



Entre Izoard et Montgenèvre

Randonnée à raquettes « en étoile »

7 jours / 6 nuits / 4 jours et 2 demi-journées de randonnée

Entre les cols d'Izoard et de Montgenèvre, mythiques ascensions du Tour de France cycliste, se trouve la vallée oubliée de Cervières. Cette **contrée sauvage** du Briançonnais, dans les Hautes-Alpes, a su préserver un caractère authentique. Vous apprécierez l'accueil chaleureux et le confort de votre hébergement situé dans un petit village, perdu en pleine montagne. L'hôtel où vous séjournerez est géré par Pato et Vincent, tous deux accompagnateurs en montagne et cuisiniers de métier. Ils vous conduiront sur les sentiers et vous préparerons des plats «fait-maison» raffinés, aux saveurs d'ici et d'ailleurs. Cette semaine sera un voyage contemplatif et gustatif, pour le plaisir des yeux et des papilles.

Déroulement du séjour et itinéraire

Jour 1 (Dimanche) : Accueil le soir à Cervières (1612 m)

Rendez-vous à partir de 17H00 à l'Hôtel d'Izoard à Cervières. Installation dans vos chambres. Puis, à 18h30, pot d'accueil et présentation de la semaine. Dîner à 19h. Nuit en hôtel.

Jour 2 (Lundi) : Chalets d'Izoard (2190 m)

Cette première balade de mise en jambe nous mènera, à travers bois, jusqu'aux Chalets d'alpage d'Izoard. Cet ancien hameau est situé, dans un cirque minéral grandiose, au pied du fameux col. En option : Col des Ourdeïs (2420 m).

Temps de marche : 4h00 / M et D : 440 m (+1h30 et +230 m si option)

Jour 3 (Mardi) : Vallon des Oules

Nous arpenterons les vallons boisés situés au pied de La Casse des Oules jusqu'à une ancienne cabane de berger (2300 m) dominée par les plus hauts sommets de la vallée : la Turge de la Suffie (3024 m), l'Escalinade (3087 m) et sa majesté le Pic de Rochebrune (3320 m) qui nous offriront un spectacle à couper le souffle. Le retour se fera le long de la surprenante cascade des Oules.

Temps de marche : 4h30 / M et D : 550 m

Jour 4 (Mercredi) : Rando le matin – Après-midi libre

Le matin nous partirons à pied de l'hôtel à la découverte des hameaux de l'Alp. Petits chapelets d'anciens chalets d'alpage qui témoignent encore avec force de l'âpreté de la vie agricole d'antan. Nous nous trouverons alors au cœur du vallon où hivernent les chamois que nous devrions observer sans grandes difficultés.

Temps de marche : 3h00 / M et D : 250 m

Jour 5 (Jeudi) : belvédère (2400 m) sur les Ecrins

Dans une ambiance digne du grand nord canadien, nous remonterons la petite combe secrète du bois de Péméant, jusqu'à une jolie petite clairière située à 2290 m d'altitude au pied de la face nord du sommet de l'Arpelin (2604 m). De là, en option, nous pourrons gravir un petit belvédère (2391 m) d'où nous aurons une vue imprenable sur le versant sud du massif des Ecrins (4102 m).

Temps de marche : 5h00 / M et D : 640 m (+1h00 et +100 m si option)

Jour 6 (Vendredi) : Vallée des Fonts et Frontière Italienne

Balade qui nous mènera, à travers un terrain vallonné, à la frontière avec le Piémont Italien. Du Col de Bousson (2154 m) ou de celui de Chabaud (2213 m) qui furent autrefois, du fait de leur faible altitude, le trait d'union entre l'Escarton d'Oulx et celui de Briançon, ou encore un lieu de passage prisé par les contrebandiers de tout poil, nous aurons une vue spectaculaire sur la Vallée des Fonts et ses nombreux hameaux.

Temps de marche : 5h00 / M et D : 555 m pour Col de Bousson (+0h30 et +60 m si Col de Chabaud)

Jour 7 (Samedi) : Vallon d'Izoard

Cette dernière demi-journée sera l'occasion d'une dernière balade le long du très boisé vallon d'Izoard. Fin du séjour après le déjeuner, vers 13h00.

Temps de marche : 2h30 / M et D : 400 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).

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

Cartographie

Carte IGN Top 25 : Briançon n°3536 OT

Niveau

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

Nous gravirons de 250 à 650 mètres de dénivelées et marcherons entre 3 et 6 heures quotidiennes. Certains jours, si les conditions le permettent, en guise d'extension, nous proposerons aux plus sportifs l'ascension d'un col ou d'un sommet (ce qui rajoutera de 100 à 250 mètres de dénivelée et de 1 heure à 1 heure 30 de marche). Vous devez pratiquer la randonnée régulièrement et avoir une bonne forme physique. Pentas peu abruptes, sur terrain vallonné.

