

France

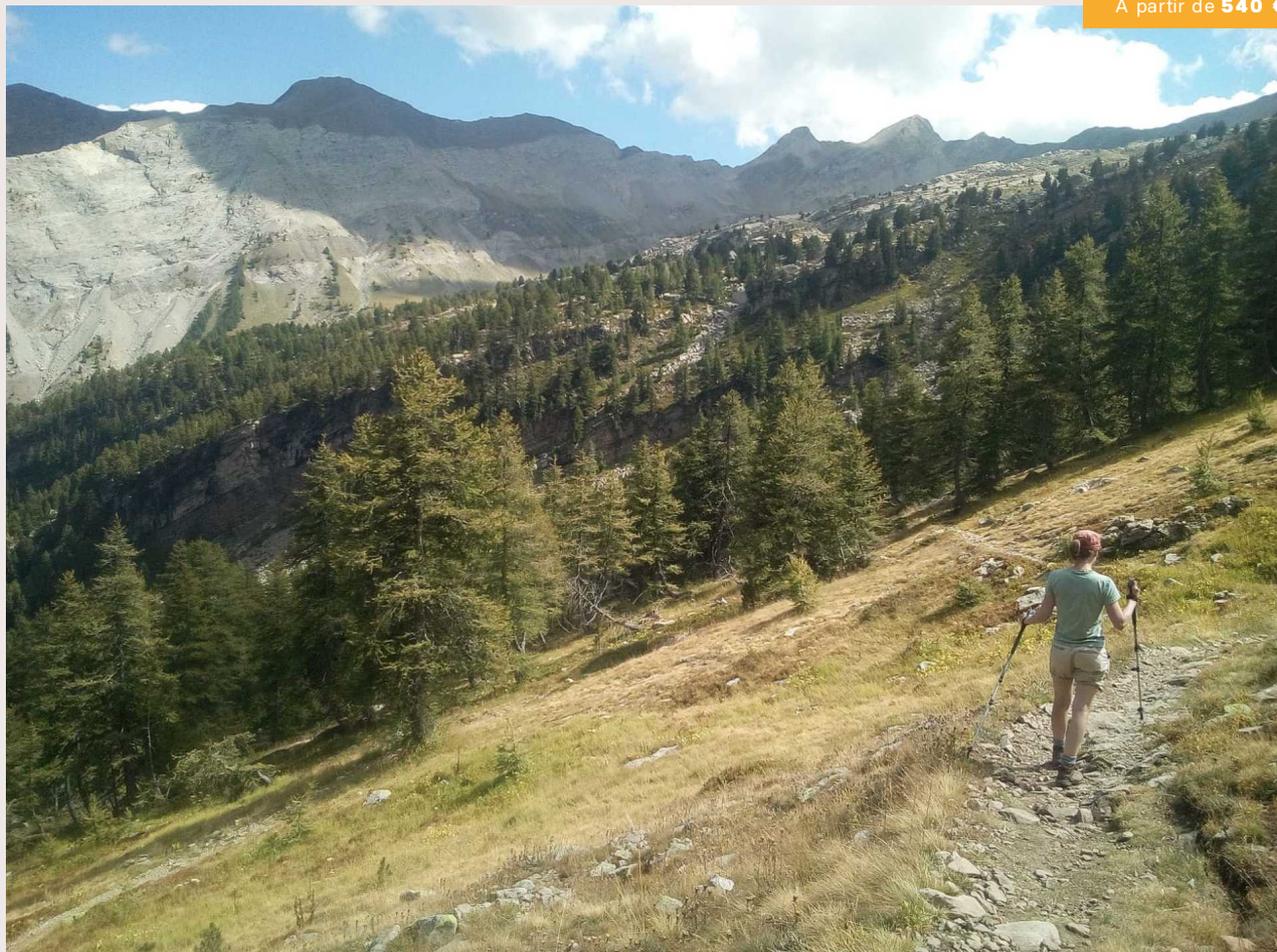
LE TOUR DU QUEYRAS EN LIBERTÉ

Code voyage : **FQUELIB1**



RANDONNÉE

A partir de **540 €**



Voyage en liberté



Niveau : **4/5**



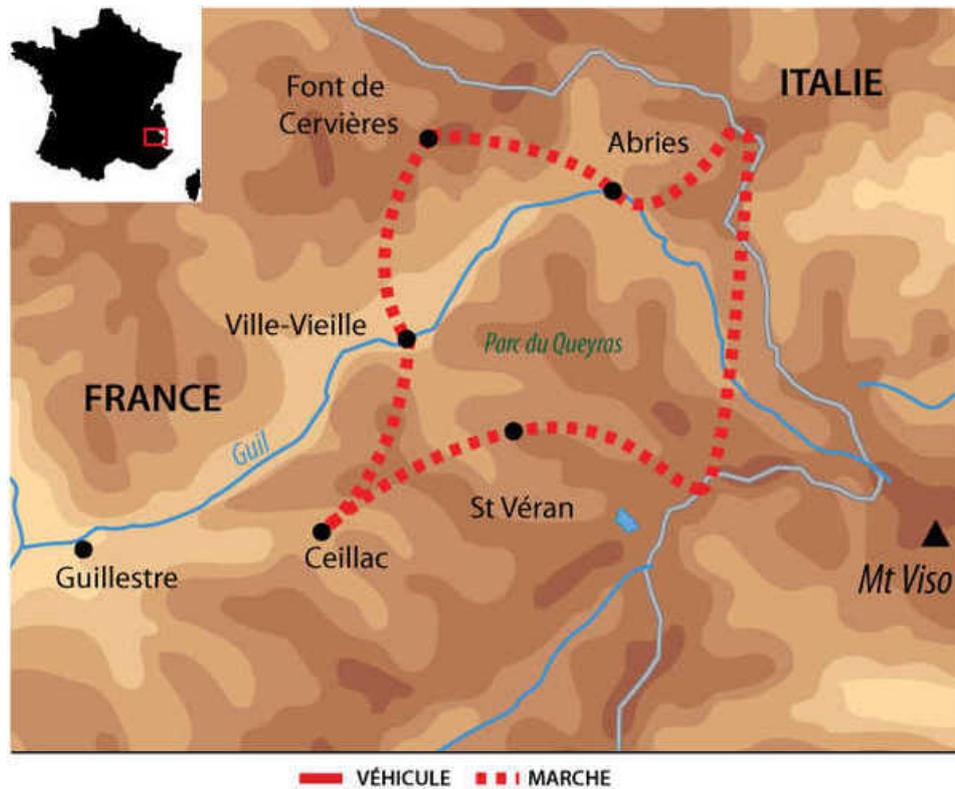
7 jours



Train à partir de 100 €

A mi-chemin entre la Provence et les Alpes, le Queyras ne manque pas de surprendre de par la quiétude de ses alpages et une vraie authenticité.

Partez à la découverte des vallées préservées et des sommets sauvages du Parc Naturel Régional du Queyras. L'incontournable Tour du Queyras, qui emprunte les sentiers du GR58, offre aux randonneurs la possibilité de découvrir toutes les facettes de cette région d'exception blottie contre la frontière italienne. Cet itinéraire sauvage autour du Queyras a été conçu pour ceux qui souhaitent retrouver des espaces naturels préservés à travers la richesse de la faune et de la flore locale, les alpages et lacs d'altitudes ainsi que les nombreux hameaux et villages qui composent une ambiance générale harmonieuse, authentique et paisible. Les nuits en gîtes de recharger les batteries en profitant du charme des villages queyrassins. Un incontournable de nos plus beaux treks alpins français.



POINTS FORTS

- Une randonnée itinérante en liberté à travers les paysages et villages du Queyras.
- Le roadbook numérique pour vous accompagner dans la compréhension de ce massif.
- Une multitude de possibilités d'hébergements et de parcours selon vos envies.

