



Grande Traversée des Alpes du Sud

Randonnée itinérante à raquettes 7 jours / 6 nuits / 6 jours de randonnée

Ce raid hivernal **d'envergure** et **exclusif** emprunte la partie centrale de la Grande Traversée des Alpes de Nice à Chamonix. Du col de Larche (Porte du Mercantour) au col de Montgenèvre (Briançonnais-Piémont), **nous traverserons de vastes contrées sauvages** : la Haute Ubaye, le Parc Régional du Queyras, le Briançonnais et enfin le Piémont Italien. Vous apprécierez l'accueil chaleureux des montagnards de ces **petits hameaux reculés, isolés du reste du monde** en hiver, qui ont conservé toute leur authenticité.

Déroulement du séjour et itinéraire

Jour 1 : Saint-Ours (1775 m)

Rdv à la gare de Mt-Dauphin à 17h30. Transfert (1h) dans la vallée de l'Ubayette, au pied du col de Larche, au hameau de St-Ours. Nuit en gîte.

Jour 2 : Col de Mirandol (2433 m) - Maljasset (1900 m)

Une belle traversée montante, sous les falaises des Rochers de St-Ours (3034 m), nous mène au col de Mirandol. Au fur et à mesure, derrière nous, se dévoilent les hauts sommets du Piémont Italien, au sud du col de Larche. Nous descendons ensuite dans la vallée de l'Ubaye, à travers les alpages enneigés où se camouflent lièvres variables et autres lagopèdes ayant revêtu leur couleur d'hiver. Plus bas, nous traversons le mélézin puis les champs, quartiers d'hiver des chevreuils et des chamois, avant d'arriver à Fouillouse (1900 m). Ce petit hameau isolé, difficile d'accès en hiver est encore habité à l'année par une unique famille. Transfert (20 mn) et nuit en gîte à Maljasset, aux confins de la vallée de l'Ubaye, dans une ambiance de bout du monde.

Temps de marche : 5h30 / M : 660 m - D : 535 m.

Jour 3 : Col Tronchet (2661 m) - Ceillac (1650 m)

Étape de liaison entre la Haute Ubaye et le Queyras. Ces deux massifs, aux montagnes élancées, culminant à 3400 m ont toujours été difficiles d'accès. Ce qui explique leur isolement et leur caractère préservé. Le col Tronchet est le seul passage praticable à raquettes en hiver. En fonction des conditions d'enneigement du col, nous pourrions éventuellement solliciter l'aide bienveillante d'un guide de haute montagne qui viendra seconder votre accompagnateur. C'est le point culminant du raid et un beau belvédère, notamment sur les massifs du Chambeyron (3412 m) et de la Font Sancte (3385 m), tout proches. Descente et nuit en gîte à Ceillac.

Temps de marche : 6h30 / M : 760 m - D : 1010 m.

Jour 4 : Col de Bramousse (2251 m) - Brunissard (1775 m)

Cette étape se déroule au cœur du Queyras, dans un paysage plus « boisé » que les jours précédents. La montée au soleil, en plein adret, est bien appréciable. Depuis le col, belle vue sur le Pic de Rochebrune (3320 m) et les Aiguilles de Chambeyron. La descente en vallée du Guil, se fait à travers les alpages puis le mélézin jusqu'aux chalets de Bramousse. Puis une belle piste nous conduit jusqu'à un pont sur le Guil (1185 m). Au passage vous pourrez admirer le hameau de Bramousse, surplombant les Gorges et habité seulement en été. Transfert (15 mn) et nuit en gîte à Brunissard.

Temps de marche : 5h30 / M : 600 m - D : 1065 m.

Jour 5 : Col d'Izoard (2360 m) - Le Laus de Cervières (1745 m)

Nous quittons le Queyras pour rejoindre le Briançonnais. La montée vers le célèbre col d'Izoard (Tour de France cycliste) est féérique. Nous progressons dans un univers lunaire de pics karstiques gris et acérés qui pointent au travers du manteau neigeux. De la table d'orientation, au col, panorama exceptionnel sur les Ecrins (4102 m) et le massif du Thabor (3178 m), à la frontière avec la Savoie et toujours sur les aiguilles de Chambeyron ! La descente vers le petit hameau du Laus s'effectue en forêt. Nuit en gîte.

Temps de marche : 5h00 / M : 585 m - D : 615 m.

Jour 6 : Col de Bousson (2154 m) - Rifugio Cappana Mautino (2125 m)

Après une courte descente au village de Cervières, nous remontons la large vallée de la Cerveyrette. Le paysage très ouvert et le relief débonnaire de la plaine du Bourget contrastent avec les jours précédents. Nous y rencontrerons une multitude de chalets d'estive typiques et bien entretenus. Du col, panorama fabuleux sur les montagnes piémontaises et le Pic de Rochebrune. Descente en Italie, et nuit à la cabane-refuge de Mautino. Ambiance conviviale et gastronomie garanties.

Temps de marche : 5h00 / M : 510 m - D : 130 m.

Jour 7 : Cima Saurel (2451 m) - Clavière (1750 m)

Dernière ascension d'un beau sommet débonnaire, aux vastes pentes de neige poudreuse, offrant au final un magnifique panorama sur les montagnes Olympiques de Torino 2006. Descente sur le village frontalier de Clavière en Italie, via le vallon Gimont. Vous pourrez y acheter quelques souvenirs gastronomiques d'Italie en attendant le minibus. Transfert (50 mn) et séparation à la gare de Mont-Dauphin.

