

LA VIE SAUVAGE

Randonnée raquette accompagnée en étoile et mini raid

Le Queyras sauvage



Au cœur du parc naturel régional du Queyras, un terrain de jeux exceptionnel s'offre aux amoureux de poudreuse et de nature intacte. C'est une vraie immersion que nous vous proposons au travers de ce voyage magique !

Au départ de notre camp de base confortable, à Prats Hauts, vous rayonnerez pour des courses vers les espaces les plus sauvages du Queyras... en fin de semaine, un mini raid pour gagner de l'altitude et se rapprocher de l'Italie avec une nuit inoubliable dans un refuge de montagne.

PROGRAMME

Dimanche

Accueil et installation.

Accueil dans la journée du dimanche (chambres disponibles en milieu d'après-midi). Balade libre autour du village de Prats Hauts.

Une navette "Vie Sauvage" vient vous chercher à 18h45 à la gare de Guillestre - Montdauphin (gratuite, la réservation de vos places est obligatoire par mail à navette.queyras@gmail.com).

Si vous souhaitez arriver par le train de nuit, des navettes régulières sont à votre disposition pour Molines (arrêt Molines Village info :

www.05voyageurs.com). Nous vous offrons alors le petit déjeuner et le déjeuner. Après le déjeuner (compris dans la prestation) vous pourrez découvrir librement le village de Prats Hauts ou bien vous balader jusqu'à Molines par la piste en balcon sur la vallée. Vers 19 h, présentation et organisation de la semaine.

Nuit au chalet.

Lundi

Valpréveyre - Le vallon d'Urine

Direction le fond de la vallée du Guil pour cette première journée en immersion dans le "Queyras sauvage". Au départ du petit hameau du Roux, nous remonterons cette vallée dominée par le bric Bouchet... ambiance magique le long d'un torrent enchanteur où il ne sera pas rare de croiser chevreuil et autres chamois en quête d'eau non gelée.

Retour au Roux par les hameaux de Pra Roubaud, flanqués sur les coteaux plein sud.

Dénivelé : + 550 m / - 550 m, 5 h 30 de marche.

Mardi

Chalet de Clapeyto - Col de la Rousse

L'alpage de Clapeyto, niché au pied du col de l'Izoard, est un lieu enchanteur où le calme règne en maître au milieu de ces petits chalets de montagne.

Dans cette ambiance paisible, nous progresserons au gré de ces petits hameaux chargés d'histoires.

Selon les conditions, nous reviendrons par le col de la Rousse, où en écarquillant un peu les yeux, nous croiserons sans doute des animaux.

Possibilité de visiter la maison des artisans avant de retourner au chalet.

Dénivelé : + 650 m / - 650 m, 5 h 30 de marche

Mercredi

Les crêtes de Glaisettes - Le lac de Roue.

Au départ du petit hameau pastoral de Souliers, nous remonterons le vallon du col Tronchet, blotti au pied de l'imposant pic de Rochebrune.

Du col un magnifique panorama s'ouvre à nous sur la vallée de l'Izoard ainsi que sur le massif de la Font Sancte. Sur une large crête, nous redescendrons face au soleil jusqu'au lac de Roue (gelé en hiver)... un vrai régal pour les amateurs de grands espaces !

Retour à Souliers.

Le soir jacuzzi, hammam et sauna pour poursuivre cette belle journée au chaud.

Dénivelé : + 650 m / - 650 m, 5 h 30 de marche.

Jeudi

Départ pour le mini raid au refuge de la Blanche

De Saint-Véran, montée facile vers le haut de la vallée vers les hauts sommets frontaliers avec l'Italie. Une journée au milieu des grands espaces,

vers un refuge de montagne coincé au pied de la Tête des Toilies. Loin de tout, en cette journée unique, le lieu vous enchante.

En option, possibilité de monter à la frontière italienne, au col de Saint-Véran à plus de 2800 m d'altitude.

Retour au refuge pour passer la nuit bien au chaud.

Dénivelé : + 800 m / - 400 m, 6 h 30 de marche.

Vendredi

Col du Tronchet - Fontgillarde

Du refuge de la Blanche, possibilité, en fonction de la météo et du niveau du groupe de faire en option le col frontalier de Saint-Véran (+ 400 m s'il n'a pas été réalisé la veille).