Jour par jour

JOUR 1

ARRIVÉE DANS LE QUEYRAS - CEILLAC

Que ce soit en train, en bus ou en voiture, votre arrivée dans le Queyras à travers les gorges du Guil ne vous laisseront pas indifférent. Installation à votre hébergement et découverte du village de Ceillac et première rando possible pour se dégourdir les jambes sur les hauteurs du village pour rejoindre le lac miroir et le lac Saint Anne.

DÉTAIL

Hébergement : Gîte
Petit-déjeuner : libre
Déjeuner : libre

JOUR 2

CEILLAC - COL DES ESTRONQUES - SAINT VERAN

Vous débutez votre itinérance en remontant la vallée du Cristillan jusqu'au hameau du Villard où vous grimpez jusqu'au col des Estronques. Vos efforts sont récompensés d'une première vue panoramique sur le parc du Queyras et ses sommets. Le sentier reste sur ces hauteurs quelques kilomètres avant de basculer dans la vallée des Aigues à travers les mélèzes jusqu'au village typique de Saint Véran, qui se targue d'être la plus haute commune d'Europe.

DÉTAIL

Marche : 6h
Dénivelé positif : 1140 m
Dénivelé négatif : 850 m
Altitude max : 2650 m
Hébergement : Gîte
Déjeuner : libre

JOUR 3

SAINT VERAN - COL DE CHAMOUISSIÈRE - REFUGE AGNEL

Après avoir flâné dans les ruelles typiques du village, le sentier vous fait remonter le long du ruisseau de l'Aigue Banche. La végétation se fait doucement plus rasante et l'arrivée à la chapelle Clausis est le signe que le chemin pénètre dans le cirque de la Blanche. Endroit idéal pour pique niquer. Le GR grimpe ensuite dans un décor minéral jusqu'au col de Chamoussière (2884m). Les plus courageux pourront faire un aller retour sur un sommet à 3000m situé à quelques minutes. Les autres redescendront vers le col Agnel, à la frontière italienne. Installation au refuge.

DÉTAIL

Marche : 7h
Dénivelé positif : 1020 m
Dénivelé négatif : 470 m
Hébergement : Refuge
Déjeuner : libre

JOUR 4

REFUGE AGNEL - COL VIEUX - ABRIÈS

Une étape offrant de superbes panoramas sur le pain de sucre, le Viso et le Mont blanc par temps clair. Une fois le col Vieux franchi (2810m), vous descendez dans la Bouchouse où les alpages sont entrecoupés de lacs et de ruisseaux. Le lac foréant est un endroit idéal pour profiter de ce décor grandiose avant d'entamer la longue descente vers la vallée du Haut Guil où vous vous installez dans votre hébergement pour la nuit.

DÉTAIL

Marche : 5h-6h
Dénivelé positif : 337 m
Dénivelé négatif : 1212 m
Altitude max : 2810 m
Hébergement : Gîte
Déjeuner : libre

JOUR 5

ABRIÈS - LACS DU MALRIF - AIGUILLES

Un parcours superbe vous conduit à travers de nombreux hameaux abandonnés vers les lacs d'altitude dominant Abries. Vous progressez au milieu des marmottes jusqu'au lac de Grand Laus où la vue est exceptionnelle. Vous redescendez ensuite en direction de la vallée du Guil pour rejoindre le village d'Aiguilles où vous passez la nuit.

DÉTAIL

Marche : 6h-7h
Dénivelé positif : 1140 m
Dénivelé négatif : 1230 m
Hébergement : Gîte
Déjeuner : libre

JOUR 6



AIGUILLES - HAMEAU DE MEYRIES - VILLE VIEILLE

Vous reprenez de la hauteur pour dominer la rivière à travers les paysages minéraux de ce secteur atypique jusqu'au superbe hameau de Meyries. Vous pouvez alors entamer la descente vers Ville Vieille ou prolonger le plaisir avec un passage à Chateau Queyras avant de revenir en lisière de forêt vers Ville Vieille (+4km et +90m/-80m de dénivelé) . Profitez de votre passage pour aller visiter la fromagerie et la coopérative artisanale du village.

