



Nord Queyras - 3 jours

Niveau 5

Randonnée « liberté » itinérante

3 jours / 2 nuits / 3 jours de randonnée

Hébergement en gîtes

Le Queyras, fier massif alpin méridional, est cerné de **sommets à plus de 3000 mètres**. Il est donc resté peu accessible et sauvage. Il a aussi gardé une identité culturelle forte, dont le travail du bois et les cadrans solaires sont les principaux témoins. Vous ferez étape dans de **petits villages typiques** et logerez dans des gîtes confortables.

Déroulement du séjour et itinéraire

Jour 1 : Abriès (1550 m) - 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, 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 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, 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.

Jour 2 : Vallon de Péas (2270 m) - Arvieux (1550 m)

Nous montons au hameau des Meyriès, suspendu au-dessus des gorges du Guil. Puis nous poursuivons la remontée par le vallon de Péas, avec pour point de mire, la superbe pyramide du Pic de Rochebrune (3320 m), second sommet le plus haut du Queyras. Nous redescendons ensuite sur le hameau de Souliers (1820 m). Bien que difficile d'accès ce dernier est encore habité à l'année. Nous passons au bord des eaux vertes du lac de Roue, à l'ombre des mélèzes. Une agréable rando en balcon nous mène au village d'Arvieux, célèbre pour sa fabrique de meubles et jouets en bois. **Nuit en gîte.**

Temps de marche : 6h45 / M : 800 m - D : 720 m.

Jour 3 : Col (2500 m) et refuge (2293 m) de Furfande - Les Escoyères (1530 m)

Après avoir traversé le hameau du Coin, nous quittons la « civilisation » pour pénétrer dans le vallon du « Plan du Vallon ». Le col de Furfande offre un beau panorama sur la Font Sancte et le massif du Chambeyron (Ubaye). Il nous ouvre aussi les portes d'un vaste cirque aux allures dolomitiques. En contrebas nous rejoignons les chalets d'alpage de Furfande. Puis nous poursuivons la descente vers les Escoyères, petit hameau suspendu au-dessus des Gorges du Guil. Transfert (25 min) à Abriès.

Temps de marche : 6h45 / M et D : 1000 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 (si transfert de ces derniers).

1 documentation complète pour 4 participants.

Cartographie

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

Nombre minimum de participant(s) : 2

Niveau

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

Etapes de 6h30 de marche en moyenne et d'environ 1000 m de dénivelé chaque jour. Vous devez donc être en très forme physique et randonner régulièrement. Itinéraire sur bon sentiers.

Hébergement et nourriture

Dans **2 gîtes** confortables, **en demi-pension**.

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

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 avez pas réservés à l'inscription, vous pourrez les commander sur place à votre hébergeur (au plus tard la veille pour le lendemain). Leur prix varie entre 10 € et 14 € par personne selon les hébergements. Mais vous avez également la possibilité de vous ravitailler pour préparer vos propres pique-niques à Aiguilles et Arvieux.

Portage (Option)

Si vous avez opté pour le transfert de vos bagages : vous porterez dans votre sac à dos uniquement vos affaires de la journée. Le reste de vos bagages sera acheminé par minibus entre les hébergements.

Si vous avez choisi la formule « sans 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 d'Abriès (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-Guillestre 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/>

De la Gare de Mont-Dauphin-Guillestre à Abriès :

- Navettes

<https://www.queyras-montagne.com/navettes-transports.html>

- Ou bien Taxi Valé 06 73 04 80 32

En voiture

Grenoble / col du Lautaret / Briançon par la RD 1091. Puis RN 94 jusqu'à Mt Dauphin-(Eyglies)-Gare. 500 m 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) sur 31 km jusqu'à Abriès.

Ou bien :

Grenoble / La Mure / col Bayard / Gap par la RN 85. Puis la RN 94 en direction de Briançon. 5 km après St-Clément/Durance, au rond-point, 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.

Ou encore Briançon par l'Italie (Tunnel du Fréjus puis col du Montgenèvre).

Puis de Briançon, direction Embrun/Gap par la RN94. Jusqu'à Eyglies-Gare. 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) ... sur 31 km jusqu'à Abriès.

Hébergement à proximité du point de départ

Si vous désirez arriver la veille ou prolonger votre séjour à **Abriès**. Nous pouvons vous réserver dans l'hébergement suivant (non compris dans le prix du séjour).

Nom	Situation	Site Internet	Prix indicatifs
Gîte Edelweiss	Abriès (village)	https://www.gite-edelweiss.fr/	1/2 pension à partir de 67 €

Stationnement à proximité du point de départ

Vous pourrez **laisser votre véhicule sur le parking près du gîte** pour la durée du séjour.

Dates et prix

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

Tarifs / personne sans transfert des bagages	
3 participants ou plus	340 €
2 participants	395 €
1 participant	530 €
Suppléments / personne	
Pique-niques (sauf jour 1)	+ 30 €
Transfert d'un sac (3 jours)	+ 46 €
Chambre double*	+ 20 € par nuit

*Cette option n'est disponible qu'en fonction des disponibilités.

Le prix comprend :

- L'hébergement 2 nuits en gîtes.
- Les petit-déjeuners (sauf jour 1) et les dîners (sauf dernier jour).
- La documentation (carnet de route) : topo-guide + carte(s).

Le prix ne comprend pas :

- L'acheminement de votre domicile au point de départ, ni le retour.
- 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 • Dommage 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

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 lampe de poche ou frontale pour se déplacer la nuit dans les dortoirs
- 1 couteau de poche
- Gobelet ou timbale en plastique
- 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 (couvertures fournies dans les gîtes et refuge).**
- Vos affaires et **une serviette** de toilette.

Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

Les sacs

Si vous avez choisi l'option « transfert de 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.

• Le sac à dos de randonnée

Pour vos affaires de la journée. De contenance **30 litres environ**.

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 taxi **facture 2 sacs 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 de 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 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 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 HISCOX

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

Pour nous contacter

www.trekalpes.com

Mél : contact@trekalpes.com

Tél : 04 92 50 82 93

Dernière mise à jour 6-5-26