Nous partirons ensuite vers le col du Longet, point de passage entre l'Aigue Blanche et l'Aigue Agnel. Vous aurez, de là-haut, un magnifique panorama sur ces deux vallées frontalières avec l'Italie. Descente vers le pont de Lariane, point de départ de randonnée en chiens de traîneaux.

Retour au Chalet

Dénivelé : + 550 m / - 700 m, 6 h de marche.

Samedi

Visite culturelle du plus haut village d'Europe : Saint-Véran

Le matin, visite guidée de Saint-Véran, plus haute commune d'Europe.

Déjeuner au chalet, fin du séjour dans l'après-midi.

Important :

Votre accompagnateur et l'organisation peuvent à tout moment décider de modifier, d'interrompre le circuit ou certaines étapes pour des raisons de sécurité ou de disponibilité, notamment dans le refuge.

FICHE PRATIQUE

ACCUEIL

L'accueil se fait toute la journée au gîte à Prats Hauts dans le Queyras, les chambres sont disponibles en milieu d'après-midi, votre accompagnateur vous présentera le séjour vers 19 h.

Une navette spéciale vient vous chercher gratuitement à la gare SNCF de Montdauphin Guillestre à 18h45.

Sa réservation est obligatoire par mail uniquement :

navette.queyras@gmail.com.

D'autres navettes du département existent également : renseignements pour les horaires www.05voyageurs.com ou au 04 92 502 505. Ces navettes partent de la gare SNCF de Guillestre Montdauphin (sous le panneau Queyras à la sortie de la gare). Prendre cette navette jusqu'à l'arrêt « Moline – Village », coût : environ 10 €. Dès que vous êtes à Moline, vous devez nous appeler et nous venons vous chercher (tel : 04 92 46 71 72). Dans ce cas, nous vous offrons le petit déjeuner et le déjeuner.

En voiture :

De Grenoble, 2 itinéraires sont possibles pour rejoindre Guillestre :

- Via Gap
- Via le col du Lautaret et Briançon.

Vous pouvez laisser votre voiture à la gare ou monter jusqu'à Prats Hauts : de Guillestre, rejoindre Château-Queyras puis prendre la direction Moline - Saint-Véran jusqu'à Moline en Queyras. À l'entrée de Moline, prendre à gauche la direction Italie, et dans le centre du village, prendre à nouveau à gauche la direction "Chalet Vie Sauvage". À Gaudissard, prendre à nouveau à gauche et suivre jusqu'à Prats Hauts (2,5 km). Parking sur place.

Afin de prévoir votre trajet, nous vous conseillons de vous renseigner sur votre itinéraire auprès des différents sites : www.viamichelin.fr
www.mappy.fr.

Attention : les cols de l'Izoard, Agnel et Galibier sont fermés l'hiver. Certains sites ou GPS prévoient de vous y faire passer, mais l'accès y est complètement impossible. De même, ne pas prendre les options par le tunnel du Fréjus et Oulx qui sont beaucoup plus longues et très coûteuses. Renseignez-vous sur l'état de la route du col au 04 92 24 44 44 (répondeur).

DISPERSION

Le samedi dans l'après-midi.

Une navette spéciale descendra pour la gare à 17 h 30 (gratuite).

Des navettes régulières payantes pour la gare SNCF de Guillestre - Montdauphin sont à votre disposition pour les trains de début d'après-midi et soirée. Horaires des navettes au 04 92 502 505 ou sur le www.05voyageurs.com.

Nous pourrions effectuer la réservation de ces navettes sur place, ensemble si vous le désirez.

NIVEAU

Moyen : 2 raquettes

600 m à 850 m de dénivelé par jour

5 à 6 h 30 de marche par jour

Évolution sur pistes forestières et sentiers de montagne

HEBERGEMENT

Au chalet « la Vie Sauvage », grande maison qui permet à 35 personnes de cohabiter

confortablement dans des chambres de 1, 2, 3 ou 4 lits, toutes équipées d'un coin douche et d'un lavabo et WC (supplément de 50 € par personne pour les chambres de 2 lits, 60 € pour les chambres individuelles, selon disponibilité).

Une salle conviviale avec bar, musique et jeux de société vous permettra de vous détendre. Dans la salle à manger rustique, une grande cheminée anime nos repas. Également salon TV et terrasse plein sud, parking gratuit à proximité.

Espace bien-être ouvert deux journées par semaine, sauna, hammam, jacuzzi. Compris dans le séjour.