DÉTAIL

Marche : 4h30

Dénivelé positif :

460 m

Dénivelé négatif :

535 m

Hébergement : Gite

Déjeuner : libre

JOUR 7



VILLE-VIEILLE - CEILLAC

Après un court passage le long du Guil en direction de Château Queyras, vous rejoignez le GR5 qui traverse les Alpes du Nord au Sud et terminez votre tour du Queyras sur cet itinéraire mythique. Vous prenez de la hauteur à travers les mélèzes en direction du Col Fromage et ses alpages. Au col, vous bénéficiez d'un des panoramas les plus spectaculaire du secteur. Vous changez alors de vallée pour redescendre dans la vallée verdoyante de Ceillac.

DÉTAIL

Marche : 5h-6h

Dénivelé positif :

1059 m

Dénivelé négatif :

820 m

Déjeuner : libre

Dîner : libre

Budget

(informations au 25/04/2024)

Période réalisable : **JUIN, JUILLET, AOÛT, SEPTEMBRE**

PRIX A PARTIR DE, DES 01/01/2024

2 formules possibles :

● **En dortoir**

- Sans transfert de bagages : 540 € par personne
- Avec transfert de bagages : 620 € par personne

=> du 16/06 au 01/09, sur demande sous réserve de disponibilité

● **En chambre de 2*** (sauf 2 nuits en refuge en dortoir)-

- Sans transfert de bagages : 650 € par personne
- Avec transfert de bagages : 700 € par personne

=> Départs uniquement les dimanches du 16/06/24 au 01/09/2024

* Pour les formules en chambre double/twin , le parcours sera modifié et vous aurez des transferts (inclus) pour rejoindre votre hébergement lors des 2 nuits prévues initialement en refuge.

Le prix comprend

- L'hébergement en demi pension selon la formule choisie
- Le transport de vos bagages en option selon la formule choisie
- La fourniture du dossier de randonnée (carnet de route, cartes...)

✕ Le prix ne comprend pas

- Les frais d'inscription (à partir de 12 ans) : 18 € par personne
- Les frais d'acheminement A/R au point de rendez-vous les jours 01 et 07
- Le transport de vos bagages en option

À payer sur place

- Les repas de midi (sur commande auprès des hébergeurs ou possibilité de commerces dans les villages)
- Les boissons et dépenses personnelles.
- Les éventuels jetons de douches sur certains circuits en refuges de montagne (Italie)



Assurances au choix

- **Assurance multirisque** : 4,1 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque avec extension épidémie** : 5,1 % du voyage par personne
- **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** 5 % du voyage par personne
- **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.



Voyage en train

Nos prix sont calculés hors acheminement. Les points de rendez-vous et de départ de chaque voyage sont indiqués sur votre itinéraire.

Mais rassurez-vous, nous pouvons réserver vos trains pour vous simplifier la vie :

- Une proposition à la carte (choix du plan de transport, de la compagnie, de la gare de départ, etc.).
- La transparence sur le prix du billet.
- Le tout pour un forfait fixe de 40 € / personne.



Options

- Le supplément chambre individuelle (sur demande et sous réserve de disponibilité) uniquement pour la formule en chambre : 100 euros

Détail du voyage

NIVEAU

Randonnée de 6 à 7 heures de marche. Randonnées sur sentiers bien tracés la majeure partie du circuit avec des passages ponctuellement plus accidentés ou sur un terrain plus caillouteux.

Cet itinéraire est accessible à tout randonneur de niveau confirmé. Les étapes peuvent avoir des dénivelés positifs ou négatifs jusqu'à 1300m, il faut être capable de marcher pendant 7 jours de suite entre 6h et 7h en moyenne par jour. Il est donc nécessaire d'avoir un niveau physique et d'endurance compatibles avec ce séjour. Les sentiers sont bien tracés. Sur un séjour en Liberté vous devez être à même de suivre un itinéraire par vous-même, le roadbook ainsi que les cartes contenant un maximum d'informations sont là pour vous faciliter les déplacements sur le terrain.