Temps de marche : 3h30 / M : 300 m - D : 700 m.

Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et n'incluent pas les pauses (1h30 à 2h).

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

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

Cartographie

Cartes IGN Top 25 :

Aiguille de Chambeyron n°3538ET/ Mont Viso n°3637OT/ Guillestre n°3537ET/ Briançon n°3536 OT

Niveau

BONNE FORME

1 2 3 **4** 5 6

Etapes quotidiennes de 5h30 de marche et de 600 m de dénivelé positif, en moyenne. Vous devez pratiquer la randonnée pédestre régulièrement et avoir une bonne forme physique. Quelques courts passages un peu raides mais sans difficulté technique.

Hébergement et nourriture

Vous serez hébergés dans des **gîtes et refuges** confortables, en **pension complète**.

En gîte, vous dormirez dans des chambres collectives de 4 à 6 personnes.

Dans les refuges, dortoirs de 4 à 10 personnes avec sanitaires sur le palier.

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

Du jour 2 au jour 5 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.

Les 2 derniers jours vous porterez dans le sac à dos vos affaires pour la journée ainsi que le nécessaire pour la nuit et la toilette ; le refuge Cappana Mautino n'étant pas accessible en voiture.

Vous porterez également votre matériel de sécurité individuel (pelle, sonde).

Encadrement

Un accompagnateur en montagne diplômé d'état pour **5 à 11 participants**.

En fonction de l'enneigement, renfort éventuel par un guide de haute montagne, le jour 3, pour le passage du col du Tronchet.

Rendez-vous et séparation

Le premier jour, dimanche, **rendez-vous à 17h30** devant la gare SNCF de Mont-Dauphin-Guillevre (= Eyglies-Gare selon la DDE !) (05600).

Le dernier jour, **séparation vers 15h30**, au même endroit.

Accès au lieu de Rendez-vous

En train

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

Renseignements SNCF : <https://www.oui.sncf/>

En voiture

Grenoble / col du Lautaret / Briançon, par la RD 1091 puis Mt Dauphin-Eyglies-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-Eyglies-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**
Puis de Briançon, direction Embrun par la RN94. Jusqu'à Eyglies-Gare.

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

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

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

De nombreuses opportunités pour voyager de façon **économique et écologique** ...

Hébergements à proximité du lieu de Rdv

| Nom | Situation | Contact | Prix indicatifs / base 2 pers |
|--------------------------------|---|---|--|
| Hôtel Auberge d'Eyglies | 400 m de la Gare | 04 92 45 03 15 http://www.auberge-eyglies.com/ | Chambre à partir de 68 € Petit-déjeuner 7,5 € |
| Hôtel Lacour | Gare | 04 92 45 03 08 www.hotel-lacour.com | Chambre à partir de 62 € Petit-déjeuner 9 € |
| Gîte le Glacier Bleu | Fort de Mt-Dauphin 1,5 km de la gare | 04 92 45 18 47 www.leglacierbleu.fr | Chambre à partir de 48 € Petit-déjeuner 8 € |
| Auberge l'Échauguette | Fort de Mt-Dauphin 1,5 km de la gare | 04 92 45 07 13 www.echauguette.com | Chambre à partir de 61 € Petit-déjeuner 8 € |
| Hôtel Catinat Fleuri | Guillestre 4 km de la gare | 04 92 45 07 62 www.catinat-fleuri.com | Chambre à partir de 59 € Petit-déjeuner 8 € |

Stationnement à proximité du lieu de Rdv

Il est parfois difficile de trouver des places de stationnement sur le parking de la gare.

Vous pouvez vous garer sur le "parking des marmottes", à environ 350 m de la gare.

Pour y accéder, de la gare prendre la RN94 vers la droite, direction "Guillestre", pour passer devant la station-service Intermarché. Puis, au niveau de l'hôtel "**Auberge d'Eyglies**", prendre à gauche : le parking se trouve de l'autre côté de la route.

Dates et prix

Les séjours se déroulent généralement **du dimanche soir au samedi soir**.

Vous pouvez également choisir vos dates !

Tarif par personne = 990 €

Le prix comprend :

- L'hébergement en gîtes et refuge gardé confortables.
- Les petit-déjeuners, les pique-niques et les dîners de l'accueil à la séparation.
- Les transports de bagages et de personnes prévus durant le séjour.
- L'encadrement par un accompagnateur (+ guide éventuel le jour 3) diplômé d'Etat.
- Le prêt de raquettes + bâtons et 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.
- 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 • 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.

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 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 légère, en laine polaire ou doudoune, 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.

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.

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).
- 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 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.
- Détecteur de Victimes en Avalanche (DVA).
- 1 pelle et 1 sonde pour.

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.
- 1 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 (couvertures fournies dans les gîtes et le refuge) ou à défaut un duvet très léger.
- Vos affaires de toilette + serviette de bain.
- Papier hygiénique pour la journée.

Les facultatifs

- 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 minibus. Excepté le dernier soir, au refuge Mautino.

• 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 adaptée pour protéger le sac en cas de neige ou de pluie.

• Le bagage transporté entre les hébergements

Un seul bagage par personne et 15 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 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 9-10-20