Possibilité de modelage et réflexologie plantaire (en option) à votre retour de randonnée, trois fois par semaine (en option).

Une nuit en refuge gardé, chauffé, douche chaude. Chambre de 6 à 10 places, prévoir un drap.

Nourriture

Repas traditionnels et copieux pris au chalet en table d'hôtes. Produits du Queyras et de la ferme familiale. Pâtisseries maison, jus de fruits maison, vin et tisane compris dans les repas. Pique-niques à midi à base de produits du pays.

PORTAGE DES BAGAGES

Vous devez conditionner l'ensemble de vos affaires en 2 sacs : 1 sac à dos et 1 grand sac de voyage souple.

1 - Le sac à dos :

Sac à dos de randonnée d'une capacité de 35 litres environ, il vous sera utile pour le transport de vos affaires personnelles durant la journée (Vêtement chaud, gourde, pique-nique, appareil photos, jumelles, ...)

2 - Le grand sac de voyage souple :

Il doit contenir le reste de vos affaires.

GROUPE

Groupe : de 2 à 15 participants.

ENCADREMENT

Accompagnateur en moyenne montagne (BE).

MATERIEL FOURNI

Pharmacie collective

Trousse de premiers secours placée sous la responsabilité de votre accompagnateur.

Matériel fourni

- Raquettes modernes, légères et très maniables
- Bâtons télescopiques
- Trousse de premiers soins
- Matériel de sécurité individuel

EQUIPEMENT INDIVIDUEL A PREVOIR

Vêtements

Chaussettes de laine chaudes. Éviter les chaussettes type "tennis" (coton), très longues à sécher et risque élevé d'ampoules ; préférer celles à base de Coolmax ou de laine.

Guêtres.

Chaussures de randonnée montantes et imperméables.

Chaussures détente pour le soir (tennis) et après skis.

Pantalon ou salopette de montagne ou de ski imperméable.

Un collant thermique type Carline.

Tee-shirt ou sous-vêtements chauds et respirant. Évitez le coton, très long à sécher, préférez les matières synthétiques type nylon (polypropène).

Pull-over chaud ou fourrure polaire.

Veste style Gore-tex.

Bonnet chaud et cagoule en soie ou polaire.

Paire de moufles et gants en soie ou polaire (à utiliser sous les moufles).

Paire de moufles de rechange ou gants.

Tenue d'intérieur

Maillot de bain

Équipement

Une protection solaire efficace (lunettes filtrantes et crème protectrice) à mettre impérativement dans le sac à dos.

Tampon « Ear » contre les ronflements.

Boules Quiès.

Nécessaire de toilette léger.

Du papier hygiénique (pour les randonnées) et des mouchoirs.

Serviette de bain (une serviette vous est fournie, en prévoir d'autres si besoin).

Un grand sac plastique pour protéger l'intérieur de votre sac en cas de pluie.

Gourde isotherme (1,5 litre minimum).

Lampe de poche.

Couteau pliant type Opinel.

Appareil photo.

Couchage : Draps et couvertures fournis.

Pharmacie personnelle : Une pharmacie personnelle contre la fatigue musculaire, les troubles digestifs du froid et de l'altitude, les ampoules, vos médicaments habituels, bande adhésive élastique (élastoplast : 5 cm x 2,5 m), jeux de pansements adhésifs, compresses désinfectantes, double peau (protection contre les ampoules disponibles en pharmacie).

LE PRIX COMPREND

L'encadrement,
le prêt des raquettes,
bâtons et matériel de sécurité,
l'hébergement en pension complète sauf les boissons,
l'accès à l'espace bien-être 2 jours par semaine.

LE PRIX NE COMPREND PAS

Le transport aller-retour jusqu'au lieu de rendez-vous,

Les assurances,

Les frais d'inscription,

Les boissons,

Vos dépenses,

Prévoir un budget pour vos boissons et achats personnels.

Extension

Hébergement avant ou après le séjour : Chalet Vie Sauvage (à partir de 40 € en demi-pension en chambre de 3 ou 4, 48 € en ½ pension en chambre de 2 personnes) à réserver en appelant directement le chalet 04 92 46 71 72.

Possibilité d'hôtel à la gare de Montdauphin : Hôtel LACOUR Guillestre 04 92 45 03 08 (chambres a partir de 65 €)