Les itinéraires détaillés ne sont qu'indicatifs. Ils sont réservés à de bons marcheurs et empruntent uniquement les sentiers balisés (GR rouge et blanc) du tour du Queyras ou les « sentiers de Pays » balisés en jaune ou en rouge. Ceux-ci sont facilement repérables tout au long du chemin à l'aide des marques peintes régulières et de panneaux indicateurs aux intersections.

Les temps de marche sont basés sur les usages de la randonnée soit un dénivelé positif de 350 m/heure dans les ascensions, pour un dénivelé négatif d'environ 500 m/heure dans les descentes, et d'une vitesse moyenne de marche de 3,5 km/h sur les parties plates. Ces évaluations respectent les informations que vous pouvez trouver sur le terrain (départ des balades par exemple) ou mentionnées dans les divers guides de randonnée.

ENCADREMENT

Séjour sans accompagnateur avec roadbook (envoyé en amont de votre séjour).

- Un carnet culturel vous décrivant le patrimoine local et précisant les informations pratiques telles que les commerces ou services à disposition dans les villages.
- Un carnet de route contenant le profil détaillé, la carte et le descriptif détaillé jour par jour du circuit.
- La mise à disposition d'une application de guidage assisté « Roadbook ».
- Les « vouchers » ou bons d'échange que vous devrez remettre aux différents prestataires (hébergeurs, taxi...)

L'application mobile : Application à télécharger sur votre smartphone quelques jours avant votre départ. Cette application vous donne accès aux cartes détaillées du parcours (Fond de carte Openmap), la trace de l'itinéraire, les points d'intérêts à découvrir tout au long de votre randonnée. Simple d'utilisation, elle vous géolocalise et vous guide en temps réel sur le terrain. Une fois le parcours téléchargé, cette application fonctionne sous le mode avion de votre téléphone. Vous pouvez l'utiliser dès le départ du circuit, ou en court de route pour vérifier votre positionnement. Par sécurité, selon l'autonomie de votre téléphone et parce que la recharge des téléphones en refuge est impossible, nous vous conseillons de prendre une petite batterie externe pouvant vous dépanner.

NOTA : REMISE DES DOCUMENTS

Avant votre départ : vous recevrez votre convocation vous indiquant le lieu de rendez-vous et le détail des hébergements qui vous accueilleront tout au long de la semaine. Nous vous mettons également à disposition vos codes d'accès pour l'application, et sur demande nous vous faisons parvenir les traces GPX du parcours.

A la fin de votre séjour, les éléments de votre dossier vous sont laissés à disposition.

ALIMENTATION

- Les pique-niques du midi sont à votre charge, vous trouverez de nombreux producteurs locaux (fromages, charcuterie, légumes...) dans les villages du Queyras. Vous pouvez également demander à votre hébergement un panier pique nique la veille de votre départ (autour de 10€/pique nique)
- Le soir, les repas sont préparés par votre hébergement qui s'efforce de vous proposer une nourriture locale et adaptée à vos besoins.
- Pensez à prévoir des vivres de courses selon vos goûts avant le départ : barres de céréales, barres chocolatées, fruits secs... et n'hésitez pas à apporter des petites spécialités de vos régions pour les apéritifs !
- Les boissons pendant le séjour sont toutes à votre charge.

HÉBERGEMENT

2 formules au choix :

- *En gîtes d'étape et refuges équipés de douches chaudes*

La formule gîte et refuge offre un hébergement réservé presque essentiellement aux randonneurs.

Nous vous donnons le choix entre plusieurs options

En gîte, vous pouvez choisir soit la formule dortoir, soit la formule chambre de 2 :

Dortoir: de 4 à 12 personnes selon les gîtes

En chambres de 2: ce type de chambre est équipé soit d'un lit double, de deux lits simples ou d'un lit superposé. (attention la chambre de 2 n'est jamais possible pour les jours 04 et 06, ces nuits là se feront obligatoirement en dortoir). La formule chambre de 2 en gîte n'inclus pas les serviettes et les draps.