Hébergement et nourriture

Hôtel de Pays

Vous serez hébergés dans des chambres de 2 (1 grand lit ou 2 lits) ou 3 places avec un sanitaire (lavabo, wc, douche ou baignoire) par chambre.

Une salle de restaurant avec **cheminée**, un **vaste salon** agrémenté d'une **riche bibliothèque**, un **bar**, un **coin montagne** avec vestiaire et séchoir, ainsi qu'une **terrasse spacieuse** seront à votre disposition tout au long du séjour. Wi-Fi gratuite et illimitée.

La restauration sera l'un des points forts de votre séjour!

Tout au long du séjour nous vous concocterons une cuisine de terroir soignée et adaptée aux efforts sportifs, principalement à base de produits locaux, issus de l'agriculture biologique et du commerce équitable.

- Le petit déjeuner : bien évidemment il sera copieux! Il sera pour vous l'occasion de déguster de nombreux produits locaux : miel, confitures, yaourts, fromage blanc...

- Le pic-nic (tous les jours y compris mercredi) : salades composées, cakes salés et sucrés « maison », fromages et charcuterie de pays...vous devriez tenir jusqu'au goûter. Une boisson chaude (thé ou café) viendra ponctuer ce délicieux moment.

- Le dîner : en accompagnement du plat principal nous vous proposerons systématiquement un légume et un féculent pour bien vous « caler » après une longue journée de plein air. Le dessert sera l'occasion d'offrir un dernier régal à vos papilles!

Les activités de retour de rando

Nous mettrons particulièrement l'accent sur l'animation de vos fins de journée pour les rendre le plus agréables et conviviales possibles.

C'est en effet le moment privilégié pour rencontrer, échanger et partager avec les autres pensionnaires de l'hôtel et aussi, car nous y tenons beaucoup, avec les habitants du village fréquentant l'établissement.

Dans notre coin salon nous mettons à votre disposition un large choix d'ouvrages sur le milieu montagnard, de romans, de revues de montagne et de bandes dessinées.

Vous pourrez également vous lancer dans des parties endiablées de jeux de société.

Le soir, si vous n'êtes pas trop fatigués, nous vous proposerons différentes animations : veillées en musique, diaporamas de nos voyages en France et à l'étranger, causerie...

Les téléphones portables « passent-ils » ?

À l'hôtel, quel que soit votre opérateur téléphonique, la réception de votre téléphone portable sera bonne.

Si besoin est, une cabine téléphonique fonctionnant avec une carte se trouve à deux pas de l'établissement.

Portage

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

Encadrement

Un accompagnateur en montagne diplômé d'état pour **4 à 12 participants**.

Rendez-vous et séparation

Rendez-vous

Vous êtes attendus le dimanche soir à l'hôtel **à partir de 17h00**.

Le pot d'accueil et la réunion de présentation du séjour auront lieu à **18h30**.

Si vous êtes en retard merci de prévenir l'hôtel.

Pour ceux qui arrivent en train et désirent bénéficier du service gratuit de navette de l'hôtel, nous vous donnons rendez-vous le jour 1 en gare de Briançon à 17h35 (Nous prévenir à l'avance !)

Ou bien **Taxi Babut** : 06.81.69.88.39, compter environ **35 euros** la course).

Si vous désirez arriver avant ou prolonger votre séjour à l'hôtel à Cervières :

Prix en ½ pensions / jour / pers : à partir de 63 €

Si vous arrivez le dimanche matin par le train de nuit :

Petit-déjeuner et repas de midi : de 22 à 34 € env.

Les chambres ne seront disponibles qu'à partir de 17 heures le dimanche et devront être libérées dès le samedi matin (avant départ Rando), mais vous disposerez d'une pièce pour stocker vos bagages en sûreté ainsi que du salon pour vous détendre.

Séparation

Le samedi **vers 14 heures à l'Hôtel d'Izoard** ou vers **14H30 au plus tard en gare de Briançon (transfert gratuit).**

A tous ceux qui nous quitteront le jour même, nous demanderons de libérer les chambres dès le matin, avant le départ en randonnée. Vous pourrez laisser vos bagages en sûreté à l'intérieur de l'hôtel et, à votre retour de balade, vous pourrez vous doucher avant de prendre la route.

Accès au lieu de Rendez-vous

En train

Train de nuit direct depuis la gare de Paris-Austerlitz

- Départ à 20h50
 - Arrivée le lendemain à Briançon vers 08h30
- En journée, trains depuis Marseille, Grenoble ou Valence

Horaires non contractuels, donnés à titre indicatif. Renseignements SNCF :

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

Ou bien TGV direct depuis Paris + Navette

(+ Rapide et parfois moins cher que le train de nuit)

Aller : départ à 10h41 (Paris-gare de Lyon) - arrivée à 15h23 (Oulx)

Retour : départ à 17h16 (Oulx) - arrivée à 22h31 (Paris-gare de Lyon)

Puis NAVETTE régulière (7,5 € le trajet) entre la gare d'Oulx et la gare SNCF de **Briançon** :

Aller : départ de la Gare d'Oulx à 15h45 (1h de trajet : arrivée Briançon 16h45)

Retour : départ de la Gare de Briançon à 15h15 (arrivée à Oulx à 16h20)

Informations non contractuelles données à titre indicatif, à **vérifier** sur [Autocars Resalp](#)

En voiture

En venant du nord :

Grenoble / col du Lautaret / Briançon par la RD1091.

