et 14 € par personne selon les hébergements. Mais vous avez également la **possibilité de vous ravitailler pour préparer vos propres pique-niques, à Ceillac, St-Véran et Abriès**.

Portage (Option)

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

Le reste de vos bagages sera acheminé par taxi.

Si vous n'avez pas choisi l'option « transfert des bagages », vous porterez toutes vos affaires dans votre sac à dos pour la durée du Tour.

Point de départ et de retour

Départ de **Ceillac (05)**. Retour au même endroit le dernier jour.

Accès au point de départ

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

En train

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

Aller

• Départ à 20h52 • Arrivée le lendemain à Mt-Dauphin à 07h58

En journée, trains via Grenoble ou Valence

Retour

• Départ de Mt-Dauphin à 20h29 • Arrivée le lendemain à Paris-Austerlitz à 06h55

En journée, trains depuis Marseille, Grenoble ou Valence

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

Puis de la Gare de Mont-Dauphin-Guillestre à Ceillac :

- **Navettes**

Ligne de Proximité / Guillestrois / Ligne 572 : [cliquer ici](#) Tarif : 6 € le trajet (*Tarif indicatif, à vérifier*)

- Taxi Favier

Tél : 06 65 15 04 09 / De 85 € (jour) à 105 € (Nuit et Férié) le trajet / **tarifs indicatifs** à vérifier.

En voiture

Grenoble / col du Lautaret / Briançon par la RD1091. Puis RN94 jusqu'à Mt Dauphin-(Eyglies)-Gare. Traverser Eyglies-Gare et 500 m après, au rond-point, prendre à gauche, la D902 pour passer par Guillestre et remonter la vallée du Guil (Direction Parc du Queyras) ...

Ou bien : Grenoble / La Mure / col Bayard / Gap par la RN85. Puis la RN94 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) ...

Puis au bout de 4 km dans les gorges du Guil, juste après la Maison du Roy, prendre à droite pour monter à Ceillac.

Vous pouvez également passer **par le Tunnel du Fréjus et le col du Montgenèvre** De Briançon, direction Embrun par la RN94. Juste après Eyglies-Gare, au rond-point, prendre à gauche la D902 pour passer par Guillestre et remonter la vallée du Guil (Direction Parc du Queyras). Puis au bout de 4 km dans les gorges du Guil, juste après la Maison du Roy, prendre à droite pour monter à Ceillac.

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

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

Hébergement à proximité du point de départ

Si vous désirez arriver la veille ou prolonger votre séjour à **Ceillac**.

Nom	Situation	Contact	Prix indicatifs
Gîte les Baladins	Ceillac (village)	http://www.lesbaladins.com/	B&B à partir de 37 €

Stationnement à proximité du point de départ

Vous pourrez **laisser votre véhicule sur le parking du gîte des Baladins** pour la durée du séjour. Même si vous n'y logez pas la veille.

Dates et prix

Départs possibles tous les jours de fin juin à mi-septembre (selon enneigement).

Tarifs par personne	
4 participants ou plus	470 €
3 participants	515 €
2 participants	610 €
Suppléments / personne	
Pique-niques (sauf jour 1)	45 €
Transfert d'un bagage (12kg)	60 €
Chambre double*	60 €

***Montant maximum.** Possibilité de **chambres doubles ou dortoir privatif, sous réserve de disponibilité** ; supplément de **20 eur / nuit / personne.**

Le prix comprend :

- L'hébergement dans 1 refuge gardé et 2 gîtes, en chambres ou dortoirs collectifs.
- Les petit-déjeuners (sauf jour 1) et les dîners (sauf dernier jour) = ½ pension.
- La documentation (carnet de route) : topo-guide + cartes.

Le prix ne comprend pas :

- L'acheminement de votre domicile au point de départ, ni le retour.
- La navette publique du jour 2 (environ 7 €).
- Les transports de bagages durant le séjour (en option).
- Les pique-niques (en option).
- 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 les 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 • Dommages bagages

Son montant est de **4,74% 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, les égratignures ou les piqûres d'insectes.
- 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.

Prévoir votre maillot de bain pour Spa et/ou Piscine dans certains hôtels.

Matériel divers

Les indispensables

- Gourde de 1 litre minimum.
- 1 ou 2 bâtons télescopiques
- Bâche de protection du sac à dos (étanche)
- Papier hygiénique pour la journée
- 1 couteau de poche

- 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.
- Vos affaires de toilette.

Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

Les sacs

Option « transfert des bagages »

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 minibus. Sauf au refuge de Furfande.**

• 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 et **12 kg par bagage maximum** (attention : tolérance de 1 kg en plus ; le transporteur facturera un supplément en cas de surpoids excessif).

Il contient toutes les affaires non utilisées pendant la journée.

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

N'oubliez pas d'y attacher l'étiquette que nous vous aurons fournie.

Si vous n'avez pas choisi l'option « transfert des bagages »

Vous utiliserez **votre unique sac à dos** pour transporter vos affaires personnelles de la semaine et le pique-nique de la journée.

De contenance **40 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 18% de votre poids corporel.

Pour une personne de 60 kg, le poids maximum sera donc de 8-9 kg.

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°IM005110006 par Atout France – 75008 Paris

Pour nous contacter contact@trekalpes.com Tél : 04 92 50 82 93