Dans les deux cas les sanitaires se trouvent dans les chambres ou à l'étage selon l'hébergement.

- *En hôtel* : vous effectuez tout le séjour en hôtel (base chambre de 2 à partager) Lors de la nuitée prévue au Col Agnel et au Fonts de Cervières, un transfert vous emmène de votre hôtel dans un village en contrebas.

HEURE ET LIEU DE RENDEZ-VOUS

RDV le J01 en début d'après-midi à Ceillac (05)

ACCÈS AU LIEU DE RENDEZ-VOUS

Accès :

1) EN TRAIN : Renseignements et horaires: 3635 ou vous pouvez consulter le site www.voyages-sncf.com.2)

Gare S.N.C.F. à Montdauphin-Guilleville (04 92 20 66 12), à 20 km de Ceillac.

Depuis Paris, 2 possibilités :TGV jusqu'à Valence (3h) + train Corail jusqu'à Montdauphin (3h)Train de nuit direct (départ vers 21 h, arrivée vers 7h30)

Transport entre la gare et Ceillac assuré par les cars régionaux Zou: Les réservations et éventuellement l'achat des tickets (toujours possible dans les navettes) doivent être faits auprès de la centrale de réservation

La tarification est désormais de 6,50 € par personne (3,20 € pour les 5 - 12 ans) pour le trajet gare de Montdauphin-Ceillac.

2) EN VOITURE : Depuis Paris : autoroute jusqu'à Grenoble puis Briançon (par le col du Lautaret, très esthétique) ou Gap (par le col Bayard, plus roulant et moins élevé) (~ 715 km)

Quelques distances : Marseille (288 km), Bruxelles (970 km), Turin (150 km), Nantes (1000 km), Lyon (230 km)...

DISPERSION

Dispersion le J07 à Ceillac vers 17h après la randonnée.

SE LOGER AVANT OU APRÈS LE CIRCUIT

Nous consulter.

DÉPLACEMENT

PORTAGE DES BAGAGES

Si vous le souhaitez, vous pouvez opter pour la formule « transfert des bagages » (en supplément). Vos affaires personnelles inutiles pendant la journée de randonnée sont alors transportées par taxi entre les différents hébergements lorsqu'ils sont bien sûr accessibles par véhicules.

Ce bagage (un seul par personne) devra être souple de type sac de voyage ou de sport (valise interdite) et rester d'un poids raisonnable (10 à 12 kg maximum en fonction des circuits).

Attention l'accès aux différents hébergements n'est pas toujours aisé, un bagage trop volumineux et trop lourd peut être refusé par le transporteur.

La journée vous ne portez que votre sac à dos (35 à 40 L conseillé) contenant vos effets personnels utiles à la randonnée (pique-nique, vêtements chauds...).

Equipement

VÊTEMENTS À PRÉVOIR

En randonnée le principe des 3 couches reste l'équipement conseillé pour votre confort et votre sécurité.

- un tee-shirt à manches courtes en matière respirante (fibre creuse).
- un tee-shirt à manches longues en matière respirante
- une veste en fourrure polaire
- une veste coupe-vent imperméable et respirante (type gore-tex)

En fonction de la météo et de l'effort, vous pourrez toujours choisir le concept le plus efficace. En marchant, par beau temps calme, le sous-pull peut suffire. Par temps de pluie, neige ou vent, il suffit de rajouter la veste imperméable. Par grands froids, ou lors des pauses en altitude, la veste polaire est un complément indispensable sous la veste coupe-vent.

Prévoir des vêtements qui sèchent rapidement et donc proscrire le coton. Préférez la laine, la soie et les fibres synthétiques qui permettent de rester au sec et au chaud aussi longtemps que possible. La sueur est l'ennemi du randonneur, car elle humidifie les vêtements et vous refroidit lors des pauses.