Une fois à Briançon, au rond-point, suivre alors la direction Gap – Sisteron – Col d'Izoard jusqu'à un feu tricolore. Prendre à gauche en direction du Col d'Izoard. Vous franchissez 2 ronds-points en suivant toujours la direction Col d'Izoard. Arrivés à un troisième rond-point prendre à droite en direction de Cervières – Col d'Izoard – Parc naturel régional du Queyras. Cervières se trouve alors à 9 kilomètres. L'hôtel se situe à l'entrée du village, vous ne pouvez pas le rater, il est bien signalé.

En venant du sud :

Valence ou Sisteron / Gap / Embrun / Briançon.

À l'entrée de Briançon vous arrivez à un feu tricolore. Prendre à droite en direction du Col d'Izoard. Vous franchissez 2 ronds-points en suivant toujours la direction Col d'Izoard. Arrivés à un troisième rond-point prendre à droite en direction de Cervières – Col d'Izoard – Parc naturel régional du Queyras. Cervières se trouve alors à 9 kilomètres. L'hôtel se situe à l'entrée du village, vous ne pouvez pas le rater, il est bien signalé.

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 (Tarif au 1er oct 2020 / informations sur www.sfrtf.fr).

Attention : votre GPS peut vous faire passer par Bardonecchia et le col de l'Échelle (Fermé !).

A la sortie du tunnel (vous êtes à 45 minutes de Briançon), continuer sur l'autoroute direction Turin. Sortir à Oulx et prendre direction Cesana – Sestrière - Col de Montgenèvre - Francia.

A Cesana di Torinese, prendre la direction Col de Montgenèvre – Briançon.

Franchir le Col de Montgenèvre pour vous rendre à Briançon.

Une fois à Briançon, au 1er rond-point suivre «toutes directions» jusqu'à un second rond-point.

Suivre alors la direction Gap – Sisteron – Col d'Izoard jusqu'à un feu tricolore. Prendre à gauche en direction du Col d'Izoard. Vous franchissez 2 ronds-points en suivant toujours la direction Col d'Izoard. Arrivés à un troisième rond-point prendre à droite en direction de Cervières – Col d'Izoard – Parc naturel régional du Queyras. Cervières se trouve alors à 9 kilomètres. L'hôtel se situe à l'entrée du village, vous ne pouvez pas le rater, il est bien signalé.

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

Stationnement à proximité du lieu de Rdv

Vous pouvez vous garer sur le **parking de l'hôtel (gratuit)**.

Dates et prix

Les séjours se déroulent **du Dimanche au Samedi**.

A partir de 655 €

[Voir les dates et prix sur le site internet](#)

Supplément chambre individuelle (selon disponibilité) pour les 6 nuits : à partir de 200 €

Le prix comprend :

- La pension complète du jour 1 au soir jusqu'au jour 7 à midi.
- La taxe de séjour.
- Le prêt du matériel : raquettes, bâtons, DVA, pelle, sonde...
- Les transferts entre la gare de Briançon et l'hôtel l'après-midi du jour 1 et l'après-midi du jour 7, ainsi que ceux pour se rendre au départ des randonnées pendant le séjour.
- L'encadrement par un accompagnateur diplômé d'Etat (4 journées et 2 demi-journées).

Le prix ne comprend pas :

- L'acheminement de votre domicile au point de rendez-vous, ni le retour.
- Les boissons et dépenses personnelles.
- L'assurance annulation/assistance/rapatriement (facultative).

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 ou sweat en laine polaire, 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.

Matériel divers

Ce matériel n'est **pas fourni par TrekAlpes**.

Les indispensables

- Bâche de protection pour le sac à dos (étanche).
- 1 lampe de poche ou frontale pour se déplacer la nuit dans les dortoirs.
- 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.

- Vos affaires et une serviette de toilette (si vous oubliez votre serviette on pourra vous en prêter ; savonnette et dose shampoing = 0,50 cts pièce)

- Papier hygiénique pour la journée.

Les facultatifs

- Appareil photo, jumelles, altimètre, ...

Pour les pic-nics, nous vous fournirons 1 boîte pour les salades et des couverts ainsi que des thermos et 1 gobelet pour les boissons chaudes collectives.

Le sac à dos

Vous porterez uniquement vos affaires de la journée, ainsi que votre pique-nique, dans votre sac à dos. Ce dernier doit avoir une **contenance de 30 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.

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