- L'équipement vestimentaire conseillé pour randonner
- 1 chapeau de soleil ou casquette.
- 1 bonnet ou tour de cou multifonction type BUFF® et 1 paire de gants léger pour se protéger du froid en altitude
- 2 tee-shirts manches courtes adaptés à l'effort (en matière respirante)
- 1 sous-pull à manches longues également adapté à l'effort
- 1 veste en fourrure polaire.
- 1 veste coupe-vent imperméable et respirante avec capuche si possible (type gore-tex ou équivalent)
- 1 cape de pluie ou une housse de protection du sac à dos pour le mauvais temps (souvent intégrée dans les sac)
- 1 pantalon de trekking ample
- 1 short ou bermuda adapté à la marche
- 1 paires de chaussettes de randonnée, hautes adaptées à la marche

Pour le soir à l'hébergement

- nécessaire de toilette
- vos affaires de rechange
- boules Quiès ou tampon Ear (facultatif).
- 1 maillot de bain (selon les hébergements)
- 1 draps sac (Obligatoire dans tous les hébergements sauf hôtel où les draps sont fournis)

EQUIPEMENT À PRÉVOIR

Attention ! Le drap sac pour dormir est obligatoire pour les nuits en refuge (les lits sont équipés de couettes ou couvertures). (Drap de sac inutile pour les hébergements en hôtel où les draps sont fournis)

- 1 sac à dos de 30/35 litres à armature souple, muni d'une ceinture ventrale
- 2 bâtons télescopiques (facultatifs mais conseillés)
- 1 paire de chaussures de randonnée tenant bien la cheville et imperméables, à semelle type Vibram Penser à « tester » auparavant les chaussures neuves et celles inutilisées depuis longtemps (chaussures basses déconseillées à partir des séjours de niveau 3 chaussures)
- 1 grand sac plastique permettant de protéger l'intérieur du sac à dos.
- 1 paire de lunettes de soleil d'excellente qualité.
- 1 thermos pour une boisson chaude ou froide
- 1 gourde (prévoir minimum 1,5l/pers) ou poche à eau type « Camel back » avec pipette.
- 1 petite boîte plastique hermétique, gobelet, couteau et fourchette pour les pique-niques (si vous souhaitez vous préparer certains repas),
- des vivres de courses
- 1 petite pochette (de préférence étanche) pour mettre votre argent, carte d'identité, carte bancaire, carte vitale, contrat d'assistance (le reste de vos papiers et clé de voiture peuvent être confié à l'hôtel durant le séjour)
- 1 couverture de survie
- papier toilette avec un petit briquet pour le brûler
- crème solaire indice 4

- appareil-photo et/ou jumelles (facultatif).

- Pochette autour du cou ou en ceinture pour : passeport ou carte d'identité, permis de conduire, carnet de vaccination, carte européenne d'assurance maladie, dépliant assurance voyage (TMS par exemple), devises, carte de crédit, papiers perso.
- Sacs plastiques pour garantir l'étanchéité de vos affaires, appareils photo et vêtements.
- Boules Quiés, toujours utiles!
- Un bloc notes et un stylo, un bon livre, un jeu de carte...
- Guêtres (fortement conseillées).
- Une couverture de survie.
- Téléphone portable.

BAGAGES

- Sac de voyage de 12 KG maximum
- Sac à dos de 35L environ avec large sangle ventrale et sangle de poitrine, et accroches sur le sac pour porter les

raquettes.

En plus du couvre-sac (parfois intégré au sac à dos), un sac poubelle et deux sacs congélation sont indispensables pour protéger efficacement vos affaires de la pluie.

PHARMACIE

Il est recommandé de constituer votre propre trousse à pharmacie : crème solaire hydratante corps et lèvres, élastoplast et ciseaux, vitamines C, collyre, doliprane et/ou aspirine, antidiarrhéique et antiseptique intestinal (immodium, intetrix), pommade cicatrisante et antiseptique local, antibiotique courant (facultatif).

Pensez également à votre traitement en cours.

Pensez à votre carte vitale.

Formalités & santé

PASSEPORT

Non

VISA

Non

CARTE D'IDENTITÉ

Oui

VACCINS

Non

RECOMMANDATIONS SANITAIRES

.